

Provinciale Groninger Lange Afstand Kampioenschappen 2010
Groningen, 28.3.2010

1 - PGLAK-2010

28.03.2010 - 15:30

Programmanr. 1 Jongens, 400m vrije slag Jongens Minioren 3-4
28.03.2010 - 15:30 Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Startnummer	Eindtijd	100m	200m	300m	400m
1.	Jarno Ottens	Eemsrobben	6:02.40	0000273	5:55.76	1:26.99	2:58.23		5:55.76
2.	S. Rottier	TriVia	6:28.80	0000147	6:12.39	1:27.79	3:01.28		6:12.39
3.	Gerard Yspeert	TriVia	6:46.24	0100051	6:25.84	1:30.78	3:09.78		6:25.84
	AFGEM Juri Dijkstra	TriVia	6:48.76	0002119					

Programmanr. 2 Meisjes, 400m vrije slag Meisjes Minioren 3-4
28.03.2010 - 15:40 Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Startnummer	Eindtijd	100m	200m	300m	400m
1.	Julia Barkhuis	ZPC Stadskanaal	6:04.48	0000132	5:58.28	1:23.46	2:55.30		5:58.28
2.	Josee Keizer	GZVW	6:15.87	0000264	6:13.90	1:31.31	3:06.84		6:13.90
3.	M. Wildeboer	GZVW	6:16.02	0100016	6:24.23	1:28.84	3:05.80		6:24.23
4.	Marit Adriaanse	De Pinquin	6:35.32	0001390	6:25.37	1:30.73	3:08.89		6:25.37
5.	Marloes Potze	GZVW	6:32.26	0002332	6:34.46	1:34.18	3:17.26		6:34.46
6.	Anja Muntendam	De Pinquin	6:50.06	0000002	6:43.48				6:43.48

Programmanr. 3 Jongens, 1500m vrije slag Jongens Junioren 1-2
28.03.2010 - 15:45 Samengevoegd met : 5-9-11 Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	19:10.26	9600017	19:03.32
	100m: 1:09.04	1:09.04	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:24.13	1:15.09	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:03.32
	400m: 4:58.20		800m: 10:06.64	1200m:	
2.	Jeroen Koers	Eemsrobben	21:01.92	9701237	21:00.37
	100m: 1:20.12	1:20.12	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:46.18	1:26.06	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:00.37
	400m: 5:35.49		800m: 11:19.40	1200m:	
3.	Stefan Ridderbos	Bubble	20:46.38	9700851	21:10.61
	100m: 1:18.08	1:18.08	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:42.80	1:24.72	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:10.61
	400m: 5:34.00		800m: 11:16.86	1200m:	
4.	Martijn Kieffer	Eemsrobben	21:28.07	9700685	21:35.13
	100m: 1:21.78	1:21.78	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:48.47	1:26.69	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:35.13
	400m: 5:46.36		800m: 11:40.86	1200m:	
5.	Yora Galjaard	TriVia	22:02.99	9601717	21:36.23
	100m: 1:18.48	1:18.48	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:45.02	1:26.54	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:36.23
	400m: 5:40.70		800m: 11:27.39	1200m:	
6.	Pascal Klopstra	GZVW	21:30.16	9600667	21:50.57
	100m: 1:19.26	1:19.26	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:47.60	1:28.34	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:50.57
	400m: 5:41.54		800m: 11:33.26	1200m:	

Provinciale Groninger Lange Afstand Kampioenschappen 2010
Groningen, 28.3.2010

Programmanr. 3, Heren, 1500m vrije slag

Programmanr. 3 28.03.2010 - 15:45	Jongens, 1500m vrije slag Samengevoegd met : 5-9-11	Jongens Junioren 3-4 Resultaten
--------------------------------------	--	------------------------------------

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Tom Porte	TriVia	20:18.26	9502017	19:09.80
	100m: 1:06.99 1:06.99	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:24.46 1:17.47	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	19:09.80
	400m: 4:58.08	800m: 10:09.55	1200m:		
2.	Mark Schouten	Eemsrobben	19:12.87	9405171	19:36.02
	100m: 1:07.04 1:07.04	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:24.54 1:17.50	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	19:36.02
	400m: 4:59.86	800m: 10:20.23	1200m:		
3.	Martijn Smit	GZVW	20:19.60	9406113	20:35.54
	100m: 1:10.11 1:10.11	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:28.51 1:18.40	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	20:35.54
	400m: 5:08.39	800m: 10:42.08	1200m:		
4.	David Scheffer	De Pinquin	21:31.50	9500175	21:10.23
	100m: 1:18.64 1:18.64	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:44.23 1:25.59	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:10.23
	400m: 5:36.73	800m: 11:21.10	1200m:		
5.	Tim Zijlstra	De Pinquin	21:36.56	9500641	21:11.27
	100m: 1:18.02 1:18.02	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:43.45 1:25.43	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:11.27
	400m: 5:35.99	800m: 11:21.74	1200m:		
DIS	Rick Veldman	ZPC Stadskanaal	20:23.31	9503705	AA
	100m:	500m:	900m:	1300m:	
	200m:	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	
	400m:	800m:	1200m:		

Programmanr. 3 28.03.2010 - 15:45	Jongens, 1500m vrije slag Samengevoegd met : 5-9-11	Heren Jeugd 1-2 Resultaten
--------------------------------------	--	-------------------------------

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Dennis Cramer	ZPCA	16:46.96	9200199	17:16.71
	100m: 1:01.99 1:01.99	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:09.74 1:07.75	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	17:16.71
	400m: 4:29.80	800m: 9:10.61	1200m:		
2.	Arjen Zijlstra	De Pinquin	21:09.32	9203309	21:00.29
	100m: 1:11.64 1:11.64	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.64 1:21.00	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:00.29
	400m: 5:20.70	800m: 11:03.02	1200m:		

Provinciale Groninger Lange Afstand Kampioenschappen 2010
Groningen, 28.3.2010

Programmanr. 4, Meisjes, 800m vrije slag, Meisjes Junioren 2-3

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
6.	Melanie Gall	De Pinquin	13:25.77	9700208	13:12.26
	100m: 1:32.20	1:32.20	300m:	500m:	700m:
	200m: 3:11.02	1:38.82	400m: 6:34.42	600m:	800m: 13:12.26

Programmanr. 4
28.03.2010 - 17:15

Meisjes, 800m vrije slag
Samengevoegd met : 6-10-12

Dames Jeugd 1-2
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Elisabeth Muthert	ZPC Stadskanaal	9:53.69	9500062	10:21.13
	100m:	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:26.36	400m: 5:04.23	600m:	800m: 10:21.13	
2.	Iris Visser	ZPCA	10:59.35	9504784	10:30.41
	100m: 1:12.06	1:12.06	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:30.81	1:18.75	400m: 5:10.50	600m:	800m: 10:30.41
3.	Denise Gall	De Pinquin	10:49.39	9501494	10:36.95
	100m: 1:11.67	1:11.67	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:29.39	1:17.72	400m: 5:09.74	600m:	800m: 10:36.95
4.	Carmen Märsylä	ZPCA	11:11.84	9405244	11:01.05
	100m: 1:15.11	1:15.11	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.08	1:21.97	400m: 5:24.86	600m:	800m: 11:01.05
5.	Heleen ten Have	De Pinquin	11:21.23	9403000	11:11.23
	100m: 1:14.32	1:14.32	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.45	1:23.13	400m: 5:28.80	600m:	800m: 11:11.23

Programmanr. 4
28.03.2010 - 17:15

Dames, 800m vrije slag
Samengevoegd met : 6-10-12

Dames Senioren D 1-2
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Jose Sijbring	De Pinquin	9:51.54	9300702	9:48.86
	100m: 1:08.33	1:08.33	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:21.54	1:13.21	400m: 4:51.20	600m:	800m: 9:48.86
2.	Rianne Slagter	Eemsrobben	10:46.43	9304088	10:59.72
	100m: 1:12.49	1:12.49	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:32.43	1:19.94	400m: 5:21.39	600m:	800m: 10:59.72
3.	Marijke Pras	GZVW	11:04.07	9203700	11:10.48
	100m: 1:15.70	1:15.70	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:38.54	1:22.84	400m: 5:28.20	600m:	800m: 11:10.48

Programmanr. 4
28.03.2010 - 17:15

Dames, 800m vrije slag
Samengevoegd met : 6-10-12

Dames Senioren
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Winnie Timans	De Pinquin	9:52.92	9103090	10:01.61
	100m: 1:08.46	1:08.46	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:22.30	1:13.84	400m: 4:53.33	600m:	800m: 10:01.61
2.	Marieke van der Vegt	Z.C. Haren	10:32.05	8504026	10:12.26
	100m: 1:09.36	1:09.36	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:23.80	1:14.44	400m: 4:58.23	600m:	800m: 10:12.26
3.	Susanne Blom	De Pinquin	10:32.20	8500282	10:20.86
	100m: 1:10.26	1:10.26	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:26.30	1:16.04	400m: 5:03.45	600m:	800m: 10:20.86

Provinciale Groninger Lange Afstand Kampioenschappen 2010
Groningen, 28.3.2010

Programmanr. 4, Dames, 800m vrije slag, Dames Senioren

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
4.	Relinda Baas	GZVW	11:03.25	8900144	10:57.54
	100m: 1:15.70	1:15.70	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.73	1:22.03	400m: 5:24.95	600m:	800m: 10:57.54

Programmanr. 7
28.03.2010 - 17:50

Jongens, 800m vrije slag

Jongens Minioren 5-6
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Berjen Mellema	GZVW	11:43.66	9800615	11:07.96
	100m: 1:19.59	1:19.59	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:45.46	1:25.87	400m: 5:39.64	600m:	800m: 11:07.96
2.	Gerko Wilkens	ZPC Stadskanaal	11:33.70	9800261	11:12.36
	100m: 1:20.29	1:20.29	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:46.18	1:25.89	400m: 5:40.41	600m:	800m: 11:12.36
3.	Martijn Boelens	ZPC Stadskanaal	12:04.85	9900209	11:53.96
	100m: 1:22.09	1:22.09	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:52.37	1:30.28	400m: 5:55.43	600m:	800m: 11:53.96
4.	Maarten Bonnema	TriVia	12:13.53	9800047	11:56.26
	100m: 1:23.90	1:23.90	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:55.62	1:31.72	400m: 5:59.69	600m:	800m: 11:56.26
5.	Kilian Bontjer	NOVA	12:13.86	9800751	11:57.18
	100m: 1:23.56	1:23.56	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:53.82	1:30.26	400m: 5:56.96	600m:	800m: 11:57.18
6.	Quintin Stoetman	ZPC Stadskanaal	12:49.96	9800043	12:24.85
	100m: 1:25.21	1:25.21	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:58.63	1:33.42	400m: 6:07.45	600m:	800m: 12:24.85

Programmanr. 8
28.03.2010 - 18:05

Meisjes, 800m vrije slag

Meisjes Minioren 5 en Junioren 1
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	In Tijd	Startnummer	Eindtijd
1.	Marieke Tienstra	TriVia	10:49.02	9900302	10:40.12
	100m: 1:15.25	1:15.25	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.36	1:22.11	400m: 5:20.19	600m:	800m: 10:40.12
2.	Vivianne Dortmund	De Pinquin	10:52.45	9801578	10:42.89
	100m: 1:13.87	1:13.87	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.48	1:23.61	400m: 5:21.65	600m:	800m: 10:42.89
3.	Bernice Dijkhuis	TriVia	10:54.68	9800084	10:43.25
	100m: 1:15.07	1:15.07	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:38.14	1:23.07	400m: 5:22.58	600m:	800m: 10:43.25
4.	Marlinde Schoonbeek	TriVia	10:53.46	9801056	10:43.75
	100m: 1:14.34	1:14.34	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:36.78	1:22.44	400m: 5:20.46	600m:	800m: 10:43.75
5.	Amber Visser	ZPCA	10:59.25	9801416	10:51.90
	100m: 1:15.26	1:15.26	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:37.41	1:22.15	400m: 5:22.41	600m:	800m: 10:51.90
6.	Daniek Platje	De Pinquin	11:18.09	9800226	11:14.20
	100m: 1:16.05	1:16.05	300m:	500m:	700m:
	200m: 2:39.63	1:23.58	400m: 5:29.09	600m:	800m: 11:14.20