

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 1  
22.2.09 - 15:30

Heren, 400m vrije slag

Heren Senioren Open  
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	Markus van Rest	ZV Westland Dijkglas	4:31.56	7701197	<b>4:43.86</b>	
	50m: 31.29 31.29	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:07.20 35.91	200m: 2:20.64		400m: 4:43.86		
2.	Lars Schoffelman	ZPCNumansdorp	4:51.25	9501907	<b>4:45.14</b>	
	50m: 31.58 31.58	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:06.58 35.00	200m: 2:19.46		400m: 4:45.14		
3.	Richard Bestebreur	ZPCNumansdorp	4:55.16	9404797	<b>4:45.86</b>	
	50m: 32.32 32.32	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:08.64 36.32	200m: 2:21.93		400m: 4:45.86		
4.	Koen Spaanderman	Zoetermeer	4:54.00	9203479	<b>4:52.68</b>	
	50m: 31.83 31.83	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:07.84 36.01	200m: 2:23.87		400m: 4:52.68		
5.	Timo Lambregts	ZPCNumansdorp	4:49.30	9302809	<b>4:57.12</b>	
	50m: 31.35 31.35	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:07.13 35.78	200m: 2:22.76		400m: 4:57.12		
6.	Pim Hoffmann	Zoetermeer	4:55.45	8804751	<b>5:01.74</b>	
	50m: 31.28 31.28	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:07.70 36.42	200m: 2:24.74		400m: 5:01.74		
7.	Patrick de Jong	ZV Westland Dijkglas	5:14.32	9403007	<b>5:08.95</b>	
	50m: 33.95 33.95	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:12.48 38.53	200m: 2:32.20		400m: 5:08.95		
8.	Nathan Stittelaar	ZC Ooievaar (SG)	5:15.79	9305399	<b>5:21.96</b>	
	50m: 33.62 33.62	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:13.38 39.76	200m: 2:36.94		400m: 5:21.96		
9.	Erik Schippers	De Vliet	6:00.47	9403821	<b>5:27.05</b>	
	50m: 37.17 37.17	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:18.64 41.47	200m: 2:44.39		400m: 5:27.05		
10.	Djeremy Roos	AZI	NT	9204891	<b>5:29.00</b>	
	50m: 33.94 33.94	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:11.82 37.88	200m: 2:34.96		400m: 5:29.00		
11.	Max van der Zijden	AZI	6:11.57	9701281	<b>5:49.17</b>	
	50m: 37.29 37.29	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:19.96 42.67	200m: 2:50.64		400m: 5:49.17		
12.	Gijs Ruijgrok	WZK	6:21.66	9600863	<b>6:09.65</b>	
	50m: 39.99 39.99	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:25.93 45.94	200m: 3:02.99		400m: 6:09.65		
13.	Kevin van den Bos	ZV Westland Dijkglas	6:32.83	9600747	<b>6:28.70</b>	
	50m: 43.45 43.45	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:32.73 49.28	200m: 3:14.92		400m: 6:28.70		

Programmanr. 2  
22.2.09 - 15:50

Dames, 400m vrije slag

Dames Senioren Open  
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	Linda van der Hout	ZV Westland Dijkglas	4:44.73	9300344	<b>4:47.54</b>	
	50m: 33.33 33.33	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:09.33 36.00	200m: 2:22.51		400m: 4:47.54		
2.	Anke Lambooi	AZI	4:47.90	8001182	<b>4:51.28</b>	
	50m: 33.26 33.26	150m: 250m:		350m:		
	100m: 1:09.55 36.29	200m: 2:24.08		400m: 4:51.28		

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 2, Dames, 400m vrije slag, Dames Senioren Open

Rang				In.tijd		Tijd
3.	Aranka Wichers	D'Elft		5:20.51	9306378	<b>5:08.40</b>
	50m: 33.68 33.68	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:11.37 37.69	200m: 2:32.13			400m: 5:08.40	
4.	Yvonne Gerritsen	Des		5:14.42	8000342	<b>5:10.46</b>
	50m: 34.33 34.33	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:12.89 38.56	200m: 2:32.52			400m: 5:10.46	
5.	Emma Siemensma	Des		5:14.51	9402716	<b>5:12.58</b>
	50m: 33.37 33.37	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:11.23 37.86	200m: 2:31.62			400m: 5:12.58	
6.	Bente Rog	Des		5:38.04	9206810	<b>5:24.02</b>
	50m: 35.51 35.51	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:16.67 41.16	200m: 2:41.67			400m: 5:24.02	
7.	Robin Oldenzeel	Zoetermeer		5:48.82	9402684	<b>5:31.04</b>
	50m: 36.17 36.17	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:17.77 41.60	200m: 3:00m:			400m: 5:31.04	
8.	Ashley Kretsch	Wzk		5:23.22	9207170	<b>5:31.95</b>
	50m: 36.55 36.55	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:16.77 40.22	200m: 2:40.47			400m: 5:31.95	
9.	Linsey van Santen	Zoetermeer		6:23.54	9403978	<b>5:44.08</b>
	50m: 40.11 40.11	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:23.31 43.20	200m: 2:52.10			400m: 5:44.08	
10.	Joy Vavier	ZV Westland Dijkglas		5:59.05	9701686	<b>5:47.36</b>
	50m: 38.23 38.23	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:21.48 43.25	200m: 2:51.45			400m: 5:47.36	
11.	Britt Vis	ZV Westland Dijkglas		6:20.26	9700888	<b>5:55.54</b>
	50m:	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:22.90	200m: 300m:			400m: 5:55.54	
12.	Antonia Milicic	Des		6:29.36	9704070	<b>6:12.61</b>
	50m:	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:28.95	200m: 3:05.34			400m: 6:12.61	
13.	Jessica HülTERS	De Vliet		NT	9405122	<b>6:43.89</b>
	50m: 41.83 41.83	150m: 250m:			350m:	
	100m: 1:29.67 47.84	200m: 3:14.28			400m: 6:43.89	
NG	Freya Kirk	Des		6:27.96	9505674	

Programmanr. 3  
22.2.09 - 16:11

Heren, 200m wisselslag

Heren Senioren Open  
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m	150m	200m
1.	Rob van Vliet	Wzk	2:15.70	8402459	29.32	1:06.51	1:45.86	2:17.48
2.	Ivo Roozeboom	Des	2:19.72	7700801	30.43			2:19.70
3.	Maarten de Geus	Wzk	2:26.31	8300737	29.93	1:10.08	1:53.29	2:27.69
4.	Alex Vermeulen	Wzk	2:24.27	8905811	31.18	1:11.46	1:54.59	2:30.05
5.	H. Vlaardingerbroek	ZV Westland Dijkglas	2:26.60	8302245	30.97	1:12.89	1:56.31	2:31.46
6.	Theo Vlaardingerbroek	ZV Westland Dijkglas	2:41.88	7901307	32.02	1:11.49	1:57.15	2:32.63
7.	Thomas de Ruig	Zoetermeer	3:00.54	9301457	36.07	1:20.07	2:12.36	2:52.95
8.	Vincent de Vries	Zoetermeer	3:02.21	9602189	42.13	1:29.75	2:22.75	3:02.44
9.	Thom Paardekooper	Zoetermeer	NT	9604259	45.61	1:33.42	2:29.91	3:13.25
10.	Jeroen Bestebreur	ZPCNumansdorp	3:54.39	9702181	50.65	1:45.24	2:44.96	3:35.52

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 4  
22.2.09 - 16:19

Jongens, 200m wisselslag

Jongens Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Floris Kotterink Wvz	2:46.45 9800199	40.54	1:25.61	2:15.70	2:52.45
2.	Jonne Schaafsma Wvz	NT 9800745	41.85	1:29.63	2:22.78	3:04.49
3.	Jelmer Lankhorst Wvz	NT 9800353	43.52	1:32.29	2:31.64	3:11.13
4.	Wouter Arnoldus Wvz	NT 9800581	45.11	1:32.89	2:31.08	3:13.92
AFGEM	Marko Ilic Des	NT 9801073				
AFGEM	Jordy v. Oel ZC Ooievaar (SG)	3:01.85 9802003				
AFGEM	Mike Vrolijk Des	NT 9800497				

Programmanr. 5  
22.2.09 - 16:26

Dames, 200m wisselslag

Dames Senioren Open  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Claire Schapira Des	2:49.21 9006576	34.26			2:50.86
2.	Alyssa Rijnschot Zoetermeer	3:02.22 9500566	40.36			2:58.06
3.	Carmen Veldkamp Zoetermeer	3:11.55 9406114	38.76			3:01.69
4.	Rachael Kretsches Wzk	3:05.50 9602904	42.42			3:11.08
5.	Nacinda Paap Wvz	3:32.48 9701684	43.51			3:14.80
6.	Nicolette Kiffen Zoetermeer	3:24.64 9205012	42.52			3:15.58
7.	Anouk Wichers D'Elft	NT 9703698	50.86			3:29.99
8.	Xandra Geervliet Azl	3:21.67 9501214	49.28			3:34.87
9.	Marit Brandhorst Zoetermeer	3:42.53 9406954	47.42			3:42.19

Programmanr. 6  
22.2.09 - 16:35

Meisjes, 200m wisselslag

Meisjes Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Valerie van Roon D'Elft	3:05.45 9802326	40.64			2:59.02
2.	Elize Bouman ZPCNumansdorp	3:10.99 9800658	43.40			3:09.44
3.	Brighid van Uffelen Wvz	3:29.89 9800310	42.77			3:14.45
4.	Vera Martens Wvz	3:49.86 9801572	47.07			3:29.73
5.	Veerle Scholtes Des	NT 9804186	52.50			3:53.26
DIS	Anouk van der Lans ZV Westland Dijkglas	3:27.83 9801614	41.99			3:11.86
	<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>					
DIS	Margo van Loon Des	NT 9804184	54.80			3:46.67
	<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht., plus SL</i>					

Programmanr. 7  
22.2.09 - 16:44

Heren, 200m vlinderslag

Heren Senioren Open  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Bart Drechsel Wzk	2:34.42 8604135	30.51	1:08.23		2:37.92
2.	Tino Kerkhof Des	2:36.61 9103479	34.19	1:15.21		2:47.13
DIS	Pim Hoffmann Zoetermeer	2:37.63 8804751	33.80	1:15.39		2:41.95
	<i>VI - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>					

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 8 Dames, 200m vlinderslag Dames Senioren Open  
22.2.09 - 16:48 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Joana Carneiro D'Elft	2:40.70 8202256	35.23	1:15.39		2:35.61
2.	Tamara Hoogenboom Wzk	2:47.51 9001560	36.47	1:19.12		2:51.12
3.	Linda Hoogendam D'Elft	3:06.24 8300892	37.49	1:23.68		3:04.02

Programmanr. 9 Heren, 200m schoolslag Heren Senioren Open  
22.2.09 - 16:52 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Timo Suaka Des	2:39.90 9203715	36.28	1:18.07		2:45.13
2.	Sander Pereboom Wvz	3:14.51 9404201	42.33	1:29.42		3:03.80
3.	Lennard Spaans Des	3:12.46 9107205	40.82	1:31.57		3:14.07
4.	Jeffrey Jol Des	NT 9204559	43.95	1:35.29		3:23.20
5.	Nathan Stittelaar ZC Ooievaar (SG)	3:10.69 9305399	41.10	1:35.70		3:24.45
6.	Gijs Ruijgrok Wzk	3:30.95 9600863	48.45	1:42.92		3:31.05
7.	Jonatan Baumgarten Azl	3:42.77 9404691		1:40.67		3:39.39
NG	Indraneel Gunturi Azl	NT 9504035				

Programmanr. 10 Dames, 200m schoolslag Dames Senioren Open  
22.2.09 - 17:01 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Yvonne Gerritsen Des	3:01.57 8000342	41.85	1:29.65		3:07.78
2.	Linsey van Santen Zoetermeer	3:21.13 9403978	46.13	1:37.29		3:18.70
3.	Carmen Veldkamp Zoetermeer	NT 9406114	52.12	1:49.34		3:36.74
4.	Elise Spaans Zoetermeer	3:36.77 9602974	49.10	1:44.26		3:39.00
5.	Fiona MacFarlane Wzk	NT 9704448	49.36	1:45.67		3:45.96
6.	Antonia Milicic Des	3:50.16 9704070	51.48	1:52.51		3:54.36
AFGEM	Yvette Kilian Zoetermeer	NT 6600534				

Programmanr. 11 Heren, 200m rugslag Heren Senioren Open  
22.2.09 - 17:09 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Ensgar Kotterink Wvz	2:11.17 9403391	34.43	1:10.93		2:23.74
2.	Koen Spaanderman Zoetermeer	2:24.56 9203479	34.48	1:12.80		2:28.13
3.	Theo Vlaardingebroek ZV Westland Dijkglas	2:27.92 7901307	35.86	1:14.18		2:30.43
4.	Alex Vermeulen Wzk	2:25.93 8905811	36.23	1:14.95		2:31.98
5.	Markus van Rest ZV Westland Dijkglas	2:24.61 7701197	35.76	1:14.07		2:32.70
6.	H. Vlaardingebroek ZV Westland Dijkglas	2:38.56 8302245	36.72	1:15.74		2:33.48
7.	Stanley Klerks Wvz	2:40.57 9600809	38.55	1:19.82		2:42.43
8.	Djeremy Roos Azl	NT 9204891	41.20	1:27.20		3:00.33
9.	Thom Paardekooper Zoetermeer	NT 9604259	44.08	1:31.95		3:05.08
DIS	Vincent de Vries Zoetermeer	3:00.70 9602189	44.57	1:31.60		3:03.10

*RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.*

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 12 Dames, 200m rugslag Dames Senioren Open  
22.2.09 - 17:17 Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Kris Siegers	Zoetermeer	2:33.96 9306368	35.07	1:12.44		2:29.69
2.	Alyssa Rijnschot	Zoetermeer	3:02.45 9500566	42.00	1:26.23		2:53.95
3.	Nacinda Paap	Wvz	3:02.82 9701684	41.20	1:25.82		2:55.39
4.	Rachael Kretsch	Wzk	3:03.75 9602904	45.33	1:33.61		3:07.89
5.	Miranda Dijkhuizen	Zoetermeer	NT 9602262	45.07	1:34.70		3:11.80
6.	Xandra Geervliet	Azl	3:16.70 9501214	49.71	1:43.54		3:29.13
DIS	Ashley Kretsch	Wzk	2:49.30 9207170				
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
NG	Freya Kirk	Des	3:35.45 9505674				

Programmanr. 13 Heren, 200m vrije slag Heren Senioren Open  
22.2.09 - 17:25 Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Remon van Mil	Wvz	2:07.52 9301159	28.10	58.36		2:02.95
2.	Maarten de Geus	Wzk	2:06.98 8300737	29.96	1:03.28		2:11.06
3.	Hidde Hemmen	Zoetermeer	2:15.53 9203475	29.02	1:02.92		2:13.70
4.	Timo Lambregts	ZPCNumansdorp	2:14.98 9302809	30.54	1:04.74		2:16.14
5.	Erik Schippers	De Vliet	2:48.54 9403821	35.22	1:15.16		2:30.29
6.	Joey Roos	Azl	NT 9006399	34.42	1:15.45		2:34.14
7.	Thomas de Ruig	Zoetermeer	2:48.26 9301457	33.65	1:12.75		2:36.45
8.	Robert Wall	Wzk	NT 9603969	36.15	1:17.23		2:42.06
9.	Callum Ingram	Wzk	3:12.29 9602845	36.39	1:18.42		2:46.02
10.	Jonatan Baumgarten	Azl	2:58.57 9404691	35.07	1:18.39		2:51.23
11.	Jeroen Bestebreur	ZPCNumansdorp	NT 9702181	46.49	1:45.09		3:43.74
NG	Indraneel Gunturi	Azl	2:47.53 9504035				

Programmanr. 14 Jongens, 200m vrije slag Jongens Minioren 5 en later  
22.2.09 - 17:33 Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Floris Kotterink	Wvz	2:34.01 9800199	36.34	1:16.96		2:32.67
2.	Jonne Schaafsma	Wvz	3:49.06 9800745	38.07	1:21.02		2:48.92
3.	Jelmer Lankhorst	Wvz	3:17.97 9800353	39.74	1:25.86		2:51.14
4.	Wouter Arnoldus	Wvz	3:04.49 9800581	40.00	1:24.64		2:53.04
AFGEM	Jordy v. Oel	ZC Ooievaar (SG)	NT 9802003				
AFGEM	Jordy Boerboom	Des	NT 9802427				
AFGEM	Marko Ilic	Des	NT 9801073				
AFGEM	Mike Vrolijk	Des	NT 9800497				

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 15  
22.2.09 - 17:40

Dames, 200m vrije slag

Dames Senioren Open  
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Anke Lambooij	Azl	2:15.53 8001182	31.58	1:06.64		2:19.18
2.	Claire Schapira	Des	2:26.30 9006576	32.51	1:09.76		2:27.70
3.	Emma Siemensma	Des	2:27.76 9402716	32.67	1:11.32		2:30.20
4.	Linda Hoogendam	D'Elft	2:25.03 8300892	34.00	1:12.80		2:31.76
5.	Bente Rog	Des	2:30.26 9206810	35.71	1:15.58		2:32.99
6.	Nisa Yelci	ZV Westland Dijkglas	2:32.86 9303150	36.68	1:17.71		2:39.80
7.	Nicolette Kiffen	Zoetermeer	2:50.62 9205012	38.44	1:22.29		2:51.34
8.	Anne van der Meulen	Zoetermeer	NT 9605400	40.45	1:28.42		3:02.51
9.	Jessica Hülter	De Vliet	NT 9405122	41.29	1:28.29		3:02.55
10.	Elise Spaans	Zoetermeer	3:19.99 9602974	42.29	1:31.45		3:12.57
11.	Charlotte van Overbrugh	D'Elft	NT 9704320	43.26	1:32.99		3:18.96
12.	Marit Brandhorst	Zoetermeer	3:19.80 9406954	45.95	1:39.48		3:27.67

Programmanr. 16  
22.2.09 - 17:48

Meisjes, 200m vrije slag

Meisjes Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Meghan Ingram	Wzk	NT 9801724	34.82	1:15.29		2:43.95
2.	Valerie van Roon	D'Elft	2:37.20 9802326	37.66	1:20.76		2:44.83
3.	Brighid van Uffelen	Wvz	3:02.86 9800310	40.80	1:27.00		2:57.23
4.	Elize Bouman	ZPCNumansdorp	3:06.62 9800658	42.02	1:29.04		3:00.42
5.	Vera Martens	Wvz	3:05.40 9801572	39.60	1:25.39		3:07.51
6.	Veerle Scholtes	Des	NT 9804186	47.02	1:43.86		3:32.20
7.	Margo van Loon	Des	NT 9804184	45.02	1:39.71		3:36.30
AFGEM	Nirina van Wimersma	Des	NT 9802026				

Programmanr. 17  
22.2.09 - 17:55

Heren, 400m wisselslag

Heren Senioren Open  
Resultaten

Rang				In.tijd	Tijd
1.	Rob van Vliet	Wzk		4:48.51	8402459 <b>4:51.98</b>
	50m: 31.24 31.24	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:07.44 36.20	200m:	300m:		400m: 4:51.98
2.	Ensger Kotterink	Wvz		4:52.58	9403391 <b>4:52.42</b>
	50m: 31.00 31.00	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:06.57 35.57	200m:	300m:		400m: 4:52.42
3.	Ivo Roozeboom	Des		5:06.10	7700801 <b>5:04.36</b>
	50m: 31.60 31.60	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:09.39 37.79	200m:	300m:		400m: 5:04.36
4.	Lars Schoffelman	ZPCNumansdorp		NT	9501907 <b>5:15.70</b>
	50m: 31.95 31.95	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:10.82 38.87	200m:	300m:		400m: 5:15.70
5.	Bart Drechsel	Wzk		5:12.92	8604135 <b>5:17.42</b>
	50m: 32.26 32.26	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:12.08 39.82	200m:	300m:		400m: 5:17.42
6.	Richard Bestebreur	ZPCNumansdorp		NT	9404797 <b>5:22.51</b>
	50m: 34.51 34.51	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:15.95 41.44	200m:	300m:		400m: 5:22.51
7.	Timo Suaka	Des		NT	9203715 <b>5:25.54</b>
	50m: 31.89 31.89	150m:	250m:		350m:
	100m: 1:11.67 39.78	200m:	300m:		400m: 5:25.54

2009-02-22=200-400m wedstrijd ZV Westland Dijkglas  
's-Gravenzande, 22.2.2009

Programmanr. 17, Heren, 400m wisselslag, Heren Senioren Open

Rang					In.tijd	Tijd	
8.	Martijn Groeneveld		ZV Westland Dijkglas		NT	9105959	<b>5:28.02</b>
	50m: 33.16	33.16	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:16.00	42.84	200m:	300m:		400m: 5:28.02	
9.	Tino Kerkhof		Des		5:18.80	9103479	<b>5:36.05</b>
	50m: 34.61	34.61	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:16.64	42.03	200m:	300m:		400m: 5:36.05	
10.	Lennard Spaans		Des		5:51.67	9107205	<b>5:55.72</b>
	50m: 35.06	35.06	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:21.16	46.10	200m:	300m:		400m: 5:55.72	
11.	Krijn de Kievit		Wvz		NT	9700277	<b>6:05.99</b>
	50m: 39.75	39.75	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:32.69	52.94	200m:	300m:		400m: 6:05.99	
12.	Paul van Dijk		Zoetermeer		6:20.25	9301455	<b>6:22.45</b>
	50m: 39.39	39.39	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:31.45	52.06	200m:	300m:		400m: 6:22.45	
DIS	Jeffrey Jol		Des		6:04.36	9204559	<b>6:02.74</b>
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>						
	50m: 36.56	36.56	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:18.85	42.29	200m:	300m:		400m: 6:02.74	

Programmanr. 18  
22.2.09 - 18:15

Dames, 400m wisselslag

Dames Senioren Open  
Resultaten

Rang					In.tijd	Tijd	
1.	Anja van der Hout		De Dolfijn		5:05.29	9001598	<b>5:10.95</b>
	50m: 31.37	31.37	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:08.11	36.74	200m:	300m:		400m: 5:10.95	
2.	Debby den Besten		ZV Westland Dijkglas		5:36.86	9207520	<b>5:32.92</b>
	50m: 34.33	34.33	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:14.48	40.15	200m:	300m:		400m: 5:32.92	
3.	Ivana Lingen		Zoetermeer		5:46.41	9305020	<b>5:36.82</b>
	50m: 33.16	33.16	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:11.67	38.51	200m:	300m:		400m: 5:36.82	
4.	Tamara Hoogenboom		Wzk		5:34.02	9001560	<b>5:56.51</b>
	50m: 37.95	37.95	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:24.04	46.09	200m:	300m:		400m: 5:56.51	
5.	Aylin van Uffelen		Wvz		NT	9600352	<b>6:02.43</b>
	50m: 39.59	39.59	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:28.93	49.34	200m:	300m:		400m: 6:02.43	