

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

1 - Deel 4 KNZB zwemcompetitie landelijk

14.3.09 - 16:45

Programmanr. 1
14.3.09

Heren, 4 x 200m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	8:05.01	8:06.70
	Jelmer Meijer 90	2:00.54 Maxim Veldhuis 94		
	Casper Hut 78	Dennis Mooij 89		
2.	ZPC Stadskanaal 1	ZPC Stadskanaal	8:15.04	8:11.24
	Bernd Kobesen 93	2:00.19 Dennis Wijbenga 90		
	Jos Duit 90	Maurits Muthert 92		
3.	Dedemsvaart-AC 1	Dedemsvaart-AC	8:13.96	8:18.95
	Sander Zoer 83	2:04.02 Aljan Tempel 90		
	Hugo Polman 91	Arjan Prins 82		
4.	de Vikings 1	de Vikings	8:51.61	8:45.16
	Micheal Westers 92	2:03.07 Rick Halma 95		
	Harm Lemstra 93	Willem Kees Roos 94		

Programmanr. 2
14.3.09

Meisjes, 50m vlinderslag

Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Maaike van Veen	Dedemsvaart-AC	34.03 9700292	33.00
2.	Ellen van Nieff	ZPC Stadskanaal	40.57 9701112	36.63
3.	Laura van der A	ZPC Stadskanaal	41.75 9700080	36.95
4.	Astrid Smit	ZPC Stadskanaal	42.29 9700034	37.78
5.	Martine van Sluis	de Vikings	40.53 9702888	38.54
6.	Bente Kuik	ZPC Stadskanaal	43.03 9701750	39.31
7.	Ayla Berg	Dedemsvaart-AC	44.04 9703480	40.34
8.	Marieke Klijnstra	ZPC Stadskanaal	47.40 9801964	41.34
9.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	49.67 9700202	41.47
10.	Marije Dankelman	Dedemsvaart-AC	45.33 9701502	43.26
11.	Julia van der A	ZPC Stadskanaal	54.92 9800072	43.60
12.	Jolet Slijter	ZPC Stadskanaal	45.45 9702914	43.64
13.	Annemiek Halma	de Vikings	44.78 9702884	44.85
14.	Emma Bos	ZPC Stadskanaal	49.70 9900658	45.06
15.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	51.54 9900926	45.80
16.	Iris de Jong	HZ&PC Heerenveen	48.57 9801708	46.00
17.	Hilde Diederix	Dedemsvaart-AC	NT 9700914	46.02
18.	Kirsten Bies	Dedemsvaart-AC	47.94 9800516	46.70
19.	Ageeth Dekker	ZPC Stadskanaal	49.76 9802180	48.07
20.	Myrthe Offenga	de Vikings	53.68 9901874	48.91
21.	Fenja van der Wolde	ZPC Stadskanaal	50.15 9800132	49.04
22.	Silke Rinsma	HZ&PC Heerenveen	55.20 9900732	53.45

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 6
14.3.09

Jongens, 100m schoolslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Luc van der Wolde	ZPC Stadskanaal	1:13.97 9500281		1:13.07
2.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	1:16.26 9500093		1:16.07
3.	Marco Barkhuis	ZPC Stadskanaal	1:17.45 9500279		1:16.88
4.	Rick Veldman	ZPC Stadskanaal	1:28.83 9503705		1:27.58
5.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:38.47 9501527		1:29.91
6.	Sven Doldersum	Dedemsvaart-AC	1:36.23 9500457		1:32.81
7.	Rick Halma	de Vikings	1:35.53 9505121		1:35.91
8.	Jos Smit	Dedemsvaart-AC	1:34.52 9502693		1:35.93
9.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:38.85 9500381		1:37.48
10.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	1:54.35 9504389		1:37.63
11.	Martin Roelfsema	ZPC Stadskanaal	NT 9600821		1:41.33
12.	Rick Kupers	ZPC Stadskanaal	1:42.88 9601061		1:43.98

Programmanr. 7
14.3.09

Dames, 200m vlinderslag

Dames Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	100m	200m
1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	2:21.07 8903004		2:24.04
2.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	2:34.11 8902812		2:29.48
3.	Janine Kosse	Dedemsvaart-AC	2:35.16 8702326		2:41.46
4.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	2:44.63 9502706		2:44.92
5.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:46.71 8600850		2:45.67
6.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	2:46.87 8702408		2:47.89
7.	Inge Menzo	Dedemsvaart-AC	2:51.67 8802994		2:55.36
8.	Sharayah Diphoorn	Dedemsvaart-AC	2:56.51 9100738		2:55.98
9.	Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen	2:48.21 8904130		3:04.35
10.	Jolien Bleichrodt	de Vikings	NT 9203650		3:09.86

Programmanr. 8
14.3.09

Heren, 100m rugslag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Aljan Tempel	Dedemsvaart-AC	59.36 9002873		59.60
2.	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen	57.26 8902201		1:03.89
3.	Erik Verholt	HZ&PC Heerenveen	1:03.33 8803543		1:05.00
4.	Bram Romkes	Dedemsvaart-AC	1:04.50 8602595		1:05.07
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	1:03.44 8902291		1:05.10
6.	Jos Duit	ZPC Stadskanaal	1:04.39 9000745		1:05.16
7.	Erik Kosters	Dedemsvaart-AC	1:05.23 8000837		1:05.46
8.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	1:05.07 9003283		1:06.25
9.	Jesper Kloek	Dedemsvaart-AC	1:05.67 9001585		1:06.36
10.	Sjoerd Salomons	ZPC Stadskanaal	NT 8502223		1:08.42
11.	Harmen van der Werf	de Vikings	1:05.64 8402989		1:08.95
12.	Herman van Dijk	HZ&PC Heerenveen	1:09.14 8900691		1:09.10
13.	Marco Brouwer	de Vikings	1:09.39 8600473		1:09.68
14.	Jarko Bruintjes	ZPC Stadskanaal	1:07.42 8800565		1:11.20

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 9 Meisjes, 200m schoolslag Meisjes Jeugd 2 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Nikki van der Pijl	ZPC Stadskanaal	3:03.13	9403954		3:04.70
2.	Elisabeth Muthert	ZPC Stadskanaal	3:03.12	9500062		3:08.00
3.	Eva Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	3:11.08	9302340		3:11.95
4.	Anna Visser	HZ&PC Heerenveen	3:18.42	9400774		3:13.29
5.	Beau de Bruijn	Dedemsvaart-AC	3:19.53	9400608		3:13.58
6.	Shannen Diphooorn	Dedemsvaart-AC	3:06.70	9300208		3:14.16
7.	Laura Boessenkool	Dedemsvaart-AC	3:29.32	9402604		3:15.18
8.	Lynde Hans	Dedemsvaart-AC	3:33.33	9402606		3:22.75
9.	Annelies Jeurig	ZPC Stadskanaal	3:30.78	9400562		3:26.86
10.	Saskia Zwiers	Dedemsvaart-AC	3:36.72	9404064		3:28.20
11.	Kim Vlottes	de Vikings	3:30.35	9404596		3:30.70
12.	Kirsten Braak	de Vikings	NT	9307270		3:32.96
AFGEM	Susan Voortman	Dedemsvaart-AC	3:23.50	9404066		

Programmanr. 10 Meisjes, 100m schoolslag Meisjes Jeugd 2 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
------	--	--	---------	--	-----	------

Programmanr. 11 Jongens, 100m rugslag Jongens Junioren 4 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Gavin van der Werf	HZ&PC Heerenveen	1:03.53	9302971		1:03.16
2.	Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	1:09.64	9400195		1:06.73
3.	Jens Kobesen	ZPC Stadskanaal	1:07.16	9500117		1:07.76
4.	Roy Zuidema	ZPC Stadskanaal	1:14.24	9400067		1:12.14
5.	Mike Koelewijn	HZ&PC Heerenveen	1:08.43	9303597		1:13.61
6.	Harm Lemstra	de Vikings	1:11.97	9305009		1:13.75
7.	Arjan Francken	Dedemsvaart-AC	1:18.48	9402503		1:14.60
8.	Raoul Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:15.45	9400603		1:15.56
9.	Ingmar Kloek	Dedemsvaart-AC	1:17.60	9305409		1:15.57
10.	Matthijs Ganzevoort	HZ&PC Heerenveen	1:15.63	9305533		1:18.51
11.	Eelco Nauta	de Vikings	1:25.15	9305011		1:21.26
12.	Tiemen Jansen	de Vikings	1:23.14	9404189		1:21.80

Programmanr. 12 Dames, 200m rugslag Dames Senioren 2 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	2:27.33	9400302		2:31.36
2.	Stéphanie Bergsma	Dedemsvaart-AC	2:35.45	9203374		2:34.92
3.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	2:35.52	9204328		2:38.25
4.	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	2:36.85	9204486		2:40.76
5.	Nathasja Bos	ZPC Stadskanaal	2:38.15	9100362		2:42.35
6.	Eline Ligthart	de Vikings	2:46.46	9301706		2:44.45
7.	Kim de Bruijn	Dedemsvaart-AC	2:43.33	9203424		2:44.74
8.	Marloes Jeurig	ZPC Stadskanaal	2:40.20	9200858		2:46.92
9.	Maaïke Boschman	Dedemsvaart-AC	3:02.26	9200238		2:48.42
10.	Merel Weysenfeld	de Vikings	2:47.62	9404110		2:52.23
11.	Hannah Feldman	Dedemsvaart-AC	3:04.95	9106308		3:06.45

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 12, Dames, 200m rugslag, Dames Senioren 2 en later

Rang			In.tijd	100m	200m
12.	Melanie Meijerink	Dedemsvaart-AC	3:04.90	9104796	3:11.97
AFGEM	Veerle van Kesteren	Dedemsvaart-AC	3:11.85	9101586	

Programmanr. 13
14.3.09

Jongens, 100m vrije slag

Jongens Jeugd 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Willem Kees Roos	de Vikings	56.36	9402693	55.15
2.	Bernd Kobesen	ZPC Stadskanaal	54.04	9300981	55.60
3.	Hugo Polman	Dedemsvaart-AC	55.54	9101813	55.70
3.	Maurits Muthert	ZPC Stadskanaal	55.77	9200941	55.70
5.	Micheal Westers	de Vikings	56.32	9204263	56.52
6.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	58.88	9200245	58.28
7.	Jordy Kerssies	Dedemsvaart-AC	57.54	9105977 2	58.38
7.	Rick Mooij	HZ&PC Heerenveen	56.08	9106571 1	58.38

Programmanr. 14
14.3.09

Dames, 50m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	NT	8903004 27.82
2.	Christien Kruithof	ZPC Stadskanaal	28.03	8602124 29.07
3.	Kim Heerdink	Dedemsvaart-AC	28.92	9001386 29.312
3.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	28.96	8902812 29.311
5.	Mariëtte Kosse	Dedemsvaart-AC	28.98	8602066 29.41
6.	Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	29.30	8801880 29.93
7.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	29.83	8702408 31.50
8.	Willeke van Stipriaan	Dedemsvaart-AC	31.79	8903996 32.06
9.	Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen	32.77	8904130 32.10
10.	Nancy Boomstra	de Vikings	34.21	8600416 32.29
11.	Jolien Bleichrodt	de Vikings	32.08	9203650 32.64
12.	Saskia Knol	Dedemsvaart-AC	34.00	7900468 34.69

Programmanr. 15
14.3.09

Heren, 200m wisselslag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	100m	200m
1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	2:14.68	9001961	2:14.60
2.	Jos Duit	ZPC Stadskanaal	2:15.98	9000745	2:16.95
3.	Sander Zoer	Dedemsvaart-AC	2:17.66	8302447	2:18.51
4.	Arjan Prins	Dedemsvaart-AC	2:20.66	8201383	2:20.37
5.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	2:16.86	9003283	2:24.04
6.	Erik Verholt	HZ&PC Heerenveen	2:16.93	8803543	2:24.20
7.	Ramon Runherd	Dedemsvaart-AC	2:28.80	9004575	2:24.86
8.	Herman van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:27.76	8900691	2:25.92
9.	Kelvin Bergsma	Dedemsvaart-AC	2:25.45	8602133	2:26.07
10.	Sjoerd Salomons	ZPC Stadskanaal	NT	8502223	2:28.66
11.	Jarko Bruintjes	ZPC Stadskanaal	2:25.20	8800565	2:33.16
12.	Marco Brouwer	de Vikings	2:32.93	8600473	2:36.98
13.	Harmen van der Werf	de Vikings	2:30.69	8402989	2:42.20

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 16
14.3.09

Meisjes, 100m vrije slag

Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Maaïke van Veen	Dedemsvaart-AC	1:10.25	9700292		1:07.93
2.	Martine van Sluis	de Vikings	1:12.73	9702888		1:11.35
3.	Ellen van Nieff	ZPC Stadskanaal	1:14.89	9701112		1:12.41
4.	Laura van der A	ZPC Stadskanaal	1:15.02	9700080		1:13.29
5.	Astrid Smit	ZPC Stadskanaal	1:14.18	9700034		1:15.42
6.	Bente Kuik	ZPC Stadskanaal	1:17.24	9701750		1:15.44
7.	Kirsten Bies	Dedemsvaart-AC	1:20.42	9800516		1:15.66
8.	Marije Dankelman	Dedemsvaart-AC	1:24.04	9701502		1:16.45
9.	Ayla Berg	Dedemsvaart-AC	1:26.58	9703480		1:16.60
10.	Annemiek Halma	de Vikings	1:21.51	9702884		1:20.08
11.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:23.09	9700202		1:20.32
12.	Jolet Slijter	ZPC Stadskanaal	1:22.31	9702914		1:22.17
13.	Iris de Jong	HZ&PC Heerenveen	1:24.12	9801708		1:23.79
14.	Myrthe Offenga	de Vikings	1:27.29	9901874		1:24.72
15.	Emma Bos	ZPC Stadskanaal	1:29.22	9900658		1:25.59
16.	Ageeth Dekker	ZPC Stadskanaal	1:27.57	9802180		1:25.60
17.	Fenja van der Wolde	ZPC Stadskanaal	1:30.67	9800132		1:28.70
18.	Marieke Klijnstra	ZPC Stadskanaal	1:29.91	9801964		1:29.27
19.	Hilde Diederix	Dedemsvaart-AC	1:36.20	9700914		1:29.75
20.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:36.40	9900926		1:31.29
21.	Julia van der A	ZPC Stadskanaal	1:29.06	9800072		1:31.57
22.	Silke Rinsma	HZ&PC Heerenveen	1:40.76	9900732		1:32.44

Programmanr. 17
14.3.09

Jongens, 50m vlinderslag

Jongens Minioren 4,5,6
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Joost van der Pijl	ZPC Stadskanaal	39.31	9700171	37.42
2.	Marcel van der Heide	de Vikings	39.57	9701503	38.83
3.	Gerko Wilkens	ZPC Stadskanaal	38.76	9800261	39.74
4.	Niels Visser	HZ&PC Heerenveen	43.57	9702251	42.80
5.	Rik Liefheid	ZPC Stadskanaal	43.10	9801131	43.17
6.	Martijn Lageweg	HZ&PC Heerenveen	44.14	9701323	44.33
7.	Peter van Nieff	ZPC Stadskanaal	53.35	9900067	44.48
8.	Frank van der Wal	HZ&PC Heerenveen	45.67	9700645	45.69
9.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	46.04	9700113	47.43
10.	Tim Hatzmann	ZPC Stadskanaal	51.19	9801129	50.38
11.	Jeroen Boessenkool	Dedemsvaart-AC	54.26	9800295	51.16
AFGEM	Carlo Ruiz	HZ&PC Heerenveen	50.26	9802549	

Programmanr. 18
14.3.09

Meisjes, 100m schoolslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Monique van der Struik	ZPC Stadskanaal	1:27.79	9502502		1:23.09
2.	Laura Buirs	ZPC Stadskanaal	1:25.98	9600672		1:24.23
3.	Samantha Diphooorn	Dedemsvaart-AC	1:24.52	9600318		1:24.78
4.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	1:27.37	9502170		1:28.26
5.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:27.84	9600866		1:28.70
6.	Joyce Mennink	Dedemsvaart-AC	1:34.26	9601180		1:29.76

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 18, Meisjes, 100m schoolslag, Meisjes Junioren 3 en later

Rang			In.tijd		50m	100m
7.	Melissa Nauta	de Vikings	1:31.75	9602388		1:30.82
8.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:33.47	9600864		1:31.11
9.	Lenneke Muggen	HZ&PC Heerenveen	1:30.92	9500128		1:31.83
10.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	1:28.82	9601088		1:31.89
11.	Marlinde Koops	ZPC Stadskanaal	1:30.50	9500638		1:33.41
12.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	1:41.13	9501920		1:34.31
13.	Allison Geertsema	ZPC Stadskanaal	1:38.81	9603252		1:36.39
14.	Henny de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:38.26	9500556		1:37.46
15.	Esther Visser	de Vikings	1:41.58	9700544		1:40.83
16.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	1:39.84	9600950		1:42.27
AFGEM	Amber IJzebrink	Dedemsvaart-AC	1:57.04	9602258		

Programmanr. 19
14.3.09

Jongens, 400m vrije slag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m	300m	400m
1.	Luc van der Wolde	ZPC Stadskanaal	4:39.46	9500281				4:25.25
2.	Marco Barkhuis	ZPC Stadskanaal	4:57.91	9500279				4:39.23
3.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	4:58.29	9500093				4:44.25
4.	Rick Veldman	ZPC Stadskanaal	5:09.83	9503705				4:54.35
5.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	5:50.26	9501527				5:05.67
6.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	6:33.92	9504389				5:23.13
7.	Sven Doldersum	Dedemsvaart-AC	5:58.67	9500457				5:32.66
8.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	5:29.26	9500381				5:33.39
9.	Jos Smit	Dedemsvaart-AC	6:03.95	9502693				5:55.37
10.	Rick Kupers	ZPC Stadskanaal	6:25.41	9601061				6:09.47
11.	Martin Roelfsema	ZPC Stadskanaal		NT 9600821				6:53.26

Programmanr. 20
14.3.09

Jongens, 200m vrije slag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Rick Halma	de Vikings	2:22.02	9505121		2:22.70

Programmanr. 21
14.3.09

Dames, 200m wisselslag

Dames Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Janine Kosse	Dedemsvaart-AC	2:30.51	8702326		2:28.07
2.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	2:29.46	8902812		2:28.15
3.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	2:26.22	8903004		2:28.34
4.	Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	2:37.91	8801880		2:36.39
5.	Kim Heerdink	Dedemsvaart-AC	2:41.88	9001386		2:37.97
6.	Sharayah Diphoorn	Dedemsvaart-AC	2:42.41	9100738		2:40.69
7.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:35.34	8600850		2:43.23
8.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	2:38.97	8702408		2:44.06
9.	Christien Kruithof	ZPC Stadskanaal	2:34.59	8602124		2:45.50
10.	Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen	2:48.70	8904130		2:54.20
11.	Jolien Bleichrodt	de Vikings	2:50.28	9203650		2:55.86

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 25
14.3.09 Jongens, 100m schoolslag Jongens Junioren 4 en later
Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m

Programmanr. 26
14.3.09 Dames, 100m vrije slag Dames Senioren 2 en later
Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m

1.	Stéphanie Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:03.64	9203374	1:04.62
2.	Marloes Jeurig	ZPC Stadskanaal	1:04.34	9200858	1:04.69
2.	Maaïke Boschman	Dedemsvaart-AC	1:05.43	9200238	1:04.69
4.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:03.09	9204328	1:04.99
5.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	1:04.68	9400302	1:05.82
6.	Eline Ligthart	de Vikings	1:06.13	9301706	1:06.06
7.	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	1:05.26	9204486	1:06.23
8.	Nathasja Bos	ZPC Stadskanaal	1:06.57	9100362	1:06.83
9.	Kim de Bruijn	Dedemsvaart-AC	1:08.05	9203424	1:09.68
10.	Merel Weysenfeld	de Vikings	1:11.03	9404110	1:11.27
11.	Melanie Meijerink	Dedemsvaart-AC	1:17.44	9104796 2	1:20.44
11.	Hannah Feldman	Dedemsvaart-AC	1:16.86	9106308 1	1:20.44
AFGEM	Veerle van Kesteren	Dedemsvaart-AC	1:15.80	9101586	

Programmanr. 27
14.3.09 Jongens, 200m rugslag Jongens Jeugd 2 en later
Resultaten

Rang In.tijd 100m 200m

1.	Willem Kees Roos	de Vikings	2:16.77	9402693	2:15.32
2.	Maurits Muthert	ZPC Stadskanaal	2:19.96	9200941	2:19.11
3.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:28.03	9200245	2:22.51
4.	Bernd Kobesen	ZPC Stadskanaal	2:25.68	9300981	2:23.72
5.	Hugo Polman	Dedemsvaart-AC	2:22.21	9101813	2:28.45
6.	Micheal Westers	de Vikings	2:37.29	9204263	2:28.99
7.	Jordy Kerssies	Dedemsvaart-AC	2:31.41	9105977	2:39.98
8.	Rick Mooij	HZ&PC Heerenveen	2:37.06	9106571	2:44.56

Programmanr. 28
14.3.09 Dames, 100m rugslag Dames Senioren Open
Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m

1.	Inge Menzo	Dedemsvaart-AC	1:08.80	8802994	1:08.67
2.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	1:07.77	8902812	1:09.28
3.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	1:08.61	9502706	1:09.59
4.	Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	1:11.82	8801880	1:11.48
5.	Mariëtte Kosse	Dedemsvaart-AC	1:15.07	8602066	1:14.23
6.	Christien Kruithof	ZPC Stadskanaal	1:12.02	8602124	1:18.61
7.	Jolien Bleichrodt	de Vikings	1:16.31	9203650	1:19.99
8.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	1:15.14	8702408	1:20.77
9.	Willeke van Stipriaan	Dedemsvaart-AC	1:25.01	8903996	1:23.18
10.	Nancy Boomstra	de Vikings	NT	8600416	1:26.16
11.	Saskia Knol	Dedemsvaart-AC	1:30.82	7900468	1:31.67
AFGEM	Tessa van der Wal	HZ&PC Heerenveen	1:16.48	8704518	

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 29 Heren, 200m vlinderslag Heren Senioren Open
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd	100m	200m
1.	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen	2:07.70 8902201		2:09.46
2.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	2:21.29 9001961		2:17.36
3.	Arjan Prins	Dedemsvaart-AC	2:19.86 8201383		2:22.83
4.	Sander Zoer	Dedemsvaart-AC	2:27.45 8302447		2:24.66
5.	Jos Duit	ZPC Stadskanaal	2:20.14 9000745		2:25.54
6.	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	2:20.99 7800471		2:27.49
7.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	2:25.30 9003283		2:28.63
8.	Kelvin Bergsma	Dedemsvaart-AC	2:42.42 8602133		2:42.86
9.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	2:25.99 8902291		2:56.46
AFGEM	Marco Brouwer	de Vikings	2:46.42 8600473		

Programmanr. 30 Jongens, 4 x 100m vrije slag Jongens Junioren 4 en later
14.3.09 Resultaten

Programmanr. 31 Jongens, 4 x 50m vrije slag Jongens Junioren 4 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	ZPC Stadskanaal 2	ZPC Stadskanaal	1:46.15	1:45.56
	Roy Zuidema 94	27.69 Bernd Kobesen 93		
	Jens Kobesen 95	Luc van der Wolde 95		
2.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:48.62	1:48.47
	Maxim Veldhuis 94	25.94 Mike Koelewijn 93		
	Matthijs Ganzevoort 93	Gavin van der Werf 93		
3.	Dedemsvaart-AC 1	Dedemsvaart-AC	1:57.69	1:56.98
	Floriz Polman 95	26.95 Raoul Bergsma 94		
	Arjan Francken 94	Ingmar Kloek 93		
4.	de Vikings 2	de Vikings	2:04.73	1:57.11
	Harm Lemstra 93	30.14 Eelco Nauta 93		
	Tiemen Jansen 94	Willem Kees Roos 94		

Programmanr. 32 Meisjes, 4 x 100m wisselslag Meisjes Junioren 3 en later
14.3.09 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	ZPC Stadskanaal 1	ZPC Stadskanaal	5:01.12	5:04.08
	Monique van der Struik 95	1:08.09 Marlinde Koops 95		
	Laura Buirs 96	Elisabeth Muthert 95		
2.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	5:02.45	5:08.44
	Hjordis Wagenaar 95	1:12.25 Myrthe Sijtsema 95		
	Leandra Vedder 96	Desiree Vedder 96		
3.	de Vikings 3	de Vikings	5:36.03	5:33.64
	Melissa Nauta 96	1:18.73 Esther Visser 97		
	Martine van Sluis 97	Annemiek Halma 97		
4.	HZ&PC Heerenveen 2	HZ&PC Heerenveen	5:28.20	5:34.01
	Henny de Vries 95	1:19.84 Kelly de Jong 95		
	Aniek Bergsma 96	Julia Zwertbroek 96		

Competitie
Heerenveen, 14.3.2009

Programmanr. 32, Meisjes, 4 x 100m wisselslag, Meisjes Junioren 3 en later

Rang			In.tijd	Tijd
DIS	Dedemsvaart-AC 1	Dedemsvaart-AC	5:17.42	5:15.10
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>			
	Ayla Berg	97	1:22.92	Maaike van Veen 97
	Samantha Diphorn	96		Joyce Mennink 96