

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 1 Jongens, 4 x 200m vrije slag Jongens Junioren 4 en later
14.11.2009 - 13:45 Resultaten

Rang	In.tijd	Tijd
1. Orca 1	Orca 8:50.12	8:42.74
Willem Kees Roos	94	1:59.65
Bram ter Ellen	94	1:59.65
Pieter Ytsma	95	
Myrdin Willemse	95	

Programmanr. 2 Jongens, 4 x 100m vrije slag Jongens Junioren 4 en later
14.11.2009 - 13:55 Resultaten

Rang	In.tijd	Tijd
1. ZPC Stadskanaal 1	ZPC Stadskanaal 3:52.31	3:53.00
Jens Kobesen	95	57.57
Roy Zuidema	94	Marco Barkhuis
		Luc van der Wolde
		95
		95
2. HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen 4:18.82	4:18.83
Sander Akkerman	95	1:04.80
Ruben Bonnema	95	Janco v der Molen
		Maxim Veldhuis
		96
		94

Programmanr. 3 4 x 50m vrije slag Meisjes Junioren 1 e.l. en Jongens Minioren 6 e.l.
14.11.2009 - 14:00 (1j,1m,1j,1m) Resultaten

Rang	In.tijd	Tijd
1. ZPC Stadskanaal 2	ZPC Stadskanaal 2:20.39	2:20.32
Gerko Wilkens	98	34.20
Marieke Klijnstra	98	Martijn Boelens
		Inge Wubs
		99
		98
2. HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen 2:35.90	2:28.51
Carlo Ruiz	98	35.00
Carola Stuiver	98	Melissa Portijk
		Denny Olde Agterhuis
		98
		98

Programmanr. 4 Dames, 400m wisselslag Dames Senioren Open
14.11.2009 - 14:05 Resultaten

Rang	In.tijd	100m	200m	300m	400m
1. Wendan Poelstra	Orca 5:00.26 9102496	1:07.20			5:05.64
2. Monique van der Struik	ZPC Stadskanaal 5:27.77 9502502	1:10.37			5:06.40
3. Femke Leenstra	Orca 5:22.55 9503038	1:07.43			5:10.02
4. Mariska Meems	ZPC Stadskanaal 5:16.99 8902812	1:09.95			5:22.49
5. Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen 5:15.91 8903004	1:13.00			5:27.30
6. Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen 5:34.46 8600850	1:17.23			5:45.16
7. Nathasja Bos	ZPC Stadskanaal 5:40.07 9100362	1:21.82			5:55.64
AFGEM Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen 5:58.79 8904130				

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 5 Dames, 200m wisselslag Dames Senioren Open
14.11.2009 - 14:15 Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m 150m 200m

Programmanr. 6 Heren, 100m vlinderslag Heren Senioren Open
14.11.2009 - 14:15 Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m

1.	Vincent van Iperen	Orca	1:00.47	9106179		57.99
2.	Rick Mooij	HZ&PC Heerenveen	1:01.70	9106571	28.39	1:00.29
3.	Michiel Punter	Orca	59.35	8401823		1:01.47
4.	Jos Duit	ZPC Stadskanaal	1:00.69	9000745	27.84	1:01.47
5.	Herman Hofman	ZPC Stadskanaal	1:03.64	9001229	28.95	1:02.23
6.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	1:02.00	9003283		1:03.60
7.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	1:05.75	8902291	28.77	1:04.00
8.	Niels Blauw	ZPC Stadskanaal	1:04.60	9004689	28.86	1:04.50
9.	Rene Beetsma	HZ&PC Heerenveen	1:05.23	6900069		1:07.81
10.	Jarko Bruintjes	ZPC Stadskanaal	1:06.18	8800565	30.07	1:09.36
AFGEM	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen	55.33	8902201		
AFGEM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	59.42	7800471		
AFGEM	Michel Popken	ZPC Stadskanaal	1:07.72	9002321		

Programmanr. 7 Dames, 100m schoolslag Dames Senioren 2 en later
14.11.2009 - 14:20 Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m

1.	Jessie Smeding	Orca	1:15.68	9504528		1:17.61
2.	Rixt Veldkamp	ZPC Stadskanaal	1:17.25	9404344	36.70	1:18.08
3.	Liza Salverda	Orca	NT	9500570	38.95	1:23.02
4.	Elisabeth Muthert	ZPC Stadskanaal	1:23.05	9500062		1:25.52
5.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:24.51	9204328	40.84	1:26.92
6.	Ankie van der Meer	Orca	1:27.67	9300504		1:27.83
7.	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	1:28.31	9204486	41.57	1:29.00
8.	Femke de Jong	Orca	1:40.57	9306390		1:34.02
AFGEM	Fraukje Puts	ZPC Stadskanaal	1:26.38	9206470		
BM	Anne Huizinga	ZPC Stadskanaal	1:38.76	9602722	45.28	1:37.87

Programmanr. 8 Jongens, 400m vrije slag Jongens Jeugd 2 en later
14.11.2009 - 14:25 Resultaten

Rang In.tijd 100m 200m 300m 400m

1.	Bernd Kobesen	ZPC Stadskanaal	4:12.36	9300981	58.00	2:01.33	4:10.30
2.	Michael Westers	Orca	4:26.05	9204263	1:00.14	2:04.73	4:16.87
3.	Luc van der Wolde	ZPC Stadskanaal	4:25.25	9500281	1:01.08	2:07.35	4:21.97
4.	Gijs Gertsen	Orca	4:33.20	9303485	1:02.64	2:10.76	4:29.57
5.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	4:21.54	9201965	1:01.36		4:30.64
6.	Tim Blauw	ZPC Stadskanaal	4:42.67	9301345		2:10.32	4:31.61
7.	Maurits Muthert	ZPC Stadskanaal	4:27.58	9200941	1:01.18	2:09.68	4:33.00
8.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	4:46.26	9200245	1:03.03	2:11.82	4:33.75
9.	Sven Alkema	Orca	4:38.35	9303083	1:02.64	2:12.54	4:35.16
10.	Matthijs Ganzevoort	HZ&PC Heerenveen	4:50.99	9305533	1:07.09	2:23.88	5:04.72
AFGEM	Gavin van der Werf	HZ&PC Heerenveen	4:35.99	9302971			

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 9 14.11.2009 - 14:35	Jongens, 200m vrije slag	Jongens Jeugd 2 en later Resultaten
--------------------------------------	--------------------------	--

Rang	In.tijd	50m 100m 150m 200m
Programmanr. 10 14.11.2009 - 14:35		
Meisjes, 200m rugslag		
Meisjes Jeugd 2 en later Resultaten		

Rang	In.tijd	50m 100m 150m 200m
1. Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen 2:27.33 9400302	34.36 1:11.82 2:28.20
2. Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen 2:27.80 9502706	34.45 1:12.26 2:30.02
3. Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen 2:33.29 9404736	34.85 1:12.69 2:31.03
4. Fiona van Heerde	Orca 2:36.16 9403660	1:13.26 2:32.51
5. Naomi Zuidema	ZPC Stadskanaal 2:35.15 9600058	36.01 1:15.21 2:34.55
6. Freya Holwerda	Orca 2:40.53 9502780	35.58 1:13.70 2:40.38
7. Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen 2:40.36 9502170	36.45 1:17.16 2:40.38
8. Evelien van Ruiten	Orca 2:36.34 9602924	37.17 1:17.92 2:42.02
9. Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen 2:48.05 9501920	38.13 1:19.51 2:43.54
10. Bente Kuik	ZPC Stadskanaal 2:54.39 9701750	40.08 1:23.11 2:50.36
11. Nikki van der Pijl	ZPC Stadskanaal 2:44.70 9403954	38.84 1:22.27 2:50.66
12. Marlinde Koops	ZPC Stadskanaal 3:06.82 9500638	44.08 1:31.88 3:04.25
AFGEM Liza Salverda	Orca 2:42.64 9500570	
AFGEM Anna Visser	HZ&PC Heerenveen 2:30.83 9400774	

Programmanr. 11 14.11.2009 - 14:50	Meisjes, 100m rugslag	Meisjes Jeugd 2 en later Resultaten
---------------------------------------	-----------------------	--

Rang	In.tijd	50m 100m
Programmanr. 12 14.11.2009 - 14:50		
Jongens, 100m vlinderslag		
Jongens Junioren 4 en later Resultaten		

Rang	In.tijd	50m 100m
1. Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen 1:03.56 9400195	1:02.13
2. Levi Hilbolling	ZPC Stadskanaal 1:06.71 9500593	29.14 1:04.40
3. Jens Kobesen	ZPC Stadskanaal 1:06.26 9500117	29.70 1:04.95
4. Willem Kees Roos	Orca 1:08.63 9402693	1:06.60
5. Marco Barkhuis	ZPC Stadskanaal 1:08.99 9500279	30.85 1:08.90
6. Rick Veldman	ZPC Stadskanaal 1:10.91 9503705	32.13 1:11.64
7. Roy Zuidema	ZPC Stadskanaal 1:25.89 9400067	31.60 1:12.58
8. Pieter Ytsma	Orca 1:13.98 9501809	1:14.07
9. Bram ter Ellen	Orca 1:15.80 9402689	36.36 1:20.14
10. Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen 1:22.39 9501527	1:21.78
11. Myrdin Willemsse	Orca 1:18.23 9500951	36.69 1:23.05
12. Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen 1:32.97 9504389	36.80 1:23.13

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 13
14.11.2009 - 14:50

Dames, 50m schoolslag

Dames Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Femke Leenstra	Orca	35.01	9503038	34.76
2.	Monique van der Struik	ZPC Stadskanaal	39.84	9502502	36.26
3.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	35.17	8902812	36.29
4.	Wendan Poelstra	Orca	36.11	9102496	36.51
5.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	35.65	8600850	36.64
6.	Christien Kruithof	ZPC Stadskanaal	39.15	8602124	38.93
7.	Nathasja Bos	ZPC Stadskanaal	41.72	9100362	39.17
8.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	39.66	8702408	39.26
AFGEM	Henny de Vries	HZ&PC Heerenveen	44.99	9500556	
AFGEM	Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	NT	8801880	

Programmanr. 14
14.11.2009 - 14:55

Heren, 200m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m	150m	200m
1.	Vincent van Iperen	Orca	1:58.71	9106179	27.42	57.11		1:57.64
2.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	2:07.37	9003283	28.00	58.57		2:01.89
3.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	2:00.54	9001961	28.43	1:00.29		2:03.82
4.	Michiel Punter	Orca	2:03.50	8401823	27.19	58.99		2:05.09
5.	Niels Blauw	ZPC Stadskanaal	2:05.60	9004689		1:00.26		2:05.36
6.	Herman Hofman	ZPC Stadskanaal	2:11.58	9001229	29.25	1:01.26		2:05.56
7.	Jos Duit	ZPC Stadskanaal	2:02.25	9000745	29.80	1:02.73		2:07.49
8.	Rick Mooij	HZ&PC Heerenveen	2:11.71	9106571		1:02.95		2:14.04
9.	Jarko Bruintjes	ZPC Stadskanaal	2:20.02	8800565	29.61	1:03.50		2:20.85
AFGEM	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen	1:55.63	8902201				
AFGEM	Michel Popken	ZPC Stadskanaal	2:05.08	9002321				

Programmanr. 15
14.11.2009 - 15:00

Meisjes, 200m wisselslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m	150m	200m
1.	Lisanne van Avezaath	ZPC Stadskanaal	2:32.70	9701304	31.80			2:29.86
2.	Adája Stoetman	ZPC Stadskanaal	2:32.73	9600348	30.32			2:30.82
3.	Marre Zandringa	Orca	2:35.88	9701136				2:34.11
4.	Melissa Nauta	Orca	2:49.31	9602388	39.76			2:45.13
5.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	2:43.92	9600866	36.17			2:45.89
6.	Claudia Hacke	Orca	2:49.31	9602936	36.86			2:48.02
7.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	2:44.70	9600864	36.50			2:50.52
8.	Laura Buirs	ZPC Stadskanaal	2:54.19	9600672	38.16			2:53.36
9.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	3:02.90	9600950	36.39			2:58.09
10.	Astrid Smit	ZPC Stadskanaal	2:49.92	9700034	40.14			2:58.36
11.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	3:11.95	9700202	43.35			2:58.60
12.	Ellen van Nieff	ZPC Stadskanaal	2:54.12	9701112	39.55			3:01.77
DIS	Mirthe Alkema	Orca	2:53.40	9603616	42.35			2:55.13
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn</i>								
AFGEM	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	3:01.13	9601088				
AFGEM	Laura van der A	ZPC Stadskanaal	2:53.27	9700080				
AFGEM	Ilse Glazenburg	ZPC Stadskanaal	2:55.43	9600474				

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 16
14.11.2009 - 15:10

Jongens, 100m vrije slag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	1:05.03	9600017		1:03.70
2.	Jens Kuitert	Orca	1:08.84	9603891		1:06.80
3.	Stuart Vis	Orca	1:14.76	9702991	33.36	1:09.07
4.	Janco v der Molen	HZ&PC Heerenveen	1:13.65	9600759		1:09.08
5.	Hans v.d. Laan	ZPC Stadskanaal	1:09.86	9601063	33.96	1:13.46
6.	Daniel Borghardt	Orca	1:18.51	9700973	35.23	1:14.36
7.	Niels Visser	HZ&PC Heerenveen		NT 9702251		1:14.60
8.	Frank van der Wal	HZ&PC Heerenveen	1:18.92	9700645	37.18	1:18.56
9.	Martijn Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:19.11	9701323		1:19.03
10.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:21.48	9700113	36.16	1:19.70
11.	Rick Kupers	ZPC Stadskanaal	1:20.10	9601061	37.74	1:20.91
AFGEM	Joost van der Pijl	ZPC Stadskanaal	1:13.98	9700171		

Programmanr. 17
14.11.2009 - 15:15

Meisjes, 100m rugslag

Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Carmen Weistra	Orca	1:26.06	9802148		1:24.16
2.	Emma Bos	ZPC Stadskanaal	1:27.03	9900658	42.25	1:25.38
3.	Julia Barkhuis	ZPC Stadskanaal	1:31.04	0000132	42.91	1:27.74
4.	Wendy van Cleef	Orca	1:36.20	9802760	42.20	1:28.40
5.	Danielle Trippenzee	Orca	1:35.62	9802146	43.38	1:30.32
6.	Inge Wubs	ZPC Stadskanaal	1:29.76	9803044	44.16	1:31.22
7.	Marieke Klijnstra	ZPC Stadskanaal	1:34.68	9801964	44.88	1:33.41
8.	Julia van der A	ZPC Stadskanaal	1:33.82	9800072	46.16	1:36.02
9.	Fenja van der Wolde	ZPC Stadskanaal	1:38.78	9800132	46.76	1:36.23
10.	Carola Stuiver	HZ&PC Heerenveen	1:49.64	9803444	47.32	1:40.45
11.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:42.29	9900926		1:42.39
12.	Melissa Portijk	HZ&PC Heerenveen	2:00.80	9803442	49.65	1:43.42
13.	Silke Risma	HZ&PC Heerenveen		NT 9900732		1:45.57
AFGEM	Ageeth Dekker	ZPC Stadskanaal	1:31.26	9802180		
AFGEM	Kinge Zandringa	Orca	1:26.19	9801422		

Programmanr. 18
14.11.2009 - 15:25

Jongens, 50m schoolslag

Jongens Minioren 4,5,6
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Carlo Ruiz	HZ&PC Heerenveen	43.86	9802549	40.54
2.	Denny Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	49.11	9801235	43.02
3.	Rik Liefheid	ZPC Stadskanaal	45.20	9801131	43.52
4.	Martijn Boelens	ZPC Stadskanaal	42.94	9900209	43.89
5.	Tim Hatzmann	ZPC Stadskanaal	45.43	9801129	44.37
6.	Quintin Stoetman	ZPC Stadskanaal	46.75	9800043	45.41
7.	Gerko Wilkens	ZPC Stadskanaal	47.36	9800261	46.32
8.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	52.81	9900695	48.31
DIS	Daan Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	49.57	9900463	46.82
	<i>SR - Meer dan één dolfijnbeenslag na start en/of keerpunt.</i>				
DIS	Peter van Nieff	ZPC Stadskanaal	47.04	9900067	47.26
	<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>				

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 19 Dames, 200m vrije slag Dames Senioren Open
14.11.2009 - 15:25 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Femke Leenstra Orca	2:04.81 9503038	29.02	1:00.96		2:04.60
2.	Wendan Poelstra Orca	2:07.62 9102496	29.84	1:02.43		2:08.31
3.	Monique van der Struik ZPC Stadskanaal	2:09.49 9502502	30.87	1:03.55		2:08.79
4.	Chantal Nap HZ&PC Heerenveen	NT 8903004	31.24	1:05.71		2:16.24
5.	Mariska Meems ZPC Stadskanaal	2:16.38 8902812		1:06.41		2:19.88
6.	Nathasja Bos ZPC Stadskanaal	2:21.14 9100362		1:07.56		2:21.22
7.	Christien Kruithof ZPC Stadskanaal	2:25.78 8602124	32.44	1:08.16		2:24.20
8.	Karin van Dijk HZ&PC Heerenveen	2:24.16 8600850	33.05	1:09.54		2:25.60
9.	Margo Kruithof ZPC Stadskanaal	2:31.82 8702408	33.67	1:12.08		2:35.07
AFGEM	Henny de Vries HZ&PC Heerenveen	2:34.06 9500556				

Programmanr. 20 Heren, 50m schoolslag Heren Senioren Open
14.11.2009 - 15:35 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Dennis Wijbenga ZPC Stadskanaal	31.01 9003283	30.70
2.	Erik Verholt HZ&PC Heerenveen	29.23 8803543	31.38
3.	Vincent van Iperen Orca	31.46 9106179	31.76
4.	Jos Duit ZPC Stadskanaal	33.26 9000745	32.43
5.	Janco Nolles HZ&PC Heerenveen	32.67 8902291	32.54
6.	Michiel Punter Orca	32.18 8401823	32.72
7.	Niels Blauw ZPC Stadskanaal	34.43 9004689	34.35
8.	Jarko Bruintjes ZPC Stadskanaal	33.79 8800565	35.18
AFGEM	Michel Popken ZPC Stadskanaal	35.62 9002321	
AFGEM	Casper Hut HZ&PC Heerenveen	32.83 7800471	

Programmanr. 21 Dames, 400m vrije slag Dames Senioren 2 en later
14.11.2009 - 15:35 Resultaten

Rang		In.tijd	100m	200m	300m	400m
1.	Jessie Smeding Orca	4:54.02 9504528	1:05.33	2:15.82		4:40.51
2.	Nanda de Vries HZ&PC Heerenveen	4:51.26 9204328	1:09.27			4:54.80
3.	Rixt Veldkamp ZPC Stadskanaal	4:39.42 9404344	1:07.88	2:21.94		4:57.97
4.	Elisabeth Muthert ZPC Stadskanaal	4:52.34 9500062	1:10.59	2:26.66		4:58.18
5.	Lysbeth Wiersma HZ&PC Heerenveen	4:56.47 9204486	1:11.53	2:30.23		5:05.95
6.	Ankie van der Meer Orca	5:09.25 9300504	1:15.27			5:06.68
7.	Femke de Jong Orca	5:09.03 9306390	1:12.69			5:06.98
AFGEM	Fraukje Puts ZPC Stadskanaal	4:57.51 9206470				
AFGEM	Joyce Durken Orca	5:18.91 9205938				

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 22 Dames, 200m vrije slag Dames Senioren 2 en later
14.11.2009 - 15:45 Resultaten

Rang In.tijd 50m 100m 150m 200m
Programmanr. 23 Jongens, 100m schoolslag Jongens Jeugd 2 en later
14.11.2009 - 15:45 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m
1.	Maurits Muthert ZPC Stadskanaal	1:13.31 9200941		1:10.68
2.	Bernd Kobesen ZPC Stadskanaal	1:10.62 9300981		1:10.93
3.	Michael Westers Orca	1:16.54 9204263		1:12.84
4.	Christiaan van Dijk HZ&PC Heerenveen	1:15.66 9200245		1:12.96
5.	Gijs Gertsen Orca	1:12.77 9303485		1:13.22
6.	Dennis Bos HZ&PC Heerenveen	1:15.00 9201965		1:13.76
7.	Luc van der Wolde ZPC Stadskanaal	1:12.13 9500281		1:13.96
8.	Sven Alkema Orca	1:15.89 9303083		1:15.93
9.	Matthijs Ganzevoort HZ&PC Heerenveen	1:25.37 9305533		1:22.06
10.	Tim Blauw ZPC Stadskanaal	1:29.84 9301345		1:25.68
AFGEM	Gavin van der Werf HZ&PC Heerenveen	1:04.89 9302971		

Programmanr. 24 Meisjes, 100m vlinderslag Meisjes Jeugd 2 en later
14.11.2009 - 15:50 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m
1.	Nikki van der Pijl ZPC Stadskanaal	1:16.81 9403954		1:13.06
2.	Myrthe Sijtsema HZ&PC Heerenveen	1:14.23 9502706		1:14.59
3.	Evelien van Ruiten Orca	1:14.46 9602924		1:14.99
4.	Fiona van Heerde Orca	1:16.30 9403660		1:16.76
5.	Freya Holwerda Orca	1:18.27 9502780		1:18.24
6.	Danielle de Boer HZ&PC Heerenveen	1:22.03 9404736		1:19.51
7.	Kelly de Jong HZ&PC Heerenveen	1:21.20 9501920		1:20.70
8.	Liza Salverda Orca	1:18.29 9500570		1:21.68
9.	Naomi Zuidema ZPC Stadskanaal	1:21.20 9600058		1:21.74
10.	Manon Kuiper HZ&PC Heerenveen	1:19.93 9400302		1:22.41
11.	Hjordis Wagenaar HZ&PC Heerenveen	1:26.81 9502170		1:23.96
12.	Marlinde Koops ZPC Stadskanaal	1:21.56 9500638		1:24.99
AFGEM	Anna Visser HZ&PC Heerenveen	1:18.97 9400774		

Programmanr. 25 Jongens, 200m rugslag Jongens Junioren 4 en later
14.11.2009 - 16:00 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Willem Kees Roos Orca	2:15.10 9402693		1:05.24		2:13.83
2.	Levi Hilbolling ZPC Stadskanaal	2:20.68 9500593		1:06.11		2:16.67
3.	Jens Kobesen ZPC Stadskanaal	2:23.00 9500117		1:07.28		2:17.82
4.	Marco Barkhuis ZPC Stadskanaal	2:26.11 9500279		1:14.66		2:32.00
5.	Pieter Ytsma Orca	2:42.61 9501809		1:15.49		2:32.62
6.	Roy Zuidema ZPC Stadskanaal	2:48.46 9400067		1:16.09		2:35.94
7.	Myrdin Willemse Orca	2:43.65 9500951		1:17.52		2:37.24
8.	Bram ter Ellen Orca	2:38.25 9402689		1:18.02		2:38.07
9.	Rick Veldman ZPC Stadskanaal	2:42.44 9503705		1:19.61		2:41.39
10.	Ruben Bonnema HZ&PC Heerenveen	3:00.75 9504389		1:20.06		2:44.55
DIS	Maxim Veldhuis HZ&PC Heerenveen	2:35.02 9400195		1:10.67		2:27.81

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 25, Jongens, 200m rugslag, Jongens Junioren 4 en later

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
DIS	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	2:37.29	9501527	1:19.33	2:39.28
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn</i>						

Programmanr. 26
14.11.2009 - 16:05

Jongens, 100m rugslag

Jongens Junioren 4 en later
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m
Programmanr. 27 14.11.2009 - 16:05	Dames, 100m vlinderslag			Dames Senioren Open Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	
1.	Femke Leenstra	Orca	1:04.53	9503038	1:05.31
2.	Wendan Poelstra	Orca	1:04.66	9102496	1:05.44
3.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	1:03.57	8903004	1:06.36
4.	Monique van der Struik	ZPC Stadskanaal	1:07.43	9502502	1:08.06
5.	Mariska Meems	ZPC Stadskanaal	1:08.39	8902812	1:09.35
6.	Christien Kruithof	ZPC Stadskanaal	1:12.70	8602124	1:13.21
7.	Nathasja Bos	ZPC Stadskanaal	1:18.39	9100362	1:13.60
8.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	NT	8600850	1:13.99
9.	Margo Kruithof	ZPC Stadskanaal	1:17.81	8702408	1:18.41
AFGEM	Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	1:11.62	8801880	
AFGEM	Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen	1:16.31	8904130	

Programmanr. 28
14.11.2009 - 16:10

Heren, 400m wissel­slag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	100m	200m	300m	400m
1.	Dennis Wijbenga	ZPC Stadskanaal	4:46.30	9003283	1:06.27	4:39.48
2.	Herman Hofman	ZPC Stadskanaal	5:26.36	9001229	1:08.68	5:06.64
3.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	4:49.28	9001961	1:07.46	5:06.81
4.	Michiel Punter	Orca	5:09.06	8401823	1:05.40	5:10.24
5.	Erik Verholt	HZ&PC Heerenveen	5:00.00	8803543	1:09.22	5:10.79
6.	Rene Beetsma	HZ&PC Heerenveen	5:05.86	6900069	1:11.29	5:16.11
DIS	Vincent van Iperen	Orca	4:31.80	9106179	1:02.30	4:37.90
<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>						
AFGEM	Michel Popken	ZPC Stadskanaal	5:24.22	9002321		

Programmanr. 29
14.11.2009 - 16:20

Heren, 200m wissel­slag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
------	--	---------	-----	------	------	------

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 30
14.11.2009 - 16:20

Meisjes, 100m vrije slag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Adája Stoetman	ZPC Stadskanaal	1:00.60 9600348		1:00.30
2.	Lisanne van Avezaath	ZPC Stadskanaal	1:00.28 9701304		1:00.94
3.	Marre Zandringa	Orca	1:02.67 9701136		1:02.02
4.	Claudia Hacke	Orca	1:05.50 9602936		1:06.39
5.	Mirthe Alkema	Orca	1:09.79 9603616		1:08.83
6.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:07.21 9600864		1:09.43
7.	Melissa Nauta	Orca	1:14.61 9602388		1:09.79
8.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:07.76 9600866		1:11.24
9.	Laura Buirs	ZPC Stadskanaal	1:10.54 9600672		1:11.36
10.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:19.58 9700202		1:14.36
11.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	1:12.04 9600950		1:14.68
12.	Astrid Smit	ZPC Stadskanaal	1:12.08 9700034		1:15.15
13.	Anne Huizinga	ZPC Stadskanaal	1:16.04 9602722		1:15.53
14.	Ellen van Nieff	ZPC Stadskanaal	1:12.41 9701112		1:16.36
AFGEM	Laura van der A	ZPC Stadskanaal	1:10.80 9700080		
AFGEM	Ilse Glazenburg	ZPC Stadskanaal	1:11.07 9600474		
AFGEM	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	1:16.50 9601088		
BM	Bente Kuik	ZPC Stadskanaal	1:11.45 9701750		1:12.63

Programmanr. 31
14.11.2009 - 16:25

Jongens, 200m wisselslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	2:53.17 9600017	35.44	1:17.16		2:45.35
2.	Janco v der Molen	HZ&PC Heerenveen	3:08.41 9600759	39.70	1:23.70		2:53.78
3.	Hans v.d. Laan	ZPC Stadskanaal	2:57.89 9601063				2:58.68
4.	Daniel Borghardt	Orca	3:08.10 9700973	41.24	1:28.95		3:09.32
5.	Niels Visser	HZ&PC Heerenveen	NT 9702251	42.86	1:32.91		3:11.28
6.	Frank van der Wal	HZ&PC Heerenveen	3:13.53 9700645	47.76	1:36.86		3:16.32
7.	Martijn Lageweg	HZ&PC Heerenveen	3:18.82 9701323	47.93	1:35.54		3:17.40
8.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	3:27.38 9700113	47.73	1:35.63		3:17.40
9.	Rick Kupers	ZPC Stadskanaal	3:23.55 9601061	45.90			3:21.39
DIS	Stuart Vis	Orca	3:09.35 9702991	39.08			2:55.11
	<i>SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt., RH</i>						
DIS	Jens Kuitert	Orca	3:07.49 9603891	39.51	1:22.29		2:57.11
	<i>VH - Ongelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>						
AFGEM	Joost van der Pijl	ZPC Stadskanaal	3:01.82 9700171				
AFGEM	Jelmer Postma	Orca	3:07.85 9701631				

Programmanr. 32
14.11.2009 - 16:35

Meisjes, 50m schoolslag

Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Emma Bos	ZPC Stadskanaal	44.24 9900658	43.85
2.	Carmen Weistra	Orca	46.60 9802148	45.17
3.	Wendy van Cleef	Orca	44.29 9802760	46.30
4.	Marieke Klijnstra	ZPC Stadskanaal	46.90 9801964	46.43
5.	Inge Wubs	ZPC Stadskanaal	48.52 9803044	47.24
6.	Fenja van der Wolde	ZPC Stadskanaal	48.94 9800132	47.24
7.	Julia van der A	ZPC Stadskanaal	48.32 9800072	49.10

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 32, Meisjes, 50m schoolslag, Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1

Rang			In.tijd		Tijd
8.	Julia Barkhuis	ZPC Stadskanaal	50.04	0000132	49.36
9.	Danielle Trippenzee	Orca	49.60	9802146	50.27
10.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	54.25	9900926	51.17
11.	Melissa Portijk	HZ&PC Heerenveen	53.72	9803442	51.95
12.	Carola Stuiver	HZ&PC Heerenveen	55.28	9803444	53.15
13.	Silke Risma	HZ&PC Heerenveen		NT 9900732	56.43
AFGEM	Kinge Zandringa	Orca	49.00	9801422	
AFGEM	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	54.62	9901084	
AFGEM	Ageeth Dekker	ZPC Stadskanaal	45.42	9802180	

Programmanr. 33
14.11.2009 - 16:40

Jongens, 100m rugslag

Jongens Minioren 4,5,6
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Denny Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	1:28.32	9801235		1:27.17
2.	Martijn Boelens	ZPC Stadskanaal	1:26.32	9900209		1:27.71
3.	Gerko Wilkens	ZPC Stadskanaal	1:26.98	9800261		1:28.76
4.	Peter van Nief	ZPC Stadskanaal	1:25.05	9900067		1:29.16
5.	Carlo Ruiz	HZ&PC Heerenveen	1:33.23	9802549		1:29.50
6.	Rik Liefheid	ZPC Stadskanaal	1:29.36	9801131		1:32.93
7.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	1:38.74	9900695		1:34.78
8.	Quintin Stoetman	ZPC Stadskanaal	1:35.36	9800043		1:35.01
9.	Tim Hatzmann	ZPC Stadskanaal	1:37.39	9801129		1:35.34
10.	Daan Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	1:35.74	9900463		1:38.58

Programmanr. 34
14.11.2009 - 16:45

Dames, 4 x 100m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	Orca 1	Orca		4:04.31		3:58.64
	Jessie Smeding	95	1:00.67	Wendan Poelstra	91	
	Femke Leenstra	95		Fiona van Heerde	94	
2.	ZPC Stadskanaal 3	ZPC Stadskanaal		4:02.03		4:02.07
	Monique van der Struik	95	1:00.33	Rixt Veldkamp	94	
	Adája Stoetman	96		Lisanne van Avezaath	97	
3.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen		4:09.61		4:23.09
	Manon Kuiper	94	1:05.79	Myrthe Sijtsema	95	
	Nanda de Vries	92		Chantal Nap	89	

Programmanr. 35
14.11.2009 - 16:50

Heren, 4 x 100m wisselslag

Heren Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
------	--	--	---------	------

VC deel 2
Stadskanaal, 14.11.2009

Programmanr. 35, Heren, 4 x 100m wisselslag

1. ZPC Stadskanaal 4		ZPC Stadskanaal	4:02.59		4:03.45
Jos Duit	90	1:03.80	Maurits Muthert	92	
Dennis Wijbenga	90		Bernd Kobesen	93	
2. Orca 1		Orca	4:05.22		4:03.95
Willem Kees Roos	94	1:02.08	Michiel Punter	84	
Vincent van Iperen	91		Michael Westers	92	
3. HZ&PC Heerenveen 1		HZ&PC Heerenveen	3:54.84		4:07.00
Christiaan van Dijk	92	1:01.87	Jelmer Meijer	90	
Erik Verholt	88		Rick Mooij	91	
NG HZ&PC Heerenveen 2		HZ&PC Heerenveen	4:06.95		
Christiaan van Dijk, Erik Verholt, Rick Mooij, Janco Nolles					