

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 1 Dames, 200m vrije slag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 17:30 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Marre Zandringa	zv Orca	2:18.49	9701136	2:15.52
2.	Evelien van Ruiten	zv Orca	2:18.08	9602924	2:17.65
3.	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	2:22.38	9204486	2:21.92
4.	Femke de Jong	zv Orca	2:24.76	9306390	2:23.51
5.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	2:23.60	9600864	2:24.73
6.	Claudia Hacke	zv Orca	2:23.88	9602936	2:28.61
7.	Mirthe Alkema	zv Orca	2:31.46	9603616	2:28.77
8.	Ankie van der Meer	zv Orca	2:23.37	9300504	2:29.01
9.	Esther Visser	de Vikings	2:30.40	9700544	2:29.36
10.	Martine van Sluis	de Vikings	2:35.65	9702888	2:32.59
11.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	2:39.86	9601088	2:39.02
12.	Kinge Zandringa	zv Orca	2:48.10	9801422	2:39.74x
13.	Carmen Weistra	zv Orca	2:45.30	9802148	2:45.87
14.	Karen Suradi	zv Orca	2:55.73	9703926	2:54.42
15.	Danielle Trippenzee	zv Orca	3:01.95	9802146	2:59.59

Programmanr. 2 Heren, 200m vrije slag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 17:40 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	2:02.12	9201965	2:01.24
2.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	2:28.93	9401149	2:24.56
3.	Marcel van der Heide	de Vikings	2:25.98	9701503	2:28.11
4.	Harry Westers	de Vikings	3:03.59	9504869	2:32.31
5.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	2:35.32	9500381	2:34.83
6.	Jelmer Postma	zv Orca	2:43.23	9701631	2:39.92
7.	Dennis Rauwerda	zv Orca	2:52.56	9603517	3:00.09

Programmanr. 3 Dames, 100m rugslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 17:45 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Wendan Poelstra	zv Orca	1:06.57	9102496	1:05.98
2.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	1:04.31	8903004	1:09.56
3.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	1:08.20	9400302	1:09.99
4.	Fiona van Heerde	zv Orca	1:10.96	9403660	1:10.80
5.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	1:11.25	9404736	1:11.80
6.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	1:08.61	9502706	1:12.37
7.	Melissa Nauta	zv Orca	1:18.18	9602388	1:12.65
8.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	1:12.25	9502170	1:12.89
9.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	1:19.04	9501920	1:17.04
10.	Saskia Kruijer	Zcm'86	1:17.17	9204274	1:17.69
11.	Eline Ligthart	de Vikings	1:16.82	9301706	1:17.71
12.	Henny de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:17.51	9500556	1:18.16
13.	Guyonne van Berge Henegouwe	de Vikings	1:25.29	9400858	1:25.01
14.	Carolien Baarda	zv Orca	1:29.96	9704060	1:27.16
15.	Evabeth de Jong	de Vikings	1:36.46	9506240	1:29.39x
16.	Nienke Postma	zv Orca	1:39.03	9801096	1:32.09
17.	Wendy van Cleef	zv Orca	1:28.40	9802760	1:33.56
18.	Caroline Nauta	de Vikings	1:41.06	9803148	1:35.52x
19.	Carola Stuiver	HZ&PC Heerenveen	1:37.96	9803444	1:36.09

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 4 Heren, 100m rugslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 17:55 Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	1:01.34 9200245	1:01.10
2.	Sven Alkema	zv Orca	1:03.03 9303083	1:03.06
3.	Erik Verholt	HZ&PC Heerenveen	1:03.33 8803543	1:03.98
4.	Anne Huininga	HZ&PC Heerenveen	1:04.29 8601355	1:07.09
5.	Harm Lemstra	de Vikings	1:10.55 9305009	1:11.29
6.	Marlon Jansen	zv Orca	1:14.70 9107457	1:12.40
7.	Eric Oord	HZ&PC Heerenveen	1:09.67 9103983	1:13.27
8.	Bram ter Ellen	zv Orca	1:16.57 9402689	1:14.52
9.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	1:20.58 9504389	1:14.76
10.	Jeroen Dijkhuis	Zcm'86	1:22.44 9500909	1:20.04
11.	Stuart Vis	zv Orca	1:30.06 9702991	1:23.04
12.	Hielke Twijnstra	de Vikings	1:29.65 9505291	1:24.28
13.	Martijn Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:28.01 9701323	1:26.24
14.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:31.90 9700113	1:26.27
15.	Niels Visser	HZ&PC Heerenveen	1:28.89 9702251	1:28.73

Programmanr. 5 Dames, 200m wisselslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:00 Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	2:36.67 9204328	2:37.45
2.	Liza Salverda	zv Orca	2:42.28 9500570	2:44.66
3.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	2:43.92 9600866	2:48.44
4.	Jolien Bleichrodt	de Vikings	2:55.86 9203650	2:51.16
5.	Ilse van Dijk	Zcm'86	2:48.73 9301902	2:57.48
6.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	2:57.37 9600950	2:58.62
7.	Albertien Godthelp	de Vikings	3:02.24 8701346	3:02.85
8.	Nikki Jepkema	zv Orca	3:25.00 9505956	3:07.12
9.	Hanny van Dijk	zv Orca	3:08.30 9804514	3:16.32
DIS	Esmee Verhoef	zv Orca	3:10.80 9603802	3:06.92

VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.

Programmanr. 6 Heren, 200m wisselslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:10 Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Willem Kees Roos	zv Orca	2:20.74 9402693	2:18.28
2.	Pieter Ytsma	zv Orca	2:46.44 9501809	2:35.41
3.	Matthijs Ganzevoort	HZ&PC Heerenveen	2:45.25 9305533	2:40.67
4.	Daniel Borghardt	zv Orca	3:09.32 9700973	3:08.84
5.	Frank van der Wal	HZ&PC Heerenveen	3:24.86 9700645	3:16.79

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 7 Dames, 200m schoolslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:15 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Leonie Oude Elferink	Zignea	2:55.61	9401826	2:53.31
2.	Anneliene Zuidema	SG Middelse-Skelp	3:18.91	9800768	3:12.98
3.	Femke Hemstra	SG Middelse-Skelp	3:17.53	9305466	3:18.48
4.	Anne Vlottes	de Vikings	3:40.11	9702120	3:32.55
5.	Nadine Smits	zv Orca	3:58.51	9801098	3:47.07
6.	Melissa Portijk	HZ&PC Heerenveen	3:20.99	9803442	3:55.01
DIS	Trineke van der Schaaf	HZ&PC Heerenveen	3:45.31	9700200	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.

Programmanr. 8 Heren, 200m schoolslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:20 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Myrdin Willemse	zv Orca	3:00.50	9500951	2:57.05
2.	Jeroen Tijisma	PWC Buitenpost	3:05.41	9503655	3:00.67
3.	Janco v der Molen	HZ&PC Heerenveen	3:19.50	9600759	3:13.76
4.	Richard Kuipers	zv Orca	3:31.94	9704171	3:25.56
5.	Davey Hoving	Zcm'86	3:19.36	9400967	3:28.41
DIS	Stuart Vis	zv Orca	3:16.80	9702991	3:16.34

SK - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.

Programmanr. 9 Dames, 100m vlinderslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:25 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Karin Rijkelijhuizen	Zignea	1:11.97	9403358	1:13.10
2.	Evelien van Ruiten	zv Orca	1:14.46	9602924	1:14.04
3.	Grytsje Lanting	SG Middelse-Skelp	1:16.75	9306454	1:15.79
4.	Marjolein Tissingh	HZ&PC Heerenveen	1:16.31	8904130	1:18.96
5.	Gosina van Stralen	HZ&PC Heerenveen	1:20.87	8603450	1:21.19
6.	Kinge Zandringa	zv Orca	1:28.81	9801422	1:25.62
7.	Carmen Weistra	zv Orca	1:23.92	9802148	1:29.11
8.	Annemiek Halma	de Vikings	1:40.93	9702884	1:29.64
9.	Carolien Baarda	zv Orca	1:39.89	9704060	1:39.01
DIS	Aldith Pasveer	zv Orca	1:33.63	9701398	1:26.38

VH - Ongelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.

Programmanr. 10 Heren, 100m vlinderslag alg. leeftijdsgroep
28-11-2009 - 18:30 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	1:05.44	9205557	1:05.08
2.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:22.39	9501527	1:20.52
3.	Jens Kuitert	zv Orca	1:28.95	9603891	1:21.04
4.	Rick Halma	de Vikings	1:30.73	9505121	1:23.08

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 11
28-11-2009 - 18:50

Heren, 400m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Willem Kees Roos	zv Orca	5:10.25	9402693	5:02.26

Programmanr. 12
28-11-2009 - 18:55

Dames, 400m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Marre Zandringa	zv Orca	5:25.10	9701136	5:43.03
2.	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	5:44.96	9204486	5:48.95
3.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	5:43.70	9600864	5:51.76

Programmanr. 13
28-11-2009 - 19:00

Heren, 200m rugslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:22.51	9200245	2:19.72
2.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	3:00.75	9504389	2:42.35
3.	Marcel van der Heide	de Vikings	NT	9701503	2:43.49
4.	Janco v der Molen	HZ&PC Heerenveen	2:52.94	9600759	2:51.16
5.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	3:07.06	9500381	3:01.06
6.	Richard Kuipers	zv Orca	3:21.45	9704171	3:03.25x

Programmanr. 14
28-11-2009 - 19:05

Dames, 200m rugslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Wendan Poelstra	zv Orca	2:20.66	9102496	2:21.39
2.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	2:27.33	9400302	2:31.06
3.	Claudia Hacke	zv Orca	2:41.52	9602936	2:43.49
4.	Femke de Jong	zv Orca	2:43.25	9306390	2:44.31
5.	Ilse van Dijk	Zcm'86	2:44.31	9301902	2:52.67
6.	Aldith Pasveer	zv Orca	2:58.58	9701398	2:54.47
7.	Kinge Zandringa	zv Orca	3:10.25	9801422	3:00.17
8.	Nikki Jepkema	zv Orca	3:18.00	9505956	3:06.25
9.	Carmen Weistra	zv Orca	3:06.90	9802148	3:07.21
DIS	Ellen Jager	PWC Buitenpost	NT	9801384	2:55.54

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.

Programmanr. 15
28-11-2009 - 19:10

Heren, 100m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	56.19	9201965	56.89
2.	Sven Alkema	zv Orca	1:02.64	9303083	58.16
3.	Anne Huininga	HZ&PC Heerenveen	57.10	8601355	1:00.13
4.	Bram ter Ellen	zv Orca	1:00.86	9402689	1:00.87
5.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	1:00.45	9205557	1:00.94
6.	Myrdin Willemse	zv Orca	1:02.11	9500951	1:01.10
7.	Rick Halma	de Vikings	1:01.78	9505121	1:02.74

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 15, Heren, 100m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd		Tijd
8.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:03.04	9501527	1:02.95
9.	Matthijs Ganzevoort	HZ&PC Heerenveen	1:01.65	9305533	1:03.23
10.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	1:01.84	9401149	1:05.05x
11.	Harry Westers	de Vikings	1:09.80	9504869	1:07.24
12.	Stuart Vis	zv Orca	1:09.07	9702991	1:11.50
13.	Niels Visser	HZ&PC Heerenveen	1:14.81	9702251	1:11.79
14.	Hielke Twijnstra	de Vikings	1:12.47	9505291	1:13.09
15.	Jelmer Postma	zv Orca	1:14.93	9701631	1:13.23
16.	Jeroen Dijkhuis	Zcm'86	1:12.75	9500909	1:13.71
17.	Daniel Borghardt	zv Orca	1:14.36	9700973	1:15.27
18.	Martijn Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:19.11	9701323	1:20.03
19.	Silvan Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:21.48	9700113	1:20.28
20.	Frank van der Wal	HZ&PC Heerenveen	1:20.15	9700645	1:20.45
21.	Dennis Rauwerda	zv Orca	1:21.44	9603517	1:21.99

Programmanr. 16
28-11-2009 - 19:20

Dames, 100m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Fiona van Heerde	zv Orca	1:02.56	9403660	1:02.69
2.	Leonie Oude Elferink	Zignea	1:02.13	9401826	1:02.82
3.	Grytsje Lanting	SG Middelse-Skelp	1:05.46	9306454	1:04.04
4.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	1:05.42	9502170	1:05.04
5.	Karin Rijkelijhuizen	Zignea	1:04.39	9403358	1:05.77
6.	Gosina van Stralen	HZ&PC Heerenveen	1:06.94	8603450	1:07.49
7.	Esther Visser	de Vikings	1:09.46	9700544	1:07.81
8.	Eline Ligthart	de Vikings	1:06.06	9301706	1:07.94
9.	Melissa Nauta	zv Orca	1:09.79	9602388	1:08.05
10.	Sanne Wiersma	Zignea	1:08.95	9701108	1:08.35
11.	Ankie van der Meer	zv Orca	1:07.09	9300504	1:09.30
12.	Martine van Sluis	de Vikings	1:09.74	9702888	1:09.36
13.	Henny de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:09.84	9500556	1:10.96
14.	Femke Hemstra	SG Middelse-Skelp	1:09.94	9305466	1:10.98
15.	Saskia Kruijer	Zcm'86	1:07.88	9204274	1:12.04
16.	Esmee Verhoef	zv Orca	1:17.11	9603802	1:16.18
17.	Hanny van Dijk	zv Orca	1:26.10	9804514	1:17.55
18.	Carolien Baarda	zv Orca	1:17.31	9704060	1:18.24
19.	Karen Suradi	zv Orca	1:25.31	9703926	1:19.49
20.	Wendy van Cleef	zv Orca	1:24.07	9802760	1:19.83
21.	Trineke van der Schaaf	HZ&PC Heerenveen	1:25.81	9700200	1:20.96
22.	Anne Vlottes	de Vikings	1:20.60	9702120	1:21.40
23.	Evabeth de Jong	de Vikings	1:24.29	9506240	1:23.38
24.	Danielle Trippenzee	zv Orca	1:27.23	9802146	1:23.87

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 17
28-11-2009 - 19:30

Heren, 200m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Pieter Ytsma	2:52.15	9501809	2:42.02

Programmanr. 18
28-11-2009 - 19:35

Dames, 200m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Chantal Nap	2:21.07	8903004	2:31.99
2.	Evelien van Ruiten	2:47.91	9602924	2:47.79
3.	Nanda de Vries	2:42.03	9204328	2:52.96
4.	Julia Zwertbroek	3:23.50	9600950	3:08.47
5.	Kelly de Jong	3:24.99	9501920	3:08.85
6.	Carmen Kemper	NT	9401546	3:16.13
7.	Ellen Jager	NT	9801384	3:20.60
NG	Myrthe Sijtsema	2:44.92	9502706	

Programmanr. 19
28-11-2009 - 19:40

Heren, 100m schoolslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Erik Verholt	1:05.48	8803543	1:09.69
2.	Marlon Jansen	1:15.05	9107457	1:15.40
3.	Eric Oord	1:15.14	9103983	1:18.22
4.	Harm Lemstra	1:19.39	9305009	1:18.49
5.	Bram ter Ellen	1:19.56	9402689	1:21.25
6.	Jeroen Tijtsma	1:25.65	9503655	1:25.58
7.	Davey Hoving	1:30.14	9400967	1:35.47
8.	Jens Kuitert	1:48.45	9603891	1:39.39

Programmanr. 20
28-11-2009 - 19:45

Dames, 100m schoolslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Danielle de Boer	1:21.08	9404736	1:21.24
2.	Liza Salverda	1:20.94	9500570	1:22.47
3.	Anneliene Zuidema	1:27.19	9800768	1:27.22
4.	Melissa Nauta	1:30.82	9602388	1:27.83
5.	Jolien Bleichrodt	1:27.72	9203650	1:27.89
6.	Leandra Vedder	1:27.84	9600866	1:28.65
7.	Aniek Bergsma	1:28.82	9601088	1:30.10
8.	Sanne Wiersma	1:29.67	9701108	1:31.42
9.	Mirthe Alkema	1:30.79	9603616	1:31.45
10.	Albertien Godthelp	1:33.33	8701346	1:32.35
11.	Marjolein Tissingh	1:33.76	8904130	1:34.55
12.	Annemiek Halma	1:37.03	9702884	1:36.59
13.	Guyonne van Berge Henegouwe	1:34.73	9400858	1:39.59
14.	Aldith Pasveer	1:34.85	9701398	1:41.45
15.	Nadine Smits	1:46.46	9801098	1:44.50
16.	Nienke Postma	1:47.51	9801096	1:45.02
17.	Melissa Portijk	1:52.55	9803442	1:49.40
18.	Carola Stuiver	1:55.12	9803444	1:55.70

Limietwedstrijd zv Orca Cambuur
Leeuwarden, 28.11.2009

Programmanr. 20, Dames, 100m schoolslag, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd	Tijd
DIS	Caroline Nauta	de Vikings	1:57.98	9803148
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>			