

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 1 Dames, 200m wisselslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 17:30 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Janine Kosse Dedemsvaart-AC	2:30.07 8702326	32.92	1:10.53	1:53.10	2:28.13
2.	Inge Menzo Dedemsvaart-AC	2:39.29 8802994	34.10	1:12.52	2:01.98	2:37.06
3.	Joyce Mennink Dedemsvaart-AC	2:40.79 9601180	36.51	1:17.80	2:04.37	2:42.21
4.	Mariëtte Kosse Dedemsvaart-AC	2:43.02 8602066	37.47	1:20.25	2:10.54	2:47.79
5.	Lynde Hans Dedemsvaart-AC	2:51.92 9402606	35.82	1:19.09	2:12.61	2:49.40
6.	Ilse van Dijk ZCM '86	2:48.73 9301902	37.37	1:20.42	2:11.72	2:51.67
7.	Juliët Aalderink Dedemsvaart-AC	2:55.20 9505586	38.93	1:20.87	2:12.85	2:54.13
8.	Ellen Jager PWC Buitenpost	2:58.79 9801384	37.92	1:20.55	2:17.43	2:56.37
9.	Aldith Pasveer zv Orca	3:22.52 9701398	38.77	1:23.40	2:18.79	2:58.94
10.	Hanny van Dijk zv Orca	3:16.32 9804514	48.78	1:37.41	2:33.44	3:12.44
DIS	Willeke Jonkman ZCNF '34	3:08.72 9604304	40.21	1:26.99	2:15.07	2:57.32
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>					
DIS	Joyce Bakker De Forel	3:02.60 9600522	41.04	1:28.17	2:21.16	3:03.58
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>					
DIS	Ita Visser SG. Bolsward-Workum	3:10.34 9601444	46.37	1:35.78	2:38.92	3:30.90
	<i>VG - Bij de laatste armslag voor keer- en/of eindpunt de armen niet over het water naar voren gebracht.</i>					

Programmanr. 2 Heren, 200m wisselslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 17:40 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Sander Zoer Dedemsvaart-AC	2:20.57 8302447	28.89	1:03.44	1:45.28	2:16.53
2.	Hendrik Ben v/d Boon ZPD	2:33.59 8804761	31.55	1:11.52	1:56.48	2:30.84
3.	Chris ter Beke SG. Bolsward-Workum	2:45.81 9300895	35.30	1:15.74	2:00.39	2:38.70
4.	Mathijs Mulder De Forel	2:50.81 9700071	35.02	1:18.32	2:08.17	2:44.42
5.	Raoul Bergsma Dedemsvaart-AC	2:50.55 9400603	35.38	1:16.46	2:05.80	2:44.55
6.	Stuart Vis zv Orca	2:55.11 9702991	38.75	1:19.30	2:07.20	2:46.02
7.	Patrick de Roos ZPD	3:12.89 9702671	42.08	1:28.27	2:23.82	3:06.86
8.	Jonne Westenberg De Forel	3:26.05 9601695	42.21	1:30.39	2:24.81	3:09.85
9.	Elmo Doorn De Forel	3:21.25 9601995	43.79	1:35.61	2:35.96	3:25.07
10.	Danny Damhuis De Forel	3:31.45 9600623	49.40	1:45.08	2:48.95	3:33.69

Programmanr. 3 Dames, 100m vrije slag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 17:50 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Saskia Bergsma ZCNF '34	1:02.44 9301686	<b>1:03.73</b>
2.	Maaïke van Veen Dedemsvaart-AC	1:05.59 9700292	<b>1:04.85</b>
3.	Stéphanie Bergsma Dedemsvaart-AC	1:04.74 9203374	<b>1:05.04</b>
4.	Susan Voortman Dedemsvaart-AC	1:05.37 9404066	<b>1:06.26</b>
5.	Saskia Zwiers Dedemsvaart-AC	1:06.25 9404064	<b>1:06.89</b>
6.	Joyce Durken zv Orca	1:08.57 9205938	<b>1:06.98</b>
7.	Beau de Bruijn Dedemsvaart-AC	1:07.13 9400608	<b>1:08.24</b>
8.	Laura Boessenkool Dedemsvaart-AC	1:07.87 9402604	<b>1:08.53</b>
9.	Femke Hemstra SG Middelse-Skelp	1:09.10 9305466	<b>1:08.86</b>
10.	Amber IJzebrink Dedemsvaart-AC	1:09.64 9602258	<b>1:09.65</b>
11.	Indyra Hummel ZCNF '34	1:11.73 9600624	<b>1:11.34</b>
12.	Joyce Postma SG. Bolsward-Workum	1:10.94 9402098	<b>1:11.59</b>
13.	Amber Bosch F.Z.C.'54	1:14.31 9703368	<b>1:11.69</b>
14.	Marije Dankelman Dedemsvaart-AC	1:11.45 9701502	<b>1:11.86</b>
15.	Merel Weysenfeld De Vikings	1:11.00 9404110	<b>1:12.37</b>

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 3, Dames, 100m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd		Tijd
16.	Nikki Jepkema	zv Orca	1:16.61	9505956	<b>1:12.51</b>
17.	Melanie van der Mossel	SG Middelse-Skelp	1:12.13	9504590	<b>1:13.45</b>
18.	Elsje de Vries	ZCNF '34	1:13.91	9302676	<b>1:14.87</b>
19.	Kira Savannah Stavorinus	ZPD	1:22.90	9704122	<b>1:15.96</b>
20.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	1:22.08	9802342	<b>1:18.11</b>
21.	Danielle Trippenzee	zv Orca	1:23.87	9802146	<b>1:20.27</b>
22.	Lara de Zeeuw	zv Orca	1:29.05	9802144	<b>1:23.59</b>
23.	Lieke van Dam	De Forel	1:14.41	9500686	<b>1:23.86</b>
24.	Nadine Smits	zv Orca	1:32.27	9801098	<b>1:25.76</b>
25.	Arianne Jonkman	ZCNF '34	1:28.99	9801590	<b>1:26.04</b>
26.	Laura Staal	ZCNF '34	1:24.61	9705388	<b>1:27.56</b>
DIS	Marit Brink	ZCNF '34	1:12.37	9503940	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	1:04.89	9601896	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				

Programmanr. 4 Heren, 100m vrije slag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:00 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Jesper Kloek	Dedemsvaart-AC	56.45	9001585	<b>57.45</b>
2.	Myrdin Willemse	zv Orca	59.39	9500951	<b>59.80</b>
3.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	1:00.94	9205557	<b>1:00.82</b>
4.	Harm Lemstra	De Vikings	1:02.30	9305009	<b>1:01.82</b>
5.	Ingmar Kloek	Dedemsvaart-AC	1:03.76	9305409	<b>1:02.43</b>
6.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	1:04.88	9503385	<b>1:03.54</b>
7.	Rick Halma	De Vikings	1:01.78	9505121	<b>1:04.09</b>
8.	Joey Nijboer	Dedemsvaart-AC	1:03.97	9504659	<b>1:04.10</b>
9.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	1:01.84	9401149	<b>1:04.41</b>
10.	Sven Doldersum	Dedemsvaart-AC	1:05.93	9500457	<b>1:05.35</b>
11.	Jens Kuitert	zv Orca	1:06.80	9603891	<b>1:05.49</b>
12.	Harry Westers	De Vikings	1:07.24	9504869	<b>1:06.38</b>
13.	Jelmer Postma	zv Orca	1:13.23	9701631	<b>1:09.60</b>
14.	Andrei Vonk	De Forel	1:10.27	9303455	<b>1:09.85</b>
15.	Davey Hoving	ZCM '86	1:11.89	9400967	<b>1:10.60</b>
16.	Hielke Twijnstra	De Vikings	1:11.32	9505291	<b>1:10.82</b>
17.	Axl Akkermans	ZCNF '34	1:06.82	9301885	<b>1:11.18</b>
18.	Jos Smit	Dedemsvaart-AC	1:15.36	9502693	<b>1:13.38</b>
19.	Daniel Borghardt	zv Orca	1:14.36	9700973	<b>1:14.58</b>
20.	Jeroen Dijkhuis	ZCM '86	1:12.75	9500909	<b>1:15.23</b>
21.	Dennis Rauwerda	zv Orca	1:21.99	9603517	<b>1:20.60</b>
22.	Jeroen Louwinger	ZCM '86	1:27.93	9900583	<b>1:26.04</b>
23.	Jurriën Wermink	ZCNF '34	1:28.26	9700041	<b>1:26.89</b>
DIS	Allard Veenstra	ZCNF '34	1:08.16	9703453	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 5 Dames, 200m rugslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:10 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Lisa Rozema F.Z.C.'54	2:47.29 9600860	37.25	1:19.87	2:03.06	2:44.63
2.	Thea Baas PWC Buitenpost	2:53.97 9501388	39.30	1:21.87	2:04.41	2:46.63
3.	Esmee Verhoef zv Orca	3:05.59 9603802	41.80	1:25.66	2:09.41	2:51.30
4.	Carolien Baarda zv Orca	3:09.93 9704060	41.54	1:26.23	2:11.88	2:55.03
5.	Willeke Willems ZCNF '34	2:56.79 9600232	42.01	1:26.94	2:13.95	2:59.82
6.	Rixt de Vos zv Orca	3:03.94 9108302	43.15	1:29.58	2:16.26	3:00.95
7.	Lisanne Hassing De Forel	3:12.39 9702584	43.21	1:29.98	2:16.72	3:01.97
8.	Jennifer ter Beke SG. Bolsward-Workum	NT 9500284	42.25	1:29.07	2:18.57	3:02.15
9.	Wendy van Cleef zv Orca	3:18.44 9802760	45.49	1:34.09		3:09.34
10.	Winnie de Vries ZCNF '34	3:15.83 9601456	43.43	1:31.90	2:23.02	3:10.77
11.	Caroline Nauta De Vikings	NT 9803148		1:38.41	2:29.01	3:17.64

Programmanr. 6 Heren, 200m rugslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:15 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Arjan Francken Dedemsvaart-AC	2:37.82 9402503	35.95	1:16.12	1:55.97	2:34.27

Programmanr. 7 Dames, 100m vlinderslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:20 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Johanna de Boer ZPD	1:17.22 9403944	<b>1:16.97</b>
2.	Kim Heerdink Dedemsvaart-AC	1:17.71 9001386	<b>1:20.12</b>
3.	Marloes Wiekens ZCM '86	1:18.65 9302970	<b>1:25.62</b>
4.	Saskia Kruijer ZCM '86	1:19.45 9204274	<b>1:26.29</b>
5.	Yolanda de Vegt ZCNF '34	1:25.15 9500328	<b>1:28.44</b>
6.	Evabeth de Jong De Vikings	1:35.84 9506240	<b>1:31.40</b>
7.	Annemiek Halma De Vikings	1:29.64 9702884	<b>1:34.07</b>

Programmanr. 8 Heren, 100m vlinderslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:25 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Bram Romkes Dedemsvaart-AC	1:05.95 8602595	<b>1:05.30</b>
2.	Alex Odinga SG Middelse-Skelp	1:05.08 9205557	<b>1:08.74</b>
3.	Pim Teunis Dedemsvaart-AC	1:15.86 9504457	<b>1:16.55</b>
4.	Lars Roelofs De Forel	1:17.17 9602667	<b>1:16.82</b>
5.	Mike Kroneman Dedemsvaart-AC	1:14.98 9405063	<b>1:17.84</b>
6.	Jeroen Tijisma PWC Buitenpost	1:54.07 9503655	<b>1:28.09</b>
7.	Niels Koopman De Forel	1:31.23 9701867	<b>1:31.56</b>

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 9 Dames, 200m schoolslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:30 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Amber Bosch F.Z.C.'54	3:13.72 9703368	44.50	1:35.49	2:26.20	3:12.88
2.	Femke Hemstra SG Middelse-Skelp	3:12.84 9305466	43.61	1:32.25	2:23.48	3:14.88
3.	Sieta Ludema PWC Buitenpost	3:24.92 9500436	43.18	1:34.27	2:26.22	3:16.70
4.	Ita Visser SG. Bolsward-Workum	3:14.82 9601444	45.02	1:37.47	2:31.81	3:19.87
5.	G. van Berge Henegouwe De Vikings	NT 9400858	47.13	1:39.94	2:36.23	3:31.87
6.	Nienke Postma zv Orca	3:42.93 9801096	48.01	1:43.44	2:38.85	3:33.01
7.	Rianne Weggemans ZCNF '34	3:28.11 9703306	47.37	1:42.19	2:39.10	3:33.36
DIS	Pien Dijkhuis ZCM '86	3:33.57 9800862	47.38	1:43.88	2:42.02	3:37.40

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

Programmanr. 10 Heren, 200m schoolslag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:35 Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Kelvin Bergsma Dedemsvaart-AC	2:42.29 8602133	34.34	1:15.40	1:59.36	2:44.63
2.	Marcel de Groot SG. Bolsward-Workum	3:05.61 9601523	38.73	1:24.91	2:14.77	3:02.66
3.	Jonne Westenberg De Forel	3:28.78 9601695	48.93	1:44.62	2:44.69	3:46.97

Programmanr. 11 Heren, 400m vrije slag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 18:55 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Hendrik Ben v/d Boon ZPD	4:38.33	8804761 <b>4:41.52</b>
	50m: 1:05.04 100m: 1:05.04	150m: 2:17.14 200m: 2:17.14	250m: 3:30.15 300m: 3:30.15
			350m: 4:41.52 400m: 4:41.52
2.	Jelmer Postma zv Orca	5:42.48	9701631 <b>5:22.36</b>
	50m: 1:17.14 100m: 1:17.14	150m: 2:40.11 200m: 2:40.11	250m: 4:03.94 300m: 4:03.94
			350m: 5:22.36 400m: 5:22.36

Programmanr. 12 Dames, 400m vrije slag alg. leeftijdsgroep  
13-02-2010 - 19:00 Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Annemiek Halma De Vikings	7:23.08	9702884 <b>5:26.91</b>
	50m: 36.61 36.61 100m: 1:18.43 41.82	150m: 2:00.37 41.94 200m: 2:41.89 41.52	250m: 3:23.90 42.01 300m: 4:06.20 42.30
			350m: 4:48.10 41.90 400m: 5:26.91 38.81
2.	Joyce Bakker De Forel	5:28.51	9600522 <b>5:28.44</b>
	50m: 35.18 35.18 100m: 1:15.41 40.23	150m: 1:57.26 41.85 200m: 2:39.76 42.50	250m: 3:22.54 42.78 300m: 4:05.70 43.16
			350m: 4:48.52 42.82 400m: 5:28.44 39.92
3.	Aldith Pasveer zv Orca	6:17.54	9701398 <b>5:32.70</b>
	50m: 36.94 36.94 100m: 1:18.81 41.87	150m: 2:00.82 42.01 200m: 2:43.34 42.52	250m: 3:25.06 41.72 300m: 4:08.98 43.92
			350m: 4:52.13 43.15 400m: 5:32.70 40.57
4.	Thea Baas PWC Buitenpost	5:33.76	9501388 <b>5:40.92</b>
	50m: 35.96 35.96 100m: 1:17.83 41.87	150m: 2:00.63 42.80 200m: 2:43.59 42.96	250m: 3:27.87 44.28 300m: 4:12.66 44.79
			350m: 4:58.74 46.08 400m: 5:40.92 42.18
5.	Hanny van Dijk zv Orca	6:30.41	9804514 <b>5:45.31</b>
	50m: 39.86 39.86 100m: 1:24.34 44.48	150m: 2:09.12 44.78 200m: 2:53.93 44.81	250m: 3:39.27 45.34 300m: 4:23.00 43.73
			350m: 5:08.12 45.12 400m: 5:45.31 37.19

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 12, Dames, 400m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang									In.tijd	Tijd		
6.	Elsje de Vries		ZCNF '34				5:43.75		9302676	<b>5:50.21</b>		
	50m:	38.74	38.74	150m:	2:06.53	44.31	250m:	3:37.27	45.74	350m:	5:08.46	45.21
	100m:	1:22.22	43.48	200m:	2:51.53	45.00	300m:	4:23.25	45.98	400m:	5:50.21	41.75
7.	Danielle Trippenzee		zv Orca				6:28.71		9802146	<b>6:06.80</b>		
	50m:	40.86	40.86	150m:	2:15.51	47.39	250m:	3:51.51	48.62	350m:	5:24.70	46.83
	100m:	1:28.12	47.26	200m:	3:02.89	47.38	300m:	4:37.87	46.36	400m:	6:06.80	42.10
DIS	Kira Savannah Stavorinus		ZPD				NT		9704122			
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>											
	50m:	40.35	40.35	150m:	2:10.22	45.21	250m:	3:43.05	47.11	350m:	5:18.43	47.94
	100m:	1:25.01	44.66	200m:	2:55.94	45.72	300m:	4:30.49	47.44	400m:		

Programmanr. 13  
13-02-2010 - 19:15

Heren, 200m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang									In.tijd	50m	100m	150m	200m
Programmanr. 14 13-02-2010 - 19:15													
Dames, 200m vlinderslag													
alg. leeftijdsgroep Resultaten													

Rang									In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Ellen Jager		PWC Buitenpost				3:17.86		9801384	43.03	1:32.71	2:23.48	3:09.98

Programmanr. 15  
13-02-2010 - 19:20

Heren, 100m rugslag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang									In.tijd	Tijd	
1.	Sander Zoer		Dedemsvaart-AC				1:10.07		8302447	<b>1:03.24</b>	
2.	Bram Romkes		Dedemsvaart-AC				1:05.06		8602595	<b>1:05.84</b>	
3.	Myrdin Willemse		zv Orca				1:17.52		9500951	<b>1:11.50</b>	
4.	Raoul Bergsma		Dedemsvaart-AC				1:12.95		9400603	<b>1:14.11</b>	
5.	Joey Nijboer		Dedemsvaart-AC				1:21.29		9504659	<b>1:15.37</b>	
6.	Stuart Vis		zv Orca				1:22.42		9702991	<b>1:18.49</b>	
7.	Rick Halma		De Vikings				1:24.22		9505121	<b>1:19.73</b>	
8.	Axl Akkermans		ZCNF '34				1:18.25		9301885	<b>1:21.39</b>	
9.	Andrei Vonk		De Forel				1:20.96		9303455	<b>1:22.68</b>	
10.	Niels Koopman		De Forel				1:27.15		9701867	<b>1:24.08</b>	
11.	Jos Smit		Dedemsvaart-AC				1:30.20		9502693	<b>1:24.37</b>	
12.	Jeroen Tijisma		PWC Buitenpost				1:26.51		9503655	<b>1:25.08</b>	
13.	Jeroen Dijkhuis		ZCM '86				1:20.04		9500909	<b>1:26.26</b>	
14.	Harry Westers		De Vikings				1:27.51		9504869	<b>1:27.67</b>	
15.	Dennis Rauwerda		zv Orca				1:32.20		9603517	<b>1:29.89</b>	
16.	Jeroen Louwinger		ZCM '86				1:31.02		9900583	<b>1:31.44</b>	
17.	Elmo Doorn		De Forel				1:34.22		9601995	<b>1:35.54</b>	

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 16  
13-02-2010 - 19:30

Dames, 100m rugslag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
1.	Inge Menzo	Dedemsvaart-AC	1:08.16 8802994	<b>1:09.44</b>
2.	Janine Kosse	Dedemsvaart-AC	1:10.20 8702326	<b>1:11.11</b>
3.	Laura Boessenkool	Dedemsvaart-AC	1:15.10 9402604	<b>1:13.86</b>
4.	Mariëtte Kosse	Dedemsvaart-AC	1:17.23 8602066	<b>1:15.82</b>
5.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	1:15.32 9600860	<b>1:16.88</b>
6.	Joyce Mennink	Dedemsvaart-AC	1:12.36 9601180	<b>1:16.91</b>
7.	Susan Voortman	Dedemsvaart-AC	1:22.63 9404066	<b>1:17.58</b>
8.	Saskia Zwiers	Dedemsvaart-AC	1:20.48 9404064	<b>1:17.78</b>
9.	Ilse van Dijk	ZCM '86	1:15.18 9301902	<b>1:18.46</b>
10.	Indyra Hummel	ZCNF '34	1:18.29 9600624	<b>1:19.87</b>
11.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	1:22.65 9802342	<b>1:21.79</b>
12.	Carolien Baarda	zv Orca	1:27.16 9704060	<b>1:25.38</b>
13.	Marloes Wiekens	ZCM '86	1:26.07 9302970	<b>1:27.03</b>
14.	Lisanne Hassing	De Forel	1:28.10 9702584	<b>1:27.12</b>
15.	Yolanda de Vegt	ZCNF '34	1:28.39 9500328	<b>1:27.17</b>
16.	Nienke Postma	zv Orca	1:32.09 9801096	<b>1:32.23</b>
17.	Evabeth de Jong	De Vikings	1:29.39 9506240	<b>1:32.91</b>
18.	Lieke van Dam	De Forel	1:24.82 9500686	<b>1:34.96</b>
19.	Caroline Nauta	De Vikings	1:35.52 9803148	<b>1:36.40</b>
20.	Laura Staal	ZCNF '34	1:45.18 9705388	<b>1:41.87</b>
DIS	Marit Brink	ZCNF '34	1:28.71 9503940	<b>1:29.12</b>
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
DIS	Pien Dijkhuis	ZCM '86	1:42.31 9800862	<b>1:44.04</b>
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				

Programmanr. 17  
13-02-2010 - 19:35

Heren, 200m vrije slag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Jesper Kloek	Dedemsvaart-AC	2:07.30 9001585	29.84	1:03.91	1:38.93	2:13.30
2.	Pim Teunis	Dedemsvaart-AC	2:27.70 9504457	33.01	1:09.67	1:46.93	2:22.67
3.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	2:21.98 9503385	31.77	1:07.97	1:46.84	2:22.91
4.	Mathijs Mulder	De Forel	2:27.98 9700071	33.84	1:11.15	1:49.84	2:26.45
5.	Sven Doldersum	Dedemsvaart-AC	2:31.63 9500457	33.45	1:11.64	1:51.23	2:26.76
6.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	2:47.03 9601523	33.97	1:12.36	1:52.44	2:32.21
7.	Jens Kuitert	zv Orca	2:25.21 9603891	35.45	1:14.94	1:55.89	2:35.18
8.	Lars Roelofs	De Forel	2:35.52 9602667	34.29	1:13.63	1:55.57	2:35.52
9.	Patrick de Roos	ZPD	2:51.62 9702671	37.41	1:20.75	2:05.20	2:49.40
10.	Danny Damhuis	De Forel	3:03.34 9600623	41.12	1:30.40	2:22.13	3:11.43

Programmanr. 18  
13-02-2010 - 19:45

Dames, 200m vrije slag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Kim Heerdink	Dedemsvaart-AC	2:15.80 9001386	32.49	1:07.55	1:43.18	2:16.95
2.	Saskia Bergsma	ZCNF '34	2:14.44 9301686	31.94	1:06.78	1:42.40	2:19.09
3.	Maike van Veen	Dedemsvaart-AC	2:32.06 9700292	32.66	1:08.85	1:45.97	2:21.68
4.	Stéphanie Bergsma	Dedemsvaart-AC	2:20.55 9203374	32.81	1:09.44	1:47.35	2:25.29
5.	Lynde Hans	Dedemsvaart-AC	2:25.16 9402606	34.08	1:12.33	1:51.56	2:29.23
6.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	2:31.57 9601896	34.12	1:13.74	1:54.11	2:31.31

Limietwedstrijd  
Leeuwarden, 13.2.2010

Programmanr. 18, Dames, 200m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
7.	Beau de Bruijn Dedemsvaart-AC	2:35.25 9400608	34.63	1:12.12	1:52.08	2:31.36
8.	Amber IJzebrink Dedemsvaart-AC	2:52.16 9602258	34.57	1:13.71	1:53.90	2:31.96
9.	Rixt de Vos zv Orca	2:36.08 9108302	35.56	1:15.28	1:57.22	2:36.72
10.	Saskia Kruijer ZCM '86	2:27.65 9204274	35.98	1:16.52	1:57.18	2:37.45
11.	Nikki Jepkema zv Orca	2:46.78 9505956	37.86	1:20.60	2:02.76	2:41.43
12.	Joyce Postma SG. Bolsward-Workum	2:41.09 9402098	36.45	1:17.22	2:00.65	2:43.48
13.	Wendy van Cleef zv Orca	3:02.18 9802760	39.53	1:26.63	2:15.92	2:59.82

Programmanr. 19  
13-02-2010 - 19:55

Heren, 100m schoolslag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Kelvin Bergsma Dedemsvaart-AC	1:14.36 8602133	<b>1:13.56</b>
2.	Harm Lemstra De Vikings	1:17.50 9305009	<b>1:17.45</b>
3.	Mike Kroneman Dedemsvaart-AC	1:25.45 9405063	<b>1:25.39</b>
4.	Jouke Minze Benedictus PWC Buitenpost	1:27.51 9401149	<b>1:28.24</b>
5.	Allard Veenstra ZCNF '34	1:24.46 9703453	<b>1:28.55</b>
6.	Davey Hoving ZCM '86	1:30.14 9400967	<b>1:31.13</b>
7.	Hielke Twijnstra De Vikings	1:31.64 9505291	<b>1:32.41</b>
8.	Arjan Francken Dedemsvaart-AC	1:33.82 9402503	<b>1:34.74</b>
9.	Daniel Borghardt zv Orca	1:38.08 9700973	<b>1:38.41</b>
10.	Jurriën Wermink ZCNF '34	1:49.83 9700041	<b>1:47.03</b>
DIS	Ingmar Kloek Dedemsvaart-AC	1:18.39 9305409	

*AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.*

Programmanr. 20  
13-02-2010 - 20:00

Dames, 100m schoolslag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

Rang		In.tijd	Tijd
1.	Joyce Duurken zv Orca	1:16.23 9205938	<b>1:21.73</b>
2.	Johanna de Boer ZPD	1:24.02 9403944	<b>1:24.08</b>
3.	Willeke Jonkman ZCNF '34	1:28.07 9604304	<b>1:26.76</b>
4.	Sieta Ludema PWC Buitenpost	1:28.45 9500436	<b>1:27.86</b>
5.	Juliët Aalderink Dedemsvaart-AC	1:30.08 9505586	<b>1:31.83</b>
6.	Winnie de Vries ZCNF '34	1:34.94 9601456	<b>1:32.01</b>
7.	José Snoek SG Middelse-Skelp	1:36.02 9606050	<b>1:32.56</b>
8.	Marije Dankelman Dedemsvaart-AC	1:35.34 9701502	<b>1:35.61</b>
9.	Merel Weysenfeld De Vikings	1:34.26 9404110	<b>1:36.81</b>
10.	Guyonne van Berge Henegouwe De Vikings	1:34.73 9400858	<b>1:36.90</b>
11.	Willeke Willems ZCNF '34	1:39.04 9600232	<b>1:38.50</b>
12.	Rianne Weggemans ZCNF '34	1:39.47 9703306	<b>1:38.74</b>
13.	Esmee Verhoef zv Orca	1:41.97 9603802	<b>1:40.26</b>
14.	Nadine Smits zv Orca	1:44.50 9801098	<b>1:43.55</b>
15.	Arianne Jonkman ZCNF '34	1:34.32 9801590	<b>1:48.86</b>
16.	Lara de Zeeuw zv Orca	1:45.94 9802144	<b>1:51.20</b>