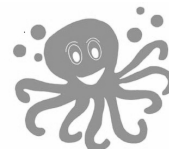


Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 1 25m rugslag Minioren 1 en 2
27-11-2010 - 14:30 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Amber Remmerts	Octopus	28.73	0300122	26.26
2.	Janouk van Hell	Octopus	32.85	0300112	31.86
3.	Tessa Nooteboom	Octopus	52.76	0400122	47.42
DIS	Mara Kers	Octopus	45.58	0400120	41.57

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

Programmanr. 2 50m rugslag Minioren 2 en 3
27-11-2010 - 14:32 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Denice Koolman	Octopus	53.23	0200132	54.45
2.	Mylo van der Maten	Octopus	58.33	0200049	54.63
3.	Joran Meima	Octopus	1:02.28	0200053	59.56
4.	Marije Bootsma	Octopus	NT	0300690	1:08.67
DIS	Jarno Bijsterbosch	Octopus	56.96	0300081	
	<i>RE - Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel. (geen tijd noteren)</i>				
DIS	Stefan Eilander	Octopus	NT	0200051	1:04.39
	<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn</i>				
DIS	Cynthia Koolman	Octopus	NT	0300232	1:10.05
	<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn</i>				
DIS	Myrte Nooteboom	Octopus	NT	0201668	1:12.54
	<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn</i>				

Programmanr. 3 50m rugslag Minioren 4 en 5
27-11-2010 - 14:35 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Esmee Huis in 't Veld	Octopus	57.29	0000716	54.95
2.	Jarco Kers	Octopus	NT	0101471	1:03.77
3.	Jozef Al Badry	Octopus	NT	0102439	1:11.21
DIS	Bastian Renshoff	Octopus	50.33	0001261	51.02

RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.

Programmanr. 4 200m schoolslag Minioren 2 en 3
27-11-2010 - 14:37 Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Merlin Bakker	Octopus	NT 0200816	57.51		3:11.02	4:19.02
2.	Ilse Hallie	Octopus	NT 0200128	1:02.16	2:11.98	3:23.17	4:33.76

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 5
27-11-2010 - 14:41

200m schoolslag

Minioren 4 en 5
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Brigit van der Vegte Octopus	NT 0000714	47.57	1:40.64	2:34.23	3:25.95
2.	Manon Eilander Octopus	NT 0000710	51.12	1:48.80	2:49.10	3:50.83
3.	Marnix van Bottenburg Octopus	NT 0100479	52.68	1:52.43	2:52.73	3:52.57
4.	Gino van der Maten Octopus	NT 0000413	55.13	1:55.59	2:58.25	3:55.32
5.	Hendri Remmerts Octopus	NT 0001181	54.31		3:00.33	4:01.24
6.	Jochem Hallie Octopus	NT 0000009	55.74	1:57.33	2:59.26	4:01.58
7.	Jill Visser Octopus	NT 0001858	55.57	1:59.86	3:07.11	4:11.36
8.	Ginger van Laar Octopus	NT 0000328	56.16	2:01.76	3:09.02	4:11.80
9.	Lars van Hell Octopus	NT 0100095	57.70	2:04.44	3:14.41	4:21.00
10.	Renger Bootsma Octopus	NT 0002563	1:00.92	2:08.10	3:16.45	4:23.20
11.	Bart Muselaers Octopus	NT 0100865	1:00.48	2:11.03	3:22.26	4:31.79
DIS	Ashley Haas Octopus	NT 0100726				

AA - Te vroeg bewogen bij start.(geen tijd noteren)

Programmanr. 6
27-11-2010 - 14:51

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Janine Kosse Dedemsvaart-AC	2:28.13 8702326	32.48			2:29.98
2.	Kirsten Bies Dedemsvaart-AC	2:40.80 9800516	38.60	1:20.94	2:06.57	2:43.38
3.	Amber IJzebrink Dedemsvaart-AC	2:58.35 9602258	36.44	1:18.75	2:10.84	2:48.14
4.	Tara van Bottenburg Octopus	2:47.45 9300114	38.70	1:22.20	2:12.20	2:51.19
5.	Denise van Zetten Octopus	2:59.91 9600932	41.04			2:54.32
6.	Britt Schoonhoven Octopus	3:00.70 9702468	42.34	1:28.28	2:20.75	3:00.72
7.	Annebeth van Ark Octopus	3:11.64 8805588	39.64	1:26.16	2:20.21	3:01.25
8.	Robin Weessies De Pinquin	2:58.58 9900696	41.16	1:27.26	2:22.42	3:07.23
9.	Danielle Bijsterbosch Octopus	3:12.45 9900722	43.46	1:30.57	2:26.23	3:09.16
10.	Demi van den Beld Octopus	NT 9802968	45.60	1:35.75	2:28.48	3:09.94
11.	Merel Huiskamp Octopus	3:13.32 9802876	43.32			3:10.89
12.	Erinn Waanders Octopus	3:34.16 9802966	50.38	1:44.79	2:42.69	3:31.06

Programmanr. 7
27-11-2010 - 15:04

Heren, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Jeffry van Zetten Octopus	2:26.92 9500755	31.08	1:06.21	1:50.23	2:23.85
2.	Remco Jorink Octopus	2:24.13 8000719	29.96	1:07.82	1:48.71	2:24.43
3.	Albert van Piekeren Octopus	2:30.41 8401767	32.35	1:08.56	1:51.26	2:26.88
4.	Roald Blok Octopus	2:23.65 9302685	32.26			2:27.23
5.	Stefan van der Grift Octopus	2:35.96 8701121	31.09	1:10.12	1:51.70	2:27.33
6.	Casper Muselaers Octopus	2:29.76 9600399	31.67			2:27.76
7.	Floris Manni Octopus	2:23.97 8805679	29.75	1:07.25	1:53.76	2:27.92
8.	Pim Teunis Dedemsvaart-AC	2:31.36 9504457	31.28	1:09.86	1:52.57	2:28.17
9.	John Eilander Octopus	2:27.68 7200261	31.86	1:12.45	1:56.07	2:31.80
10.	David Scheffer De Pinquin	2:46.93 9500175	37.32			2:41.89
11.	Arjan Francken Dedemsvaart-AC	2:43.63 9402503	36.13	1:16.02	2:06.02	2:43.29
12.	Gert Muntendam De Pinquin	2:49.15 9700115	39.12	1:26.10	2:16.75	2:56.74
13.	Robin Meima Octopus	3:32.56 9901143	55.82	1:48.22	2:43.39	3:29.59

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 8
27-11-2010 - 15:15

Dames, 100m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m		
1.	Sharon Gelmers	Octopus	1:08.11	9400416	30.10	1:05.95
2.	Stéphanie Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:11.67	9203374	33.10	1:11.91
3.	Sifra van Bottenburg	Octopus	1:13.20	9501178	33.19	1:13.00
4.	Vivianne Dortmund	De Pinquin	1:17.32	9801578	36.24	1:18.58
5.	Juliët Aalderink	Dedemsvaart-AC	1:24.46	9505586	37.48	1:23.10
6.	Carmen ter Weele	Octopus	1:22.73	9800384	37.39	1:23.26
7.	Marijke van de Beek	Octopus	1:35.76	9602660	43.41	1:33.50
8.	Latoya van Laar	Octopus	1:35.38	9802100	42.98	1:35.45
9.	Kim Witteveen	Octopus	1:51.45	9804086	42.57	1:37.67

Programmanr. 9
27-11-2010 - 15:20

Heren, 100m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m		
1.	Sander Zoer	Dedemsvaart-AC	1:01.82	8302447	28.23	1:02.64
2.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	1:02.19	9500093	28.28	1:02.84
3.	Kelvin Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:07.77	8602133	29.48	1:06.10
4.	Bram Romkes	Dedemsvaart-AC	1:05.30	8602595	30.43	1:07.17
5.	Sjors Boverhoff	Octopus	1:07.15	9500741	30.86	1:07.27
6.	Axel Julius	Octopus	1:21.54	9702221	35.09	1:17.09
7.	Stan Ruessink	Octopus	1:19.33	9700829	35.54	1:19.75

Programmanr. 10
27-11-2010 - 15:24

Dames, 100m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Rang		In.tijd	50m	100m		
1.	Mariëtte Kosse	Dedemsvaart-AC	1:04.97	8602066	30.06	1:03.94
2.	Inge Menzo	Dedemsvaart-AC	1:01.81	8802994	30.54	1:04.73
3.	Sophie de Been	Aquapoldro	1:05.76	9405626	31.51	1:05.73
4.	Susan Voortman	Dedemsvaart-AC	1:05.01	9404066	32.00	1:06.06
5.	Sharon Julius	Octopus	1:05.98	9602664	31.45	1:06.16
6.	Esther Kuhlman	Aquapoldro	1:05.16	9601678	30.93	1:06.24
7.	Saskia Zwiers	Dedemsvaart-AC	1:06.25	9404064	32.82	1:06.65
8.	Ayla Berg	Dedemsvaart-AC	1:12.48	9703480	32.62	1:08.62
9.	Isolde de Louw	Aquapoldro	1:07.95	9503008	32.83	1:09.29
10.	Marije Dankelman	Dedemsvaart-AC	1:09.68	9701502	32.86	1:09.42
11.	Tialda Prins	De Pinquin	1:09.50	9801310	32.66	1:09.83
12.	Heleen ten Have	De Pinquin	1:09.57	9403000	33.23	1:10.92
13.	Anoek Huiskamp	Octopus	1:20.75	9802872	37.05	1:19.37
14.	Jolien Stouten	Octopus	NT	9802970	52.50	2:00.39

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 11
27-11-2010 - 15:30

Heren, 100m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Peter de Boer	Dedemsvaart-AC	55.95	9206199	27.13	55.76
2.	Jesper Kloek	Dedemsvaart-AC	57.45	9001585	26.57	57.18
3.	Christian Renshoff	Octopus	59.95	9404343	28.21	57.96
4.	Joey Nijboer	Dedemsvaart-AC	1:00.92	9504659	28.82	1:00.37
5.	Kristian Knol	De Pinquin	59.95	9103023	28.51	1:00.92
6.	Arjen Zijlstra	De Pinquin	1:00.67	9203309	29.14	1:02.30
7.	Mike Kroneman	Dedemsvaart-AC	1:06.02	9405063	29.07	1:03.98
8.	Kars Eijnsink	Dedemsvaart-AC	1:03.00	9306963	29.97	1:04.00
9.	Sepp Kalter	Dedemsvaart-AC	1:09.48	9704327	32.98	1:09.53
10.	Lars Ruessink	Octopus	1:05.23	9800271	33.42	1:10.86
11.	Gert Muntendam	De Pinquin	1:10.16	9700115	33.99	1:12.08
12.	Sybren Bootsma	Octopus	1:15.62	9802327	34.47	1:12.33
13.	Jarco van Ommen	Octopus	1:17.20	9802153	35.51	1:14.57
14.	Henri Scholten	Octopus	1:36.18	9902269	42.68	1:28.47
15.	Jeffrey Haas	Octopus	NT	9803361	45.61	1:43.40
16.	Ibrahim Al Badry	Octopus	NT	9804923	57.23	2:10.67
AFGEM	Ingmar Kloek	Dedemsvaart-AC	1:02.43	9305409		
AFGEM	Jory Willemsen	Octopus	57.70	9500747		

Programmanr. 12
27-11-2010 - 15:38

25m vrije slag

Minioren 1 en 2
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Jarno Bijsterbosch	Octopus	21.57	0300081	22.70
2.	Marije Bootsma	Octopus	33.13	0300690	27.95
3.	Amber Remmerts	Octopus	26.63	0300122	28.32
4.	Janouk van Hell	Octopus	31.91	0300112	36.45
5.	Cynthia Koolman	Octopus	31.26	0300232	36.68
6.	Tessa Nooteboom	Octopus	1:01.80	0400122	48.44
7.	Mara Kers	Octopus	41.94	0400120	49.14

Programmanr. 13
27-11-2010 - 15:42

100m vrije slag

Minioren 2 en 3
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Ilse Hallie	Octopus	NT	0200128	54.32	1:51.57
2.	Stefan Eilander	Octopus	2:26.16	0200051	55.41	1:54.53
3.	Mylo van der Maten	Octopus	NT	0200049		1:55.28
4.	Merlin Bakker	Octopus	NT	0200816	53.73	1:55.70
5.	Denice Koolman	Octopus	NT	0200132	59.79	2:12.65
6.	Joran Meima	Octopus	NT	0200053		2:18.53
BM	Jozef Al Badry	Octopus	NT	0102439		2:38.92

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 14
27-11-2010 - 15:47

100m vrije slag

Minioren 4 en 5
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Brigit van der Vegte	Octopus	1:20.32 0000714	39.15	1:21.74
2.	Manon Eilander	Octopus	1:32.12 0000710		1:28.16
3.	Gino van der Maten	Octopus	1:29.12 0000413		1:29.42
4.	Marnix van Bottenburg	Octopus	1:31.08 0100479	42.04	1:30.02
5.	Jochem Hallie	Octopus	1:37.62 0000009		1:30.69
6.	Lars van Hell	Octopus	1:32.76 0100095		1:33.98
7.	Hendri Remmerts	Octopus	1:37.75 0001181	43.29	1:34.16
8.	Ashley Haas	Octopus	1:35.88 0100726	44.06	1:34.44
9.	Renger Bootsma	Octopus	1:43.36 0002563	45.86	1:38.48
10.	Jill Visser	Octopus	1:43.50 0001858		1:39.88
11.	Bart Muselaers	Octopus	1:38.74 0100865		1:44.42
12.	Bastian Renshoff	Octopus	1:41.51 0001261		1:45.10
13.	Ginger van Laar	Octopus	1:46.91 0000328	49.57	1:48.23
14.	Esmee Huis in 't Veld	Octopus	NT 0000716		1:57.07
15.	Jarco Kers	Octopus	NT 0101471		2:29.77

Programmanr. 15
27-11-2010 - 15:54

Dames, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Susan Voortman	Dedemsvaart-AC	1:25.56 9404066	41.37	1:27.15
2.	Saïda van Til	De Pinquin	1:30.41 9103088		1:32.22
3.	Juliët Aalderink	Dedemsvaart-AC	1:31.83 9505586	44.10	1:32.67
4.	Merel Huiskamp	Octopus	1:32.20 9802876		1:32.83
5.	Demi van den Beld	Octopus	1:35.64 9802968	48.13	1:39.30
6.	Erinn Waanders	Octopus	1:46.70 9802966		1:48.17
7.	Jolien Stouten	Octopus	2:07.19 9802970	59.51	2:11.23
DIS	Ibrahim Al Badry <i>SL en SJ</i>	Octopus	NT 9804923		2:33.45

Programmanr. 16
27-11-2010 - 16:00

Heren, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd	50m	100m
1.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	1:16.36 9500093		1:13.48
2.	Stefan van der Grift	Octopus	1:12.94 8701121 FJ 1		1:14.12
3.	Pim Teunis	Dedemsvaart-AC	1:14.00 9504457 FJ 2		1:14.12
4.	Kelvin Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:13.56 8602133	34.39	1:14.64
5.	John Eilander	Octopus	1:12.25 7200261	34.83	1:15.06
6.	Joshua van den Elzen	Aquapoldro	1:19.95 9602423		1:18.82
7.	Mike Kroneman	Dedemsvaart-AC	1:25.39 9405063	36.02	1:20.04
8.	Robin Meima	Octopus	1:37.57 9901143		1:37.70
9.	Mark van 't Hul	Octopus	2:11.03 9803363		2:09.48
AFGEM	Ingmar Kloek	Dedemsvaart-AC	1:16.82 9305409		

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 17
27-11-2010 - 16:05

Dames, 100m rugslag

Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Sharon Gelmers	Octopus	1:05.34	9400416	30.86	1:04.61
2.	Janine Kosse	Dedemsvaart-AC	1:11.11	8702326	35.45	1:12.60
3.	Stéphanie Bergsma	Dedemsvaart-AC	1:12.13	9203374		1:13.42
4.	Sharon Julius	Octopus	1:14.47	9602664	35.48	1:14.41
5.	Mariëtte Kosse	Dedemsvaart-AC	1:15.82	8602066	36.45	1:14.98
6.	Ayla Berg	Dedemsvaart-AC	1:18.86	9703480	36.16	1:15.04
7.	Sifra van Bottenburg	Octopus	1:13.54	9501178		1:15.10
8.	Vivianne Dortmund	De Pinquin	1:19.35	9801578		1:16.20
9.	Isolde de Louw	Aquapoldro	1:14.88	9503008		1:16.32
10.	Amber IJzebrink	Dedemsvaart-AC	1:16.81	9602258		1:16.98
11.	Saskia Zwiers	Dedemsvaart-AC	1:17.78	9404064	37.52	1:17.56
12.	Sophie de Been	Aquapoldro	1:16.02	9405626		1:18.11
13.	Tialda Prins	De Pinquin	1:18.20	9801310		1:18.17
14.	Esther Kuhlman	Aquapoldro	1:11.01	9601678		1:21.11
15.	Britt Schoonhoven	Octopus	1:21.93	9702468	40.61	1:21.70
16.	Marijke van de Beek	Octopus	1:21.99	9602660		1:22.84
17.	Heleen ten Have	De Pinquin	1:19.36	9403000		1:24.36
18.	Kim Witteveen	Octopus	1:25.55	9804086	42.51	1:26.70
19.	Anoek Huiskamp	Octopus	1:29.92	9802872		1:33.60

Programmanr. 18
27-11-2010 - 16:13

Heren, 100m rugslag

Senioren Open
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m
1.	Emile Manni	Octopus	1:00.71	9001901	29.91	1:01.91
2.	Floris Manni	Octopus	1:03.75	8805679	31.23	1:04.64
3.	Sander Zoer	Dedemsvaart-AC	1:03.24	8302447		1:05.45
4.	Bram Romkes	Dedemsvaart-AC	1:04.94	8602595		1:06.73
5.	Jesper Kloek	Dedemsvaart-AC	1:07.75	9001585	32.64	1:07.04
6.	Christian Renshoff	Octopus	1:05.97	9404343		1:07.92
7.	Casper Muselaers	Octopus	1:13.04	9600399		1:08.89
8.	Roald Blok	Octopus	1:07.00	9302685	32.25	1:09.46
9.	Arjan Francken	Dedemsvaart-AC	1:10.48	9402503		1:11.54
10.	Joey Nijboer	Dedemsvaart-AC	1:13.17	9504659	35.94	1:12.28
11.	Kristian Knol	De Pinquin	1:13.96	9103023		1:13.31
12.	Axel Julius	Octopus	1:17.96	9702221	38.02	1:17.80
13.	Sepp Kalter	Dedemsvaart-AC	1:20.61	9704327		1:20.07
14.	Jarco van Ommen	Octopus	1:26.91	9802153	42.28	1:25.31
15.	Henri Scholten	Octopus	1:45.08	9902269		1:45.05
16.	Jeffrey Haas	Octopus	NT	9803361	55.48	1:55.29
AFGEM	Jory Willemsen	Octopus	1:07.06	9500747		

Limietwedstrijd
Wapenveld, 27.11.2010



Programmanr. 19
27-11-2010 - 16:22

Dames, 400m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	Kirsten Bies		Dedemsvaart-AC	5:16.41	9800516	4:56.30
	50m: 33.42	33.42	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:10.39	36.97	200m: 2:26.00	300m:	400m: 4:56.30	
2.	Inge Menzo		Dedemsvaart-AC	5:07.74	8802994	5:05.51
	50m:	150m:	250m:	350m:	400m: 5:05.51	
	100m: 1:13.25	200m: 2:31.88	300m:			
3.	Tara van Bottenburg		Octopus	5:01.58	9300114	5:08.76
	50m: 34.14	34.14	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:11.48	37.34	200m: 2:30.83	300m:	400m: 5:08.76	
4.	Carmen ter Wee		Octopus	5:23.86	9800384	5:08.80
	50m: 35.86	35.86	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:15.29	39.43	200m: 2:34.67	300m:	400m: 5:08.80	
5.	Marije Dankelman		Dedemsvaart-AC	5:24.61	9701502	5:20.76
	50m: 34.51	34.51	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:13.80	39.29	200m: 2:36.16	300m:	400m: 5:20.76	
6.	Denise van Zetten		Octopus	5:41.14	9600932	5:34.40
	50m: 35.85	35.85	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:17.65	41.80	200m: 2:42.37	300m:	400m: 5:34.40	
7.	Annebeth van Ark		Octopus	5:59.26	8805588	5:39.42
	50m: 36.54	36.54	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:18.00	41.46	200m: 2:43.92	300m:	400m: 5:39.42	
8.	Robin Weessies		De Pinquin	6:48.00	9900696	6:00.43
	50m:	150m:	250m:	350m:	400m: 6:00.43	
	100m: 1:19.39	200m: 2:51.02	300m:			
9.	Saïda van Til		De Pinquin	5:57.95	9103088	6:03.57
	50m:	150m:	250m:	350m:	400m: 6:03.57	
	100m: 1:22.59	200m: 2:54.25	300m:			
10.	Latoya van Laar		Octopus	6:55.31	9802100	6:06.48
	50m: 38.80	38.80	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:23.70	44.90	200m: 2:56.57	300m:	400m: 6:06.48	
11.	Danielle Bijsterbosch		Octopus	6:25.88	9900722	6:07.67
	50m: 37.41	37.41	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:22.64	45.23	200m: 2:56.56	300m:	400m: 6:07.67	

Programmanr. 20
27-11-2010 - 16:43

Heren, 400m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
1.	Jeffry van Zetten		Octopus	4:31.30	9500755	4:25.34
	50m:	150m:	250m:	350m:	400m: 4:25.34	
	100m: 1:00.11	200m: 2:08.46	300m:			
2.	Sjors Boverhoff		Octopus	4:34.54	9500741	4:25.60
	50m: 28.76	28.76	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:00.57	31.81	200m: 2:09.36	300m:	400m: 4:25.60	
3.	Peter de Boer		Dedemsvaart-AC	4:30.65	9206199	4:36.81
	50m: 29.72	29.72	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:03.28	33.56	200m: 2:12.98	300m:	400m: 4:36.81	
4.	Joshua van den Elzen		Aquapoldro	4:52.75	9602423	4:48.54
	50m: 31.04	31.04	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:06.57	35.53	200m: 2:21.16	300m:	400m: 4:48.54	



Programmanr. 20, Heren, 400m vrije slag, Senioren Open

Rang					In.tijd		Tijd
5.	Lars Ruessink			Octopus	5:10.09	9800271	4:58.86
	50m: 31.54	31.54	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:07.86	36.32	200m: 2:25.20	300m:		400m: 4:58.86	
6.	Albert van Piekeren			Octopus	5:04.48	8401767	5:01.54
	50m:		150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:10.19		200m: 2:27.63	300m:		400m: 5:01.54	
7.	Kars Eijssink			Dedemsvaart-AC	5:02.22	9306963	5:02.76
	50m: 31.95	31.95	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:08.63	36.68	200m: 2:25.79	300m:		400m: 5:02.76	
8.	David Scheffer			De Pinquin	5:13.86	9500175	5:04.56
	50m: 32.66	32.66	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:09.78	37.12	200m: 2:27.28	300m:		400m: 5:04.56	
9.	Arjen Zijlstra			De Pinquin	5:00.10	9203309	5:07.80
	50m:		150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:08.43		200m: 2:26.64	300m:		400m: 5:07.80	
10.	Stan Ruessink			Octopus	5:30.45	9700829	5:15.63
	50m:		150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:09.83		200m: 2:29.83	300m:		400m: 5:15.63	
11.	Sybren Bootsma			Octopus	5:56.63	9802327	5:50.02
	50m: 37.86	37.86	150m:	250m:		350m:	
	100m: 1:21.26	43.40	200m: 2:51.64	300m:		400m: 5:50.02	