

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 1
1-10-2011 Meisjes, 4 x 200m vrije slag Meisjes Junioren 3 en later Resultaten

rang	vereniging	inschrijftijd	tijd
------	------------	---------------	------

Programmanr. 2
1-10-2011 Meisjes, 4 x 100m vrije slag Meisjes Junioren 3 en later Resultaten

rang	vereniging	inschrijftijd	tijd		
1. Dz&Pc 1 Marrit Steenberg Linda Noord	Dz&Pc 00 98	1:02.09	Nynke Klokman Hinke Groos	4:26.63 98 99	4:22.48
2. De Houtrib 1 Tess Tjokdikromo Kyana van der Vegt	De Houtrib 98 99	1:03.30	Iris Gerritzen Jinte Worsteling	4:41.76 99 98	4:40.05
3. HZ&PC Heerenveen 1 Sabine Lageweg Silke Rinsma	HZ&PC Heerenveen 99 99	1:19.41	Christien Liemburg Anna Harbers	4:43.72 99 00	5:21.79

Programmanr. 3
1-10-2011 4 x 50m wisselslag Meisjes Junioren 1 e.l. en Jongens Minioren 6 e.l. Resultaten

rang	vereniging	inschrijftijd	tijd		
1. Dz&Pc 1 Marrit Steenberg Jelle Betten	Dz&Pc 00 00	32.22	Elsa Bremer Koendert Kellner	2:29.22 00 00	2:26.08
2. De Houtrib 1 Remi van der Schee Martin Ruiter	De Houtrib 01 00	40.68	Nicky Leal Stacey van Weenen	2:38.09 00 00	2:38.82
3. HZ&PC Heerenveen 1 Arwin Akkerman Irith Buursma	HZ&PC Heerenveen 00 00	47.51	Renée Brouwer Jilles Lycklama a Nijholt	2:57.80 00 00	2:54.90

Programmanr. 4
1-10-2011 Dames, 100m schoolslag Dames Senioren Open Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	1:14.75199102496	1:17.34		1:17.34
2.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	1:16.34198600850	1:17.41		1:17.41
3.	Marjolein Maris	De Houtrib	1:20.29199400210	1:20.29		1:20.29
4.	Nenne Venema	Dz&Pc	1:26.19199503586	1:21.64		1:21.64
5.	Aimée Groenveld	De Houtrib	1:21.41199503394	1:22.09		1:22.09
6.	Paula Duursma	Dz&Pc	1:15.69199300982	1:22.44		1:22.44
7.	Karin Boertien	De Houtrib	1:35.17199304166	1:41.28		1:41.28

Programmanr. 5
1-10-2011 Heren, 400m vrije slag Heren Senioren Open Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	100m	200m	300m	400m
1. Erik Nijholt	Dz&Pc	4:15.57	199401349	4:15.39	1:01.73	2:07.70	4:15.39
2. Erik Hagting	Dz&Pc	4:15.15	199100829	4:15.74	1:01.76	2:08.16	4:15.74
3. Marco Uppelschoten	De Houtrib	4:18.74	199500375	4:17.56	1:01.40	2:08.29	4:17.56
4. Jëlmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	4:24.63	199001961	4:28.50	1:02.41	2:10.84	4:28.50
5. Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	4:21.54	199201965	4:37.40	1:02.15	2:10.77	4:37.40
6. Marvin Santana Sanz	De Houtrib	4:41.80	199302657	4:39.64	1:02.45	2:12.53	4:39.64
7. Chris Roovers	De Houtrib	6:00.78	196901623	5:31.47	1:10.22	2:34.89	5:31.47

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 6
1-10-2011

Dames, 100m rugslag

Dames Senioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Renate Hemmes	Dz&Pc	1:11.76199600418	1:09.55		1:09.55
2.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	1:09.84199502170	1:10.80		1:10.80
3.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	1:08.61199502706	1:11.34		1:11.34
4.	Surya van Dijk	De Houtrib	1:15.49199405506	1:15.14		1:15.14
5.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:14.56199600866	1:18.49		1:18.49
6.	Femke Groos	Dz&Pc	1:15.66199404492	1:19.06		1:19.06
7.	Lieveke van den Elshout	De Houtrib	1:20.02199407148	1:19.94		1:19.94
8.	Minke Betten	Dz&Pc	1:15.23199404012	1:20.58		1:20.58
9.	Jessica Stolp	De Houtrib	1:24.07199406012	1:30.69		1:30.69
10.	Daphne Lamens	De Houtrib	1:32.44199501082	1:35.45		1:35.45

Programmanr. 7
1-10-2011

Jongens, 200m schoolslag

Jongens Jeugd 2 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1. Brian van de Graaf	De Houtrib	2:34.51	199401635	2:36.44	1:14.18		2:36.44
2. Frank Roovers	De Houtrib	2:40.84	199800219	2:39.96	1:16.25		2:39.96
3. Maiko Bouma	Dz&Pc	2:42.29	199400963	2:41.79	1:15.89		2:41.79
4. Oebele van der Velde	Dz&Pc	2:49.79	199502731	2:45.26	1:18.92		2:45.26
5. Jonathan Rozema	Dz&Pc	2:45.26	199501157	2:50.62	1:22.58		2:50.62
6. Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	3:01.88	199501527	2:55.19	1:22.65		2:55.19
7. Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	2:40.66	199400195	2:55.69	1:22.43		2:55.69
8. Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	3:01.16	199504389	3:05.03	1:24.97		3:05.03
9. Roy Santana Sanz	De Houtrib	3:35.80	199402829	3:28.23	1:39.75		3:28.23
DIS Sven de Brons	De Houtrib	3:33.92	199400013	3:41.09	1:41.05		3:41.09

SJ - Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.

Programmanr. 8
1-10-2011

Meisjes, 200m vrije slag

Meisjes Jeugd 2 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1. Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	2:16.47	199600864	2:20.31	1:07.65		2:20.31
2. Willeke Jonkman	Dz&Pc	2:33.37	199604304	2:22.47	1:10.28		2:22.47
3. Esther Robakiewicz	De Houtrib	2:20.45	199603430	2:22.69	1:07.92		2:22.69
4. Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	2:28.99	199700202	2:26.80	1:10.40		2:26.80
5. Jill Muller	Dz&Pc	2:25.46	199600728	2:31.58	1:12.94		2:31.58
6. Stefanie Twisker	De Houtrib	2:26.86	199606188	2:34.68	1:12.01		2:34.68
7. Iris Gerritzen	De Houtrib	3:02.95	199900196	2:45.52	1:20.60		2:45.52
8. Esther Gerritzen	De Houtrib	2:43.86	199600958	2:51.09	1:19.39		2:51.09
9. Amber Bijl	De Houtrib	2:51.08	199602106	3:00.03	1:22.05		3:00.03

Programmanr. 9
1-10-2011

Jongens, 100m schoolslag

Jongens Junioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	1:20.50199703453	1:20.53		1:20.53
2.	Carlo Ruiz	HZ&PC Heerenveen	1:22.57199802549	1:21.18		1:21.18
3.	Jorn Steenbergen	Dz&Pc	1:22.62199700039	1:22.71		1:22.71
4.	SB9Olivier Victor van de Voort	Dz&Pc	1:27.88199703035	1:23.61		1:23.61
5.	Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	1:25.03199700071	1:24.48		1:24.48
6.	Kevin Rozema	Dz&Pc	1:32.18199701451	1:26.84		1:26.84
7.	Jason Slijngard	De Houtrib	1:28.00199801265	1:28.56		1:28.56
8.	Jordi Nijland	De Houtrib	1:28.68199703957	1:29.20		1:29.20
9.	Carlin Graham	De Houtrib	1:36.02199704241	1:40.00		1:40.00
10.	Danny Santana Sanz	De Houtrib	1:54.26199700735	1:57.97		1:57.97
AFGEM	Jelmer Groos	Dz&Pc	1:27.68199602945			

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 10
1-10-2011

Dames, 50m rugslag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Monique van der Struik	Dz&Pc	30.02	199502502	30.81
2.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	30.44	198903004	31.55
3.	Marjolein Maris	De Houtrib	32.06	199400210	32.25
4.	Paula Duursma	Dz&Pc	33.32	199300982	34.05 FJ 1
5.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.93	199204328	34.05 FJ 2
6.	Aimée Groenveld	De Houtrib	33.31	199503394	34.14
7.	Charlotte Maris	De Houtrib	33.04	199201166	37.00
8.	Melissa de Vries	De Houtrib	38.86	199305080	38.96

Programmanr. 11
1-10-2011

Heren, 100m wisselslag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Erik Hagting	Dz&Pc	59.83199100829	1:00.61		1:00.61
2.	Gavin van der Werf	HZ&PC Heerenveen	1:00.33199302971	1:01.68		1:01.68
3.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	1:03.02199201965	1:02.71		1:02.71
4.	Marco Uppelschoten	De Houtrib	1:03.44199500375	1:04.06		1:04.06
5.	Bart van der Hoeven	Dz&Pc	1:04.13198701379	1:05.39		1:05.39
6.	Marvin Santana Sanz	De Houtrib	1:05.39199302657	1:07.15		1:07.15
7.	Alan Slomp	Dz&Pc	1:06.02198703071	1:07.46		1:07.46
8.	Chris Roovers	De Houtrib	1:20.01196901623	1:15.28		1:15.28
9.	Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	1:05.48199400195	1:16.57		1:16.57
AFGEM	Boris Bijl	De Houtrib	1:08.26199304823			

Programmanr. 12
1-10-2011

Meisjes, 100m vlinderslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Tess Tjokrodikromo	De Houtrib	1:08.87199800172	1:09.68		1:09.68
2.	Marrit Steenberg	Dz&Pc	1:14.01200000086	1:13.43		1:13.43
3.	Hinke Groos	Dz&Pc	1:18.83199901768	1:20.77		1:20.77
4.	Jinte Worsteling	De Houtrib	1:27.89199801844	1:22.33		1:22.33
5.	Nynke Klokman	Dz&Pc	1:29.40199801424	1:25.53		1:25.53
6.	Linda Noord	Dz&Pc	1:33.42199800454	1:27.53		1:27.53
7.	Sofie Lamens	De Houtrib	1:29.92199800778	1:28.65		1:28.65
8.	Kyana van der Vegt	De Houtrib	1:42.08199902612	1:34.56		1:34.56
9.	Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	1:52.71199900926	1:40.22		1:40.22
10.	Arianne Jonkman	Dz&Pc	1:47.18199801590	1:40.68		1:40.68
11.	Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	NT199903672	1:40.82		1:40.82
12.	Silke Rinsma	HZ&PC Heerenveen	1:44.68199900732	1:49.90		1:49.90
13.	Anouk Koghee	De Houtrib	1:51.63199904910	1:51.19		1:51.19

Programmanr. 13
1-10-2011

Jongens, 200m rugslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Jacob de Roos	Dz&Pc	2:43.54	199900553	2:38.43	1:16.55		2:38.43
2.	Fabian Boer	De Houtrib	2:51.42	199800509	2:45.90	1:20.95		2:45.90
3.	Rob van Wier	HZ&PC Heerenveen	NT	199900697	3:00.31	1:30.63		3:00.31
4.	Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	NT	199900695	3:00.46	1:27.55		3:00.46
5.	Stefan Reinderink	Dz&Pc	3:10.00	199900787	3:02.36	1:29.96		3:02.36
6.	Dominique Dudink	De Houtrib	2:59.00	199902291	3:04.96	1:28.96		3:04.96
7.	Daan Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	NT	199900463	3:06.85	1:32.38		3:06.85
8.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	NT	199900177	3:12.18	1:33.90		3:12.18
DIS	Jesse van Dijk	De Houtrib	2:50.60	199903259	2:43.27	1:18.37		2:43.27
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>							
DIS	Martin Ruiter	De Houtrib	2:52.86	200001309	2:47.80	1:22.90		2:47.80
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>							

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 14
1-10-2011

Jongens, 100m rugslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
------	------	------------	---------------	------	-----	------

Programmanr. 15
1-10-2011

Meisjes, 50m vrije slag

Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Elsa Bremer	Dz&Pc	33.27	200001050		33.10
2.	Nicky Leal	De Houtrib	39.98	200001360		34.00
3.	Michelle Heddemma	Dz&Pc	37.72	200002530		34.23
4.	Janny Groos	Dz&Pc	37.04	200000740		35.27
5.	Janneke Ruiten	De Houtrib	43.08	200200782		38.48
6.	Stacey van Weenen	De Houtrib	39.27	200002450		38.70
7.	Lianne van Wier	HZ&PC Heerenveen	38.91	200200438		39.00
8.	Leonie van Wier	HZ&PC Heerenveen	39.69	200200436		39.76
BM	Anna Harbers	HZ&PC Heerenveen	NT	200001250		34.32
BM	Irith Buurisma	HZ&PC Heerenveen	NT	200001648		34.89

Programmanr. 16
1-10-2011

Jongens, 100m wisselslag

Jongens Minioren 4,5,6
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Jelle Betten	Dz&Pc	1:23.17200001535	1:19.94		1:19.94
2.	Koendert Kellner	Dz&Pc	1:23.12200000237	1:23.47		1:23.47
3.	Freek-Jan Melse	Dz&Pc	1:28.36200000235	1:25.19		1:25.19
4.	Remi van der Schee	De Houtrib	1:29.96200100583	1:33.67		1:33.67
5.	Jarmo van den Blink	De Houtrib	1:36.13200100585	1:35.49		1:35.49
6.	Jilles Lycklama a Nijholt	HZ&PC Heerenveen	1:39.38200001103	1:36.14		1:36.14
7.	Stefan Waalkens	De Houtrib	1:45.00200100611	1:43.29		1:43.29
8.	Arwin Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:56.13200001623	1:44.54		1:44.54
9.	Nathan van Wees	De Houtrib	1:48.32200101427	1:44.56		1:44.56
DIS	Mark Peters	De Houtrib	1:48.99200101431	1:55.69		1:55.69

VB - Beide armen niet tezamen naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.

Programmanr. 17
1-10-2011

Dames, 400m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	100m	200m	300m	400m
1.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	4:30.68	199102496	4:35.32	1:06.73	2:16.23	4:35.32
2.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	4:40.64	198903004	4:43.64	1:08.54	2:20.70	4:43.64
3.	Monique van der Struik	Dz&Pc	4:35.29	199502502	4:47.34	1:09.13	2:22.43	4:47.34
4.	Aimée Groenveld	De Houtrib	4:56.55	199503394	4:48.75	1:09.52	2:23.58	4:48.75
5.	Nenne Venema	Dz&Pc	5:03.80	199503586	4:54.52	1:11.39	2:28.23	4:54.52
6.	Marjolein Maris	De Houtrib	4:51.41	199400210	4:57.72	1:07.95	2:22.25	4:57.72
7.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	4:48.11	199204328	5:01.42	1:12.00	2:28.16	5:01.42
8.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	4:59.40	198600850	5:13.52	1:11.46	2:30.24	5:13.52
9.	Kelly Hofstee	De Houtrib	5:33.48	199101292	5:39.26	1:16.37	2:41.31	5:39.26

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 18
1-10-2011

Heren, 100m schoolslag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Gavin van der Werf	HZ&PC Heerenveen	1:03.40199302971	1:06.10		1:06.10
2.	Marco Uppelschoten	De Houtrib	1:12.03199500375	1:09.40		1:09.40
3.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:10.74199001961	1:09.80		1:09.80
4.	Bart van der Hoeven	Dz&Pc	1:09.54198701379	1:11.73		1:11.73
5.	Alan Slomp	Dz&Pc	1:09.99198703071	1:11.80		1:11.80
6.	Marvin Santana Sanz	De Houtrib	1:14.26199302657	1:16.17		1:16.17
7.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	1:13.44198902291	1:16.50		1:16.50
8.	Chris Roovers	De Houtrib	1:21.08196901623	1:23.89		1:23.89
AFGEM	Boris Bijl	De Houtrib	1:16.80199304823			

Programmanr. 19
1-10-2011

Dames, 200m schoolslag

Dames Senioren 2 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1. Renate Hemmes	Dz&Pc	2:47.41	199600418	2:49.08	1:20.39		2:49.08
2. Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	3:00.54	199600866	3:02.98	1:28.05		3:02.98
3. Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	3:06.18	199502170	3:04.02	1:28.45		3:04.02
4. Surya van Dijk	De Houtrib	3:12.29	199405506	3:11.46	1:29.67		3:11.46
5. Minke Betten	Dz&Pc	3:11.69	199404012	3:20.86	1:35.89		3:20.86
6. Lieveke van den Elshout	De Houtrib	3:37.97	199407148	3:23.20	1:37.20		3:23.20
7. Femke Groos	Dz&Pc	3:21.38	199404492	3:24.44	1:36.49		3:24.44

Programmanr. 20
1-10-2011

Jongens, 100m rugslag

Jongens Jeugd 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Maiko Bouma	Dz&Pc	1:04.83199400963	1:04.82		1:04.82
2.	Frank Roovers	De Houtrib	1:06.54199800219	1:05.67		1:05.67
3.	Brian van de Graaf	De Houtrib	1:07.26199401635	1:08.60		1:08.60
4.	Jonathan Rozema	Dz&Pc	1:06.22199501157	1:08.64		1:08.64
5.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	1:09.50199504389	1:09.10		1:09.10
6.	Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	1:04.91199400195	1:10.17		1:10.17
7.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	1:07.41199501527	1:11.09		1:11.09
8.	Sven de Brons	De Houtrib	1:11.95199400013	1:11.98		1:11.98
9.	Oebele van der Velde	Dz&Pc	1:13.60199502731	1:14.72		1:14.72
DIS	Roy Santana Sanz	De Houtrib	1:24.23199402829	1:28.92		1:28.92

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

Programmanr. 21
1-10-2011

Meisjes, 100m schoolslag

Meisjes Jeugd 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Willeke Jonkman	Dz&Pc	1:17.95199604304	1:17.16		1:17.16
2.	Stefanie Twisker	De Houtrib	1:27.89199606188	1:25.03		1:25.03
3.	Jill Muller	Dz&Pc	1:25.89199600728	1:27.91	FJ 1	1:27.91
4.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:27.32199600864	1:27.91	FJ 2	1:27.91
5.	Esther Robakiewicz	De Houtrib	1:25.73199603430	1:29.73	FJ 1	1:29.73
6.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:27.10199700202	1:29.73	FJ 2	1:29.73
7.	Esther Gerritzen	De Houtrib	1:37.95199600958	1:39.37		1:39.37
8.	Iris Gerritzen	De Houtrib	1:39.19199900196	1:40.29		1:40.29
9.	Amber Bijl	De Houtrib	1:35.92199602106	1:46.96		1:46.96

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 22
1-10-2011

Jongens, 200m vrije slag

Jongens Junioren 4 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1. Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	2:15.38	199703453	2:11.98	1:02.23		2:11.98
2. Jorn Steenbergen	Dz&Pc	2:18.62	199700039	2:14.46	1:04.81		2:14.46
3. Olivier Victor van de Voort	Dz&Pc	2:18.37	199703035	2:14.61	1:06.17		2:14.61
4. Mathijs Mulder	HZ&PC Heerenveen	2:19.73	199700071	2:17.44	1:06.46		2:17.44
5. Kevin Rozema	Dz&Pc	2:25.86	199701451	2:21.13	1:08.13		2:21.13
6. Jordi Nijland	De Houtrib	2:17.52	199703957	2:23.30	1:06.79		2:23.30
7. Jelmer Groos	Dz&Pc	2:18.22	199602945	2:25.21	1:09.01		2:25.21
8. Jason Slijngard	De Houtrib	2:23.00	199801265	2:29.11	1:09.74		2:29.11
9. Carlo Ruiz	HZ&PC Heerenveen	2:30.90	199802549	2:31.32	1:14.94		2:31.32
10. Carlin Graham	De Houtrib	2:46.61	199704241	2:53.69	1:23.32		2:53.69
11. Danny Santana Sanz	De Houtrib	2:35.35	199700735	3:16.80	1:32.15		3:16.80

Programmanr. 23
1-10-2011

Dames, 100m wisselslag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1. Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	1:05.01199102496	1:09.08		1:09.08
2. Marjolein Maris	De Houtrib	1:09.51199400210	1:11.76		1:11.76
3. Aimée Groenveld	De Houtrib	1:10.03199503394	1:11.86		1:11.86
4. Paula Duursma	Dz&Pc	1:07.80199300982	1:13.21		1:13.21
5. Nenne Venema	Dz&Pc	1:13.88199503586	1:14.46		1:14.46
6. Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:13.23199204328	1:14.75		1:14.75
7. Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	1:17.38199502706	1:19.31		1:19.31
8. Charlotte Maris	De Houtrib	1:12.54199201166	1:21.36		1:21.36
9. Kelly Hofstee	De Houtrib	1:19.60199101292	1:21.65		1:21.65
10. Karin Boertien	De Houtrib	1:24.45199304166	1:23.45		1:23.45
11. Melissa de Vries	De Houtrib	1:27.10199305080	1:27.91		1:27.91
12. Daphne Lamens	De Houtrib	1:31.73199501082	1:38.08		1:38.08
13. Jessica Stolp	De Houtrib	1:28.40199406012	1:38.26		1:38.26

Programmanr. 24
1-10-2011

Heren, 50m rugslag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1. Erik Hagting	Dz&Pc	27.02	199100829
2. Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	28.28	199001961
3. Marco Uppelschoten	De Houtrib	29.66	199500375
4. Erik Nijholt	Dz&Pc	29.32	199401349
5. Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	29.24	198902291
6. Bart van der Hoeven	Dz&Pc	30.42	198701379
7. Marvin Santana Sanz	De Houtrib	32.67	199302657
AFGEM Boris Bijl	De Houtrib	32.42	199304823

Programmanr. 25
1-10-2011

Meisjes, 200m rugslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1. Marrit Steenbergen	Dz&Pc	2:34.26	200000086	2:28.78	1:13.76		2:28.78
2. Anouk Koghee	De Houtrib	3:16.07	199904910	2:34.77	1:40.94		2:34.77
3. Nynke Klokman	Dz&Pc	2:32.28	199801424	2:35.19	1:56.44		2:35.19
4. Jinte Worsteling	De Houtrib	2:33.62	199801844	2:38.05	1:15.07		2:38.05
5. Tess Tjokrodikromo	De Houtrib	2:43.89	199800172	2:42.74	1:18.42		2:42.74
6. Hinke Groos	Dz&Pc	2:57.50	199901768	2:51.53	1:23.52		2:51.53
7. Linda Noord	Dz&Pc	3:02.19	199800454	2:52.36	1:25.64		2:52.36
8. Kyana van der Vegt	De Houtrib	2:57.34	199902612	2:54.46	1:25.14		2:54.46
9. Arianne Jonkman	Dz&Pc	3:28.64	199801590	3:05.62	1:30.61		3:05.62
10. Sofie Lamens	De Houtrib	3:14.20	199800778	3:07.48	1:33.01		3:07.48
11. Sabine Lageweg	HZ&PC Heerenveen	NT	199900926	3:15.89	1:37.80		3:15.89

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 25, Meisjes, 200m rugslag, Meisjes Junioren 3 en later

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
12. Christien Liemburg	HZ&PC Heerenveen	NT 199903672	3:17.66		1:37.34		3:17.66
13. Silke Rinsma	HZ&PC Heerenveen	NT 199900732	3:30.55		1:42.54		3:30.55

Programmanr. 26
1-10-2011 Meisjes, 100m rugslag Meisjes Junioren 3 en later Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
-----------	------------	---------------	------	-----	------

Programmanr. 27
1-10-2011 Jongens, 100m vlinderslag Jongens Junioren 2 en later Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1. Jacob de Roos	Dz&Pc	1:14.59199900553	1:14.88		1:14.88
2. Fabian Boer	De Houtrib	1:20.01199800509	1:16.45		1:16.45
3. Jesse van Dijk	De Houtrib	1:30.45199903259	1:25.89		1:25.89
4. Martin Ruiters	De Houtrib	1:24.49200001309	1:27.88		1:27.88
5. Dominique Dudink	De Houtrib	1:46.00199902291	1:29.60		1:29.60
6. Daan Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	1:33.66199900463	1:29.97		1:29.97
7. Stefan Reinderink	Dz&Pc	1:33.87199900787	1:33.68		1:33.68
8. Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:41.79199900177	1:39.21		1:39.21
9. Rob van Wier	HZ&PC Heerenveen	1:49.71199900697	1:47.99		1:47.99
DIS Erwin Heinsius	HZ&PC Heerenveen	1:38.08199900695	1:43.83		1:43.83

VD - Schoolslagbenen gezwommen of andere stuwende beweging in het horizontale vlak.

Programmanr. 28
1-10-2011 Meisjes, 100m wisselslag Meisjes Minioren 4,5, Junioren 1 Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1. Elsa Bremer	Dz&Pc	1:24.68200001050	1:24.59		1:24.59
2. Michelle Heddema	Dz&Pc	1:26.69200002530	1:27.39		1:27.39
3. Nicky Leal	De Houtrib	1:46.08200001360	1:28.02		1:28.02
4. Janny Groos	Dz&Pc	1:30.00200000740	1:30.15		1:30.15
5. Lianne van Wier	HZ&PC Heerenveen	1:51.62200200438	1:43.50		1:43.50
6. Leonie van Wier	HZ&PC Heerenveen	1:46.40200200436	1:43.70		1:43.70
7. Janneke Ruiters	De Houtrib	1:47.40200200782	1:48.34		1:48.34
DIS Stacey van Weenen	De Houtrib	1:49.97200002450	1:41.92		1:41.92

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

BM Irith Buursma	HZ&PC Heerenveen	NT200001648	1:23.14		1:23.14
BM Anna Harbers	HZ&PC Heerenveen	NT200001250	1:23.19		1:23.19

Programmanr. 29
1-10-2011 Jongens, 50m vrije slag Jongens Minioren 4,5,6 Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1. Jelle Betten	Dz&Pc	33.73	33.29
2. Freek-Jan Melse	Dz&Pc	36.96	34.13
3. Remi van der Schee	De Houtrib	36.06	36.46
4. Jilles Lycklama a Nijholt	HZ&PC Heerenveen	37.12	37.75
5. Jarmo van den Blink	De Houtrib	38.23	38.03
6. Arwin Akkerman	HZ&PC Heerenveen	40.04	39.51
7. Stefan Waalkens	De Houtrib	40.33	40.96
8. Mark Peters	De Houtrib	47.26	51.14
DIS Nathan van Wees	De Houtrib	41.68	
AA - Te vroeg bewogen bij start. (geen tijd noteren)			
DIS Koendert Kellner	Dz&Pc	33.09	
AA - Te vroeg bewogen bij start. (geen tijd noteren)			

20111001 a comp
Heerenveen, 1-10-2011

Programmanr. 30
1-10-2011

Dames, 4 x 100m wisselslag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	HZ&PC Heerenveen 1 Myrthe Sijtsma Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen 95 1:10.29 86	4:31.27 Chantal Nap 89 Wendan Poelstra 91
2.	Dz&Pc 1 Monique van der Struik Willeke Jonkman	Dz&Pc 95 1:06.03 96	4:32.79 Renate Hemmes 96 Nenne Venema 95
3.	De Houtrib 1 Jinte Worsteling Marjolein Maris	De Houtrib 98 1:14.13 94	4:41.64 Tess Tjokrodikromo 98 Aimée Groenveld 95
4.	HZ&PC Heerenveen 2 Hjordis Wagenaar Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen 95 1:10.42 96	4:46.30 Nanda de Vries 92 Desiree Vedder 96

Programmanr. 31
1-10-2011

Heren, 4 x 100m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Dz&Pc 1 Erik Nijholt Jonathan Rozema	Dz&Pc 94 54.98 95	3:38.71 Erik Hagting 91 Maiko Bouma 94
2.	HZ&PC Heerenveen 1 Dennis Bos Gavin van der Werf	HZ&PC Heerenveen 92 55.65 93	3:48.60 Janco Nolles 89 Jelmer Meijer 90
3.	De Houtrib 1 Frank Roovers Marvin Santana Sanz	De Houtrib 98 59.41 93	3:50.11 Brian van de Graaf 94 Marco Uppelschoten 95