

Datum :06-01-2007 Friese winterkampioenschappen 2007 Zwaagwesteinde

Zwembad: De Frosk

baanlengte: 25 digitale chronometers

Uitslag progr. nr. 1 200 m.wisselslag dames dames/meisjes

\*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50 m
<b>Junioren 1</b>				
1 Fiona van Heerde	De Vikings	94-03660	2.43.25	
2 Aukje Zwart	Avéna	94-02916	2.51.12	
3 Minke Betten	DZ&PC	94-04012	2.51.34	
4 Johanna de Boer	ZPD	94-03944	2.54.68	
5 Claudia Damski	DZ&PC	94-02346	3.01.85	
6 Charissa Zijlstra	ZPD	94-02514	3.03.77	
<b>Junioren 2</b>				
1 Paula Duursma	DZ&PC	93-00982	2.40.28	
2 Ankie v.d. Meer	Neptunia'24	93-00504	2.45.15	
3 Iris Rozema	FZC'54	93-05108	2.47.06	
4 Dieneke Been	DZ&PC	93-03444	2.49.96	
5 Josephine Meerman	DZ&PC	93-04258	2.54.32	
6 Inge Zijlstra	De Granaet	93-01736	2.55.09	
7 Michelle Oomkens	De Vikings	93-05730	2.55.10	
8 Geeske Wind	DZ&PC	93-00980	2.58.88	
9 Femke de Jong	De Granaet	93-06390	3.00.79	
10 Eva Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	93-02340	3.01.95	
11 Wyltske Klijnstra	Avéna	93-04202	3.07.60	
<b>Jeugd 1</b>				
1 Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	92-04328	2.43.63	
2 Anna-Jetske Baron	FZC'54	92-03044	2.43.75	
3 Nelleke Bos	De Vikings	92-02398	2.46.99	
4 Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	92-04486	2.51.16	
5 Amarens Gaikema	DZ&PC	92-03528	2.53.18	
6 Femke Hettema	Avéna	92-04474	2.53.38	
7 Kimberley Visser	De Granaet	92-02568	2.53.88	
8 Jolien Bleichrodt	De Vikings	92-03650	2.56.98	
9 Liesbeth Hoekstra	ZPD	92-06404	3.05.71	
<b>Jeugd 2</b>				
1 Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	91-02496	2.29.18	
2 Simone v/d wal	DZ&PC	91-04636	2.40.40	
3 Rixt Zijlstra	De Granaet	91-03642	2.44.14	
4 Nynke Nolles	HZ&PC Heerenveen	91-02286	2.51.27	
Fransiska Beijaard	De Granaet	91-04020	2.47.54	SA
<b>Senioren /Dames 1</b>				
1 Ilse Kraayeveld	De Granaet	90-02110	2.34.28	
2 Gerbranda Beijaard	De Granaet	90-00272	2.39.82	
3 Wiepkje Venema	HZ&PC Heerenveen	90-03896	2.40.80	
4 Nicky de Wilde	DZ&PC	90-06888	2.41.78	
5 Annemiek Nijkrake	De Granaet	90-06706	2.43.90	
6 Janneke Heidema	ZPD	90-01402	2.45.17	
7 Miranda Bijzitter	ZCNF'34	90-00298	2.45.28	
8 Ineke v/d Veen	DZ&PC	90-07662	2.46.60	
9 Yanieke Slump	HZ&PC Heerenveen	90-05052	3.03.80	
10 Marijke v.d. Meer	Neptunia'24	90-02502	ziek	
Nynke Gaikema	DZ&PC	90-04636		AA
<b>Senioren</b>				
1 Lia Dekker	DZ&PC	87-00830	2.26.82	
2 Marloes Oldenburg	Orca	88-03218	2.31.03	
3 Karin van Dijk	DZ&PC	86-00850	2.38.03	
4 Barbera Feenstra	ZPD	89-05860	2.50.00	
5 Jelly-Esther Tadema	De Granaet	88-04234	2.53.06	
6 Ludmilla Veltman	De Granaet	89-04240	3.00.80	
7 Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	88-01880	3.01.46	
8 Linda de Vries	Avéna	89-04504	ziek	

Uitslag progr. nr. 2 100 m.schoolslag heren heren/jongens  
 \*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
<b>Junioren 1</b>				
1 Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	94-00195	1.24.49	
2 Ramon Fredrik	wetterwille	94-03933	1.27.95	
3 Rudie Nauta	Middelsé	94-01579	1.28.37	
4 Bram ter Ellen	De Vikings	94-02689	1.33.22	
<b>Junioren 2</b>				
1 Gavin van der werf	HZ&PC Heerenveen	93-02971	1.14.55	
2 Jorke Willemse	Orca	93-01977	1.15.75	
3 Wouter Sikma	SG Bolsward/workum	93-02335	1.20.08	
4 Gijs Gertsen	De Vikings	93-03485	1.20.26	
<b>Junioren 3</b>				
1 Jappie Jongsma	De Granaet	92-04249	1.14.87	
2 Thomas Veltman	De Granaet	92-01355	1.16.30	
3 Aydin Hummel	ZCNF'34	92-01577	1.17.48	
4 Micheal westers	De Vikings	92-04263	1.21.84a	
5 Haye Heidema	ZPD	92-00489	1.21.84b	
6 Lindert Louwsma	Neptunia'24	92-01697	1.22.10	
7 Erik de Nijs	De Vikings	92-04259	1.22.40	
<b>Junioren 4</b>				
1 Eric Oord	HZ&PC Heerenveen	91-03983	1.18.21a	
2 Raymond Wielenga	Orca	91-02559	1.21.65	
3 Maarten Ornee	Neptunia'24	91-01733	1.23.26	
4 Hendrik wessel de Vries	ZPD	91-05619	1.26.13	
<b>Jeugd 1</b>				
1 Ritske Reitsma	ZPD	90-02409	1.19.31	
2 Rudie Kirkenier	DZ&PC	90-01537	1.20.71	
3 Kevin Visser	De Vikings	90-06239	1.23.52	
4 Daan Delforterie	ZPD	90-06071	1.23.63	
5 Menno Hoomans	Neptunia'24	90-05729	1.24.21	
<b>Senioren /Heren 1</b>				
1 Jaap v/d Vegte	DZ&PC	88-03485	1.05.01	
2 Edward Buitenwerf	DZ&PC	89-00531	1.09.63	
3 Herman van Dijk	HZ&PC Heerenveen	89-00691	1.11.02	
4 Rutger van Dijk	De Granaet	89-00695	1.12.14	
5 Jorrit Visser	DZ&PC	89-03393	1.14.20	
6 Jelmer Bakker	Neptunia'24	88-05293	1.15.36	
7 Sietse v/d Hoeven	DZ&PC	89-01281	1.15.46	
8 Sjors Hemmen	De Granaet	89-01191	1.15.66	
9 Jorn Post	Neptunia'24	89-02491	1.18.21b	
10 Roelof de Jong	ZPD	89-05551	1.20.67	
11 Joeri vd Loo	Neptunia'24	88-02223	ziek	
<b>Senioren</b>				
1 Martin Gildemeester	DZ&PC	80-00419	1.08.09	
2 Alan Slomp	DZ&PC	87-03071	1.10.71	
3 Bart v/d Hoeven	DZ&PC	87-01379	1.11.66	
4 Pieter Ponne	HZ&PC Heerenveen	76-00749	1.21.11	
5 Andries Zwanenburg	Avéna	83-02455	ziek	

Uitslag progr. nr. 3 100 m.rugslag dames dames/meisjes  
 \*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
<b>Junioren 1</b>				
1 Fiona van Heerde	De Vikings	94-03660	1.13.60	
2 Anna Visser	HZ&PC Heerenveen	94-00774	1.16.66	
3 Aukje Zwart	Avéna	94-02916	1.16.85	
4 Minke Betten	DZ&PC	94-04012	1.19.88	
5 Femke Groos	DZ&PC	94-04492	1.20.50	

6 Charissa Zijlstra	ZPD	94-02514	1.20.97
7 Tineke Wind	DZ&PC	94-00826	1.22.25
8 Merel Weysenfeld	De Vikings	94-04110	1.24.58
9 Johanna de Boer	ZPD	94-03944	1.24.65

#### Junioren 2

1 Maxime de Wilde	DZ&PC	93-04658	1.15.57
2 Margot Schulpen	FZC'54	93-05254	1.17.08
3 Paula Duursma	DZ&PC	93-00982	1.17.56
4 Michelle Oomkens	De Vikings	93-05730	1.20.11
5 Dieneke Been	DZ&PC	93-03444	1.20.13
6 Inge Zijlstra	De Granaet	93-01736	1.22.95
7 Emma van Iperen	Orca	93-05100	1.23.59

#### Jeugd 1

1 Anna-Jetske Baron	FZC'54	92-03044	1.17.31
2 Joyce Duurken	Orca	92-05938	1.17.36
3 Nelleke Bos	De Vikings	92-02398	1.17.80
4 Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	92-04486	1.19.39
5 Jolien Bleichrodt	De Vikings	92-03650	1.20.43
6 Geertje Nauta	Middelsé	92-03574	1.21.62
7 Kimberley Visser	De Granaet	92-02568	1.21.82
8 Jannie de Boer	wetterwille	92-02662	1.26.81

#### Jeugd 2

1 Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	91-02496	1.06.28
2 Simone van de wal	DZ&PC	91-04636	1.11.82
3 Rixt Zijlstra	De Granaet	91-03642	1.17.18
4 Fransiska Beijgaard	De Granaet	91-04020	1.20.39
5 Lonneke Oenema	Orca	91-02314	1.22.59

#### Senioren /Dames 1

1 Ilse Kraayeveld	De Granaet	90-02110	1.06.38
2 Gerbranda Beijgaard	De Granaet	90-00272	1.14.51
3 Wiepkje Venema	HZ&PC Heerenveen	90-03896	1.17.04
4 Miranda Bijzitter	ZCNF'34	90-00298	1.17.13
5 Nicky de Wilde	DZ&PC	90-06888	1.17.21
6 Yanieke Slump	HZ&PC Heerenveen	90-05052	1.17.91
7 Henrieke vd Kooi	FZC'54	90-02054	1.18.10
8 Nynke Gaikema	DZ&PC	90-04636	1.18.52
9 Janneke Heidema	ZPD	90-01402	1.18.87
10 Maaike Wijts	wetterwille	90-05476	1.19.04
11 Annemiek Nijkraake	De Granaet	90-06706	ng

#### Senioren

1 Jolanda Clossen	Neptunia'24	86-00712	1.07.02
2 Monique van Vliet	DZ&PC	89-04410	1.11.58
3 Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	88-01880	1.11.82
4 Lia Dekker	DZ&PC	87-00830	1.12.06
5 Marjon Hollander	DZ&PC	84-01004	1.14.06
6 Karin Eizema	HZ&PC Heerenveen	80-00298	1.17.00

#### Uitslag progr. nr. 4 200 m.vrije slag heren heren/jongens

\*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
------	------------	--------	-----------	-----

100m

#### Junioren 1

1 Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	94-00195	2.20.99
			1.07.92
2 Maiko Postma	DZ&PC	94-00963	2.29.06
			1.10.50
3 Erik Nijholt	ZCNF'34	94-01349	2.35.53
			1.13.32

Junioren 2				
1	Jorke Willemse	Orca	93-01977	2.07.56
	1.01.43			
2	Gijs Gertsen	De Vikings	93-03485	2.14.96
	1.05.37			
3	Sven Alkema	De Vikings	93-03083	2.26.28
	1.09.12			
4	Bauke Ytsma	wetterwille	93-01131	2.29.33
	1.11.16			
Junioren 3				
1	Albert Dijkstra	DZ&PC	92-04437	2.07.84
	1.01.99			
2	Aydin Hummel	ZCNF'34	92-01577	2.14.58
	1.05.68			
3	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	92-01965	2.16.82
	1.04.87			
4	Maarten Manting	De Vikings	92-04261	2.18.17
	1.06.56			
5	Thomas Veltman	De Granaet	92-01355	2.18.31
	1.09.00			
6	Lindert Louwsma	Neptunia'24	92-01697	2.20.56
	1.08.95			
7	Erik de Nijs	De Vikings	92-04259	2.21.10
	1.06.93			
8	Micheal Westers	De Vikings	92-04263	2.23.03
	1.08.13			
9	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	92-00245	2.23.28
	1.08.41			
10	Haye Heidema	ZPD	92-00489	2.24.43
	1.08.63			
Junioren 4				
1	Chris van Vliet	DZ&PC	91-02425	2.05.10
	0.59.99			
2	Vincent van Iperen	Orca	91-06179	2.07.26
	1.01.33			
3	Maarten Ornee	Neptunia'24	91-01733	2.16.42
	1.05.31			
4	Eric Oord	HZ&PC Heerenveen	91-03983	2.19.75
	1.06.56			
Jeugd 1				
1	Remco Kamps	DZ&PC	90-01465	2.06.50
	1.00.73			
2	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	90-01961	2.07.39
	1.00.96			
3	Ritske Reitsma	ZPD	90-02409	2.13.75

1.03.05				
4	Daan Delforterie	ZPD	90-06071	2.13.89
1.03.37				
5	Kevin Visser	De Vikings	90-06239	2.17.87
1.06.00				
Senioren /Heren 1				
1	Jorrit Visser	DZ&PC	89-03393	1.59.27
0.57.59				
2	Jurjen Smits	DZ&PC	89-05535	2.02.85a
0.57.84				
3	Johannes de Boer	De Granaet	89-00293	2.04.62
0.58.90				
4	Sietse v/d Hoeven	DZ&PC	89-01281	2.06.06
1.00.20				
5	Marein Boonstra	HZ&PC Heerenveen	88-05367	2.06.38
1.00.43				
6	Jelmer Waterlander	HZ&PC Heerenveen	88-03741	2.07.87
1.02.23				
7	Sidney de Roos	Neptunia'24	89-02647	2.09.87
1.03.92				
8	Herman van Dijk	HZ&PC Heerenveen	89-00691	2.12.72
1.02.80				
9	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	88-04761	2.14.65
1.03.34				
10	Sjors Hemmen	De Granaet	89-01191	2.14.91
1.04.62				
11	Jildert Prins	FZC'54	89-02509	2.15.28
1.04.37				
12	Jurjen Hoomans	Neptunia'24	88-01527	ziek
Senioren				
1	Arjen v/d Meulen	DZ&PC	87-02223	1.55.72
0.56.33				
2	Willem Jan v/d Vegte	DZ&PC	87-03459	2.02.85b
0.58.46				
3	Michiel Punter	Orca	84-01823	2.03.87
0.57.40				
4	Martin Gildemeester	DZ&PC	80-00419	2.04.35
0.59.49				
5	Bart v/d Hoeven	DZ&PC	87-01379	2.09.46
1.03.40				
6	Michael de Roos	Neptunia'24	87-02809	2.09.81
1.02.46				
7	Anne Huininga	HZ&PC Heerenveen	86-01355	2.11.00
1.02.58				

Uitslag progr. nr. 5 200 m.vlinderslag dames dames/meisjes  
 \*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
100m				
Juniores 2				
1 Ankie v.d. Meer	Neptunia'24	93-00504	2.55.89	
1.20.20				
Jeugd 1				
1 Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	92-04328	3.02.67	
1.23.80				
Seniores /Dames 1				
1 Gerbranda Beijaard	De Granaet	90-00272	2.41.28	
1.14.90				
Seniores				
1 Marloes Oldenburg	Orca	88-03218	2.27.47	
1.09.46				
2 Marjon Hollander	DZ&PC	84-01004	2.37.18	
1.12.63				
3 Jolanda Cossen	Neptunia'24	86-00712	2.39.94	
1.12.33				
4 Karin van Dijk	DZ&PC	86-00850	2.49.63	
1.18.11				
5 Jellly-Esther Tadema	De Granaet	88-04234	2.53.09	
1.18.06				
6 Baukje Hooghiemstra	HZ&PC Heerenveen	88-01880	ziek	
Monique van Vliet	DZ&PC	89-04410	2.47.84	VE
1.13.18				

Uitslag progr. nr. 6 4x100 m.wisselslag estafette heren heren/jongens .o.16

jaar

*****				
Vereniging	Naam	St.nr.	Eind-tijd	
1 DZ&PC	Jurjen Smits	89-05535	3.57.28	
1.00.18	Jaap v/d Vegte	88-03485		
	Arjen v/d Meulen	87-02223		
	willem Jan v/d Vegte	87-03459		
2 HZ&PC Heerenveen	Jelmer waterlander	88-03741	4.10.67	
1.03.50	Herman van Dijk	89-00691		
	Marein Boonstra	88-05367		
	Janco Nolles	89-02291		

3 DZ&PC 1.04.38	Johan Westerhuis	87-03763	4.11.91
	Edward Buitenwerf	89-00531	
	Jorrit Visser	89-03393	
	Remco Kamps	90-01465	
4 Neptunia'24 1.05.18	Sidney de Roos	89-02647	4.24.65
	Jelmer Bakker	88-05293	
	Jan Jaap Ornee	86-02295	
	Michael de Roos	87-02809	
5 HZ&PC Heerenveen 1.03.18	Jelmer Meijer	90-01961	4.29.55
	Gerard Eghuizen	74-00197	
	Anne Huininga	86-01355	
	Pieter Ponne	76-00749	
6 HZ&PC Heerenveen 1.12.62	Eric Oord	91-03983	4.36.96
	Gavin van der Werf	93-02971	
	Dennis Bos	92-01965	
	Rick Mooij	91-06571	
7 Orca 1.09.51	Jorke Willemse	93-01977	4.37.96
	Tom Vermeeren	92-02431	
	Vincent van Iperen	91-06179	
	Raymond Wielenga	91-02559	
8 De Vikings 1.10.62	Sjouke van Velzen	91-02359	4.45.91
	Gijs Gertsen	93-03485	
	Maarten Manting	92-04261	
	Erik de Nijs	92-04259	

9 DZ&PC 1.05.52	Albert Dijkstra	92-04437	4.52.38	
	Maiko Postma	94-00963		
	Chris van Vliet	91-02425		
	Rycklef Epema	92-02787		
10 Neptunia'24 1.13.37	Bas Vaartjes	91-02327	4.52.43	
	Lindert Louwsma	92-01697		
	Ruben Post	91-06623		
	Maarten Ornee	91-01733		
11 Neptunia'24 1.11.57	Jeroen Vos	89-04249	4.57.43	
	Jorn Post	89-02491		
	Arjen Schram	88-05103		
	Menno Hoomans	90-05729		
De Granaet 1.06.52	Harm Rozenga	89-02685		EA
	Rutger van Dijk	89-00695		
	Thomas Veltman	92-01355		
	Marco Kraayeveld	88-01997		
HZ&PC Heerenveen 1.14.42	Christiaan van Dijk	92-00245	5.10.13	SA
	Maxim veldhuis	94-00195		
	Mario Engelbertink	94-00235		
	Simon Holthof	91-06317		
ZPD 1.06.75	Roukebert de Boer	89-00299	4.34.39	VE
	Oane van der Heide	87-04903		
	Hendrik Ben v/d Boon	88-04761		



EA Te vroeg overgenomen en niet teruggekeerd naar de bassinwand om opnieuw te vertrekken.(geen tijd noteren)

SA Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken,voordat .....de handen naar binnen beginnen te draaien.

VE De bewegingen van de voeten niet op gelijke wijze uitgevoerd.

Uitslag progr. nr. 7 100 m.vrije slag dames/meisjes

*****				
Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
<b>Junioren 1</b>				
1 Fiona van Heerde	De Vikings	94-03660	1.06.32	
2 Aukje Zwart	Avéna	94-02916	1.07.35	
3 Femke Groos	DZ&PC	94-04492	1.07.44	
4 Charissa Zijlstra	ZPD	94-02514	1.07.66	
5 Anna Visser	HZ&PC Heerenveen	94-00774	1.09.44	
<b>Junioren 2</b>				
1 Maxime de wilde	DZ&PC	93-04658	1.04.75	
2 Iris Rozema	FZC'54	93-05108	1.06.04	
3 Margot Schulpen	FZC'54	93-05254	1.06.59	
4 Grytsje Lanting	Middelsé	93-06454	1.07.23	
5 Josephine Meerman	DZ&PC	93-04258	1.07.40	
6 Dieneke Been	DZ&PC	93-03444	1.07.47	
7 Wylske Klijnstra	Avéna	93-04202	1.07.65	
8 Inge Zijlstra	De Granaet	93-01736	1.08.84	
9 Geeske Wind	DZ&PC	93-00980	1.09.81	
10 Michelle Oomkens	De Vikings	93-05730	1.10.57	
11 Femke de Jong	De Granaet	93-06390	1.10.91	
12 Emma van Iperen	Orca	93-05100	1.11.99	
13 Marianne van der Zee	De Granaet	93-05648	1.12.61	
<b>Jeugd 1</b>				
1 Anna-Jetske Baron	FZC'54	92-03044	1.04.43	
2 Joyce Duurken	Orca	92-05938	1.06.71	
3 Nelleke Bos	De Vikings	92-02398	1.08.32	
4 Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	92-04328	1.08.44	
5 Liesbeth Hoekstra	ZPD	92-06404	1.08.66	
6 Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	92-04486	1.09.13	
7 Geertje Nauta	Middelsé	92-03574	1.09.47	
8 Kimberley Visser	De Granaet	92-02568	1.10.28	
9 Corinda Palstra	HZ&PC Heerenveen	92-02766	1.11.87	
<b>Jeugd 2</b>				
1 Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	91-02496	1.02.00	
2 Simone v/d wal	DZ&PC	91-04636	1.03.68	
3 Rixt Zijlstra	De Granaet	91-03642	1.05.39	
4 Yolanda Schoo	De Skelp	91-02778	1.05.73	
5 Patricia van Dolder	De Granaet	91-05676	1.07.48	
6 Lonneke Oenema	Orca	91-02314	1.12.59	
<b>Senioren /Dames 1</b>				
1 Ilse Kraayeveld	De Granaet	90-02110	1.01.04	
2 Wiepkje Venema	HZ&PC Heerenveen	90-03896	1.02.54	

3	Nicky de wilde	DZ&PC	90-06888	1.04.10
4	Maaïke Wijts	Wetterwille	90-05476	1.05.49
5	Gerbranda Beijaard	De Granaet	90-00272	1.05.54
6	Janneke Heidema	ZPD	90-01402	1.05.93
7	Ineke v/d Veen	DZ&PC	90-07662	1.07.46
8	Stephanie Kraeger	Neptunia'24	90-02112	1.08.72
9	Yanieke Slump	HZ&PC Heerenveen	90-05052	1.08.88
10	Leonie Snel	Avéna	90-03498	1.09.23
11	Henriëke vd Kooi	FZC'54	90-02054	1.10.02

Senioren

1	Esther de Boer	DZ&PC	89-00390	0.57.73
2	Monique van Vliet	DZ&PC	89-04410	0.59.46
3	Marloes Oldenburg	Orca	88-03218	1.01.30
4	Margriet Zwanenburg	DZ&PC	86-04274	1.01.51
5	Angélique Boersma	De Vikings	80-01586	1.01.97
6	Marjon Hollander	DZ&PC	84-01004	1.02.29
7	Jolanda Clossen	Neptunia'24	86-00712	1.03.02
8	Berber Veenstra	FZC'54	84-02520	1.03.80
9	Tessa van der wal	HZ&PC Heerenveen	87-04518	1.05.98
10	Annemarie Rijkens	DZ&PC	86-03040	1.06.26
11	Rixt Witteveen	HZ&PC Heerenveen	88-04960	1.11.42

Uitslag progr. nr. 8 200 m.rugslag heren/jongens

\*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
------	------------	--------	-----------	-----

100m

Junioren 2

1	Jorke Willemse	Orca	93-01977	2.24.90	
	1.10.47				
2	Gavin van der werf	HZ&PC Heerenveen	93-02971	2.26.38	
	1.11.84				
3	Gijs Gertsen	De Vikings	93-03485	2.31.11	
	1.14.58				
4	Wouter Sikma	SG Bolsward/workum	93-02335	2.36.61	
	1.15.51				
5	Sven Alkema	De Vikings	93-03083	2.37.30	
	1.15.10				
6	Arno Nieuwhof	FZC'54	93-02375	2.43.39	
	1.18.97				
7	Bauke Ytsma	Wetterwille	93-01131	2.50.41	
	1.21.73				
	Sietse Wijbenga	ZPD	93-01967	2.52.97	RC
	1.22.58				

Junioren 3

1	Albert Dijkstra	DZ&PC	92-04437	2.22.08	
	1.09.44				
2	Jappie Jongsma	De Granaet	92-04249	2.33.42	
	1.12.86				
3	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	92-01965	2.34.63	
	1.15.33				
4	Lindert Louwsma	Neptunia'24	92-01697	2.37.08	
	1.18.92				
5	Maarten Manting	De Vikings	92-04261	2.38.56	

1.16.60	Haye Heidema	ZPD	92-00489	2.36.18	RD
1.14.95					
Junioren 4					
1	Eric Oord	HZ&PC Heerenveen	91-03983	2.32.56	
1.14.55					
2	Sjouke van Velzen	De Vikings	91-02359	2.35.22	
1.14.95					
3	Maarten Ornee	Neptunia'24	91-01733	2.36.21	
1.16.77					
4	Chris van Vliet	DZ&PC	91-02425	2.36.90	
1.15.36					
5	Bas Vaartjes	Neptunia'24	91-02327	2.38.03	
1.17.44					
6	Raymond Wielenga	Orca	91-02559	2.43.90	
1.16.28					
Jeugd 1					
1	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	90-01961	2.15.60	
1.06.74					
2	Ritske Reitsma	ZPD	90-02409	2.29.80	
1.11.62					
3	Remco Kamps	DZ&PC	90-01465	2.31.03	
1.12.84					
4	Rudie Kirkenier	DZ&PC	90-01537	2.34.34	
1.14.64					
	Kevin Visser	De Vikings	90-06239	2.37.80	RC
1.14.75					
Senioren /Heren 1					
1	Jurjen Smits	DZ&PC	89-05535	2.11.28	
1.05.18					
2	Jelmer Waterlander	HZ&PC Heerenveen	88-03741	2.19.33	
1.07.38					
3	Johannes de Boer	De Granaet	89-00293	2.20.80	
1.08.32					
4	Roukebert de Boer	ZPD	89-00299	2.21.48	
1.08.23					
5	Harm Rozenga	De Granaet	89-02685	2.23.52	
1.10.67					
6	Sietse v/d Hoeven	DZ&PC	89-01281	2.24.10	
1.10.07					
7	Sidney de Roos	Neptunia'24	89-02647	2.25.90	
1.12.17					
8	Jeroen Vos	Neptunia'24	89-04249	2.34.06	
1.16.27					

Senioren

1	Arjen v/d Meulen	DZ&PC	87-02223	2.15.89	
	1.06.88				
2	Johan Westerhuis	DZ&PC	87-03763	2.19.09	
	1.07.68				
3	Bart v/d Hoeven	DZ&PC	87-01379	2.22.29	
	1.09.39				
4	Michael de Roos	Neptunia'24	87-02809	2.25.40	
	1.10.42				
5	Oane van der Heide	ZPD	87-04903	2.27.07	
	1.10.43				
	René Beetsma	DZ&PC	69-00069	2.24.18	RC
	1.10.09				
	Maarten Postma	wetterwille	83-01697	2.36.85	RC

Uitslag progr. nr. 9 200 m.schoolslag dames/meisjes  
 \*\*\*\*\*

Naam Vereniging St.nr. Eind-tijd 50m

100m

Juniores 1

1	Johanna de Boer	ZPD	94-03944	3.08.12	
	1.32.41				
2	Fiona van Heerde	De Vikings	94-03660	3.08.90	
	1.32.40				
3	Minke Betten	DZ&PC	94-04012	3.13.32	
	1.32.13				
4	Claudia Damski	DZ&PC	94-02346	3.15.27	
	1.34.24				
5	Aukje Zwart	Avéna	94-02916	3.15.40	
	1.35.49				
6	Sanne Zijlstra	DZ&PC	94-01968	3.17.98	
	1.32.30				
7	Ilse Harskamp	FZC'54	94-03492	3.26.34	
	1.40.53				
8	Amarins Zijlstra	De Granaet	94-06566	3.29.85	
	1.39.90				

Juniores 2

1	Paula Duursma	DZ&PC	93-00982	2.57.31	
	1.23.46				
2	Dieneke Been	DZ&PC	93-03444	3.03.87	
	1.28.62				
3	Ankie v.d. Meer	Neptunia'24	93-00504	3.08.67	
	1.32.31				
4	Mirjam Terlaak poot	Avéna	93-03990	3.17.70	
	1.35.64				
5	Eva Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	93-02340	3.20.73	
	1.35.63				

6	Soraya Visser	De Granaet	93-02732	3.25.84	
	1.37.50				
7	Hester Ludema	PWC	93-00482	3.30.22	
	1.40.21				
	Josephine Meerman	DZ&PC	93-04258	3.10.74	SA
	1.32.62				
	Fenna Meijer	Orca	93-02792	3.21.47	SK
	1.35.27				
Jeugd 1					
1	Joyce Durken	Orca	92-05938	2.55.21	
	1.24.90				
2	Anna-Jetske Baron	FZC'54	92-03044	2.58.75	
	1.25.81				
3	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	92-04328	3.07.00	
	1.31.21				
4	Amarens Gaikema	DZ&PC	92-03528	3.07.36	
	1.30.20				
5	Lotte Nienhuis	Avéna	92-05256	3.08.84	
	1.31.77				
6	Lysbeth Wiersma	HZ&PC Heerenveen	92-04486	3.12.03	
	1.34.24				
7	Jolien Bleichrodt	De Vikings	92-03650	3.15.28	
	1.33.43				
Jeugd 2					
1	Nynke Nolles	HZ&PC Heerenveen	91-02286	3.02.38	
	1.29.09				
2	Fransiska Beijgaard	De Granaet	91-04020	3.02.87	
	1.28.80				
Senioren /Dames 1					
1	Annemiek Nijkrake	De Granaet	90-06706	3.01.17	
	1.21.47				
2	Yanieke Slump	HZ&PC Heerenveen	90-05052	3.02.26	
	1.28.11				
3	Nynke Gaikema	DZ&PC	90-04636	3.09.75	
	1.30.84				
4	Stephanie Kraeger	Neptunia'24	90-02112	3.11.25	
	1.29.30				
Senioren					
1	Margriet Zwanenburg	DZ&PC	86-04274	2.32.31	
	1.13.18				
2	Karin van Dijk	DZ&PC	86-00850	2.47.97	
	1.20.08				
3	Marloes Oldenburg	Orca	88-03218	2.52.15	
	1.22.49				
4	Marleen vd Pol	Neptunia'24	87-03234	3.07.07	

1.28.41	5 Tessa van der wal	HZ&PC Heerenveen	87-04518	3.07.22
1.29.08	6 Jelly-Esther Tadema	De Granaet	88-04234	3.08.10
1.30.74	7 Barbera Feenstra	ZPD	89-05860	3.12.46
1.29.38	8 Sanne Risselada	De Granaet	89-03512	3.14.63
1.32.38	9 Lja Dekker	DZ&PC	87-00830	ziek
	Rixt Witteveen	HZ&PC Heerenveen	88-04960	ziek

Uitslag progr. nr. 10 100 m.vlinderslag heren/jongens  
 \*\*\*\*\*

Naam	Vereniging	St.nr.	Eind-tijd	50m
<b>Junioren 1</b>				
1 Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	94-00195	1.13.77	
2 Mario Engelbertink	HZ&PC Heerenveen	94-00235	1.22.26	
3 Robert Westerdijk	Neptunia'24	94-02139	1.24.15	
4 Maiko Postma	DZ&PC	94-00963	1.27.50	
<b>Junioren 2</b>				
1 Gijs Gertsen	De Vikings	93-03485	1.18.71	
<b>Junioren 3</b>				
1 Thomas Veltman	De Granaet	92-01355	1.08.03	
2 Jappie Jongsma	De Granaet	92-04249	1.09.26	
3 Aydin Hummel	ZCNF'34	92-01577	1.11.69	
4 Maarten Manting	De Vikings	92-04261	1.16.68	
<b>Junioren 4</b>				
1 Chris van Vliet	DZ&PC	91-02425	1.05.28	
2 Vincent van Iperen	Orca	91-06179	1.05.50	
3 Rick Mooij	HZ&PC Heerenveen	91-06571	1.09.88	
<b>Jeugd 1</b>				
1 Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	90-01961	1.03.53	
2 Remco Kamps	DZ&PC	90-01465	1.05.96	
3 Daan Delforterie	ZPD	90-06071	1.09.69	
<b>Senioren /Heren 1</b>				
1 Marein Boonstra	HZ&PC Heerenveen	88-05367	1.00.91	
2 Jelmer Waterlander	HZ&PC Heerenveen	88-03741	1.04.19	
3 Jorrit Visser	DZ&PC	89-03393	1.04.95	
4 Sidney de Roos	Neptunia'24	89-02647	1.05.70	
5 Jildert Prins	FZC'54	89-02509	1.08.15	
6 Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	89-02291	1.09.86	
7 Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	88-04761	1.13.06	
8 Roukebert de Boer	ZPD	89-00299	1.14.47	
<b>Senioren</b>				
1 Maarten Postma	wetterwille	83-01697	0.58.00	
2 Michiel Punter	Orca	84-01823	1.00.78	
3 Martin Gildemeester	DZ&PC	80-00419	1.01.20	
4 Michael de Roos	Neptunia'24	87-02809	1.04.25	
5 Anne Huininga	HZ&PC Heerenveen	86-01355	1.04.56	
6 Jan Jaap Ornee	Neptunia'24	86-02295	1.08.25	
René Beetsma	DZ&PC	69-00069	1.05.41	VE

Uitslag progr. nr. 11 4x100 m.vrije slag estafette dames/meisjes o.14 jaar  
 \*\*\*\*\*

Vereniging	Naam	St.nr.	Eind-tijd
1 DZ&PC	Monique van vliet	89-04410	4.07.03

0.59.63	Marjon Hollander	84-01004	
	Nicky de wilde	90-06888	
	Esther de Boer	89-00390	
2 De Granaet 1.00.89	Ilse Kraayeveld	90-02110	4.19.18
	Jelly-Esther Tadema	88-04234	
	Gerbranda Beijaard	90-00272	
	Rixt Zijlstra	91-03642	
3 HZ&PC Heerenveen 1.03.72	Wiepkje Venema	90-03896	4.20.59
	Wendan Poelstra	91-02496	
	Nanda de Vries	92-04328	
	Tessa van der wal	87-04518	
4 DZ&PC 1.07.59	Josephine Meerman	93-04258	4.27.81
	Dieneke Been	93-03444	
	Paula Duursma	93-00982	
	Maxime de wilde	93-04658	
5 ZPD 1.09.51	Hester de Vries	89-04492	4.28.98
	Barbera Feenstra	89-05860	
	Charissa Zijlstra	94-02514	
	Janneke Heidema	90-01402	
6 De Granaet 1.08.63	Inge Zijlstra	93-01736	4.39.28
	Marianne van der Zee	93-05648	
	Femke de Jong	93-06390	
	Femke Leenstra	95-03038	

7 HZ&PC Heerenveen	Nynke Nolles	91-02286	4.44.66
	Yanielka Slump	90-05052	
	Corinda Palstra	92-02766	
	Liesbeth Wiersma	92-04486	
8 DZ&PC 1.12.46	Tineke Wind	94-00826	4.45.66
	Claudia Damski	94-02346	
	Femke Groos	94-04492	
	Minke Betten	94-04012	
9 Avéna 1.09.34	wytske Klijnstra	93-04202	4.48.78
	Shanna Hofstra	93-03974	
	Mirjam Terlaak poot	93-03990	
	Aukje Zwart	94-02916	
10 De Vikings 1.06.11	Fiona van Heerde	94-03660	4.50.43
	Kim Vlottes	94-04596	
	Merel Weysenfeld	94-04110	
	Michelle Oomkens	93-05730	
11 HZ&PC Heerenveen 1.12.86	Eva Zwertbroek	93-02340	4.50.78
	Anna Visser	94-00774	
	Myrthe Sytsema	95-02706	
	Nynke Dijkstra	95-01242	
12 Orca 1.10.75	Emma van Iperen	93-05100	4.58.27
	Fenna Meijer	93-02792	
	Freya Holwerda	95-02780	



Lisanne Terpstra

94-02944

W.A.S.- tel:023-5359838 // Licentie: ZPD - Zwaagwesteinde