

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 1 Heren, 1500m vrije slag Senioren Open
24.10.09 Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang			Geb.		Tijd	Pnt
1.	Martijn Gerritsen		96	ZVZwartsluis	20:46.74	336
	100m: 1:18.92	1:18.92	500m:	900m:	1300m:	
	200m:		600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:46.74	
	400m: 4:56.48		800m: 10:36.10	1200m:		
2.	Willem-Jan Huisman		94	Steenwijk 1934	20:56.48	329
	100m: 1:16.73	1:16.73	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:38.26	1:21.53	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:56.48	
	400m: 5:21.92		800m: 10:58.82	1200m:		
3.	Robert-Jan Homsma		95	Steenwijk 1934	22:09.07	278
	100m: 2:04.89	2:04.89	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:33.73	1:28.84	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:09.07	
	400m: 6:32.39		800m: 12:28.42	1200m:		
4.	Lars Roelofs		96	De Forel	23:14.55	240
	100m: 1:17.75	1:17.75	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:47.27	1:29.52	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:14.55	
	400m: 5:53.99		800m: 12:17.97	1200m:		
5.	Finn van Wanrooij		96	Aqualero	23:38.07	229
	100m: 1:24.45	1:24.45	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:57.65	1:33.20	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:38.07	
	400m: 6:08.64		800m: 12:34.01	1200m:		
6.	Elmo Doorn		96	De Forel	26:31.61	162
	100m: 1:36.59	1:36.59	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:20.97	1:44.38	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 26:31.61	
	400m: 6:53.97		800m: 14:09.48	1200m:		
7.	Jonne Westenberg		96	De Forel	27:45.13	141
	100m: 1:31.19	1:31.19	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:18.10	1:46.91	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 27:45.13	
	400m: 6:58.64		800m: 14:20.54	1200m:		

Programmanr. 2 Dames, 1500m vrije slag Senioren Open
24.10.09 Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang			Geb.		Tijd	Pnt
1.	Marjolein Tissingh		89	HZ&PC Heerenveen	20:40.89	447
	100m: 1:13.67	1:13.67	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:16.51	2:02.84	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:40.89	
	400m: 6:02.64		800m: 11:36.80	1200m:		
2.	Naomi Lok		93	ZVZwartsluis	22:54.86	328
	100m: 1:19.23	1:19.23	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:47.89	1:28.66	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:54.86	
	400m: 5:49.20		800m: 11:59.92	1200m:		
3.	Lotte Duursma		95	Aqualero	23:13.95	315
	100m: 1:18.46	1:18.46	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:35.47	2:17.01	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:13.95	
	400m: 6:42.70		800m: 13:04.64	1200m:		

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 3 400m vrije slag Minioren 5 en later
24.10.09 Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Jorgen Gerritsen	00	ZVZwartsluis	6:08.11	207
	50m: 1:28.95	150m: 3:04.30	250m: 400m:	6:08.11	
2.	Marit Boxum	00	ZVZwartsluis	6:25.31	241
	50m: 1:30.87	150m: 3:10.01	250m: 300m:	6:25.31	
3.	Anouk Heizenberg	99	Aqualero	6:26.26	239
	50m: 1:33.80	150m: 3:15.00	250m: 300m:	6:26.26	
4.	Rick Cuperus	99	Zignea	6:37.51	165
	50m: 1:31.48	150m: 3:10.86	250m: 300m:	6:37.51	
5.	Alies Wagter	99	Steenwijk 1934	6:44.64	208
	50m: 1:40.30	150m: 3:24.17	250m: 300m:	6:44.64	
6.	Ageeth de Haan	99	't Tolhekke	6:50.07	200
	50m: 1:32.68	150m: 3:17.76	250m: 300m:	6:50.07	
7.	Timo de Vries	99	't Tolhekke	7:00.95	139
	50m: 1:36.43	150m: 3:21.18	250m: 300m:	7:00.95	
8.	Ilse Weggemans	99	Zcnf'34	7:32.56	149
	50m: 1:49.16	150m: 3:44.34	250m: 300m:	7:32.56	
9.	Kylian Kooyman	99	't Tolhekke	7:42.35	105
	50m: 1:47.41	150m: 3:47.31	250m: 300m:	7:42.35	

Programmanr. 4 800m vrije slag Minioren 5
24.10.09 Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
------	--	------	--	------	-----

Programmanr. 5 Heren, 800m vrije slag alg. leeftijdsgroep
24.10.09 Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Axl Akkermans	93	Zcnf'34	11:54.67	261
	100m: 1:19.13 1:19.13	300m: 5:52.02	500m: 700m:	11:54.67	
	200m: 2:47.29 1:28.16	400m: 6:14.09	600m: 800m:		
2.	Menno de Vries	97	Zignea	12:17.91	237
	100m: 1:29.38 1:29.38	300m: 6:14.09	500m: 700m:	12:17.91	
	200m: 3:05.97 1:36.59	400m: 6:14.09	600m: 800m:		

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 6
24.10.09

Dames, 800m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Leonie Oude Elferink	94	Zignea	9:27.80	649
	100m: 1:05.54 1:05.54	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:16.51 1:10.97	400m: 4:41.80	600m:	800m: 9:27.80	
2.	Laura Hagreis	96	WS Twente	10:35.73	462
	100m: 1:08.67 1:08.67	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:25.80 1:17.13	400m: 5:08.32	600m:	800m: 10:35.73	
3.	Marjolein Tissingh	89	HZ&PC Heerenveen	11:01.20	411
	100m: 1:14.60 1:14.60	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:37.45 1:22.85	400m: 5:26.20	600m:	800m: 11:01.20	
4.	Anke Meulendijks	91	Zignea	11:13.42	389
	100m: 1:17.10 1:17.10	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:41.10 1:24.00	400m: 5:31.95	600m:	800m: 11:13.42	
5.	Aniek van Unen	95	Zignea	11:13.70	388
	100m: 1:19.92 1:19.92	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:46.48 1:26.56	400m: 5:38.73	600m:	800m: 11:13.70	
6.	Roos Eilers	97	ZVZwartsluis	11:20.16	377
	100m: 1:18.81 1:18.81	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:43.78 1:24.97	400m: 5:37.44	600m:	800m: 11:20.16	
7.	Patricia Hof	94	't Tolhekke	11:20.63	377
	100m: 1:18.38 1:18.38	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:44.21 1:25.83	400m: 5:41.82	600m:	800m: 11:20.63	
8.	Indyra Hummel	96	Zcnf'34	11:39.30	347
	100m: 1:20.14 1:20.14	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:48.48 1:28.34	400m: 5:48.00	600m:	800m: 11:39.30	
9.	Roegina Ofrein	96	Steenwijk 1934	11:40.49	346
	100m: 1:21.41 1:21.41	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:49.55 1:28.14	400m: 5:47.44	600m:	800m: 11:40.49	
10.	Els Koedijk	93	Zignea	11:41.42	344
	100m: 1:21.14 1:21.14	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:49.33 1:28.19	400m: 5:48.20	600m:	800m: 11:41.42	
11.	Bregje Tingen	95	Zcnf'34	11:42.70	342
	100m: 1:18.92 1:18.92	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:46.89 1:27.97	400m: 5:47.29	600m:	800m: 11:42.70	
12.	Elsje de Vries	93	Zcnf'34	11:48.43	334
	100m: 1:22.74 1:22.74	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:51.28 1:28.54	400m: 5:52.25	600m:	800m: 11:48.43	
13.	Getrude Corporaal	92	ZVZwartsluis	11:57.36	322
	100m: 1:21.82 1:21.82	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:54.64 1:32.82	400m: 5:59.26	600m:	800m: 11:57.36	
14.	Amanda Twijnstra	91	Aqualero	12:07.22	309
	100m: 1:31.80 1:31.80	300m:	500m:	700m:	
	200m: 3:49.67 2:17.87	400m: 6:56.64	600m:	800m: 12:07.22	
15.	Nada Lisa Hut	93	Aqualero	12:23.64	289
	100m: 1:27.45 1:27.45	300m:	500m:	700m:	
	200m: 3:00.17 1:32.72	400m: 6:07.14	600m:	800m: 12:23.64	
16.	Tessa Benjamins	95	Aqualero	12:24.82	287
	100m: 1:21.80 1:21.80	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:51.67 1:29.87	400m: 6:01.04	600m:	800m: 12:24.82	
17.	Stephanie Schmidt	96	Steenwijk 1934	12:39.23	271
	100m: 1:19.57 1:19.57	300m:	500m:	700m:	
	200m: 2:52.04 1:32.47	400m: 6:51.86	600m:	800m: 12:39.23	

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 6, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
18. Rebekka Blommers	90 Aqualero	13:29.70	224
100m: 1:31.04 1:31.04	300m: 500m:	700m:	
200m: 3:11.36 1:40.32	400m: 6:38.86	800m: 13:29.70	
19. Zoe Timmerman	94 ZVZwartsluis	13:53.85	205
100m: 1:32.80 1:32.80	300m: 500m:	700m:	
200m: 3:14.67 1:41.87	400m: 6:47.60	800m: 13:53.85	

Programmanr. 7
24.10.09

800m vrije slag

Masters Open
Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
------	------	------	-----

Programmanr. 8
24.10.09

Heren, 400m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Rick Driezen	86 Steenwijk 1934	4:42.81	457
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:06.15	200m: 2:15.81	300m:	400m: 4:42.81
2. Dominique Sikkema	95 Zignea	4:47.28	436
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:05.68	200m: 2:19.30	300m:	400m: 4:47.28
3. Mike Koelewijn	93 Steenwijk 1934	4:58.32	389
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:08.02	200m: 2:22.73	300m:	400m: 4:58.32
4. Herman van Dijk	89 Zcnf'34	5:01.18	378
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:08.72	200m: 2:23.79	300m:	400m: 5:01.18
5. Mark Veldman	95 Zignea	5:14.86	331
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:11.42	200m: 2:31.51	300m:	400m: 5:14.86
6. Arnoud Mijnheer	96 Zignea	5:35.88	273
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:16.66	200m: 2:43.12	300m:	400m: 5:35.88
7. Aron Bouwer	97 't Tolhekke	6:01.20	219
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:22.15	200m: 2:55.30	300m:	400m: 6:01.20
8. Albert Jan van Slooten	98 Zignea	6:02.26	217
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:24.29	200m: 2:58.32	300m:	400m: 6:02.26
9. Hugo Biemold	94 Aqualero	6:06.20	211
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:21.45	200m: 2:56.20	300m:	400m: 6:06.20
10. Sander Walraven	94 Aqualero	6:11.02	202
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:25.83	200m: 3:00.17	300m:	400m: 6:11.02
11. Mika But	98 Zcnf'34	6:18.61	191
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:27.45	200m: 3:05.58	300m:	400m: 6:18.61
12. Dennis Kolk	95 Steenwijk 1934	6:26.14	180
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:22.82	200m: 2:59.68	300m:	400m: 6:26.14

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 8, Heren, 400m vrije slag, Senioren Open

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
13. Mark van Damme	91 't Tolhekke	6:33.89	169
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:25.83	200m: 3:09.14	300m:	400m: 6:33.89
14. Franck Fluitman	97 De Forel	6:39.57	162
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:28.92	200m: 3:10.16	300m:	400m: 6:39.57
15. Florian Stevens	98 Zignea	6:51.60	148
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:37.70	200m: 3:24.12	300m:	400m: 6:51.60
16. Jurriën Wermink	97 Zcnf'34	6:53.34	146
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:36.45	200m: 3:22.62	300m:	400m: 6:53.34

Programmanr. 9
24.10.09

Dames, 400m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Christel Vinke	94 ZVZwartsluis	4:51.59	557
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:05.43	200m: 2:20.16	300m:	400m: 4:51.59
2. Amarins Nonhebel	92 ZVZwartsluis	5:15.59	439
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:10.65	200m: 2:29.93	300m:	400m: 5:15.59
3. Karin Rijkelijhuizen	94 Zignea	5:17.81	430
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:16.01	200m: 2:38.00	300m:	400m: 5:17.81
4. Joyce Bakker	96 De Forel	5:35.51	365
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:16.73	200m: 2:43.54	300m:	400m: 5:35.51
5. Judith Ringnalda	96 Steenwijk 1934	5:41.19	347
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:19.50	200m: 2:48.99	300m:	400m: 5:41.19
6. Lisa Enting	91 Aqualero	5:44.57	337
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:19.76	200m: 2:48.54	300m:	400m: 5:44.57
7. Leonie Jansen	93 Zignea	5:54.32	310
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:23.07	200m: 2:54.32	300m:	400m: 5:54.32
8. Wendy Meijnaar	96 Zignea	5:58.20	300
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:23.36	200m: 2:54.84	300m:	400m: 5:58.20
9. Willeke Willems	96 Zcnf'34	6:03.04	288
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:24.07	200m: 2:57.36	300m:	400m: 6:03.04
10. Arianne Huisman	94 Zcnf'34	6:03.13	288
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:22.92	200m: 2:55.10	300m:	400m: 6:03.13
11. Esmee Tuinstra	96 Aqualero	6:09.20	274
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:22.83	200m: 2:55.86	300m:	400m: 6:09.20
12. Lisanne Hassing	97 De Forel	6:13.86	264
50m:	150m:	250m:	350m:
100m: 1:28.10	200m: 3:05.71	300m:	400m: 6:13.86

limietwedstrijd lange afstanden Steenwijk
Steenwijk, 24.10.2009

Programmanr. 9, Dames, 400m vrije slag, Senioren Open

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
13.	Ida de Haan	90	ZVZwartsluis	6:15.43	261
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:24.63	200m: 2:59.49	300m:	400m: 6:15.43	
14.	Karin Meinders	98	Zignea	6:19.60	252
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:27.36	200m: 3:02.87	300m:	400m: 6:19.60	
15.	Nathalie Moolenkamp	95	Steenwijk 1934	6:26.41	239
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:28.00	200m: 3:06.97	300m:	400m: 6:26.41	
16.	Winnie de Vries	96	Zcnf'34	6:27.39	237
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:26.42	200m: 3:06.00	300m:	400m: 6:27.39	
17.	Rianne Weggemans	97	Zcnf'34	6:31.20	231
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:35.23	200m: 3:17.13	300m:	400m: 6:31.20	
18.	Terina van Slooten	96	Zignea	6:39.23	217
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:29.16	200m: 3:11.16	300m:	400m: 6:39.23	
19.	Joanne Hogenbirk	96	Zignea	6:40.67	215
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:31.28	200m: 3:12.89	300m:	400m: 6:40.67	
20.	Debbie uit den Bosch	98	Zignea	6:46.59	205
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:33.11	200m: 3:16.52	300m:	400m: 6:46.59	
21.	Esther Lubberts	97	ZVZwartsluis	6:47.36	204
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:37.02	200m: 3:22.77	300m:	400m: 6:47.36	
22.	Nienke Harsta	97	Zignea	6:48.15	203
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:34.34	200m: 3:19.89	300m:	400m: 6:48.15	
23.	Nienke van Scheepen	97	Steenwijk 1934	7:05.10	180
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:32.53	200m: 3:23.61	300m:	400m: 7:05.10	
24.	Alette van de Belt	98	ZVZwartsluis	7:07.30	177
	50m:	150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:37.16	200m: 3:26.14	300m:	400m: 7:07.30	

DIS Luciënne van der Linde 95 ZVZwartsluis
AF - Niet de aangegeven afstand gezwommen (geen tijd noteren).