

Programmanr. 1
23-4-2016 - 16:00

Heren, 400m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
Programmanr. 2 23-4-2016 - 16:00				
Dames, 400m wisselslag				
Senioren Open Resultaten				

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	5:47.34	199301686	5:48.72
	50m: 34.46 34.46	150m: 2:03.03 45.25	250m: 3:37.35 49.47	350m: 5:09.55 40.68	
	100m: 1:17.78 43.32	200m: 2:47.88 44.85	300m: 4:28.87 51.52	400m: 5:48.72 39.17	
2.	Laura Noord	De Wellerobben	5:53.26	200202568	5:49.70
	50m: 37.08 37.08	150m: 2:07.81 45.16	250m: 3:40.75 48.75	350m: 5:11.44 40.89	
	100m: 1:22.65 45.57	200m: 2:52.00 44.19	300m: 4:30.55 49.80	400m: 5:49.70 38.26	
3.	Esmee van Peer	TriVia	6:02.81	200201114	6:00.51
	50m: 38.40 38.40	150m: 2:11.69 46.18	250m: 3:48.87 50.80	350m: 5:21.81 40.93	
	100m: 1:25.51 47.11	200m: 2:58.07 46.38	300m: 4:40.88 52.01	400m: 6:00.51 38.70	
4.	Meike Regeling	Orca	NT	200401006	6:17.16
	50m: 38.50 38.50	150m: 2:16.56 49.09	250m: 3:56.75 52.85	350m: 5:33.95 44.36	
	100m: 1:27.47 48.97	200m: 3:03.90 47.34	300m: 4:49.59 52.84	400m: 6:17.16 43.21	

Programmanr. 3
23-4-2016 - 16:07

Heren, 100m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Auke Jan Ytsma	Orca	1:07.19	199900905	1:06.29	30.20 1:06.29
2.	Jurre Broekstra	F.Z.C.'54	1:16.63	200201483	1:13.66	33.60 1:13.66
3.	Wesley Kuiper	Orca	1:15.78	200100889	1:13.97	34.33 1:13.97
4.	Jesse Bos	Avena	1:18.28	200104345	1:15.29	33.79 1:15.29
5.	Frederik Adema	de Granaet	1:24.07	200300253	1:21.71	38.15 1:21.71
6.	Joel Malda	Orca	1:29.34	200301017	1:26.10	36.62 1:26.10
7.	Roan Altena	Pwc	1:49.95	200303255	1:42.61	44.38 1:42.61
AFGEM	Paul Terpstra	Orca	1:28.33	199904411		

Programmanr. 4
23-4-2016 - 16:12

Dames, 100m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m
1.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	1:12.65	199601896	1:13.79	33.38 1:13.79
2.	Lotte Grovenstein	F.Z.C.'54	1:18.61	200102964	1:20.91	36.67 1:20.91
3.	Anneke vd Laan	Orca	1:24.24	200201154	1:22.52	38.09 1:22.52
4.	Sigrid Pafforaad	Avena	1:23.73	200201130	1:23.48	38.54 1:23.48
5.	Noël Iris Hettinga	Neptunia '24	1:29.02	200002536	1:24.70	38.30 1:24.70
6.	Sarina Beuker	De Vikings	1:36.32	200303454	1:27.74	38.56 1:27.74
7.	Ilse Weggemans	Zcnf'34	1:33.67	199902150	1:32.72	42.25 1:32.72
8.	Roos de Jong	Zcnf'34	NT	200302948	1:38.30	44.62 1:38.30
9.	Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	1:39.43	200300968	1:39.67	43.92 1:39.67
10.	Nena Veenstra	Zcnf'34	1:35.73	200003682	1:42.70	47.88 1:42.70
11.	Lieke van Dalen	Orca	2:12.03	200302992	1:44.30	46.57 1:44.30
AFGEM	Marije Sweering	Neptunia '24	1:16.09	200101228		

Programmanr. 5
23-4-2016 - 16:19

Heren, 50m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Dennis Thomas	Aqua 68	NT	199204301	26.62
2.	Darren Sieswerda	F.Z.C.'54	27.49	200001763	27.24
3.	Marc de Jonge	Aqua 68	27.98	200101917	27.55
4.	Sven Harskamp	F.Z.C.'54	27.62	199605073	27.68
5.	Bas Booi	Aqua 68	27.11	199603353	27.91
6.	Jouke Minze Benedictus	Pwc	28.38	199401149	28.90
7.	Lars Arends	TriVia	30.42	200204101	28.97
8.	Rik Stahlie	TriVia	29.82	200201915	29.50
9.	Stefan van der Sluis	Orca	30.09	199805191	29.71
10.	Hidde Zondervan	Pwc	30.37	200103619	29.82

Programmanr. 5, Heren, 50m vrije slag, Junioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
11.	Yoram van der Tuin	De Vikings	31.37	200202439	31.00
12.	Wouter Klasen	Neptunia '24	31.57	200103905	31.39
13.	Jorian Darwinkel	HZ&PC Heerenveen	31.92	200300565	31.52
14.	Bram de Jong	HZ&PC Heerenveen	33.29	200301993	32.24
15.	Quinten Bragt	Zcnf'34	36.53	200303905	35.50
16.	Kevin Postma	Zcnf'34	40.49	200302913	36.68

Programmanr. 6 Dames, 50m vrije slag Senioren Open Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Pascale Everts	Aqua 68	30.71	200005510	30.78
2.	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	31.13	199901084	31.00
3.	Hannah Warris	Aqua 68	32.31	200104204	31.86
4.	Anne Dotinga	Neptunia '24	32.93	200005790	31.97
5.	Rosalie Baarda	Orca	30.98	199903460	32.02
6.	Lotte van Hof	de Granaet	32.87	200202640	32.09
7.	Sandra Talens	Aqua 68	33.59	200005030	32.17
8.	Evelien de Jong	Neptunia '24	30.94	199805316	32.19
9.	Myrthe Idema	TriVia	32.45	200303240	32.32
10.	Martine Kamminga	Zpd	33.35	200201172	32.35
11.	Anouk Miedema	Avena	34.36	200302736	32.96
12.	Joline Koop	Aqua 68	34.85	200403174	33.19
13.	Loïs Jalving	HZ&PC Heerenveen	33.98	200400280	33.27
14.	Ilayda Kaciran	TriVia	33.66	200302860	33.40
15.	Lisa van As	de Granaet	33.57	200301790	33.42
16.	Marlies Berends	HZ&PC Heerenveen	35.39	200402194	34.56
17.	Selma Boertien	Aqua 68	34.66	200203834	34.74
18.	Aniek de Ridder	Avena	35.46	200402750	34.81
19.	Amber Boomsma	HZ&PC Heerenveen	35.74	200401416	34.92
20.	Emma Graafsma	de Granaet	37.78	200302524	35.65
21.	Fabiënne van Dijk	de Granaet	38.36	200401994	36.55
22.	Rianne Beuker	De Vikings	37.27	200402560	37.37
23.	Anna Halma	Orca	38.94	200204506	38.26
24.	Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen	39.45	200403016	38.44
AFGEM	Daphne Outhuijse	De Vikings	30.47	200003582	
AFGEM	Jente Steenstra	Orca	42.55	200401448	
AFGEM	Leonie Boonstra	Aqua 68	30.20	199401324	
AFGEM	Sarah Bruggenkamp	Aqua 68	28.64	200100054	

Programmanr. 7 Heren, 200m rugslag Junioren 1 en ouder Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	2:12.79	199201965	2:12.62	29.22	1:02.36	1:37.45	2:12.62
2.	Jarno Rimmelts	Aqua 68	2:36.77	200101081	2:33.57	36.79	1:15.92	1:55.77	2:33.57
3.	Erwin Boer	TriVia	3:00.68	200302619	2:49.59	40.80	1:23.96	2:07.90	2:49.59

Programmanr. 8 Dames, 200m rugslag Senioren Open Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Laura van der Velde	F.Z.C.'54	2:35.61	200300630	2:37.51	36.76	1:16.70	1:57.20	2:37.51
2.	Ingrid de Vries	de Granaet	2:41.62	200100500	2:41.56	1:18.83			2:41.56
3.	Ilse van der Kooi	de Granaet	2:55.85	200202150	2:53.31	41.38	1:25.53	2:10.11	2:53.31
4.	Laura Altena	TriVia	2:52.62	200102302	2:53.42	39.82	1:24.54	2:10.35	2:53.42
5.	Lot Burgstra	TriVia	2:56.63	200103294	2:54.34	40.45	1:24.27	2:09.37	2:54.34
6.	Barbara Venema	Orca	NT	200005118	2:55.28	41.30	1:26.26	2:12.47	2:55.28
7.	Marije Pont	De Vikings	3:00.23	200302344	2:58.57				2:58.57
8.	Esmee Mulder	Orca	3:31.57	200402924	3:19.10	46.19	1:37.51	2:30.05	3:19.10

Programmanr. 9
23-4-2016 - 16:45

Heren, 100m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Auke Jan Ytsma	Orca	1:20.37	199900905	1:18.65	36.73	1:18.65
2.	Teun de Boer	Orca	1:30.02	199902537	1:23.22	37.37	1:23.22
3.	Jan Berend Sipma	de Granaet	1:27.65	200201443	1:25.82	40.38	1:25.82
4.	Jorian Darwinkel	HZ&PC Heerenveen	1:34.01	200300565	1:31.62	43.62	1:31.62
5.	Mathijs Baarda	Orca	1:31.66	200300633	1:32.22	43.48	1:32.22
6.	Roan Altena	Pwc	1:31.99	200303255	1:32.57	44.04	1:32.57
7.	Wouter Klasen	Neptunia '24	1:32.21	200103905	1:33.72	44.78	1:33.72
8.	Yoram van der Tuin	De Vikings	1:37.86	200202439	1:33.85	43.96	1:33.85
9.	Rick van Dalen	Orca	1:33.78	200103605	1:34.12	44.73	1:34.12

Programmanr. 10
23-4-2016 - 16:50

Dames, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Lisa Bruggenkamp	Aqua 68	1:24.66	199801526	1:26.20	39.08	1:26.20
2.	Martine Kamminga	Zpd	1:26.70	200201172	1:29.57	42.75	1:29.57
3.	Irana Remmelts	Aqua 68	1:28.74	200102486	1:29.63	42.07	1:29.63
4.	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	1:29.77	199901084	1:29.79	42.60	1:29.79
5.	Arianne de Vries	Aqua 68	1:30.48	200100728	1:30.01	42.77	1:30.01
6.	Sarina Beuker	De Vikings	1:33.50	200303454	1:30.19	42.60	1:30.19
7.	Iris Eisenga	TriVia	1:32.70	200401254	1:31.93	42.89	1:31.93
8.	Gerda Woldendorp	De Vikings	1:31.95	200300418	1:32.03	43.73	1:32.03
9.	Myrthe Winkels	TriVia	1:32.32	200300212	1:32.07	43.12	1:32.07
10.	Laura Eisenga	TriVia	1:31.89	200201854	1:34.71	44.61	1:34.71
11.	Marrit Tiekstra	Orca	1:36.03	200301796	1:37.38	45.91	1:37.38
12.	Emma Los	Orca	1:34.78	200203172	1:37.49	45.71	1:37.49
13.	Tove Kienhuis	Aqua 68	1:35.81	200203486	1:37.50	45.91	1:37.50
14.	Tove Beltman	Orca	1:37.04	200301618	1:38.77	47.29	1:38.77
15.	Amber Boomsma	HZ&PC Heerenveen	1:37.72	200401416	1:39.56	46.58	1:39.56
16.	Lisa van As	de Granaet	1:43.77	200301790	1:39.69	47.10	1:39.69
17.	Emma Graafsma	de Granaet	1:43.24	200302524	1:40.88	47.72	1:40.88
18.	Rianne Beuker	De Vikings	1:44.18	200402560	1:47.19	52.34	1:47.19
19.	Aniek de Ridder	Avena	NT	200402750	1:51.97	53.09	1:51.97
AFGEM	Daphne Outhuijse	De Vikings	1:30.66	200003582			

Programmanr. 11
23-4-2016 - 17:00

Heren, 200m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
------	------	------------	---------------	--	------	-----	------	------	------

Programmanr. 12
23-4-2016 - 17:00

Dames, 200m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
------	------	------------	---------------	--	------	-----	------	------	------

Programmanr. 13
23-4-2016 - 17:15

Heren, 100m rugslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	59.42	199201965	1:00.18	29.00	1:00.18
2.	Wesley Kuiper	Orca	1:11.82	200100889	1:12.81	36.02	1:12.81
3.	Dennis Thomas	Aqua 68	1:13.88	199204301	1:17.70	37.25	1:17.70

Programmanr. 14
23-4-2016 - 17:17

Dames, 100m rugslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen	1:13.75	199901084	1:13.92	36.07	1:13.92
2.	Laura van der Velde	F.Z.C.'54	1:13.06	200300630	1:15.10	36.97	1:15.10
3.	Rosalie Baarda	Orca	1:16.11	199903460	1:17.11	37.24	1:17.11
4.	Gerda Woldendorp	De Vikings	1:24.20	200300418	1:19.51	39.80	1:19.51
5.	Hannah Warris	Aqua 68	1:19.11	200104204	1:21.03	39.66	1:21.03
6.	Myrthe Idema	TriVia	1:24.95	200303240	1:21.97	39.85	1:21.97
7.	Anne Dotinga	Neptunia '24	1:24.04	200005790	1:22.59	39.58	1:22.59
8.	Sigrid Pafforaad	Avena	1:20.01	200201130	1:22.94	40.55	1:22.94
9.	Iris Eisenga	TriVia	1:25.40	200401254	1:23.54	40.23	1:23.54
10.	Laura Altena	TriVia	1:20.86	200102302	1:24.32	39.88	1:24.32
11.	Anouk Miedema	Avena	1:34.42	200302736	1:29.28	43.09	1:29.28
12.	Lieke Visser	de Granaet	1:29.81	200400666	1:30.33	44.53	1:30.33
13.	Fabiënne van Dijk	de Granaet	1:33.06	200401994	1:32.57	45.69	1:32.57
14.	Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen	1:40.33	200402758	1:37.58	47.63	1:37.58
AFGEM	Sarah Bruggenkamp	Aqua 68	1:18.45	200100054			

Programmanr. 15
23-4-2016 - 17:24

Heren, 200m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Kevin Postma	Zcnf'34	3:36.88	200302913	3:17.91	44.00	1:34.93	2:27.29	3:17.91
DIS	Bram de Jong	HZ&PC Heerenveen	NT	200301993					

SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.

Programmanr. 16
23-4-2016 - 17:28

Dames, 200m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Irana Remmelts	Aqua 68	3:10.18	200102486	3:10.58	43.09	1:32.42	2:21.93	3:10.58
2.	Arianne de Vries	Aqua 68	3:11.48	200100728	3:11.79	43.97	1:32.37	2:22.68	3:11.79
3.	Meike Regeling	Orca	3:19.39	200401006	3:16.62	43.93	1:34.38	2:25.89	3:16.62
4.	Laura Eisenga	TriVia	3:22.65	200201854	3:24.29	45.80	1:37.89	2:31.55	3:24.29
5.	Amalia Veltman	TriVia	3:16.06	200205702	3:27.69	44.59	1:37.00	2:31.64	3:27.69
6.	Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen	3:40.27	200403016	3:30.43	47.05	1:41.07	2:36.29	3:30.43
DIS	Esmee Mulder	Orca	3:50.84	200402924					

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

AFGEM Jente Steenstra Orca NT 200401448

Programmanr. 17
23-4-2016 - 17:37

Heren, 100m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Auke Jan Ytsma	Orca	57.19	199900905	56.41	27.09	56.41
2.	Darren Sieswerda	F.Z.C.'54	1:00.86	200001763	1:00.47	28.43	1:00.47
3.	Sven Harskamp	F.Z.C.'54	1:01.60	199605073	1:00.81	28.33	1:00.81
4.	Jurre Broekstra	F.Z.C.'54	1:03.14	200201483	1:01.69	29.55	1:01.69
5.	Marc de Jonge	Aqua 68	1:02.47	200101917	1:02.18	29.83	1:02.18
6.	Bas Booi	Aqua 68	1:01.27	199603353	1:02.91	28.59	1:02.91
7.	Rik Stahlie	TriVia	1:01.77	200201915	1:03.11	29.85	1:03.11
8.	Lars Arends	TriVia	1:04.80	200204101	1:03.44	30.43	1:03.44
9.	Teun de Boer	Orca	1:08.77	199902537	1:04.31	29.78	1:04.31
10.	Jesse Bos	Avena	1:04.46	200104345	1:04.53	31.06	1:04.53
11.	Jouke Minze Benedictus	Pwc	1:05.09	199401149	1:05.30	31.17	1:05.30
12.	Joel Malda	Orca	1:08.42	200301017	1:05.98	31.63	1:05.98
13.	Frederik Adema	de Granaet	1:07.25	200300253	1:06.03	31.89	1:06.03
14.	Jarno Remmelts	Aqua 68	1:04.69	200101081	1:06.22	31.46	1:06.22
15.	Mathijs Baarda	Orca	1:07.33	200300633	1:06.81	31.88	1:06.81
16.	Stefan van der Sluis	Orca	NT	199805191	1:07.25	32.95	1:07.25
17.	Yoram van der Tuin	De Vikings	1:15.18	200202439	1:08.13	32.27	1:08.13
18.	Hidde Zondervan	Pwc	1:09.91	200103619	1:09.30	32.77	1:09.30
19.	Quinten Bragt	Zcnf'34	1:22.95	200303905	1:18.87	37.69	1:18.87

Programmanr. 18
23-4-2016 - 17:45

Dames, 100m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m
1.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	1:03.12	199601896	1:02.22	29.43	1:02.22
2.	Laura Noord	De Wellerobben	1:08.92	200202568	1:06.88	31.66	1:06.88
3.	Esmee van Peer	TriVia	1:09.06	200201114	1:09.05	32.52	1:09.05
4.	Pascale Everts	Aqua 68	1:08.43	200005510	1:09.21	33.24	1:09.21
5.	Anneke vd Laan	Orca	1:10.03	200201154	1:09.30	32.93	1:09.30
6.	Gerda Woldendorp	De Vikings	1:10.92	200300418	1:09.72	34.61	1:09.72
7.	Lisa Bruggenkamp	Aqua 68	1:05.66	199801526	1:10.49	33.37	1:10.49
8.	Evelien de Jong	Neptunia '24	1:08.71	199805316	1:12.04	34.94	1:12.04
9.	Marrit Tiekstra	Orca	1:12.30	200301796	1:12.48	34.14	1:12.48
10.	Sandra Talens	Aqua 68	1:10.83	200005030	1:13.00	34.16	1:13.00
11.	Sarina Beuker	De Vikings	1:14.37	200303454	1:13.68	35.96	1:13.68
12.	Ilayda Kaciran	TriVia	1:14.70	200302860	1:13.90	34.27	1:13.90
13.	Joline Koop	Aqua 68	1:15.44	200403174	1:14.82	35.91	1:14.82
14.	Marije Pont	De Vikings	1:15.34	200302344	1:14.92	36.84	1:14.92
15.	Lisa van As	de Granaet	1:13.97	200301790	1:15.74	37.05	1:15.74
16.	Anouk Miedema	Avena	1:18.51	200302736	1:16.14	38.03	1:16.14
17.	Selma Boertien	Aqua 68	1:18.61	200203834	1:18.51	37.73	1:18.51
18.	Tove Kienhuis	Aqua 68	1:18.32	200203486	1:19.45	39.83	1:19.45
19.	Lieke Visser	de Granaet	1:16.91	200400666	1:19.60	38.45	1:19.60
20.	Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	1:22.43	200300968	1:23.85	38.92	1:23.85
21.	Wieke Turkstra	Neptunia '24	1:24.53	200104674	1:24.32	39.84	1:24.32
22.	Lieke van Dalen	Orca	1:26.28	200302992	1:24.45	40.17	1:24.45
23.	Rianne Beuker	De Vikings	1:25.49	200402560	1:25.24	41.11	1:25.24
24.	Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen	1:31.85	200402758	1:29.09	42.87	1:29.09
AFGEM	Leonie Boonstra	Aqua 68	1:06.08	199401324			

Programmanr. 19
23-4-2016 - 17:55

Heren, 200m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Wesley Kuiper	Orca	2:41.49	200100889	2:40.50	34.79	1:15.03	2:04.75	2:40.50
2.	Jorian Darwinkel	HZ&PC Heerenveen	3:01.65	200300565	2:57.38	41.05	1:27.20	2:18.88	2:57.38
3.	Wouter Klasen	Neptunia '24	2:58.97	200103905	3:00.51	39.22	1:29.34	2:21.82	3:00.51
AFGEM	Paul Terpstra	Orca	3:03.90	199904411					

Programmanr. 20
23-4-2016 - 17:59

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Lotte Grovenstein	F.Z.C.'54	2:57.33	200102964	2:47.11	35.08	1:18.21	2:09.95	2:47.11
2.	Laura van der Velde	F.Z.C.'54	2:48.27	200300630	2:48.38	39.60	1:21.08	2:13.10	2:48.38
3.	Barbara Venema	Orca	3:09.35	200005118	2:59.14	39.59	1:25.40	2:19.09	2:59.14
4.	Martine Kamminga	Zpd	3:05.16	200201172	3:00.12	44.18	1:29.82	2:19.31	3:00.12
5.	Lotte van Hof	de Granaet	3:02.82	200202640	3:00.70	42.00	1:26.92	2:21.07	3:00.70
6.	Marlies Berends	HZ&PC Heerenveen	3:15.08	200402194	3:04.26	42.37	1:26.67	2:21.67	3:04.26
7.	Ilse van der Kooi	de Granaet	3:12.36	200202150	3:08.98	40.73	1:24.81	2:24.45	3:08.98
8.	Roos de Jong	Zcnf'34	3:13.53	200302948	3:10.16	44.77	1:36.53	2:27.22	3:10.16
9.	Tove Beltman	Orca	3:10.74	200301618	3:14.29	47.67	1:36.63	2:31.41	3:14.29
10.	Aniek de Ridder	Avena	3:24.58	200402750	3:27.25	46.91	1:39.31	2:40.59	3:27.25
AFGEM	Daphne Outhuijse	De Vikings	2:59.97	200003582					
AFGEM	Amalia Veltman	TriVia	2:56.31	200205702					

Programmanr. 21
23-4-2016 - 18:11

Heren, 50m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	30.20	199201965 30.54
2.	Teun de Boer	Orca	38.88	199902537 37.82
3.	Bram de Jong	HZ&PC Heerenveen	43.59	200301993 41.83

Programmanr. 22
23-4-2016 - 18:13

Dames, 50m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Noël Iris Hettinga	Neptunia '24	38.84	200002536 38.36
2.	Lisa Bruggenkamp	Aqua 68	38.70	199801526 38.49
3.	Irana Remmelts	Aqua 68	41.21	200102486 42.73
4.	Marije Pont	De Vikings	51.37	200302344 44.61
5.	Tove Kienhuis	Aqua 68	44.44	200203486 45.31
6.	Ilayda Kaciran	TriVia	45.26	200302860 45.42
7.	Selma Boertien	Aqua 68	46.31	200203834 45.49
8.	Emma Los	Orca	44.80	200203172 45.85
9.	Wieke Turkstra	Neptunia '24	46.31	200104674 47.13

Programmanr. 23
23-4-2016 - 18:16

Heren, 200m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Dennis Thomas	Aqua 68	2:15.50	199204301	2:14.93	31.14	1:06.71	1:41.94	2:14.93
2.	Darren Sieswerda	F.Z.C.'54	2:18.54	200001763	2:19.33	31.47	1:07.73	1:44.04	2:19.33
3.	Marc de Jonge	Aqua 68	2:19.81	200101917	2:22.58	32.12	1:10.28	1:48.60	2:22.58
4.	Jamo Remmelts	Aqua 68	2:20.42	200101081	2:23.51	32.91	1:09.70	1:48.29	2:23.51
5.	Jan Berend Sipma	de Granaet	2:24.47	200201443	2:25.33	32.28	1:10.39	1:49.11	2:25.33
6.	Mathijs Baarda	Orca	2:29.48	200300633	2:27.29	33.65	1:11.29	1:50.51	2:27.29
7.	Erwin Boer	TriVia	2:33.92	200302619	2:28.93	33.92	1:11.77	1:51.31	2:28.93
8.	Joel Malda	Orca	2:32.42	200301017	2:29.05	33.73	1:12.54	1:52.53	2:29.05
9.	Rick van Dalen	Orca	2:40.45	200103605	2:42.02	34.50	1:14.97	1:57.84	2:42.02
10.	Roan Altena	Pwc	3:18.05	200303255	2:57.38	39.41	1:24.69	2:11.34	2:57.38

Programmanr. 24
23-4-2016 - 18:24

Dames, 200m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Saskia Bergsma	De Wellerobben	2:23.98	199301686	2:22.75	31.22	1:06.79	1:44.59	2:22.75
2.	Ingrid de Vries	de Granaet	2:30.45	200100500	2:28.96	35.01	1:13.58	1:52.91	2:28.96
3.	Pascale Everts	Aqua 68	2:28.99	200005510	2:29.79	34.42	1:12.34	1:51.43	2:29.79
4.	Arianne de Vries	Aqua 68	2:30.86	200100728	2:30.17	33.45	1:11.08	1:50.60	2:30.17
5.	Rosalie Baarda	Orca	2:26.98	199903460	2:30.41	33.82	1:11.37	1:50.94	2:30.41
6.	Ilse Weggemans	Zcnf'34	2:33.52	199902150	2:33.46	35.29	1:14.92	1:55.16	2:33.46
7.	Amalia Veltman	TriVia	2:34.66	200205702	2:35.28	35.31	1:14.89	1:56.10	2:35.28
8.	Myrthe Winkels	TriVia	2:42.62	200300212	2:38.48	36.69	1:17.81	1:58.51	2:38.48
9.	Anneke vd Laan	Orca	2:38.57	200201154	2:40.20	36.15	1:18.32	2:00.45	2:40.20
10.	Hannah Warris	Aqua 68	2:39.50	200104204	2:41.54	35.95	1:17.65	1:59.82	2:41.54
11.	Marrit Tiekstra	Orca	2:42.42	200301796	2:41.70	36.28	1:18.67	2:02.33	2:41.70
12.	Loïs Jalving	HZ&PC Heerenveen	2:46.98	200400280	2:43.14	37.18	1:18.23	2:01.81	2:43.14
13.	Sandra Talens	Aqua 68	2:40.04	200005030	2:44.11	36.11	1:16.98	2:00.63	2:44.11
14.	Nena Veenstra	Zcnf'34	2:44.43	200003682	2:44.49	37.59	1:18.49	2:01.45	2:44.49
15.	Joline Koop	Aqua 68	2:51.53	200403174	2:45.90	38.17	1:19.98	2:03.49	2:45.90
16.	Anna Halma	Orca	3:05.48	200204506	3:06.77	39.94	1:27.71	2:17.41	3:06.77
	DIS Lot Burgstra	TriVia	2:33.63	200103294					

AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.

AFGEM Marije Sweering	Neptunia '24	2:24.56	200101228
AFGEM Leonie Boonstra	Aqua 68	2:28.64	199401324
AFGEM Sarah Bruggenkamp	Aqua 68	2:29.93	200100054