



Programmanr. 1
18-1-2020 - 17:00

25m vrije slag met koprol

Minioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Minioren 4 en later, Meisjes					
1.	Nicole Pestman	de Granaet	NT	201000668	20.55
2.	Lobke Hempenius	HZ&PC Heerenveen	NT	201100522	21.84
3.	Amila Mustafic	Dz&Pc	NT	201200026	22.51 FJ 1
4.	Mirthe de Haan	Zcnf'34	NT	201000866	22.51 FJ 2
5.	Elise Dorlandt	HZ&PC Heerenveen	24.16	201000232	22.78
6.	Elin Vos	Zcnf'34	NT	201001748	26.86
7.	Jasmijn Berghout	Zcnf'34	NT	201100836	28.47
8.	Danne-Bo Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	NT	201100588	28.56
9.	Linne Zwaanswijk	Dz&Pc	NT	201100478	30.01
DIS	Wyneke Edou van der Heide	de Granaet	NT	201100028	21.51
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					
DIS	Ylja Meulman	Dz&Pc	NT	201000384	22.48
<i>Slechts 1 koprol gemaakt</i>					
DIS	Adriana Lenis	Dz&Pc	NT	201100332	43.98
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					
AFGEM	Ilse Smilde	HZ&PC Heerenveen	21.84	201000466	
Minioren 4 en later, Jongens					
1.	Jorick Johannes	HZ&PC Heerenveen	20.79	201000403	19.97
2.	Stijn Dijkstra	Dz&Pc	NT	201000279	21.17
3.	Guido Brander	Zcnf'34	NT	201000625	21.24
4.	Roel Meijer	HZ&PC Heerenveen	21.75	201000161	22.15
5.	Mattias Stolk	HZ&PC Heerenveen	23.11	201000525	22.57
6.	Rinze Bruins Slot	Pwc	NT	201100335	24.81
7.	David Jetten	Dz&Pc	NT	201100351	26.97
8.	Thijs Stielstra	SG Middelse-De Skelp	NT	201001555	28.00
9.	Bram Dijkstra	Dz&Pc	NT	201200195	34.58

Programmanr. 2
18-1-2020 - 17:05

Jongens, 100m wisselslag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Damir Mustafic	Dz&Pc	1:19.63	200800885	1:21.67		1:21.67
2.	Gijs Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	1:25.37	200800275	1:22.56		1:22.56
3.	Hylke de Jong	de Granaet	1:24.48	200801057	1:23.80		1:23.80
4.	Hein Muller	Dz&Pc	1:25.72	200800157	1:26.46		1:26.46
5.	Remco Jelsma	Dz&Pc	1:29.00	200800639	1:29.06		1:29.06
6.	Ruben De Vries	Wetterwille	1:28.92	200900517	1:29.20		1:29.20
7.	Valentijn Vitale	de Granaet	1:40.38	200900737	1:30.59		1:30.59
8.	Mats Buikema	Wetterwille	1:36.04	200900113	1:32.53		1:32.53
9.	Friso Moedt	HZ&PC Heerenveen	1:32.92	200900437	1:34.48		1:34.48
10.	Jente-Piebe Dijkstra	Wetterwille	1:38.08	200800299	1:35.19		1:35.19
11.	Mats Iedema	de Granaet	1:40.93	200802635	1:36.22		1:36.22
12.	Finn Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	1:38.25	200900431	1:36.86		1:36.86
13.	Jorn van Kammen	Wetterwille	1:39.03	200801289	1:37.68		1:37.68
14.	Mark van het Meer	HZ&PC Heerenveen	1:43.51	200900435	1:39.62		1:39.62
15.	Jilke-Andre Jasper	SG Middelse-De Skelp	1:44.25	200803091	1:42.31		1:42.31
16.	Tije Hempenius	HZ&PC Heerenveen	1:41.34	200901365	1:46.96		1:46.96
17.	Jelte Ruitenber	HZ&PC Heerenveen	1:49.53	200900013	1:48.36		1:48.36
18.	Thymion van Mirre	Dz&Pc	1:59.96	200802703	1:57.43		1:57.43
19.	Cas Jonker	HZ&PC Heerenveen	NT	200902687	2:03.79		2:03.79
20.	Aron Folkerts	Dz&Pc	2:04.13	200901923	2:05.46		2:05.46
DIS	Tim Yarne Bosch	de Granaet	1:30.58	200800665			
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							
DIS	Hidde Bruins Slot	Pwc	1:53.40	200800317			
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							
DIS	Wilco Driessen	Pwc	1:29.50	200900041			
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							



Programmanr. 2, Jongens, 100m wisselslag, Minioren 5 en 6

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
AFGEM	Yanick van den Berg	Wetterwille	1:34.59	200800667			
AFGEM	Milan Vader	HZ&PC Heerenveen	2:03.42	200901313			

Programmanr. 3
18-1-2020 - 17:18

Meisjes, 100m rugslag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Ilse Wiltjer	Dz&Pc	1:21.11	200900868	1:19.92	38.71	1:19.92
2.	Daphne Westra	de Granaet	1:30.43	200900344	1:25.85	41.96	1:25.85
3.	Devenda van der Meer	de Granaet	1:27.12	200900948	1:27.45	42.67	1:27.45
4.	Fardau Cazemier	Zcnf'34	1:40.13	200901736	1:34.11	47.17	1:34.11
5.	Larissa Hendriks	Zcnf'34	1:37.65	200900022	1:34.77	46.69	1:34.77
6.	Frouke Wiersma	SG Middelse-De Skelp	1:38.28	200900810	1:37.75	48.18	1:37.75
7.	Lotte Berghout	Zcnf'34	1:41.30	200901644	1:37.89	47.47	1:37.89
8.	Mare Nelleke Torensma	de Granaet	1:57.71	200901606	1:46.07	50.65	1:46.07
9.	Anna Marie van Kan	de Granaet	1:45.49	200901056	1:47.17	50.50	1:47.17
10.	Nynke-Marije de Bruin	Wetterwille	1:58.68	200900864	1:49.64	52.64	1:49.64
DIS	Britt Rijnders	Pwc	NT	200902248		49.57	
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>							
DIS	Milou Scholtens	De Forel	NT	200902482			
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>							

Programmanr. 4
18-1-2020 - 17:23

Jongens, 100m vlinderslag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Lennard Brandsma	Dz&Pc	1:28.37	200702645	1:17.46	35.22	1:17.46
2.	Maiko Hofstra	ZPC Isis	1:25.25	200603079	1:21.25	36.66	1:21.25
3.	Hielke van der Zwaag	Wetterwille	1:46.39	200701197	1:39.01	45.20	1:39.01
4.	Lars Heddem	De Forel	NT	200603697	1:40.63	47.20	1:40.63
5.	Gertjan van der Meer	Wetterwille	2:00.30	200701369	1:46.78	48.62	1:46.78
6.	Robin Groenevelt	de Granaet	NT	200703309	1:52.08	50.52	1:52.08
7.	Willem Wiersma	SG Middelse-De Skelp	1:54.46	200701177	1:55.43	52.69	1:55.43
8.	Christiaan Ensing	De Forel	2:21.29	200603311	1:59.81	52.04	1:59.81
9.	Arthur Lenis	Dz&Pc	NT	200702577	2:09.87	58.44	2:09.87
DIS	Jochum van Hattum	Dz&Pc	1:55.07	200601231			
<i>VB - Beide armen niet gelijktijdig naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.</i>							
AFGEM	Ytsen de Bruin	Wetterwille	1:58.99	200603497			
AFGEM	Denma Lingsang	de Granaet	NT	200702683			
AFGEM	Sem Ligvoet	HZ&PC Heerenveen	1:40.79	200602919			

Programmanr. 5
18-1-2020 - 17:32

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Julia Agricola	Dz&Pc	2:52.17	200800266	2:45.32	36.65			2:45.32
2.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	2:55.54	200700840	2:49.18	38.26			2:49.18
3.	Indy Hof	Dz&Pc	2:52.97	200800630	2:54.76	41.19			2:54.76
4.	Annick van Eeuwijk	Wetterwille	3:06.58	200801798	2:55.21	39.38			2:55.21
5.	Laura van Etten	HZ&PC Heerenveen	3:06.93	200800264	3:03.35	40.46			3:03.35
6.	Lotte van der Werf	Wetterwille	3:22.35	200703336	3:08.40	42.67			3:08.40
7.	Sophie Eloise Nienhuis	Wetterwille	3:20.31	200801514	3:12.11	46.30			3:12.11
8.	Sophie Hiemstra	de Granaet	3:19.40	200800686	3:12.36	43.43			3:12.36
9.	Jenthe Visser	Dz&Pc	3:13.01	200800604	3:15.80	48.08			3:15.80
10.	Hannelore Buzé	HZ&PC Heerenveen	3:37.80	200801226	3:29.62	50.40			3:29.62
11.	Frederique Ensing	De Forel	3:41.24	200703326	3:34.27	49.67			3:34.27
12.	Femke van Weperen	Zcnf'34	4:17.71	200800356	3:36.83	49.11			3:36.83
13.	Stella Lusan Hooisma	Pwc	4:00.30	200801888	3:58.82	59.65			3:58.82



Programmanr. 5, Meisjes, 200m wisselslag, Junioren 1 en 2

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
DIS Emma Rigt van Groning	Wetterwille	3:24.92	200701742					
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>								

Programmanr. 6
18-1-2020 - 17:46

Jongens, 100m rugslag

Minioren 4 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Jorick Johannes	HZ&PC Heerenveen	2:03.99	201000403	1:35.91	46.90	1:35.91
2. Stijn Dijkstra	Dz&Pc	1:42.24	201000279	1:39.52	48.55	1:39.52
3. Guido Brander	Zcnf'34	1:44.84	201000625	1:42.93	50.78	1:42.93
4. Roel Meijer	HZ&PC Heerenveen	1:44.35	201000161	1:44.46	51.69	1:44.46
5. Mattias Stolk	HZ&PC Heerenveen	1:51.31	201000525	1:49.41	55.14	1:49.41
6. David Jetten	Dz&Pc	2:08.73	201100351	2:04.38	59.32	2:04.38
7. Rinze Bruins Slot	Pwc	NT	201100335	2:11.30	1:01.20	2:11.30
DIS Thijs Stielstra	SG Middelsee-De Skelp	NT	201001555			
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>						
DIS Bram Dijkstra	Dz&Pc	2:31.23	201200195		1:03.74	
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>						

Programmanr. 7
18-1-2020 - 17:52

Meisjes, 100m wisselslag

Minioren 4 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Lobke Hempenius	HZ&PC Heerenveen	1:53.20	201100522	1:40.08		1:40.08
2. Nicole Pestman	de Granaet	1:44.39	201000668	1:40.89		1:40.89
3. Ylja Meulman	Dz&Pc	1:49.35	201000384	1:45.22		1:45.22
4. W. van der Heide	de Granaet	1:54.54	201100028	1:46.48		1:46.48
5. Mirthe de Haan	Zcnf'34	1:55.55	201000866	1:46.55		1:46.55
6. Amila Mustafic	Dz&Pc	1:56.95	201200026	1:48.27		1:48.27
7. Elise Dorlandt	HZ&PC Heerenveen	1:55.87	201000232	1:48.65		1:48.65
8. Elin Vos	Zcnf'34	NT	201001748	2:20.02		2:20.02
DIS Adriana Lenis	Dz&Pc	NT	201100332			
<i>AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.</i>						
DIS Linne Zwaanswijk	Dz&Pc	NT	201100478			
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>						
DIS Jasmijn Berghout	Zcnf'34	NT	201100836			
<i>AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.</i>						
AFGEM Ilse Smilde	HZ&PC Heerenveen	1:51.70	201000466			

Programmanr. 8
18-1-2020 - 17:58

Jongens, 400m vrije slag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Gijs Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	5:43.33	200800275	5:19.79
50m: 34.71	34.71	150m: 250m:	350m:	350m: 5:19.79
100m: 1:14.70	39.99	200m: 2:36.33	300m:	400m: 5:19.79
2. Damir Mustafic	Dz&Pc	5:38.86	200800885	5:28.67
50m: 34.38	34.38	150m: 250m:	350m:	350m: 5:28.67
100m: 1:14.85	40.47	200m: 2:37.41	300m:	400m: 5:28.67
3. Hylke de Jong	de Granaet	6:01.97	200801057	5:39.42
50m: 36.56	36.56	150m: 250m:	350m:	350m: 5:39.42
100m: 1:18.97	42.41	200m: 2:46.56	300m:	400m: 5:39.42
4. Remco Jelsma	Dz&Pc	5:47.91	200800639	5:50.19
50m: 38.58	38.58	150m: 250m:	350m:	350m: 5:50.19
100m: 1:23.03	44.45	200m: 2:52.68	300m:	400m: 5:50.19
5. Valentijn Vitale	de Granaet	6:40.24	200900737	5:52.43
50m: 39.05	39.05	150m: 250m:	350m:	350m: 5:52.43
100m: 1:22.81	43.76	200m: 2:53.66	300m:	400m: 5:52.43

KNZB Circuit minioren-junioren deel 3
Bergum, 18-1-2020



Programmanr. 8, Jongens, 400m vrije slag, Minioren 5 en 6

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Hein Muller 50m: 38.95 100m: 1:25.07	Dz&Pc 38.95 150m: 46.12 200m: 2:57.02	6:00.88	200800157 250m: 300m:	5:57.33 350m: 400m: 5:57.33
7.	Tim Yarne Bosch 50m: 39.03 100m: 1:23.63	de Granaet 39.03 150m: 44.60 200m: 2:57.51	6:11.11	200800665 250m: 300m:	6:02.68 350m: 400m: 6:02.68
8.	Wilco Driessen 50m: 41.53 100m: 1:28.24	Pwc 41.53 150m: 46.71 200m: 3:04.93	6:06.18	200900041 250m: 300m:	6:14.90 350m: 400m: 6:14.90
9.	Jente-Piebe Dijkstra 50m: 41.17 100m: 1:28.64	Wetterwille 41.17 150m: 47.47 200m: 3:08.02	6:47.65	200800299 250m: 300m:	6:18.93 350m: 400m: 6:18.93
10.	Ruben De Vries 50m: 42.81 100m: 1:32.50	Wetterwille 42.81 150m: 49.69 200m: 3:10.73	6:29.01	200900517 250m: 300m:	6:19.20 350m: 400m: 6:19.20
11.	Finn Eghuizen 50m: 44.91 100m: 1:33.99	HZ&PC Heerenveen 44.91 150m: 49.08 200m: 3:04.94	6:54.86	200900431 250m: 300m:	6:29.04 350m: 400m: 6:29.04
12.	Mats Buikema 50m: 44.33 100m: 1:34.95	Wetterwille 44.33 150m: 50.62 200m: 3:17.78	6:49.87	200900113 250m: 300m:	6:30.34 350m: 400m: 6:30.34
13.	Friso Moedt 50m: 43.14 100m: 1:32.32	HZ&PC Heerenveen 43.14 150m: 49.18 200m: 3:14.59	6:46.28	200900437 250m: 300m:	6:37.22 350m: 400m: 6:37.22
14.	Mark van het Meer 50m: 46.58 100m: 1:39.42	HZ&PC Heerenveen 46.58 150m: 52.84 200m: 3:27.02	7:15.81	200900435 250m: 300m:	6:51.32 350m: 400m: 6:51.32
15.	Tije Hempenius 50m: 44.66 100m: 1:37.72	HZ&PC Heerenveen 44.66 150m: 53.06 200m: 3:23.66	7:38.47	200901365 250m: 300m:	6:51.78 350m: 400m: 6:51.78
16.	Mats Iedema 50m: 45.55 100m: 1:37.49	de Granaet 45.55 150m: 51.94 200m: 3:23.87	7:45.85	200802635 250m: 300m:	6:57.25 350m: 400m: 6:57.25
17.	Jelte Ruitenber 50m: 46.65 100m: 1:40.40	HZ&PC Heerenveen 46.65 150m: 53.75 200m: 3:28.45	6:57.34	200900013 250m: 300m:	6:58.20 350m: 400m: 6:58.20
18.	Jorn van Kammen 50m: 46.38 100m: 1:40.55	Wetterwille 46.38 150m: 54.17 200m: 3:30.35	7:01.73	200801289 250m: 300m:	7:06.72 350m: 400m: 7:06.72
19.	Hidde Bruins Slot 50m: 47.99 100m: 1:43.38	Pwc 47.99 150m: 55.39 200m: 3:34.43	NT	200800317 250m: 300m:	7:09.25 350m: 400m: 7:09.25
20.	Thymion van Mirre 50m: 49.11 100m: 1:48.62	Dz&Pc 49.11 150m: 59.51 200m: 3:56.22	8:36.19	200802703 250m: 300m:	8:13.77 350m: 400m: 8:13.77
21.	Cas Jonker 50m: 55.91 100m: 2:02.59	HZ&PC Heerenveen 55.91 150m: 1:06.68 200m: 4:26.45	NT	200902687 250m: 300m:	9:03.36 350m: 400m: 9:03.36
AFGEM	Yanick van den Berg	Wetterwille	6:33.62	200800667	
AFGEM	Milan Vader	HZ&PC Heerenveen	NT	200901313	

Programmanr. 9
18-1-2020 - 18:30

Meisjes, 400m vrije slag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Ilse Wiltjer 50m: 36.63 100m: 1:18.38	Dz&Pc 36.63 150m: 41.75 200m: 2:44.70	5:38.65	200900868 250m: 300m:	5:35.82 350m: 400m: 5:35.82
2.	Daphne Westra 50m: 37.37 100m: 1:19.12	de Granaet 37.37 150m: 41.75 200m: 2:45.89	5:42.86	200900344 250m: 300m:	5:38.07 350m: 400m: 5:38.07
3.	Devenda van der Meer 50m: 40.66 100m: 1:25.71	de Granaet 40.66 150m: 45.05 200m: 2:57.60	6:07.09	200900948 250m: 300m:	6:02.36 350m: 400m: 6:02.36
4.	Frouke Wiersma 50m: 43.73 100m: 1:35.94	SG Middelse-De Skelp 43.73 150m: 52.21 200m: 3:16.14	NT	200900810 250m: 300m:	6:36.26 350m: 400m: 6:36.26



Programmanr. 9, Meisjes, 400m vrije slag, Minioren 5

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
5.	Larissa Hendriks	Zcnf'34	NT 200900022	6:45.78	
	50m: 45.35	45.35	150m: 250m: 350m:	6:45.78	
	100m: 1:35.46	50.11	200m: 300m: 400m:		
6.	Fardau Cazemier	Zcnf'34	NT 200901736	6:50.30	
	50m: 47.03	47.03	150m: 250m: 350m:	6:50.30	
	100m: 1:38.37	51.34	200m: 300m: 400m:		
7.	Lotte Berghout	Zcnf'34	NT 200901644	6:57.22	
	50m: 46.69	46.69	150m: 250m: 350m:	6:57.22	
	100m: 1:39.07	52.38	200m: 300m: 400m:		
8.	Anna Marie van Kan	de Granaet	NT 200901056	7:02.56	
	50m: 45.41	45.41	150m: 250m: 350m:	7:02.56	
	100m: 1:38.83	53.42	200m: 300m: 400m:		
9.	Mare Nelleke Torensma	de Granaet	NT 200901606	7:03.56	
	50m: 46.27	46.27	150m: 250m: 350m:	7:03.56	
	100m: 1:39.47	53.20	200m: 300m: 400m:		
10.	Britt Rijnders	Pwc	NT 200902248	7:18.78	
	50m: 48.94	48.94	150m: 250m: 350m:	7:18.78	
	100m: 1:44.18	55.24	200m: 300m: 400m:		
11.	Nynke-Marije de Bruin	Wetterwille	8:29.02 200900864	7:45.59	
	50m: 49.91	49.91	150m: 250m: 350m:	7:45.59	
	100m: 1:46.25	56.34	200m: 300m: 400m:		

Programmanr. 10
18-1-2020 - 19:04

Jongens, 200m rugslag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Lennard Brandsma	Dz&Pc	2:43.22 200702645	2:42.80		37.96	1:20.21		2:42.80
2.	Maiko Hofstra	ZPC Isis	2:47.72 200603079	2:47.84		38.87	1:21.51		2:47.84
3.	Hielke van der Zwaag	Wetterwille	3:02.78 200701197	2:58.69		42.31	1:28.26		2:58.69
4.	Jochum van Hattum	Dz&Pc	2:59.34 200601231	3:02.18		43.10	1:30.12		3:02.18
5.	Willem Wiersma	SG Middelse-De Skelp	NT 200701177	3:05.93		44.18	1:32.14		3:05.93
6.	Gertjan van der Meer	Wetterwille	3:25.43 200701369	3:17.37		47.99	1:39.18		3:17.37
7.	Lars Heddema	De Forel	NT 200603697	3:18.12		48.74	1:41.06		3:18.12
8.	Christiaan Ensing	De Forel	3:41.31 200603311	3:39.88		51.98	1:49.13		3:39.88
9.	Arthur Lenis	Dz&Pc	NT 200702577	4:09.12		1:00.28	2:04.30		4:09.12
DIS	Robin Groenevelt	de Granaet	NT 200703309						
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>									
	AFGEM Ytsen de Bruin	Wetterwille	3:13.12 200603497						
	AFGEM Denma Lingtsang	de Granaet	NT 200702683						
	AFGEM Sem Ligtvoet	HZ&PC Heerenveen	3:13.84 200602919						

Programmanr. 11
18-1-2020 - 19:17

Meisjes, 100m schoolslag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Indy Hof	Dz&Pc	1:28.60 200800630	1:29.49		42.64	1:29.49
2.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	1:32.57 200700840	1:29.96		42.52	1:29.96
3.	Julia Agricola	Dz&Pc	1:29.68 200800266	1:31.70		43.85	1:31.70
4.	Annick van Eeuwijk	Wetterwille	1:36.21 200801798	1:35.00		45.03	1:35.00
5.	Jenthe Visser	Dz&Pc	1:34.70 200800604	1:37.03		45.41	1:37.03
6.	Emma Rigt van Groning	Wetterwille	1:37.17 200701742	1:37.47		46.20	1:37.47
7.	Laura van Etten	HZ&PC Heerenveen	1:45.39 200800264	1:40.93		47.49	1:40.93
8.	Sophie Hiemstra	de Granaet	1:48.44 200800686	1:42.44		48.76	1:42.44
9.	Sophie Eloise Nienhuis	Wetterwille	1:51.90 200801514	1:45.52		48.92	1:45.52
10.	Lotte van der Werf	Wetterwille	1:48.96 200703336	1:46.47		50.11	1:46.47
11.	Frederique Ensing	De Forel	1:51.73 200703326	1:51.06		51.85	1:51.06
12.	Hannelore Buze	HZ&PC Heerenveen	2:01.62 200801226	1:52.34 FJ 1		53.41	1:52.34
13.	Femke van Weperen	Zcnf'34	1:52.44 200800356	1:52.34 FJ 2		54.15	1:52.34
14.	Stella Lusan Hooisma	Pwc	2:26.53 200801888	2:00.20		56.02	2:00.20



Programmanr. 12
18-1-2020 - 19:26

Jongens, 50m vlinderslag

Minioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Jorick Johannes	HZ&PC Heerenveen	NT	201000403	45.99
2.	Mattias Stolk	HZ&PC Heerenveen	NT	201000525	53.65
3.	Roel Meijer	HZ&PC Heerenveen	NT	201000161	55.95
4.	Stijn Dijkstra	Dz&Pc	1:00.61	201000279	56.65
5.	Rinze Bruins Slot	Pwc	NT	201100335	59.28
DIS	Thijs Stielstra	SG Middelse-De Skelp	NT	201001555	
<i>AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.</i>					
DIS	David Jetten	Dz&Pc	NT	201100351	
<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht.</i>					
DIS	Guido Brander	Zcnf'34	59.20	201000625	
<i>VH - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>					

Programmanr. 13
18-1-2020 - 19:29

Meisjes, 100m schoolslag

Minioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Lobke Hempenius	HZ&PC Heerenveen	2:02.60	201100522	1:53.43	53.93	1:53.43
2.	Mirthe de Haan	Zcnf'34	2:04.20	201000866	1:57.19	55.47	1:57.19
3.	Ylja Meulman	Dz&Pc	1:56.70	201000384	1:58.08	54.99	1:58.08
4.	Elise Dorlandt	HZ&PC Heerenveen	2:01.64	201000232	2:00.16	57.48	2:00.16
5.	Nicole Pestman	de Granaet	2:03.69	201000668	2:02.53	56.39	2:02.53
6.	Amila Mustafic	Dz&Pc	NT	201200026	2:12.78	1:02.32	2:12.78
7.	Elin Vos	Zcnf'34	NT	201001748	2:24.27	1:06.71	2:24.27
DIS	Adriana Lenis	Dz&Pc	NT	201100332			
<i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.</i>							
DIS	Linne Zwaanswijk	Dz&Pc	NT	201100478			
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>							
DIS	W. van der Heide	de Granaet	2:05.41	201100028			
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>							
DIS	Jasmijn Berghout	Zcnf'34	NT	201100836			
<i>SA - Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het wijdste gedeelte v.d. 2e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.</i>							
NG.ZA	Danne-Bo Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	NT	201100588			
AFGEM	Ilse Smilde	HZ&PC Heerenveen	2:10.41	201000466			

Programmanr. 14
18-1-2020 - 19:38

Jongens, 100m vlinderslag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Damir Mustafic	Dz&Pc	1:25.69	200800885	1:25.62	38.40	1:25.62
2.	Hylke de Jong	de Granaet	NT	200801057	1:31.49	40.03	1:31.49
3.	Gijs Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	1:35.98	200800275	1:35.90	43.27	1:35.90
4.	Hein Muller	Dz&Pc	1:41.73	200800157	1:36.25	42.25	1:36.25
5.	Remco Jelsma	Dz&Pc	1:47.04	200800639	1:40.25	46.25	1:40.25
6.	Ruben De Vries	Wetterwille	NT	200900517	1:40.29	47.29	1:40.29
7.	Mats Buikema	Wetterwille	NT	200900113	1:46.03	50.93	1:46.03
8.	Jente-Piebe Dijkstra	Wetterwille	NT	200800299	1:46.84	50.31	1:46.84
9.	Valentijn Vitale	de Granaet	NT	200900737	1:48.21	47.96	1:48.21
10.	Wilco Driessen	Pwc	NT	200900041	1:50.23	52.02	1:50.23
11.	Finn Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	NT	200900431	1:50.93	52.40	1:50.93
12.	Jilke-Andre Jasper	SG Middelse-De Skelp	NT	200803091	1:51.52	51.98	1:51.52
	Mats Iedema	de Granaet	NT	200802635	1:51.52	50.27	1:51.52
14.	Tim Yarne Bosch	de Granaet	NT	200800665	1:53.55	50.09	1:53.55
15.	Tije Hempenius	HZ&PC Heerenveen	NT	200901365	2:00.43	54.65	2:00.43
	Friso Moedt	HZ&PC Heerenveen	NT	200900437	2:00.43	54.43	2:00.43
17.	Hidde Bruins Slot	Pwc	NT	200800317	2:00.94	50.34	2:00.94



Programmanr. 14, Jongens, 100m vlinderslag, Minioren 5 en 6

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
18.	Jelte Ruitenberg	HZ&PC Heerenveen	NT 200900013	2:11.83		59.44	2:11.83
19.	Cas Jonker	HZ&PC Heerenveen	NT 200902687	2:14.70		1:00.13	2:14.70
20.	Thymion van Mirre	Dz&Pc	NT 200802703	2:23.70		1:00.95	2:23.70
DIS	Jorn van Kammen	Wetterwille	NT 200801289				
	<i>VI - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>						
DIS	Aron Folkerts	Dz&Pc	NT 200901923				
	<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht.</i>						
DIS	Mark van het Meer	HZ&PC Heerenveen	NT 200900435				
	<i>VH - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>						
AFGEM	Yanick van den Berg	Wetterwille	NT 200800667				
AFGEM	Milan Vader	HZ&PC Heerenveen	NT 200901313				

Programmanr. 15
18-1-2020 - 19:51

Meisjes, 100m wisselslag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Ilse Wiltjer	Dz&Pc	1:22.82 200900868	1:22.67			1:22.67
2.	Daphne Westra	de Granaet	1:29.62 200900344	1:26.00			1:26.00
3.	Devenda van der Meer	de Granaet	1:34.12 200900948	1:34.73			1:34.73
4.	Fardau Cazemier	Zcnf'34	1:35.07 200901736	1:35.13			1:35.13
5.	Larissa Hendriks	Zcnf'34	1:39.96 200900022	1:38.09			1:38.09
6.	Frouke Wiersma	SG Middelse-De Skelp	1:56.33 200900810	1:40.56			1:40.56
7.	Anna Marie van Kan	de Granaet	1:47.12 200901056	1:41.78			1:41.78
8.	Lotte Berghout	Zcnf'34	1:43.40 200901644	1:42.28			1:42.28
9.	Mare Nelleke Torensma	de Granaet	1:46.55 200901606	1:44.14			1:44.14
10.	Britt Rijnders	Pwc	NT 200902248	1:45.89			1:45.89
11.	Nynke-Marije de Bruin	Wetterwille	2:04.02 200900864	1:57.51			1:57.51

Programmanr. 16
18-1-2020 - 19:57

50m vrije slag benen

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1 en 2, Meisjes					
1.	Julia Agricola	Dz&Pc	NT 200800266	46.75	
2.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	NT 200700840	48.27	
3.	Annick van Eeuwijk	Wetterwille	50.75 200801798	49.36	
4.	Indy Hof	Dz&Pc	NT 200800630	50.50	
5.	Laura van Etten	HZ&PC Heerenveen	NT 200800264	51.13	
6.	Lotte van der Werf	Wetterwille	58.81 200703336	55.34	
7.	Sophie Hiemstra	de Granaet	NT 200800686	55.49	
8.	Emma Rigt van Groning	Wetterwille	58.99 200701742	57.63	
9.	Jenthe Visser	Dz&Pc	NT 200800604	58.27	
10.	Hannelore Buze	HZ&PC Heerenveen	NT 200801226	59.02	
11.	Femke van Weperen	Zcnf'34	NT 200800356	59.86	
12.	Stella Lusan Hooisma	Pwc	NT 200801888	1:00.79	
13.	Sophie Eloise Nienhuis	Wetterwille	1:01.28 200801514	1:01.04	
14.	Frederique Ensing	De Forel	NT 200703326	1:06.56	

Junioren 1 en 2, Jongens

1.	Maiko Hofstra	ZPC Isis	NT 200603079	44.86	
2.	Willem Wiersma	SG Middelse-De Skelp	NT 200701177	48.31	
3.	Lars Heddema	De Forel	NT 200603697	48.87	
4.	Jochum van Hattum	Dz&Pc	NT 200601231	53.30	
5.	Hielke van der Zwaag	Wetterwille	58.88 200701197	55.63	
6.	Lennard Brandsma	Dz&Pc	NT 200702645	57.08	
7.	Gertjan van der Meer	Wetterwille	57.97 200701369	58.33	
8.	Robin Groenevelt	de Granaet	NT 200703309	1:05.95	
9.	Christiaan Ensing	De Forel	NT 200603311	1:18.25	
AFGEM	Ytsen de Bruin	Wetterwille	54.88 200603497		
AFGEM	Denma Lingsang	de Granaet	NT 200702683		
AFGEM	Sem Ligtvoet	HZ&PC Heerenveen	NT 200602919		



Programmanr. 17
18-1-2020 - 20:06

50m vrije slag benen

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Minioren 5, Meisjes					
1.	Ilse Wiltjer	Dz&Pc	NT	200900868	46.93
2.	Daphne Westra	de Granaet	NT	200900344	47.65
3.	Fardau Cazemier	Zcnf'34	NT	200901736	49.34
4.	Devenda van der Meer	de Granaet	NT	200900948	50.81
5.	Lotte Berghout	Zcnf'34	NT	200901644	52.43
6.	Frouke Wiersma	SG Middelse-De Skelp	NT	200900810	54.02
7.	Britt Rijnders	Pwc	NT	200902248	57.46
8.	Milou Scholtens	De Forel	NT	200902482	59.49
9.	Anna Marie van Kan	de Granaet	NT	200901056	1:01.74
10.	Larissa Hendriks	Zcnf'34	NT	200900022	1:02.22
11.	Nynke-Marije de Bruin	Wetterwille	1:08.10	200900864	1:02.60
DIS	Mare Nelleke Torensma	de Granaet	NT	200901606	57.69
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					

Minioren 5 en 6, Jongens

1.	Gijs Koehoorn	HZ&PC Heerenveen	NT	200800275	48.50
2.	Damir Mustafic	Dz&Pc	NT	200800885	48.75
3.	Remco Jelsma	Dz&Pc	NT	200800639	49.62
4.	Ruben De Vries	Wetterwille	50.57	200900517	50.68
5.	Wilco Driessen	Pwc	NT	200900041	52.92
6.	Jente-Piebe Dijkstra	Wetterwille	58.72	200800299	54.42
7.	Jorn van Kammen	Wetterwille	58.73	200801289	55.03
8.	Finn Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	NT	200900431	56.49
9.	Tim Yarne Bosch	de Granaet	NT	200800665	56.55
10.	Valentijn Vitale	de Granaet	NT	200900737	57.76
11.	Hidde Bruins Slot	Pwc	NT	200800317	58.19
12.	Hein Muller	Dz&Pc	NT	200800157	58.50
13.	Jilke-Andre Jasper	SG Middelse-De Skelp	NT	200803091	1:01.64
14.	Friso Moedt	HZ&PC Heerenveen	NT	200900437	1:01.94
15.	Tije Hempenius	HZ&PC Heerenveen	NT	200901365	1:04.86
16.	Aron Folkerts	Dz&Pc	NT	200901923	1:09.11
17.	Mark van het Meer	HZ&PC Heerenveen	NT	200900435	1:09.71
18.	Jelte Ruitenbergh	HZ&PC Heerenveen	NT	200900013	1:11.54
19.	Cas Jonker	HZ&PC Heerenveen	NT	200902687	1:13.74
20.	Mats Buikema	Wetterwille	1:20.70	200900113	1:18.74
DIS	Thymion van Mirre	Dz&Pc	NT	200802703	59.87
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					
AFGEM	Yanick van den Berg	Wetterwille	55.70	200800667	

Programmanr. 18
18-1-2020 - 20:18

Gemengd, 4 x 25m vrije slag

Minioren 4 en later
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	HZ&PC Heerenveen 1	1:22.24	1:16.89	
	Lobke Hempenius 11 36.67	Elise Dorlandt	10 40.22	
	Jorick Johannes 10	Mattias Stolk	10	
2.	Zcnf'34 1	1:29.17	1:26.03	
	Jasmijn Berghout 11 48.17	Mirthe de Haan	10 37.86	
	Elin Vos 10	Guido Brander	10	