

Programmanr. 1 Meisjes, 400m vrije slag Minioren 5 en Junioren 1
6-1-2019 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	6:00.49	200701400	5:37.80 351
	50m: 35.49	35.49	150m: 2:46.19	250m: 3:00m:	350m: 5:37.80
	100m: 1:17.17	41.68	200m: 2:46.19	300m:	400m: 5:37.80
2.	Daniek Wijnen	Zvl-1886	6:18.36	200701280	5:52.94 308
	50m: 37.29	37.29	150m: 2:50.62	250m: 3:00m:	350m: 5:52.94
	100m: 1:20.34	43.05	200m: 2:50.62	300m:	400m: 5:52.94
3.	Lola Angenent	Zvl-1886	7:04.95	200800452	6:40.52 211
	50m: 45.46	45.46	150m: 3:18.96	250m: 3:00m:	350m: 6:40.52
	100m: 1:36.11	50.65	200m: 3:18.96	300m:	400m: 6:40.52

Programmanr. 2 Jongens, 400m vrije slag Minioren 5 en 6
6-1-2019 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Gijs Hartwijk	Zvl-1886	6:12.06	200800573	5:52.59 243
	50m: 37.99	37.99	150m: 2:55.18	250m: 3:00m:	350m: 5:52.59
	100m: 1:22.47	44.48	200m: 2:55.18	300m:	400m: 5:52.59
2.	Bart Geelen	Zvl-1886	6:55.75	200700473	7:10.74 133
	50m: 44.03	44.03	150m: 3:24.64	250m: 3:00m:	350m: 7:10.74
	100m: 1:33.96	49.93	200m: 3:24.64	300m:	400m: 7:10.74
3.	Wout Koppers	Zvl-1886	7:34.25	200801141	7:24.01 122
	50m: 46.19	46.19	150m: 3:36.11	250m: 3:00m:	350m: 7:24.01
	100m: 1:42.06	55.87	200m: 3:36.11	300m:	400m: 7:24.01

Programmanr. 3 200m vrije slag Minioren 3 en 4
6-1-2019 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Sverre van der Zwaan	Zvl-1886	3:11.36	200900737	3:09.87	155	41.51	1:31.08	3:09.87
2.	Wictoria Diederiks	Zvl-1886	3:43.62	200900758	3:22.19	174	45.01	1:37.99	3:22.19
3.	Mike Lens	Zvl-1886	3:56.79	200900635	3:57.00	80	47.94	1:51.79	3:57.00

Programmanr. 4 Dames, 800m vrije slag Senioren Open
6-1-2019 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Sanne Heemskerk	Zvl-1886	9:56.38	200100600	10:17.52 492
	100m: 1:07.40	1:07.40	300m: 4:54.54	500m: 6:00m:	700m: 10:17.52
	200m: 2:21.19	1:13.79	400m: 4:54.54	600m:	800m: 10:17.52
2.	Jasmijn Ruijgrok	Wzk	9:54.58	199401032	10:32.94 457
	100m: 1:14.75	1:14.75	300m: 5:12.75	500m: 6:00m:	700m: 10:32.94
	200m: 2:34.32	1:19.57	400m: 5:12.75	600m:	800m: 10:32.94
3.	Sabien Timmers	Aqua-Novio'94	10:06.84	199904440	10:43.10 435
	100m: 1:13.77	1:13.77	300m: 5:15.96	500m: 6:00m:	700m: 10:43.10
	200m: 2:34.07	1:20.30	400m: 5:15.96	600m:	800m: 10:43.10
4.	Marit Huisman	ZPV Barracuda	11:36.33	200502620	10:51.97 418
	100m: 1:17.68	1:17.68	300m: 5:23.03	500m: 6:00m:	700m: 10:51.97
	200m: 2:39.21	1:21.53	400m: 5:23.03	600m:	800m: 10:51.97
5.	Anouchka Bos	ZPV Barracuda	NT	200501528	11:02.93 397
	100m: 1:18.95	1:18.95	300m: 5:32.73	500m: 6:00m:	700m: 11:02.93
	200m: 2:42.14	1:23.19	400m: 5:32.73	600m:	800m: 11:02.93
6.	Sanne Slof	ZPV Barracuda	11:43.85	200601810	11:15.17 376
	100m: 1:15.93	1:15.93	300m: 5:35.66	500m: 6:00m:	700m: 11:15.17
	200m: 2:41.18	1:25.25	400m: 5:35.66	600m:	800m: 11:15.17
7.	Moniek Heemskerk	Zvl-1886	10:22.53	199601964	11:21.84 365
	100m: 1:15.74	1:15.74	300m: 5:31.36	500m: 6:00m:	700m: 11:21.84
	200m: 2:39.27	1:23.53	400m: 5:31.36	600m:	800m: 11:21.84

Programmanr. 4, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
8.	Rianne Hofland	ZV Sassenheim	NT 198801820	11:25.50	359
	100m: 1:20.28 200m: 2:46.97	1:20.28 300m: 1:26.69 400m: 5:39.50	500m: 600m:	700m: 800m: 11:25.50	
9.	Moira Loechteken	Wzk	NT 200004446	11:47.18	327
	100m: 1:20.78 200m: 2:43.66	1:20.78 300m: 1:22.88 400m: 5:48.08	500m: 600m:	700m: 800m: 11:47.18	
10.	Babet van Andel	Zvl-1886	12:39.89 200304308	11:51.46	321
	100m: 1:22.14 200m: 2:52.23	1:22.14 300m: 1:30.09 400m: 5:55.17	500m: 600m:	700m: 800m: 11:51.46	
11.	Maaïke Hofland	ZV Sassenheim	NT 199203754	11:54.67	317
	100m: 1:19.61 200m: 2:48.72	1:19.61 300m: 1:29.11 400m: 5:48.88	500m: 600m:	700m: 800m: 11:54.67	
12.	Anne Roos Blokhuis	Zvl-1886	13:12.72 200600716	12:28.10	277
	100m: 1:26.69 200m: 3:03.62	1:26.69 300m: 1:36.93 400m: 6:18.95	500m: 600m:	700m: 800m: 12:28.10	
13.	Natasha Wassink	Zvl-1886	14:44.75 200404798	12:30.29	274
	100m: 1:24.01 200m: 2:59.75	1:24.01 300m: 1:35.74 400m: 6:13.95	500m: 600m:	700m: 800m: 12:30.29	
14.	Delilah van Swieten	Zvl-1886	13:32.97 200206108	12:42.59	261
	100m: 1:24.89 200m: 3:00.10	1:24.89 300m: 1:35.21 400m: 6:17.28	500m: 600m:	700m: 800m: 12:42.59	
15.	Suze Duivenvoorde	Noordwijkerhout	12:53.54 200400638	12:59.83	244
	100m: 1:24.08 200m: 2:59.70	1:24.08 300m: 1:35.62 400m: 6:20.00	500m: 600m:	700m: 800m: 12:59.83	
16.	Cidra Fakhani	Zvl-1886	NT 200603704	14:26.73	178
	100m: 1:31.18 200m: 3:14.91	1:31.18 300m: 1:43.73 400m: 6:55.85	500m: 600m:	700m: 800m: 14:26.73	
AFGEM	Marieke Vledder	Wzk	NT 200503798		

Programmanr. 5
6-1-2019

Heren, 800m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Guus Hoogduin	Zvl-1886	9:05.65 200201069	9:10.66	553
	100m: 1:02.15 200m: 2:10.28	1:02.15 300m: 1:08.13 400m: 4:30.01	500m: 600m:	700m: 800m: 9:10.66	
2.	Kristiaan Lenos	Zvl-1886	9:18.39 198301331	9:23.00	518
	100m: 1:01.80 200m: 2:10.09	1:01.80 300m: 1:08.29 400m: 4:30.65	500m: 600m:	700m: 800m: 9:23.00	
3.	Bert Duivenvoorde	Noordwijkerhout	9:57.13 199701805	9:36.10 FJ 1	483
	100m: 1:04.82 200m: 2:15.26	1:04.82 300m: 1:10.44 400m: 4:40.28	500m: 600m:	700m: 800m: 9:36.10	
4.	Rens van Beek	Aqua-Novio'94	9:23.40 200300537	9:36.10 FJ 2	483
	100m: 1:04.89 200m: 2:16.48	1:04.89 300m: 1:11.59 400m: 4:42.98	500m: 600m:	700m: 800m: 9:36.10	
5.	Wesley van der Luit	ZV Sassenheim	10:41.35 199701895	9:57.21	434
	100m: 1:08.06 200m: 2:22.86	1:08.06 300m: 1:14.80 400m: 4:51.07	500m: 600m:	700m: 800m: 9:57.21	
6.	Chris Vogelaar	Zvl-1886	10:35.51 200302241	10:27.65	374
	100m: 1:05.78 200m: 2:19.81	1:05.78 300m: 1:14.03 400m: 4:58.26	500m: 600m:	700m: 800m: 10:27.65	
7.	Arjan Buijsse	ZV Sassenheim	NT 197901767	10:31.05	368
	100m: 1:12.10 200m: 2:29.89	1:12.10 300m: 1:17.79 400m: 5:09.55	500m: 600m:	700m: 800m: 10:31.05	
8.	Gijs Ruijgrok	Wzk	10:04.56 199600863	10:35.39	360
	100m: 1:07.67 200m: 2:26.42	1:07.67 300m: 1:18.75 400m: 5:10.07	500m: 600m:	700m: 800m: 10:35.39	
9.	Jeroen de Mooij	Zvl-1886	10:56.85 200100723	10:43.57	347
	100m: 1:12.25 200m: 2:32.10	1:12.25 300m: 1:19.85 400m: 5:17.89	500m: 600m:	700m: 800m: 10:43.57	
10.	Hans Bouwmeester	Zvl-1886	NT 196700127	10:45.19	344
	100m: 1:10.27 200m: 2:28.53	1:10.27 300m: 1:18.26 400m: 5:10.46	500m: 600m:	700m: 800m: 10:45.19	
11.	Jelmer Nederhoed	Zvl-1886	11:32.81 200201349	10:54.52	330
	100m: 1:09.40 200m: 2:29.89	1:09.40 300m: 1:20.49 400m: 5:16.93	500m: 600m:	700m: 800m: 10:54.52	

Programmanr. 5, Heren, 800m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
12.	Noë Berry	Zvl-1886	11:37.90	200303167	10:55.69 328
	100m: 1:12.12	1:12.12	300m: 5:23.99	500m: 10:55.69	
	200m: 2:34.85	1:22.73	400m: 5:23.99	600m: 10:55.69	
13.	Guus Geelen	Zvl-1886	11:45.31	200401183	10:58.36 324
	100m: 1:14.15	1:14.15	300m: 5:25.38	500m: 10:58.36	
	200m: 2:36.57	1:22.42	400m: 5:25.38	600m: 10:58.36	
14.	Ingmar Kooman	Zvl-1886	11:10.90	197901517	11:09.71 FJ 1 308
	100m: 1:15.69	1:15.69	300m: 5:31.56	500m: 11:09.71	
	200m: 2:39.87	1:24.18	400m: 5:31.56	600m: 11:09.71	
15.	Jeff Duivenvoorden	Noordwijkerhout	10:59.96	199601829	11:09.71 FJ 2 308
	100m: 1:09.73	1:09.73	300m: 5:24.38	500m: 11:09.71	
	200m: 2:32.09	1:22.36	400m: 5:24.38	600m: 11:09.71	
16.	Finn de Kan	Noordwijkerhout	12:23.11	200304607	11:17.85 297
	100m: 1:12.60	1:12.60	300m: 5:30.52	500m: 11:17.85	
	200m: 2:37.35	1:24.75	400m: 5:30.52	600m: 11:17.85	
17.	Tim Duivenvoorde	Noordwijkerhout	11:10.52	200200383	11:21.60 292
	100m: 1:13.97	1:13.97	300m: 5:37.11	500m: 11:21.60	
	200m: 2:39.51	1:25.54	400m: 5:37.11	600m: 11:21.60	
18.	Gijs Burghoorn	Aqua-Novio'94	NT	200005711	11:29.45 282
	100m: 1:14.64	1:14.64	300m: 5:39.44	500m: 11:29.45	
	200m: 2:41.04	1:26.40	400m: 5:39.44	600m: 11:29.45	
19.	Onno Mens	Noordwijkerhout	11:16.06	200004389	11:39.93 270
	100m: 1:12.94	1:12.94	300m: 5:39.48	500m: 11:39.93	
	200m: 2:39.06	1:26.12	400m: 5:39.48	600m: 11:39.93	
20.	Jesse Camphens	Noordwijkerhout	14:10.60	200502899	12:02.56 245
	100m: 1:21.43	1:21.43	300m: 5:53.47	500m: 12:02.56	
	200m: 2:49.89	1:28.46	400m: 5:53.47	600m: 12:02.56	
21.	Hein Siegert	Wzk	NT	200404351	12:39.36 211
	100m: 1:23.65	1:23.65	300m: 6:16.69	500m: 12:39.36	
	200m: 3:01.71	1:38.06	400m: 6:16.69	600m: 12:39.36	
22.	Daan Duivenvoorde	Noordwijkerhout	14:57.77	200304597	13:47.45 163
	100m: 1:30.14	1:30.14	300m: 6:48.25	500m: 13:47.45	
	200m: 3:12.57	1:42.43	400m: 6:48.25	600m: 13:47.45	
23.	Bauke Vledder	Wzk	NT	200701247	13:52.03 160
	100m: 1:34.98	1:34.98	300m: 7:00.74	500m: 13:52.03	
	200m: 3:22.21	1:47.23	400m: 7:00.74	600m: 13:52.03	