

LAC deel 3
's-Gravenzande, 18-12-2016

Programmanr. 1
18-12-2016

Meisjes, 1500m vrije slag

Meisjes Jeugd 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Elyanne Boudestein	Zoetermeer	20:57.57	200101060	18:55.81	541
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:23.44	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 18:55.81	
	400m: 4:54.92	800m: 9:59.67		1200m:		
2.	Hieke de Lijster	ZV Westland	21:59.23	200203312	21:18.76	379
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:45.32	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 21:18.76	
	400m: 5:42.20	800m: 11:29.06		1200m:		
3.	Laura Nuijten	ZV Westland	23:45.09	200101084	21:57.78	346
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:41.10	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 21:57.78	
	400m: 5:33.85	800m: 11:30.48		1200m:		
4.	Britt Zuiderwijk	ZV Westland	22:41.67	200101048	22:42.32	314
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:47.81	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 22:42.32	
	400m: 5:46.53	800m: 11:56.83		1200m:		
5.	Anne Dorstijn	Zoetermeer	24:23.78	200201750	25:07.38	231
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 3:00.77	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 25:07.38	
	400m: 6:19.52	800m: 13:14.26		1200m:		
6.	Shakeela Pabarni	Zoetermeer	27:22.50	200203228	26:48.02	191
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 3:16.39	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 26:48.02	
	400m: 6:50.42	800m: 13:58.20		1200m:		
7.	Jordana Huismans	ZV Westland	30:09.36	200101900	29:59.37	136
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 3:46.30	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 29:59.37	
	400m: 7:49.90	800m: 15:59.20		1200m:		

Programmanr. 2
18-12-2016

Jongens, 1500m vrije slag

Jongens Junioren 3 en 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Michael Boekestijn	ZV Westland	21:13.19	200100767	19:09.08	436
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:31.67	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 19:09.08	
	400m: 5:08.68	800m: 10:21.11		1200m:		
2.	Niels Dijkshoorn	ZV Westland	20:55.66	200203079	19:19.98	423
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:33.68	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 19:19.98	
	400m: 5:13.02	800m: 10:28.39		1200m:		
3.	Jeroen Reckman	ZPCNumansdorp	19:29.57	200100209	19:37.93	404
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:27.95	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 19:37.93	
	400m: 5:05.17	800m: 10:24.10		1200m:		
4.	Thom van Vark	Z&PC De Gouwe	21:26.91	200101305	21:28.53	309
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:40.36	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 21:28.53	
	400m: 5:32.74	800m: 11:23.53		1200m:		
5.	Luuk van Holstein	ZV Westland	NT	200203841	21:48.81	295
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:49.65	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 21:48.81	
	400m: 5:47.39	800m: 11:44.09		1200m:		
6.	Boris Bruijninx	Van Vliet-Barracuda	22:51.57	200104109	22:00.60	287
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:47.75	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 22:00.60	
	400m: 5:44.00	800m: 11:44.74		1200m:		

LAC deel 3
's-Gravenzande, 18-12-2016

Programmanr. 2, Jongens, 1500m vrije slag, Jongens Junioren 3 en 4

rang	naam	vereniging	intijd	200201181	tijd	RT
7.	Liam Schoon	ZV Westland	NT	200201181	22:28.79	269
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:51.46	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 22:28.79		
	400m: 5:51.21	800m: 11:56.71	1200m:			
8.	Mees Blankert	ZV Westland	NT	200203743	23:03.95	249
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:52.69	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:03.95		
	400m: 5:55.97	800m: 12:08.85	1200m:			

Programmanr. 3
18-12-2016

Dames, 1500m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	199701478	tijd	RT
1.	Angelique van Vark	Z&PC De Gouwe	18:19.13	199701478	18:22.05	592
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:18.42	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 18:22.05		
	400m: 4:45.59	800m: 9:42.88	1200m:			
2.	Amanda Holst	Zoetermeer	20:17.36	200004204	19:40.25	482
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:25.81	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 19:40.25		
	400m: 5:01.38	800m: 10:19.27	1200m:			
3.	Babette van der Kaaij	ZV Westland	20:30.40	199902234	20:20.72	436
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:30.37	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 20:20.72		
	400m: 5:16.30	800m: 10:49.29	1200m:			
4.	Tamara van den Brink	Van Vliet-Barracuda	22:19.19	199804182	21:25.75	373
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:42.79	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 21:25.75		
	400m: 5:36.04	800m: 11:23.99	1200m:			
5.	Jacoline van den Beukel	ZV Westland	23:23.23	199100238	22:04.63	341
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:43.87	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 22:04.63		
	400m: 5:36.46	800m: 11:32.27	1200m:			
6.	Julia van Hoeven	ZV Westland	22:40.35	200004442	23:59.97	265
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:52.82	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:59.97		
	400m: 6:00.13	800m: 12:30.98	1200m:			
DIS	Anouk van der Lans	ZV Westland	22:48.32	199801614		
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>					
AFGEM	Celina von Berg	ZV Westland	21:13.20	200002596		

Programmanr. 4
18-12-2016

Jongens, 1500m vrije slag

Jongens Jeugd 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	200004181	tijd	RT
1.	Thomas Hesper	Van Vliet-Barracuda	19:51.62	200004181	18:27.98	486
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:15.62	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 18:27.98		
	400m: 4:44.16	800m: 9:45.47	1200m:			
2.	Nick Boekestijn	ZV Westland	19:51.95	199900291	19:26.34	416
	100m:	500m:	900m:	1300m:		
	200m: 2:26.26	600m:	1000m:	1400m:		
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 19:26.34		
	400m: 4:59.32	800m: 10:14.45	1200m:			
AFGEM	Marijn van Giesen	ZV Westland	20:50.65	199900633		
AFGEM	Finn Swanenburg	ZV Westland	26:45.19	200002987		

LAC deel 3
's-Gravenzande, 18-12-2016

Programmanr. 5
18-12-2016

Heren, 1500m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Pascal Nuijten	ZV Westland	19:08.16	199701353	17:58.00	528
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:16.42	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 17:58.00	
	400m: 4:39.33	800m:		1200m:		
2.	Armand Heyder	ZV Westland	18:07.51	199603221	18:10.83	509
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:13.38	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 18:10.83	
	400m: 4:35.07	800m: 9:25.17		1200m:		
3.	Koen de Leeuw	Z&PC De Gouwe	19:10.41	199202961	18:55.33	452
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:24.40	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 18:55.33	
	400m: 4:57.27	800m: 10:03.75		1200m:		
4.	Hugo Bregman	Albion	24:00.00	195800069	20:15.64	368
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:38.20	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 20:15.64	
	400m: 5:20.97	800m: 10:48.90		1200m:		
5.	Fred Dijkshoorn	ZV Westland	21:52.44	196501539	22:19.41	275
	100m:	500m:		900m:	1300m:	
	200m: 2:49.31	600m:		1000m:	1400m:	
	300m:	700m:		1100m:	1500m: 22:19.41	
	400m: 5:52.45	800m: 11:57.73		1200m:		

Programmanr. 6
18-12-2016

Jongens, 800m vrije slag

Jongens Junioren 1
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Azir Lajlufi	Zoetermeer	NT	200401253	12:56.26	198
	100m:	300m:		500m:	700m:	
	200m: 3:01.30	400m: 6:20.73		600m:	800m: 12:56.26	

Programmanr. 7
18-12-2016

Meisjes, 800m vrije slag

Meisjes Junioren 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Zoë Molenaar	Zoetermeer	12:26.65	200300978	11:16.53	374
	100m:	300m:		500m:	700m:	
	200m: 2:47.65	400m: 5:40.54		600m:	800m: 11:16.53	