

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 4
18-5-2019 - 10:55

Heren, 50m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Daan Sonneveld	WVZ	27.82	200601085	27.71	+0,76
2.	Mark Demianenko	Zoetermeer	29.00	200600409	28.87	+0,65
3.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	30.29	200600019	29.32	+0,82
4.	Bjorn Rijkaart	BZ en PC	28.95	200601337	29.37	+0,64
	Yagiz Atilgan	ZV Vlaardingen-Schiedam	29.81	200601453	29.37	+0,67
6.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	29.23	200601497	29.91	+0,65
7.	Laurens Kalle	z.c De Schotejil	29.63	200600161	30.34	+0,71
8.	Joris Lissenberg	The Hague Swimming (SG)	30.69	200600585	30.38	+0,71
9.	Hessel de Jong	KZV de Lansingh	31.00	200602753	30.73	+0,68
10.	Floris Wassenaar	WVZ	31.64	200600649	30.85	+0,46
11.	Wout Jonkers	Poseidon'56	30.48	200600939	31.18	+0,61
12.	Sven Markkus Eschbach	ZZ&PC De Devel	30.19	200602013	31.20	+0,66
13.	Kaan Uludag	Zoetermeer	31.18	200603559	31.34	+0,79
14.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	30.89	200600177	31.46	+0,73
15.	Joshua Agussalim	ZPV Barracuda	31.45	200600153	31.75	
16.	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	31.51	200600007	31.82	+0,55
17.	Dimi Stoyanov	The Hague Swimming (SG)	31.45	200601067	31.96	+0,58
18.	Levy van Rosmalen	De Watervogels	33.66	200602041	32.06	+0,75
19.	Simon van der Sluijs	De Kempvis	31.96	200600789	32.18	+0,68
20.	Tavi de Gelder	ZOB'66	32.12	200602335	32.27	+0,63
21.	Daniel Gavran	Widex GZC Donk	33.40	200600667	32.44	+0,73
22.	Bo Merkesteyn	WVZ	32.97	200602451	32.62	+0,50
23.	Robin den Ouden	ZPC Wiekslag	33.00	200600255	32.88	+0,48
24.	Floris Abbing	D'elft	33.08	200601489	33.26	+0,61
25.	Jasper Groen	KZV de Lansingh	32.67	200602325	33.28	+0,52
26.	Roan van der Weide	Widex GZC Donk	35.12	200601629	33.32	
27.	Janu Nolden	WVZ	33.63	200600289	33.40	+0,80
28.	Merlijn van der Hoeven	WVZ	33.70	200600951	33.49	+0,54
29.	Marnix van Wanrooij	Poseidon'56	34.34	200600015	33.84	+0,66
30.	Lars Stout	ZPV Barracuda	33.78	200600199	33.85	+0,81
31.	Jesse van der Meij	ZVL-1886	34.77	200600841	34.10	+0,73
32.	Arav Ramcharan	Poseidon'56	34.07	200603067	34.67	+0,72
33.	Björn Mulder	Zoetermeer	34.83	200601517	34.78	+0,70
34.	Jelle den Otter	SG SCOM/de Zeehond'73	34.25	200600251	34.83	+0,71
35.	Bart Tuinenburg	ZPC Wiekslag	34.88	200602347	35.80	+0,73
Junioren 2						
1.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	27.10	200501467	27.44	+0,74
2.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	26.97	200500927	28.06	+0,65
3.	Émile Fouzai	The Hague Swimming (SG)	28.62	200500263	28.42	+0,75
4.	River Streefland	The Hague Swimming (SG)	27.66	200502253	28.43	+0,71
5.	Coen Frkovic	ZPB H&L Productions	27.74	200502397	28.84	+0,72
6.	Conor Baker	De Columbiaan	28.17	200500991	29.13	+0,73
7.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	29.10	200500329	29.60	+0,70
8.	Aaïke de Tender	De Geul	28.74	200502189	29.71	+0,68
9.	Onno Roeleveld	De Columbiaan	29.07	200502775	29.78	+0,72
10.	Stijn de Bondt	ZPB H&L Productions	30.11	200502249	29.89	+0,72
11.	Luuk Bogaert	De Watervogels	29.93	200503203	29.91	+0,83
12.	Tjomme de Tender	De Geul	29.79	200502187	29.99	+0,74
13.	Wouter Willig	De Watervogels	30.69	200502785	30.65	+0,86
14.	Danyl Geers	KZV de Lansingh	31.03	200504111	30.82	+0,79
15.	Tim van Lochem	Zoetermeer	30.86	200500077	30.88	+0,81
16.	Sidique Turay	ZPV Barracuda	30.39	200500981	30.89	+0,82
17.	Arthur Verwers	z.c De Schotejil	30.72	200501051	31.11	+0,71
18.	Dobbe Kruit	De Columbiaan	29.87	200501367	31.14	+0,83
19.	Lucas Houkes	ZV Sassenheim	30.61	200503425	31.25	+0,69
20.	Yassine Mellah	Widex GZC Donk	30.85	200502159	31.40	+0,70
21.	Hongyu Chok	WZK	32.75	200504011	31.70	+0,80
22.	Jesse Camphens	Noordwijkerhout	31.38	200502899	31.75	+0,75
23.	Thijs Visser	ZPV Barracuda	30.07	200502129	31.81	+0,69
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>					
24.	Tycho Knijnenburg	Noordwijkerhout	32.39	200502901	32.01	+0,76
25.	Reinier Velthuijs	ZPV Barracuda	31.21	200503537	32.19	+0,67

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 4, Jongens, 50m vrije slag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
26.	Sytze van Stein	LinK	31.19	200501155	32.26	+0,66
27.	David Hostiuc	WZK	32.12	200502713	32.92	+0,96
NG.ZA	Nino de Lange	SG SCOM/de Zeehond'73	30.94	200500047		
NG.ZA	Siwar Kool	Widex GZC Donk	32.42	200502259		
NG	Emre Oguz	WZK	32.12	200503987		

Junioren 3

1.	Chris van der Hout	The Hague Swimming (SG)	25.35	200401355	25.76	+0,67
2.	Jay de Vries	Rotterdam Swimming (SG)	25.55	200400669	26.14	+0,73
3.	Abel te Riele	WVZ	26.66	200402317	26.98	+0,70
4.	Pepijn van Egmond	WVZ	26.97	200402309	27.07	+0,70
5.	Anthony Kraag	WVZ	26.88	200401973	27.19	+0,72
6.	Max van Schagen	De Columbiaan	27.58	200402591	27.37	+0,68
7.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	28.17	200400307	27.39	+0,64
8.	Kun Woo Kim	The Hague Swimming (SG)	27.55	200401361	27.44	+0,72
9.	Niels van der Mast	ZPC Numansdorp	27.25	200401917	27.71	+0,69
10.	Timo Wouters	MNC Dordrecht	26.79	200401363	27.72	+0,70
11.	Milan Masselink	The Hague Swimming (SG)	29.59	200402165	28.11	+0,72
12.	Christian Kalle	z.c De Schotejil	28.65	200400687	28.35	+0,75
13.	Bo Schoenmakers	Widex GZC Donk	28.90	200402919	28.44	+0,68
14.	Kamyar Tamjidi	SG SCOM/de Zeehond'73	28.51	200404457	28.48	+0,64
15.	Benjamin Boender	ZOB'66	28.02	200401351	28.53	+0,67
16.	Michael van den Enden	PCG	27.66	200401589	28.61	+0,50
17.	Arthur Bondartsov	Rotterdam Swimming (SG)	29.27	200403231	28.67	+0,72
18.	Daniel 't Mannetje	z.c De Schotejil	28.59	200400183	28.70	+0,69
19.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	27.41	200400597	28.89	+0,73
20.	Timon Wijsman	D'elft	28.47	200403707	28.90	+0,62
21.	Gino Martir	ACZ	29.49	200404459	28.96	+0,74
22.	Casper van Nijnatten	Rotterdam Swimming (SG)	28.69	200402559	29.01	+0,69
23.	Ivo Kragt	ZV Sassenheim	29.67	200402785	29.55	+0,69
24.	Nathan Vos	ZPV Barracuda	29.56	200402335	29.81	+0,70
25.	Guus Geelen	ZVL-1886	29.34	200401183	29.99	+0,70
26.	Marijn Dekkers	Widex GZC Donk	30.04	200402275	30.15	+0,74
27.	Alexandre Chahri	WZK	29.51	200402547	30.31	+0,76
28.	Davide Sarasini	WZK	28.97	200403941	30.35	+0,70
29.	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	28.96	200402105	30.59	+0,78
30.	Christian Schenk	ZV Strijen	30.50	200402191	30.85	+0,80
31.	Hidde van Eijnsden	Poseidon'56	30.87	200404181	31.32	+0,82
32.	Niels Hartevelde	AZC	31.72	200404235	31.52	+0,77
33.	Quinn Huijmsmans	ACZ	31.59	200404139	32.27	+0,79
34.	Jelmer Paans	ZZ&PC De Devel	41.14	200404441	37.96	+0,82
AFGEM	Daan Kouwenhoven	ZPC Wiekslag	29.06	200400221		

Junioren 4

1.	Keanu Streefland	The Hague Swimming (SG)	25.64	200302445	24.98	+0,66
2.	Wesley Zulver	ZV Vlaardingen-Schiedam	25.06	200301319	26.03	+0,51
3.	Erik van Gemert	Poseidon'56	25.44	200300587	26.07	+0,64
4.	Michael Smink	The Hague Swimming (SG)	25.48	200302169	26.08	+0,75
5.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	25.76	200301321	26.21	+0,72
6.	Omar Markovinic	The Hague Swimming (SG)	26.17	200304877	26.22	+0,66
7.	Zev Bulk	The Hague Swimming (SG)	26.17	200304021	26.36	+0,73
8.	Kenan Coeruez	Feijenoord Albion	25.75	200300357	26.40	+0,69
9.	Xander Vis	z.c De Schotejil	25.92	200300173	26.71	+0,70
10.	Daan Hogerhuis	LinK	25.72	200300317	26.78	+0,75
11.	Milan van Aken	The Hague Swimming (SG)	26.51	200303307	26.81	+0,71
12.	Milan Hamel	The Hague Swimming (SG)	27.22	200302125	27.07	+0,73
13.	Tygo Korving	ZPB H&L Productions	27.52	200300773	27.56	+0,66
14.	Senna Mooldijk	Feijenoord Albion	26.69	200301147	27.78	+0,66
15.	Sven Nieuwstraten	D'elft	27.75	200301681	27.82	+0,71
16.	Andrew Elam	WZK	28.43	200304883	28.96	+0,75
17.	Jarno Klink	De Stelle	28.54	200302067	28.99	+0,65
18.	Maxim Noordman	The Hague Swimming (SG)	28.91	200304067	29.08	+0,70
19.	Thimo van Beek	ZVL-1886	28.08	200301347	29.24	+0,68
20.	Noë Berry	ZVL-1886	28.14	200303167	29.40	+0,78
21.	Ewout de Dobbelaar	ZOB'66	28.78	200303487	29.41	+0,66
22.	Brandon Groeneveld	De Geul	28.27	200300595	29.52	+0,62
23.	Albert van der Veen	De Vliet (SG)	28.98	200300515	29.69	+0,83

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 4, Jongens, 50m vrije slag, Junioren 4

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
24.	Coen van der Knaap	De Watervogels	29.32	200303409	29.96	+0,90
25.	Mike van Huizen	ZPC Numansdorp	29.70	200300891	30.30	+0,82
NG	Pepyn van Brakel	ZPC Numansdorp	29.44	200300877		

Jeugd 1 en 2

1.	Sean Niewold	WVZ	23.28	200204699	24.36	+0,78
2.	Quinn van den Heuvel	WVZ	24.13	200100297	24.43	+0,73
3.	Nikhom Westphal	SG SCOM/de Zeehond'73	24.39	200203329	24.84	+0,67
4.	Gerard Willighagen	Poseidon'56	24.52	200103663	25.66	+0,68
5.	Jarno Verbeek	Zoetermeer	25.39	200200931	25.72	+0,67
6.	Scott Jansen	WVZ	25.99	200202455	26.07	+0,75
7.	Wesley Scheepbouwer	ZPC Wiekslag	25.26	200101959	26.16	+0,59
8.	Jarno van Oijen	Feijenoord Albion	25.30	200100055	26.24	+0,71
9.	Glenn van Gaalen	De Kempvis	25.49	200200521	26.71	+0,69
10.	Youri ten Brink	The Hague Swimming (SG)	25.86	200104719	26.72	+0,73
11.	Sjoerd van Weelden	PCG	26.75	200101217	26.80	+0,72
12.	Joris de Gier	Widex GZC Donk	25.95	200103817	26.96	+0,66
13.	Gregory Abeldynov	Poseidon'56	26.71	200100827	27.07	+0,68
14.	Bas van Nisius	The Hague Swimming (SG)	27.70	200202107	27.30	+0,79
15.	Guus Hoogduin	ZVL-1886	26.78	200201069	27.35	+0,73
16.	Luuk Kievit	z.c De Schotejil	26.32	200100469	27.50	+0,59
17.	Luc Brasz	The Hague Swimming (SG)	27.59	200200919	27.53	+0,64
18.	Mees Blankert	Feijenoord Albion	26.97	200203743	27.62	+0,77
19.	Jasper Willig	De Watervogels	27.55	200104757	27.67	+0,69
20.	Esper Paans	ZZ&PC De Devel	27.46	200100607	27.68	+0,65
21.	Simon Dijkstra	Rotterdam Swimming (SG)	27.21	200204905	27.84	+0,69
22.	Victor Simons	The Hague Swimming (SG)	28.12	200203261	27.86	+0,85
23.	Dave van den Nieuwendijk	De Columbiaan	26.74	200100475	27.97	+0,74
24.	Wouter Verdoes	De Columbiaan	28.04	200200351	28.05	+0,74
25.	Daniël Pronk	WZK	27.44	200201409	28.09	+0,77
26.	Boy Borreman	Link	27.13	200102751	28.21	+0,73
27.	Björn de Heus	ZV Vlaardingen-Schiedam	28.06	200201077	28.29	+0,69
28.	Wessel Bonkestoter	Widex GZC Donk	27.88	200100625	28.95	+0,72
29.	Dylan van Kleij	Poseidon'56	28.85	200203297	28.98	+0,72
30.	Martijn Jobse	De Watervogels	29.02	200203477	29.67	+0,78
AFGEM	Floris Tiebosch	Zoetermeer	30.84	200203487		
AFGEM	Jelle van Tuijl	DWF	28.95	200104071		

Senioren 1 en ouder

1.	Jeroen Baars	Rotterdam Swimming (SG)	22.21	199200031	23.06	+0,74
2.	Ensgor Kotterink	Feijenoord Albion	22.66	199403391	23.55	+0,65
3.	Jonne Schaafsma	The Hague Swimming (SG)	25.18	199800745	24.73	+0,71
4.	Bram de Leeuw	The Hague Swimming (SG)	23.76	199805753	24.74	+0,62
5.	Marc Botter	The Hague Swimming (SG)	24.11	200000329	24.77	+0,62
	Melvin Prins	ZPC Wiekslag	23.65	199500201	24.77	+0,70
7.	Kevin Kingma	KZV de Lansingh	24.62	199700559	25.38	+0,65
8.	Jorian Tanis	MNC Dordrecht	25.20	199900327	25.66	+0,75
9.	Stijn Geelen	MNC Dordrecht	25.03	199801363	26.07	+0,66
10.	Aron Paasse	z.c De Schotejil	25.36	200000099	26.08	+0,70
11.	Bert Duivenvoorde	Noordwijkerhout	25.87	199701805	26.10	+0,69
12.	Ryan van den Ouden	Poseidon'56	25.38	199900377	26.35	+0,84
	Rutger Dalm	KZV de Lansingh	25.22	199005561	26.35	+0,70
14.	Daan Siebenheller	ZOB'66	25.46	199804955	26.40	+0,68
15.	Sander van Beek	ZVL-1886	25.40	200002917	26.51	+0,70
16.	Bas Verdoes	De Columbiaan	25.46	199801487	26.52	+0,75
17.	Jim Geestman	Rotterdam Swimming (SG)	25.48	198300699	26.63	+0,75
18.	Jacob Mackloet	z.c De Schotejil	25.63	200001171	26.64	+0,75
19.	Thijs Molendijk	D'elft	26.11	199900477	26.85	+0,69
20.	Paul van Grol	Widex GZC Donk	25.85	199602951	26.92	+0,64
21.	Jeroen Mulder	ZPC Wiekslag	25.65	200001617	26.99	+0,83
22.	Bart Spaans	ACZ	26.85	199902559	27.23	+0,60
23.	David Kievit	z.c De Schotejil	26.93	199900325	27.37	+0,75
24.	Ian van Mullem	ZOB'66	27.07	199602545	27.90	+0,65
25.	Jeroen van Blanken	KZV de Lansingh	27.66	199206451	28.84	+0,80
26.	Mairo Bonte	Zoetermeer	28.38	199905271	29.43	+0,65

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 14
19-5-2019 - 9:30

Heren, 400m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Daan Sonneveld	WVZ	4:43.54	200601085	4:48.05 +0,77
	50m: 32.03	150m: 1:45.35	250m: 3:00.86	350m: 4:15.35	
	100m: 1:08.10	200m: 2:22.72	300m: 3:38.27	400m: 4:48.05	
2.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	4:50.68	200600019	4:50.32 +0,79
	50m: 32.19	150m: 1:45.70	250m: 3:00.73	350m: 4:15.83	
	100m: 1:08.39	200m: 2:22.98	300m: 3:38.25	400m: 4:50.32	
3.	Bjorn Rijkaart	BZ en PC	5:01.02	200601337	5:00.43 +0,70
	50m: 32.65	150m: 1:47.74	250m: 3:05.75	350m: 4:23.36	
	100m: 1:09.42	200m: 2:26.00	300m: 3:44.22	400m: 5:00.43	
4.	Mark Demianenko	Zoetermeer	4:53.70	200600409	5:04.49 +0,66
	50m: 32.87	150m: 1:49.82	250m: 3:08.76	350m: 4:27.23	
	100m: 1:10.72	200m: 2:29.54	300m: 3:48.47	400m: 5:04.49	
5.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	5:09.86	200601497	5:07.88 +0,72
	50m: 33.09	150m: 1:50.02	250m: 3:10.61	350m: 4:31.13	
	100m: 1:10.32	200m: 2:30.25	300m: 3:51.02	400m: 5:07.88	
6.	Dimi Stoyanov	The Hague Swimming (SG)	5:02.51	200601067	5:11.09 +0,56
	50m: 32.87	150m: 1:50.89	250m: 3:12.09	350m: 4:32.78	
	100m: 1:11.46	200m: 2:31.47	300m: 3:52.87	400m: 5:11.09	
7.	Joris Lissenberg	The Hague Swimming (SG)	5:19.71	200600585	5:19.69 +0,71
	50m: 33.73	150m: 1:53.83	250m: 3:16.47	350m: 4:40.34	
	100m: 1:12.99	200m: 2:35.43	300m: 3:58.97	400m: 5:19.69	
8.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	5:18.83	200600177	5:21.34 +0,78
	50m: 34.44	150m: 1:55.44	250m: 3:19.43	350m: 4:42.73	
	100m: 1:14.23	200m: 2:37.57	300m: 4:01.70	400m: 5:21.34	
9.	Floris Wassenaar	WVZ	5:21.30	200600649	5:24.17 +0,50
	50m: 34.65	150m: 1:55.63	250m: 3:19.48	350m: 4:43.60	
	100m: 1:14.36	200m: 2:37.48	300m: 4:01.57	400m: 5:24.17	
10.	Björn Mulder	Zoetermeer	5:16.43	200601517	5:26.04
	50m: 36.39	150m: 1:57.09	250m: 3:20.16	350m: 4:44.34	
	100m: 1:16.66	200m: 2:38.43	300m: 4:02.63	400m: 5:26.04	
11.	Hessel de Jong	KZV de Lansingh	5:18.55	200602753	5:26.24 +0,70
	50m: 34.03	150m: 1:56.18	250m: 3:21.63	350m: 4:46.89	
	100m: 1:14.18	200m: 2:38.75	300m: 4:04.27	400m: 5:26.24	
12.	Roan van der Weide	Widex GZC Donk	5:39.20	200601629	5:26.68 +0,77
	50m: 36.51	150m: 1:59.33	250m: 3:25.32	350m: 4:49.00	
	100m: 1:17.49	200m: 2:42.28	300m: 4:08.06	400m: 5:26.68	
13.	Bo Merkestein	WVZ	5:36.69	200602451	5:34.62 +0,70
	50m: 36.31	150m: 1:59.75	250m: 3:26.50	350m: 4:54.20	
	100m: 1:16.51	200m: 2:43.33	300m: 4:10.72	400m: 5:34.62	
14.	Merlijn van der Hoeven	WVZ	5:28.79	200600951	5:37.62 +0,85
	50m: 36.87	150m: 2:02.27	250m: 3:29.27	350m: 4:56.28	
	100m: 1:19.24	200m: 2:45.78	300m: 4:12.87	400m: 5:37.62	
15.	Janu Nolden	WVZ	5:56.96	200600289	5:44.52
	50m: 37.14	150m: 2:03.75	250m: 3:33.38	350m: 5:02.90	
	100m: 1:19.86	200m: 2:48.56	300m: 4:18.53	400m: 5:44.52	
16.	Robin den Ouden	ZPC Wiekslag	5:40.65	200600255	5:46.31 +0,62
	50m: 36.39	150m: 2:02.42	250m: 3:32.68	350m: 5:03.39	
	100m: 1:18.10	200m: 2:47.89	300m: 4:18.96	400m: 5:46.31	
17.	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	5:34.44	200600007	5:51.40 +0,49
	50m: 36.38	150m: 2:03.10	250m: 3:34.84	350m: 5:05.93	
	100m: 1:18.51	200m: 2:48.66	300m: 4:20.85	400m: 5:51.40	
18.	Jasper Groen	KZV de Lansingh	5:40.87	200602325	5:51.96 +0,69
	50m: 36.64	150m: 2:04.23	250m: 3:36.08	350m: 5:09.93	
	100m: 1:19.47	200m: 2:49.61	300m: 4:23.27	400m: 5:51.96	
19.	Wout Jonkers	Poseidon'56	6:03.71	200600939	6:02.92 +0,72
	50m: 36.09	150m: 2:03.75	250m: 3:38.70	350m: 5:16.58	
	100m: 1:18.59	200m: 2:50.39	300m: 4:27.34	400m: 6:02.92	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 14, Heren, 400m vrije slag

Junioren 2

1.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	4:28.98	200501467	4:31.91	+0,75
	50m: 30.18	150m: 1:37.94	250m: 2:48.19	350m: 3:58.33		
	100m: 1:03.54	200m: 2:13.02	300m: 3:23.24	400m: 4:31.91		
2.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	4:23.47	200500329	4:37.27	+0,71
	50m: 30.40	150m: 1:39.50	250m: 2:50.79	350m: 4:02.48		
	100m: 1:04.36	200m: 2:15.00	300m: 3:27.00	400m: 4:37.27		
3.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	4:35.00	200500263	4:39.76	+0,86
	50m: 30.84	150m: 1:40.74	250m: 2:52.40	350m: 4:04.73		
	100m: 1:05.19	200m: 2:16.39	300m: 3:28.90	400m: 4:39.76		
4.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	4:39.55	200500411	4:43.30	+0,69
	50m: 31.60	150m: 1:44.64	250m: 2:57.45	350m: 4:08.73		
	100m: 1:07.47	200m: 2:21.76	300m: 3:33.51	400m: 4:43.30		
5.	Sem Agterdenbos	MNC Dordrecht	4:40.86	200500049	4:51.03	+0,66
	50m: 31.50	150m: 1:43.69	250m: 2:59.06	350m: 4:15.22		
	100m: 1:06.64	200m: 2:21.08	300m: 3:37.31	400m: 4:51.03		
6.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	4:45.16	200500927	4:55.32	+0,69
	50m: 31.63	150m: 1:46.95	250m: 3:03.19	350m: 4:19.34		
	100m: 1:08.46	200m: 2:25.70	300m: 3:41.39	400m: 4:55.32		
7.	Conor Baker	De Columbiaan	4:59.47	200500991	5:02.47	+0,69
	50m: 32.16	150m: 1:48.31	250m: 3:06.24	350m: 4:25.62		
	100m: 1:09.85	200m: 2:26.57	300m: 3:45.65	400m: 5:02.47		
8.	Casper Hoogervorst	De Columbiaan	4:54.45	200500183	5:04.71	+0,69
	50m: 33.89	150m: 1:51.48	250m: 3:09.90	350m: 4:28.43		
	100m: 1:12.56	200m: 2:30.70	300m: 3:49.39	400m: 5:04.71		
9.	Stijn de Bondt	ZPB H&L Productions	5:20.91	200502249	5:08.66	+0,79
	50m: 32.41	150m: 1:49.13	250m: 3:09.34	350m: 4:29.97		
	100m: 1:10.13	200m: 2:28.98	300m: 3:50.00	400m: 5:08.66		
10.	Onno Roeleveld	De Columbiaan	5:03.44	200502775	5:10.25	+0,67
	50m: 33.30	150m: 1:51.28	250m: 3:11.49	350m: 4:31.29		
	100m: 1:11.14	200m: 2:31.15	300m: 3:51.77	400m: 5:10.25		
11.	Aaike de Tender	De Geul	5:10.12	200502189	5:17.41	+0,85
	50m: 34.10	150m: 1:54.40	250m: 3:16.64	350m: 4:39.12		
	100m: 1:13.69	200m: 2:35.30	300m: 3:58.37	400m: 5:17.41		
12.	Sytze van Stein	Link	5:05.42	200501155	5:18.11	+0,49
	50m: 34.39	150m: 1:55.01	250m: 3:17.33	350m: 4:38.82		
	100m: 1:14.53	200m: 2:36.25	300m: 3:58.40	400m: 5:18.11		
13.	Tjomme de Tender	De Geul	5:14.97	200502187	5:22.43	+0,70
	50m: 35.54	150m: 1:57.28	250m: 3:21.25	350m: 4:43.50		
	100m: 1:15.94	200m: 2:39.43	300m: 4:03.23	400m: 5:22.43		
14.	Thijs Visser <i>*bu 400m</i>	ZPV Barracuda	5:20.22	200502129	5:22.97	+0,61
	50m: 34.73	150m: 1:55.74	250m: 3:18.48	350m: 4:42.29		
	100m: 1:13.92	200m: 2:36.85	300m: 3:59.77	400m: 5:22.97		
15.	Wouter Willig	De Watervogels	5:11.18	200502785	5:23.07	+0,85
	50m: 35.25	150m: 1:57.17	250m: 3:21.29	350m: 4:44.87		
	100m: 1:14.94	200m: 2:39.17	300m: 4:03.45	400m: 5:23.07		
16.	Tim van Lochem	Zoetermeer	5:25.89	200500077	5:28.46	+0,75
	50m: 34.08	150m: 1:57.79	250m: 3:23.45	350m: 4:48.08		
	100m: 1:15.28	200m: 2:41.27	300m: 4:05.85	400m: 5:28.46		
17.	Danyl Geers	KZV de Lansingh	5:19.44	200504111	5:31.14	+0,75
	50m: 36.00	150m: 1:58.93	250m: 3:26.39	350m: 4:50.31		
	100m: 1:18.34	200m: 2:42.43	300m: 4:09.61	400m: 5:31.14		
18.	Dobbe Kruit	De Columbiaan	5:28.51	200501367	5:34.43	+0,70
	50m: 37.76	150m: 2:02.32	250m: 3:28.14	350m: 4:54.59		
	100m: 1:19.28	200m: 2:45.16	300m: 4:11.60	400m: 5:34.43		
19.	Julian Kersten	The Hague Swimming (SG)	5:39.21	200500613	5:54.09	+0,69
	50m: 39.44	150m: 2:09.50	250m: 3:43.48	350m: 5:12.05		
	100m: 1:24.39	200m: 2:55.95	300m: 4:28.76	400m: 5:54.09		

Junioren 3

1.	Abel te Riele	WVZ	4:17.49	200402317	4:26.91	+0,72
	50m: 29.95	150m: 1:37.76	250m: 2:46.36	350m: 3:54.81		
	100m: 1:03.53	200m: 2:12.15	300m: 3:20.77	400m: 4:26.91		
2.	Nathan Janssen	MNC Dordrecht	4:25.15	200401565	4:30.35	+0,71
	50m: 30.25	150m: 1:38.68	250m: 2:48.42	350m: 3:56.70		
	100m: 1:03.98	200m: 2:13.66	300m: 3:23.43	400m: 4:30.35		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 14, Jongens, 400m vrije slag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
3.	Jay de Vries	Rotterdam Swimming (SG)	4:29.37	200400669	4:36.86 +0,74
	50m: 30.04	150m: 1:38.82	250m: 2:49.85	350m: 4:02.00	
	100m: 1:04.13	200m: 2:14.19	300m: 3:26.00	400m: 4:36.86	
4.	Pepijn van Egmond	WVZ	4:33.48	200402309	4:38.49 +0,69
	50m: 30.49	150m: 1:39.83	250m: 2:52.13	350m: 4:04.68	
	100m: 1:04.40	200m: 2:15.69	300m: 3:28.52	400m: 4:38.49	
5.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	4:35.19	200400597	4:40.73 +0,70
	50m: 31.53	150m: 1:41.88	250m: 2:53.46	350m: 4:05.78	
	100m: 1:06.35	200m: 2:17.66	300m: 3:29.71	400m: 4:40.73	
6.	Niels van der Mast	ZPC Numansdorp	4:44.78	200401917	4:56.18 +0,66
	50m: 32.03	150m: 1:44.18	250m: 3:00.92	350m: 4:18.89	
	100m: 1:07.37	200m: 2:21.93	300m: 3:39.88	400m: 4:56.18	
7.	Max van Schagen	De Columbiaan	4:58.07	200402591	4:57.87 +0,67
	50m: 31.75	150m: 1:45.16	250m: 3:02.89	350m: 4:21.04	
	100m: 1:07.68	200m: 2:23.92	300m: 3:41.82	400m: 4:57.87	
8.	Thijm Kruit	De Columbiaan	4:39.99	200401339	5:00.72 +0,80
	50m: 32.13	150m: 1:44.82	250m: 3:03.04	350m: 4:23.09	
	100m: 1:07.14	200m: 2:23.62	300m: 3:43.39	400m: 5:00.72	
9.	Wen-Ye Chen <i>*bu 400m</i>	Rotterdam Swimming (SG)	4:48.26	200402859	5:01.09 +0,71
	50m: 32.30	150m: 1:47.82	250m: 3:06.21	350m: 4:24.68	
	100m: 1:09.40	200m: 2:26.96	300m: 3:45.15	400m: 5:01.09	
10.	Wout van Oevelen	D'elft	5:20.46	200404319	5:09.74 +0,74
	50m: 34.63	150m: 1:53.94	250m: 3:14.92	350m: 4:32.51	
	100m: 1:13.59	200m: 2:34.42	300m: 3:52.83	400m: 5:09.74	
11.	Benjamin Boender	ZOB'66	5:10.90	200401351	5:19.56 +0,68
	50m: 33.58	150m: 1:53.30	250m: 3:16.62	350m: 4:41.30	
	100m: 1:12.16	200m: 2:34.69	300m: 3:58.46	400m: 5:19.56	
NG.ZA	Arthur Bondartsov	Rotterdam Swimming (SG)	4:45.31	200403231	
NG.ZA	Marijn Dekkers	Widex GZC Donk	5:10.42	200402275	
OPG	Thomas van Peenen	De Columbiaan	5:08.04	200400097	
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>				
AFGEM	Daan Kouwenhoven	ZPC Wiekslag	5:28.66	200400221	
NG	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	4:51.93	200402105	

Junioren 4

1.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	4:21.74	200301321	4:24.29 +0,73
	50m: 29.11	150m: 1:36.47	250m: 2:44.41	350m: 3:52.03	
	100m: 1:02.38	200m: 2:10.72	300m: 3:18.61	400m: 4:24.29	
2.	Michael Smink	The Hague Swimming (SG)	4:24.57	200302169	4:26.40 +0,77
	50m: 29.45	150m: 1:36.46	250m: 2:46.29	350m: 3:54.76	
	100m: 1:02.13	200m: 2:11.48	300m: 3:21.21	400m: 4:26.40	
3.	Jelle Bon	ZV Vlaardingen-Schiedam	4:15.66	200301077	4:26.82 +0,63
	50m: 28.90	150m: 1:36.29	250m: 2:44.95	350m: 3:53.66	
	100m: 1:02.06	200m: 2:10.48	300m: 3:19.40	400m: 4:26.82	
4.	Daan Hogerhuis	LinK	4:29.38	200300317	4:29.69 +0,80
	50m: 29.82	150m: 1:37.77	250m: 2:47.10	350m: 3:56.72	
	100m: 1:03.51	200m: 2:12.70	300m: 3:22.15	400m: 4:29.69	
5.	Maximilian Lopes Cardozo	WZK	4:24.62	200300665	4:29.89 +0,77
	50m: 29.02	150m: 1:37.01	250m: 2:46.40	350m: 3:56.88	
	100m: 1:02.40	200m: 2:11.69	300m: 3:21.74	400m: 4:29.89	
6.	Omar Markovinovic	The Hague Swimming (SG)	4:51.55	200304877	4:35.89 +0,68
	50m: 29.82	150m: 1:37.67	250m: 2:49.83	350m: 4:02.05	
	100m: 1:03.36	200m: 2:13.36	300m: 3:25.68	400m: 4:35.89	
7.	Milan van Aken	The Hague Swimming (SG)	4:34.03	200303307	4:37.00 +0,79
	50m: 31.48	150m: 1:40.59	250m: 2:51.60	350m: 4:02.59	
	100m: 1:05.52	200m: 2:16.27	300m: 3:27.48	400m: 4:37.00	
8.	Senna Mooldijk	Feijenoord Albion	4:32.46	200301147	4:38.30 +0,70
	50m: 29.72	150m: 1:38.00	250m: 2:49.41	350m: 4:02.58	
	100m: 1:03.28	200m: 2:13.29	300m: 3:25.95	400m: 4:38.30	
9.	Quinten Nieuwenhuis	WZK	4:47.98	200304577	4:48.81 +0,81
	50m: 32.02	150m: 1:45.28	250m: 2:59.30	350m: 4:13.64	
	100m: 1:08.83	200m: 2:22.26	300m: 3:36.47	400m: 4:48.81	
10.	Yassine Maas	The Hague Swimming (SG)	4:47.39	200301505	5:12.86 +0,87
	50m: 32.36	150m: 1:49.47	250m: 3:10.78	350m: 4:31.92	
	100m: 1:09.79	200m: 2:30.02	300m: 3:51.83	400m: 5:12.86	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 14, Jongens, 400m vrije slag, Junioren 4

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
11.	Mike van Huizen	ZPC Numansdorp	5:12.31	200300891	5:18.11	+0,84
	50m: 33.22	150m: 1:53.27	250m: 3:17.82	350m: 4:41.78		
	100m: 1:11.88	200m: 2:35.62	300m: 3:59.98	400m: 5:18.11		
DIS	Tygo Korving	ZPB H&L Productions	4:58.23	200300773		+0,47
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					

Jeugd 1 en 2

1.	Niels Dijkshoorn	ZV Vlaardingen-Schiedam	4:13.04	200203079	4:16.39	+0,68
	50m: 28.22	150m: 1:32.40	250m: 2:38.93	350m: 3:45.48		
	100m: 59.95	200m: 2:05.72	300m: 3:12.62	400m: 4:16.39		
2.	Max Visser	WVZ	4:08.88	200100077	4:18.59	+0,73
	50m: 27.90	150m: 1:31.83	250m: 2:38.72	350m: 3:46.05		
	100m: 59.22	200m: 2:05.17	300m: 3:12.83	400m: 4:18.59		
3.	Freek Hollander	The Hague Swimming (SG)	4:12.27	200103815	4:26.93	+0,78
	50m: 29.71	150m: 1:37.55	250m: 2:46.66	350m: 3:53.42		
	100m: 1:03.29	200m: 2:12.62	300m: 3:20.81	400m: 4:26.93		
4.	Scott Jansen	WVZ	4:15.90	200202455	4:29.82	+0,74
	50m: 29.62	150m: 1:38.18	250m: 2:47.87	350m: 3:57.37		
	100m: 1:03.45	200m: 2:13.31	300m: 3:22.60	400m: 4:29.82		
5.	Bas van Nisius	The Hague Swimming (SG)	4:34.03	200202107	4:30.28	+0,78
	50m: 29.80	150m: 1:38.73	250m: 2:47.96	350m: 3:56.61		
	100m: 1:03.35	200m: 2:13.94	300m: 3:22.52	400m: 4:30.28		
6.	Sean Niewold	WVZ	4:07.54	200204699	4:32.37	+0,81
	50m: 29.13	150m: 1:35.68	250m: 2:45.27	350m: 3:56.07		
	100m: 1:01.71	200m: 2:09.99	300m: 3:21.12	400m: 4:32.37		
7.	Guus Hoogduin	ZVL-1886	4:21.78	200201069	4:39.49	+0,71
	50m: 29.00	150m: 1:36.20	250m: 2:49.72	350m: 4:03.60		
	100m: 1:00.98	200m: 2:12.49	300m: 3:26.79	400m: 4:39.49		
8.	Luuk van Holstein	Feijenoord Albion	4:45.12	200203841	4:47.11	+0,78
	50m: 32.31	150m: 1:46.56	250m: 3:00.80	350m: 4:12.60		
	100m: 1:09.71	200m: 2:24.42	300m: 3:36.82	400m: 4:47.11		
9.	Bas van Wieringen	De Columbiaan	4:35.40	200200119	4:53.68	+0,69
	50m: 30.51	150m: 1:42.98	250m: 2:59.31	350m: 4:17.16		
	100m: 1:05.95	200m: 2:20.99	300m: 3:37.96	400m: 4:53.68		
10.	Simon Dijkstra	Rotterdam Swimming (SG)	4:50.01	200204905	4:55.45	+0,77
	50m: 32.05	150m: 1:46.10	250m: 3:01.13	350m: 4:18.03		
	100m: 1:08.35	200m: 2:23.22	300m: 3:39.49	400m: 4:55.45		
11.	Boy Borreman	LinK	4:38.45	200102751	4:58.45	+0,74
	50m: 31.01	150m: 1:44.60	250m: 3:01.66	350m: 4:20.44		
	100m: 1:06.83	200m: 2:22.69	300m: 3:40.98	400m: 4:58.45		
12.	Robin van Peenen	De Columbiaan	4:44.55	200201059	4:59.34	+0,79
	50m: 31.72	150m: 1:47.00	250m: 3:05.14	350m: 4:22.38		
	100m: 1:08.66	200m: 2:25.80	300m: 3:43.97	400m: 4:59.34		
13.	Wouter Verdoes	De Columbiaan	4:47.06	200200351	5:00.18	+0,79
	50m: 32.07	150m: 1:47.75	250m: 3:06.55	350m: 4:25.23		
	100m: 1:08.95	200m: 2:26.97	300m: 3:46.13	400m: 5:00.18		
14.	Dylano Termoshuizen	WVZ	4:41.37	200202169	5:10.05	+0,74
	50m: 31.90	150m: 1:48.59	250m: 3:07.87	350m: 4:29.02		
	100m: 1:09.68	200m: 2:28.29	300m: 3:48.50	400m: 5:10.05		
15.	Wessel Bonkestoter	Widex GZC Donk	5:06.25	200100625	5:14.11	+0,74
	50m: 33.41	150m: 1:51.04	250m: 3:12.26	350m: 4:34.23		
	100m: 1:11.68	200m: 2:31.60	300m: 3:53.12	400m: 5:14.11		

Senioren 1 en ouder

1.	Ennger Kotterink	Feijenoord Albion	4:09.67	199403391	4:14.51	+0,73
	50m: 28.20	150m: 1:33.19	250m: 2:37.77	350m: 3:42.55		
	100m: 1:00.33	200m: 2:05.81	300m: 3:09.93	400m: 4:14.51		
2.	Timo Dinkelberg	Feijenoord Albion	4:04.15	199300773	4:21.28	+0,66
	50m: 28.85	150m: 1:32.99	250m: 2:39.65	350m: 3:48.13		
	100m: 1:00.42	200m: 2:06.10	300m: 3:13.79	400m: 4:21.28		
3.	Lars Schoffelmeer	ZPB H&L Productions	4:19.31	199501907	4:27.59	+0,76
	50m: 29.79	150m: 1:36.39	250m: 2:43.87	350m: 3:52.98		
	100m: 1:02.88	200m: 2:10.22	300m: 3:18.08	400m: 4:27.59		
4.	Jordy van Oel	WVZ	4:24.08	199802003	4:44.23	+0,83
	50m: 31.04	150m: 1:43.14	250m: 2:58.06	350m: 4:10.65		
	100m: 1:06.46	200m: 2:20.47	300m: 3:34.76	400m: 4:44.23		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 14, Heren, 400m vrije slag, Senioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
5.	Rutger Dalm	KZV de Lansingh	4:35.60	199005561	4:46.83 +0,72
	50m: 31.28	150m: 1:42.57	250m: 2:56.43	350m: 4:10.98	
	100m: 1:06.35	200m: 2:19.42	300m: 3:33.69	400m: 4:46.83	
6.	Jeroen Mulder	ZPC Wiekslag	4:34.49	200001617	4:53.72 +0,76
	50m: 29.30	150m: 1:40.98	250m: 2:56.95	350m: 4:15.71	
	100m: 1:04.39	200m: 2:18.61	300m: 3:36.19	400m: 4:53.72	
7.	Kevin Kingma	KZV de Lansingh	4:36.07	199700559	5:28.64 +0,70
	50m: 25.69	150m: 1:46.76	250m: 3:12.36	350m: 4:42.35	
	100m: 1:04.17	200m: 2:29.77	300m: 3:56.33	400m: 5:28.64	

Programmanr. 11
18-5-2019 - 15:40

Heren, 200m rugslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Daan Sonneveld	WVZ	2:24.48	200601085	2:23.70 +0,66
	50m: 34.08	100m: 1:11.31	150m: 1:49.08	200m: 2:23.70	
2.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	2:34.87	200600019	2:32.97 +0,65
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 36.00	100m: 1:14.64	150m: 1:54.39	200m: 2:32.97	
3.	Bjorn Rijkaart	BZ en PC	2:41.74	200601337	2:36.34 +0,66
	50m: 37.88	100m: 1:17.67	150m: 1:57.61	200m: 2:36.34	
4.	Joris Lissenberg	The Hague Swimming (SG)	2:43.86	200600585	2:41.51 +0,82
	50m: 37.29	100m: 1:17.50	150m: 1:59.55	200m: 2:41.51	
5.	Dimi Stoyanov	The Hague Swimming (SG)	2:48.38	200601067	2:45.39 +0,77
	50m: 39.57	100m: 1:21.52	150m: 2:04.64	200m: 2:45.39	
6.	Mark Demianenko	Zoetermeer	2:42.29	200600409	2:48.14 +0,77
	50m: 38.69	100m: 1:21.41	150m: 2:05.69	200m: 2:48.14	
7.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	2:46.52	200600177	2:50.77 +0,59
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 39.86	100m: 1:23.23	150m: 2:07.35	200m: 2:50.77	
8.	Floris Wassenaar	WVZ	2:49.24	200600649	2:51.13 +0,67
	50m: 40.21	100m: 1:23.95	150m: 2:08.52	200m: 2:51.13	
9.	Tibbe Veldboer	ZPB H&L Productions	2:54.77	200600911	2:53.75 +0,75
	50m: 41.65	100m: 1:26.41	150m: 2:11.32	200m: 2:53.75	
10.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	2:48.20	200601497	2:55.42 +0,71
	50m: 40.50	100m: 1:25.58	150m: 2:11.47	200m: 2:55.42	
11.	Björn Mulder	Zoetermeer	2:57.97	200601517	2:57.91 +0,73
	50m: 43.32	100m: 1:28.91	150m: 2:13.91	200m: 2:57.91	
12.	Jelle den Otter	SG SCOM/de Zeehond'73	2:56.68	200600251	3:03.51
	50m: 43.61	100m: 1:30.42	150m: 2:17.97	200m: 3:03.51	
13.	Bart Tuinenburg	ZPC Wiekslag	2:55.84	200602347	3:06.32
	50m: 44.45	100m: 1:31.87	150m: 2:20.56	200m: 3:06.32	
DIS	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	2:52.31	200600007	2:59.56 +0,62
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>				
	50m: 42.07	100m: 1:29.05	150m: 2:16.71	200m: 2:59.56	

Junioren 2

1.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	2:25.82	200500329	2:26.05 +0,73
	50m: 35.53	100m: 1:12.51	150m: 1:49.80	200m: 2:26.05	
2.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	2:24.79	200500927	2:26.31 +0,56
	50m: 34.39	100m: 1:12.07	150m: 1:50.43	200m: 2:26.31	
3.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	2:25.33	200500411	2:28.67
	50m: 35.08	100m: 1:13.54	150m: 1:52.29	200m: 2:28.67	
4.	Luca Nguyen-Tri	Rotterdam Swimming (SG)	2:30.59	200500781	2:31.67 +0,66
	50m: 36.27	100m: 1:14.62	150m: 1:53.95	200m: 2:31.67	
5.	River Streefland	The Hague Swimming (SG)	2:27.79	200502253	2:34.16 +0,71
	50m: 36.63	100m: 1:15.64	150m: 1:56.04	200m: 2:34.16	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 11, Jongens, 200m rugslag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Luuk Bogaert	De Watervogels	2:33.74	200503203	2:36.32 +0,74
	50m: 37.33	100m: 1:16.84	150m: 1:57.28	200m: 2:36.32	
7.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	2:40.41	200500263	2:39.67 +0,73
	50m: 36.39	100m: 1:16.62	150m: 1:58.44	200m: 2:39.67	
8.	Yassine Mellah	Widex GZC Donk	2:45.86	200502159	2:44.15 +0,70
	50m: 40.03	100m: 1:22.80	150m: 2:05.41	200m: 2:44.15	
9.	Tim van Lochem	Zoetermeer	2:42.44	200500077	2:44.39 +0,60
	50m: 38.57	100m: 1:20.18	150m: 2:03.37	200m: 2:44.39	
10.	Onno Roeleveld	De Columbiaan	2:44.04	200502775	2:46.20 +0,83
	50m: 38.72	100m: 1:20.94	150m: 2:04.20	200m: 2:46.20	
11.	Aaïke de Tender	De Geul	2:43.01	200502189	2:48.13 +0,68
	50m: 38.81	100m: 1:22.08	150m: 2:06.29	200m: 2:48.13	
12.	Tjomme de Tender	De Geul	2:44.47	200502187	2:48.97 +0,76
	50m: 39.16	100m: 1:22.98	150m: 2:07.58	200m: 2:48.97	
13.	Conor Baker	De Columbiaan	2:45.81	200500991	2:49.18 +0,63
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 38.40	100m: 1:22.21	150m: 2:06.50	200m: 2:49.18	
14.	Sytze van Stein	LinK	2:50.31	200501155	2:49.49 +0,63
	50m: 40.38	100m: 1:23.05	150m: 2:06.93	200m: 2:49.49	
15.	Sidique Turay	ZPV Barracuda	2:53.03	200500981	2:59.34 +0,70
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 40.50	100m: 1:26.67	150m: 2:14.70	200m: 2:59.34	

Junioren 3

1.	Chris van der Hout	The Hague Swimming (SG)	2:17.82	200401355	2:20.62 +0,84
	50m: 33.29	100m: 1:09.09	150m: 1:44.62	200m: 2:20.62	
2.	Jay de Vries	Rotterdam Swimming (SG)	2:14.10	200400669	2:23.29 +0,71
	50m: 33.68	100m: 1:10.60	150m: 1:47.24	200m: 2:23.29	
3.	Abel te Riele	WVZ	2:15.79	200402317	2:24.45 +0,69
	50m: 34.75	100m: 1:11.82	150m: 1:49.21	200m: 2:24.45	
4.	Pepijn van Egmond	WVZ	2:22.25	200402309	2:26.53 +0,85
	50m: 34.55	100m: 1:11.50	150m: 1:49.46	200m: 2:26.53	
5.	Julien Tanis	Rotterdam Swimming (SG)	2:28.20	200401045	2:30.41 +0,71
	50m: 35.09	100m: 1:12.59	150m: 1:51.84	200m: 2:30.41	
6.	Kun Woo Kim	The Hague Swimming (SG)	2:27.68	200401361	2:31.92 +0,78
	<i>* eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 34.61	100m: 1:12.32	150m: 1:52.26	200m: 2:31.92	
7.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	2:29.35	200400307	2:33.76 +0,83
	<i>* 100m backuptijd</i>				
	50m: 36.22	100m: 1:14.91	150m: 1:55.42	200m: 2:33.76	
8.	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	2:25.23	200402105	2:34.78 +0,81
	<i>* eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 33.99	100m: 1:11.08	150m: 1:52.60	200m: 2:34.78	
9.	Daniel 't Mannetje	z.c De Schotejil	2:29.99	200400183	2:36.24 +0,66
	50m: 37.25	100m: 1:18.11	150m: 1:58.46	200m: 2:36.24	
10.	Max van Schagen	De Columbiaan	2:29.42	200402591	2:39.97 +0,65
	50m: 37.50	100m: 1:18.57	150m: 2:00.32	200m: 2:39.97	
11.	Wout van Oevelen	D'elft	2:34.79	200404319	2:41.21 +0,65
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 38.48	100m: 1:18.29	150m: 2:00.32	200m: 2:41.21	
12.	Guus Geelen	ZVL-1886	2:41.48	200401183	2:46.59
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 39.29	100m: 1:22.38	150m: 2:05.79	200m: 2:46.59	
13.	Benjamin Boender	ZOB'66	2:37.84	200401351	2:48.24 +0,64
	50m: 37.98	100m: 1:20.27	150m: 2:04.74	200m: 2:48.24	
14.	Davide Sarasini	WZK	2:57.27	200403941	2:51.77 +0,60
	50m: 40.44	100m: 1:24.08	150m: 2:09.73	200m: 2:51.77	
AFGEM	Daan Kouwenhoven	ZPC Wiekslag	2:40.16	200400221	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 11, Heren, 200m rugslag

Junioren 4

1.	Keanu Streefland	The Hague Swimming (SG)	2:08.78	200302445	2:19.21	+0,59
	50m: 32.60	100m: 1:09.16	150m: 1:45.21	200m: 2:19.21		
2.	Michael Smink	The Hague Swimming (SG)	2:18.69	200302169	2:19.70	+0,74
	50m: 32.69	100m: 1:08.65	150m: 1:45.82	200m: 2:19.70		
3.	Jelle Bon	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:14.47	200301077	2:20.77	
	50m: 32.83	100m: 1:09.12	150m: 1:45.64	200m: 2:20.77		
4.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	2:15.75	200301321	2:22.80	+0,70
	50m: 33.40	100m: 1:09.67	150m: 1:46.92	200m: 2:22.80		
5.	Daan Hogerhuis	LinK	2:21.76	200300317	2:27.99	+0,69
	50m: 35.13	100m: 1:12.29	150m: 1:50.57	200m: 2:27.99		
6.	Stefan Groen	KZV de Lansingh	2:28.34	200301179	2:36.19	+0,63
	50m: 35.28	100m: 1:15.17	150m: 1:55.91	200m: 2:36.19		
7.	Quinten Nieuwenhuis	WZK	2:32.02	200304577	2:37.62	+0,73
	50m: 38.15	100m: 1:18.86	150m: 1:58.83	200m: 2:37.62		
8.	Omar Markovinovic	The Hague Swimming (SG)	2:38.14	200304877	2:37.88	+0,67
	50m: 37.00	100m: 1:16.28	150m: 1:57.76	200m: 2:37.88		
9.	Maximilian Lopes Cardozo	WZK	2:26.18	200300665	2:39.85	+0,65
	50m: 35.67	100m: 1:16.64	150m: 1:58.61	200m: 2:39.85		
10.	Yassine Maas	The Hague Swimming (SG)	2:26.19	200301505	2:44.10	+0,93
	50m: 37.61	100m: 1:19.23	150m: 2:01.57	200m: 2:44.10		

Jeugd 1 en 2

1.	Thomas Jansen	WVZ	1:59.11	200100143	2:08.46	+0,67
	50m: 30.48	100m: 1:02.94	150m: 1:35.98	200m: 2:08.46		
2.	Niels Dijkshoorn	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:05.94	200203079	2:11.24	
	50m: 30.71	100m: 1:03.75	150m: 1:37.97	200m: 2:11.24		
3.	Nikhom Westphal	SG SCOM/de Zeehond'73	2:08.68	200203329	2:14.90	+0,65
	50m: 32.04	100m: 1:08.22	150m: 1:42.09	200m: 2:14.90		
4.	Jarno Verbeek	Zoetermeer	2:11.03	200200931	2:21.95	+0,64
	50m: 32.88	100m: 1:09.46	150m: 1:46.81	200m: 2:21.95		
5.	Sjoerd van Weelden	PCG	2:16.70	200101217	2:22.90	+0,71
	50m: 32.73	100m: 1:09.49	150m: 1:46.96	200m: 2:22.90		
6.	Sander Iuga	Feijenoord Albion	2:14.91	200101389	2:23.74	+0,65
	50m: 33.43	100m: 1:09.59	150m: 1:47.44	200m: 2:23.74		
7.	Bas van Nisius	The Hague Swimming (SG)	2:17.88	200202107	2:25.40	+0,92
	50m: 34.87	100m: 1:11.84	150m: 1:49.24	200m: 2:25.40		
8.	Björn de Heus	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:25.77	200201077	2:26.34	
	50m: 33.88	100m: 1:11.63	150m: 1:49.40	200m: 2:26.34		
9.	Dylano Termoshuizen	WVZ	2:18.55	200202169	2:30.93	+0,68
	50m: 33.82	100m: 1:13.65	150m: 1:53.49	200m: 2:30.93		
10.	Boy Borreman	LinK	2:25.38	200102751	2:37.91	+0,71
	50m: 35.79	100m: 1:14.89	150m: 1:56.54	200m: 2:37.91		
11.	Wessel Bonkestoter	Widex GZC Donk	2:29.98	200100625	2:40.03	+0,62
	50m: 37.55	100m: 1:18.68	150m: 2:00.10	200m: 2:40.03		

Senioren 1 en ouder

1.	Ensger Kotterink	Feijenoord Albion	2:01.11	199403391	2:10.56	+0,58
	50m: 30.44	100m: 1:03.68	150m: 1:38.22	200m: 2:10.56		
2.	Jorian Tanis	MNC Dordrecht	2:09.41	199900327	2:15.07	+0,67
	50m: 31.67	100m: 1:05.51	150m: 1:40.72	200m: 2:15.07		
3.	Thijs Molendijk	D'elft	2:12.65	199900477	2:16.83	+0,61
	50m: 31.56	100m: 1:05.99	150m: 1:42.07	200m: 2:16.83		
4.	Melvin Prins	ZPC Wiekslag	2:10.38	199500201	2:17.32	+0,66
	50m: 31.95	100m: 1:06.19	150m: 1:42.24	200m: 2:17.32		
5.	Aron Paasse	z.c De Schotejil	2:15.86	200000099	2:23.63	+0,62
	50m: 33.08	100m: 1:09.13	150m: 1:46.54	200m: 2:23.63		
6.	Daan Siebenheller	ZOB'66	2:18.68	199804955	2:28.86	+0,68
	50m: 35.62	100m: 1:14.37	150m: 1:52.74	200m: 2:28.86		
7.	David Kievit	z.c De Schotejil	2:19.32	199900325	2:35.23	+0,80
	50m: 34.31	100m: 1:13.38	150m: 1:53.83	200m: 2:35.23		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 16
19-5-2019 - 11:25

Heren, 50m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Daan Sonneveld	WVZ	37.96	200601085	36.53	+0,79
2.	Mark Demianenko	Zoetermeer	37.75	200600409	37.41	+0,47
3.	Hessel de Jong	KZV de Lansingh	40.03	200602753	38.23	+0,66
4.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	41.40	200600019	38.98	+0,81
5.	Sven Markkus Eschbach	ZZ&PC De Devel	38.54	200602013	39.09	+0,64
6.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	38.62	200601497	39.36	+0,69
7.	Joshua Agussalim	ZPV Barracuda	40.27	200600153	39.39	+0,64
8.	Floris Wassenaar	WVZ	41.15	200600649	40.02	+0,52
9.	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	41.55	200600007	40.88	+0,64
10.	Merlijn van der Hoeven	WVZ	41.84	200600951	41.67	+0,62
11.	Lucas van Peenen	De Columbiaan	43.18	200600457	41.70	+0,75
12.	Jesse van der Meij	ZVL-1886	41.72	200600841	41.74	+0,54
13.	Björn Mulder	Zoetermeer	41.52	200601517	41.79	+0,66
14.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	41.68	200600177	42.40	+0,59
15.	Jasper Groen	KZV de Lansingh	42.13	200602325	42.51	+0,70
16.	Daniel Gavran	Widex GZC Donk	43.12	200600667	42.58	+0,70
17.	Simon van der Sluijs	De Kempvis	42.72	200600789	43.54	+0,75

Junioren 2

1.	River Streefland	The Hague Swimming (SG)	33.14	200502253	32.85	+0,68
2.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	34.88	200501467	35.21	+0,72
3.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	35.37	200500329	36.44	+0,75
4.	Thijs Visser	ZPV Barracuda	37.55	200502129	36.87	+0,73
5.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	38.06	200500411	37.16	+0,71
6.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	36.34	200500263	37.46	+0,69
7.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	35.74	200500927	37.86	+0,63
8.	Aaïke de Tender	De Geul	36.43	200502189	37.99	+0,68
9.	Coen Frkovic	ZPB H&L Productions	36.86	200502397	38.07	+0,66
10.	Onno Roeleveld	De Columbiaan	38.94	200502775	38.60	+0,70
11.	Reinier Velthuijs	ZPV Barracuda	40.17	200503537	40.96	+0,73
12.	Conor Baker	De Columbiaan	41.10	200500991	41.30	+0,75
13.	Danyl Geers	KZV de Lansingh	41.51	200504111	41.55	+0,76
14.	Sytze van Stein	LinK	42.09	200501155	42.41	+0,67
15.	Dobbe Kruit	De Columbiaan	39.98	200501367	42.56	+0,88
16.	Wouter Willig	De Watervogels	41.70	200502785	42.81	+0,86
17.	Tjomme de Tender	De Geul	41.01	200502187	43.10	+0,71

Junioren 3

1.	Max van Schagen	De Columbiaan	32.18	200402591	31.94	+0,67
2.	Abel te Riele	WVZ	32.42	200402317	33.28	+0,69
3.	Milan Masselink	The Hague Swimming (SG)	35.03	200402165	34.65	+0,74
4.	Kamyyar Tamjidi	SG SCOM/de Zeehond'73	35.59	200404457	35.70	+0,68
5.	Nathan Janssen	MNC Dordrecht	36.64	200401565	36.24	+0,69
6.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	35.27	200400597	36.50	+0,73
7.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	36.02	200400307	36.65	+0,69
8.	Casper van Nijnatten	Rotterdam Swimming (SG)	37.66	200402559	36.83	+0,73
9.	Julien Tanis	Rotterdam Swimming (SG)	34.80	200401045	37.57	+0,72
10.	Thomas van Peenen	De Columbiaan	37.38	200400097	37.90	+0,71
11.	Michael van den Enden	PCG	35.88	200401589	38.02	+0,64
12.	Timon Wijsman	D'elft	38.84	200403707	39.47	+0,72
13.	Alexandre Chahri	WZK	37.69	200402547	40.03	+0,73
14.	Niels Hartevelde	AZC	39.20	200404235	41.01	+0,80
15.	Thijm Kruit	De Columbiaan	38.55	200401339	41.20	+0,83
16.	Jelmer Paans	ZZ&PC De Devel	56.74	200404441	58.00	+0,83
DIS	Bo Schoenmakers	Widex GZC Donk	38.92	200402919		
<i>SP - Eén of meerdere vlinderbeenslagen gemaakt na de eerste schoolslagbeenslag.</i>						
DIS	Kun Woo Kim	The Hague Swimming (SG)	35.09	200401361		
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>						
NG.ZA	Marijn Dekkers	Widex GZC Donk	38.17	200402275		
AFGEM	Daan Kouwenhoven	ZPC Wiekslag	40.09	200400221		
NG	Nathan Vos	ZPV Barracuda	39.11	200402335		
NG	Timo Wouters	MNC Dordrecht	32.92	200401363		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 16, Jongens, 50m schoolslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
NG	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	38.64	200402105		

Junioren 4

1.	Wesley Zulver	ZV Vlaardingen-Schiedam	30.52	200301319	31.07	+0,63
2.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	31.75	200301321	31.32	+0,72
3.	Xander Vis	z.c De Schotejil	31.55	200300173	31.45	+0,70
4.	Milan Hamel	The Hague Swimming (SG)	31.56	200302125	32.88	+0,66
5.	Kenan Coeruez	Feijenoord Albion	32.38	200300357	33.03	+0,71
6.	Jelle Bon	ZV Vlaardingen-Schiedam	32.49	200301077	33.97	+0,62
7.	Omar Markovinovic	The Hague Swimming (SG)	33.69	200304877	34.28	+0,65
8.	Michael Smink	The Hague Swimming (SG)	32.45	200302169	34.47	+0,75
9.	Raphaël Booiman	ZPC Wiekslag	33.65	200300727	34.93	+0,67
10.	Erik van Gemert	Poseidon'56	32.05	200300587	35.20	+0,78
11.	Tygo Korving	ZPB H&L Productions	33.89	200300773	35.31	+0,68
12.	Daan Hogerhuis	LinK	35.77	200300317	36.15	+0,75
13.	Julian Stok	ZZ&PC De Devel	35.96	200300071	36.57	+0,70
14.	Albert van der Veen	De Vliet (SG)	35.75	200300515	36.77	+0,83
15.	Maximilian Lopes Cardozo	WZK	35.18	200300665	36.89	+0,68
16.	Hugo Katerbau	The Hague Swimming (SG)	35.57	200301051	36.92	+0,77
17.	Milan van Aken	The Hague Swimming (SG)	36.76	200303307	37.34	+0,79
18.	Maxim Noordman	The Hague Swimming (SG)	36.49	200304067	37.80	+0,67
19.	Quinten Nieuwenhuis	WZK	38.08	200304577	39.04	+0,74
20.	Mike van Huizen	ZPC Numansdorp	40.65	200300891	41.82	+0,76

Jeugd 1 en 2

1.	Quinn van den Heuvel	WVZ	29.41	200100297	29.74	+0,70
2.	Nikhom Westphal	SG SCOM/de Zeehond'73	31.23	200203329	30.78	+0,64
3.	Dave van den Nieuwendijk	De Columbiaan	30.52	200100475	32.15	+0,72
4.	Jarno Verbeek	Zoetermeer	32.13	200200931	32.29	+0,69
5.	Mart de Koning	ZOB'66	32.67	200203253	32.56	+0,71
6.	Robin van Peenen	De Columbiaan	32.76	200201059	32.96	+0,75
7.	Scott Jansen	WVZ	31.90	200202455	33.22	+0,77
8.	Jasper Willig	De Watervogels	33.31	200104757	33.30	+0,66
9.	Daan Sniijders	MNC Dordrecht	32.72	200202475	33.91	+0,76
10.	Simon Dijkstra	Rotterdam Swimming (SG)	34.68	200204905	33.94	+0,67
11.	Niels Dijkshoorn	ZV Vlaardingen-Schiedam	33.17	200203079	34.15	+0,69
12.	Bas van Wieringen	De Columbiaan	33.55	200200119	34.43	+0,69
13.	Joris de Gier	Widex GZC Donk	33.70	200103817	36.05	+0,68
14.	Dylan van Kleij	Poseidon'56	35.99	200203297	36.76	+0,71
15.	Dylano Termoshuizen	WVZ	34.69	200202169	36.82	+0,74
16.	Esper Paans	ZZ&PC De Devel	36.67	200100607	37.85	+0,72
17.	Martijn Jobse	De Watervogels	39.12	200203477	38.06	+0,75

Senioren 1 en ouder

1.	Ensger Kotterink	Feijenoord Albion	28.11	199403391	29.29	+0,65
2.	Jeroen Baars	Rotterdam Swimming (SG)	28.21	199200031	29.45	+0,71
3.	Duncan van Haaren	Widex GZC Donk	29.62	200000681	29.75	+0,71
4.	Stijn Geelen	MNC Dordrecht	28.81	199801363	30.16	+0,68
5.	Thomas Verhoeven	Rotterdam Swimming (SG)	28.06	199700311	31.16	+0,71
6.	Kevin Kingma	KZV de Lansingh	30.82	199700559	31.78	+0,66
7.	Thomas Hesper	ZPV Barracuda	31.30	200004181	32.12	+0,76
8.	Paul van Grol	Widex GZC Donk	30.54	199602951	32.16	+0,72
9.	Timo Dinkelberg	Feijenoord Albion	30.58	199300773	32.54	+0,63
10.	Bert Duivenvoorde	Noordwijkerhout	32.01	199701805	32.92	+0,73
11.	Rick de Waard	SG SCOM/de Zeehond'73	32.69	199401095	33.03	+0,66
12.	Tom Romeijn	ZPC Wiekslag	34.28	200005015	33.59	+0,61
13.	Martijn Dolk	Rotterdam Swimming (SG)	30.70	198900737	33.78	+0,76
14.	Jim Geestman	Rotterdam Swimming (SG)	33.32	198300699	34.38	+0,72
15.	Ryan van den Ouden	Poseidon'56	32.91	199900377	34.51	+0,84
16.	Mairo Bonte	Zoetermeer	33.41	199905271	35.94	+0,65
17.	Ian van Mullem	ZOB'66	35.61	199602545	37.04	+0,67
AFGEM	Tim van Duuren	Widex GZC Donk	31.53	199802255	SB8	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 19
19-5-2019 - 13:55

Heren, 100m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Daan Sonneveld	WVZ	1:21.94	200601085	1:22.92	+0,78
	50m: 39.74	100m: 1:22.92				
2.	Mark Demianenko	Zoetermeer	1:21.54	200600409	1:23.34	+0,64
	50m: 39.69	100m: 1:23.34				
3.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	1:27.40	200600019	1:24.10	+0,83
	50m: 39.60	100m: 1:24.10				
4.	Yagiz Atilgan	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:24.25	200601453	1:24.25	+0,68
	50m: 39.74	100m: 1:24.25				
5.	Hessel de Jong	KZV de Lansingh	1:26.31	200602753	1:25.06	+0,68
	50m: 40.39	100m: 1:25.06				
6.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	1:23.72	200601497	1:26.29	+0,68
	50m: 40.96	100m: 1:26.29				
7.	Sven Markkus Eschbach	ZZ&PC De Devel	1:23.30	200602013	1:27.37	+0,68
	50m: 40.87	100m: 1:27.37				
8.	Joshua Agussalim	ZPV Barracuda	1:31.28	200600153	1:27.98	+0,66
	50m: 41.13	100m: 1:27.98				
9.	Benjamin van Helsdingen	ZZ&PC De Devel	1:29.78	200601097	1:28.32	+0,71
	50m: 42.18	100m: 1:28.32				
10.	Merlijn van der Hoeven	WVZ	1:29.07	200600951	1:28.93	+0,70
	50m: 41.74	100m: 1:28.93				
11.	Björn Mulder	Zoetermeer	1:28.56	200601517	1:29.47	+0,77
	50m: 42.17	100m: 1:29.47				
12.	Rick Terlouw	Widex GZC Donk	1:33.25	200600285	1:30.20	+0,96
	50m: 44.20	100m: 1:30.20				
13.	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	1:34.87	200600007	1:30.81	+0,67
	50m: 42.50	100m: 1:30.81				
14.	Floris Wassenaar	WVZ	1:30.93	200600649	1:32.30	+0,57
	50m: 43.71	100m: 1:32.30				
15.	Jesse van der Meij	ZVL-1886	1:37.16	200600841	1:32.69	+0,72
	50m: 43.61	100m: 1:32.69				
16.	Lucas van Peenen	De Columbiaan	1:32.85	200600457	1:34.44	+0,74
	50m: 44.03	100m: 1:34.44				
17.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	1:31.03	200600177	1:34.58	+0,67
	50m: 44.97	100m: 1:34.58				
18.	Roan van der Weide	Widex GZC Donk	1:36.85	200601629	1:34.98	+0,80
	50m: 45.86	100m: 1:34.98				
19.	Tavi de Gelder	ZOB'66	1:34.33	200602335	1:35.17	+0,74
	50m: 44.16	100m: 1:35.17				
20.	Robin den Ouden	ZPC Wiekslag	1:33.40	200600255	1:35.64	+0,64
	50m: 45.32	100m: 1:35.64				
21.	Daniel Gavran	Widex GZC Donk	1:32.97	200600667	1:35.93	+0,70
	50m: 46.35	100m: 1:35.93				
22.	Bart Tuinenburg	ZPC Wiekslag	1:32.64	200602347	1:36.92	+0,72
	50m: 46.80	100m: 1:36.92				

Junioren 2

1.	River Streefland	The Hague Swimming (SG)	1:10.64	200502253	1:12.80	+0,68
	50m: 34.72	100m: 1:12.80				
2.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	1:14.97	200501467	1:16.88	+0,76
	50m: 36.02	100m: 1:16.88				
3.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	1:14.48	200500329	1:18.00	+0,75
	50m: 36.91	100m: 1:18.00				
4.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	1:16.38	200500263	1:20.05	+0,73
	50m: 38.22	100m: 1:20.05				
5.	Luca Nguyen-Tri	Rotterdam Swimming (SG)	1:17.12	200500781	1:20.57	+0,69
	50m: 38.79	100m: 1:20.57				
6.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	1:20.54	200500411	1:20.93	+0,72
	50m: 38.61	100m: 1:20.93				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 19, Jongens, 100m schoolslag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
7.	Thijs Visser 50m: 37.55	ZPV Barracuda 100m: 1:21.34	1:22.88	200502129	1:21.34	+0,70
8.	Coen Frkovic 50m: 38.70	ZPB H&L Productions 100m: 1:21.61	1:18.47	200502397	1:21.61	+0,69
9.	Menno Wieringa 50m: 40.59	KZV de Lansingh 100m: 1:23.66	1:19.21	200500927	1:23.66	+0,70
10.	Aaïke de Tender 50m: 39.51	De Geul 100m: 1:25.05	1:19.20	200502189	1:25.05	+0,63
11.	Onno Roeleveld 50m: 40.87	De Columbiaan 100m: 1:27.49	1:26.12	200502775	1:27.49	+0,69
12.	Casper Hoogervorst 50m: 42.02	De Columbiaan 100m: 1:27.69	1:25.68	200500183	1:27.69	+0,70
13.	Conor Baker 50m: 41.55	De Columbiaan 100m: 1:29.74	1:28.65	200500991	1:29.74	+0,77
14.	Julian Kersten 50m: 43.10	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:30.75	1:33.61	200500613	1:30.75	+0,64
15.	Danyl Geers 50m: 42.22	KZV de Lansingh 100m: 1:31.03	1:30.00	200504111	1:31.03	+0,73
16.	Dobbe Kruit 50m: 43.33	De Columbiaan 100m: 1:31.08	1:29.29	200501367	1:31.08	+0,84
17.	Sytze van Stein 50m: 43.88	LinK 100m: 1:32.69	1:29.74	200501155	1:32.69	+0,47
18.	Tim van Lochem 50m: 44.11	Zoetermeer 100m: 1:33.73	1:31.02	200500077	1:33.73	+0,75
19.	Tjomme de Tender 50m: 44.13	De Geul 100m: 1:33.76	1:28.33	200502187	1:33.76	+0,72
DIS	Reinier Velthuijs <i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>	ZPV Barracuda	1:26.40	200503537		

Junioren 3

1.	Max van Schagen 50m: 34.14	De Columbiaan 100m: 1:13.09	1:12.57	200402591	1:13.09	+0,72
2.	Abel te Riele 50m: 35.19	WVZ 100m: 1:14.59	1:13.53	200402317	1:14.59	+0,73
3.	Nathan Janssen 50m: 36.70	MNC Dordrecht 100m: 1:17.40	1:17.35	200401565	1:17.40	+0,67
4.	Milan Masselink 50m: 37.16	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:17.54	1:17.32	200402165	1:17.54	+0,77
5.	Kun Woo Kim 50m: 35.76	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:18.15	1:16.60	200401361	1:18.15	+0,70
6.	Wen-Ye Chen 50m: 36.07	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:18.34	1:14.30	200402859	1:18.34	+0,60
7.	Loeka Wubben 50m: 37.58	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:19.40	1:18.22	200400307	1:19.40	+0,73
8.	Julien Tanis 50m: 37.94	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:21.22	1:14.89	200401045	1:21.22	+0,70
9.	Kamyar Tamjidi 50m: 38.94	SG SCOM/de Zeehond'73 100m: 1:23.31	1:18.54	200404457	1:23.31	+0,61
10.	Michael van den Enden 50m: 39.61	PCG 100m: 1:24.25	1:17.33	200401589	1:24.25	+0,66
11.	Casper van Nijnatten 50m: 39.81	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:24.38	1:24.09	200402559	1:24.38	+0,75
12.	Erik Oldenkamp 50m: 39.61	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:24.97	1:16.58	200400597	1:24.97	+0,80
13.	Thomas van Peenen 50m: 39.70	De Columbiaan 100m: 1:25.11	1:22.53	200400097	1:25.11	+0,70
14.	Tim Haimé 50m: 40.25	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:25.74	1:18.60	200403567	1:25.74	+0,87
15.	Alexandre Chahri 50m: 41.04	WZK 100m: 1:27.44	1:20.97	200402547	1:27.44	+0,76

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 19, Jongens, 100m schoolslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	
16.	Bo Schoenmakers 50m: 42.01	Widex GZC Donk 100m: 1:28.12	1:25.53	200402919	1:28.12	+0,65	
17.	Thijm Kruit 50m: 41.74	De Columbiaan 100m: 1:29.06	1:25.68	200401339	1:29.06	+0,82	
18.	Ivo Kragt 50m: 43.32	ZV Sassenheim 100m: 1:31.27	1:29.71	200402785	1:31.27	+0,75	
19.	Guus Geelen 50m: 43.34	ZVL-1886 100m: 1:31.86	1:26.69	200401183	1:31.86	+0,69	
20.	Marijn Dekkers 50m: 44.78	Widex GZC Donk 100m: 1:32.88	1:23.42	200402275	1:32.88	+0,82	
21.	Jelmer Paans 50m: 59.83	ZZ&PC De Devel 100m: 2:10.35	2:06.24	200404441	2:10.35	+0,87	132
AFGEM	Daan Kouwenhoven	ZPC Wiekslag	1:25.42	200400221			
NG	Timo Wouters	MNC Dordrecht	1:11.50	200401363			
NG	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	1:24.01	200402105			

Junioren 4

1.	Wesley Zulver 50m: 33.05	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:09.10	1:07.13	200301319	1:09.10	+0,53	
2.	Perry Laarhoven 50m: 32.86	ZPC Numansdorp 100m: 1:09.57	1:07.83	200301321	1:09.57	+0,71	
3.	Xander Vis 50m: 33.79	z.c De Schotejil 100m: 1:10.96	1:08.11	200300173	1:10.96	+0,74	
4.	Keanu Streefland 50m: 34.46	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:13.16	1:11.98	200302445	1:13.16	+0,66	
5.	Kenan Coeruez 50m: 34.79	Feijenoord Albion 100m: 1:14.91	1:10.42	200300357	1:14.91	+0,71	
6.	Michael Smink <i>* back up eindtijd</i> 50m: 35.98	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:17.16	1:12.81	200302169	1:17.16	+0,74	
7.	Dylan Jansen 50m: 35.77	WVZ 100m: 1:17.19	1:13.00	200300817	1:17.19	+0,71	
8.	Erik van Gemert 50m: 33.52	Poseidon'56 100m: 1:17.53	1:14.05	200300587	1:17.53	+0,77	
9.	Omar Markovinovic 50m: 37.20	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:17.81	1:14.71	200304877	1:17.81	+0,74	
10.	Daan Hogerhuis 50m: 36.81	LinK 100m: 1:18.03	1:16.53	200300317	1:18.03	+0,73	
11.	Raphaël Booiman 50m: 36.80	ZPC Wiekslag 100m: 1:18.79	1:13.74	200300727	1:18.79	+0,72	
12.	Hugo Katerbau 50m: 38.13	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:19.72	1:16.10	200301051	1:19.72	+0,80	
13.	Tygo Korving 50m: 37.29	ZPB H&L Productions 100m: 1:19.88	1:15.69	200300773	1:19.88	+0,69	
14.	Milan van Aken 50m: 37.27	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:20.21	1:20.05	200303307	1:20.21	+0,80	
15.	Mike van Huizen 50m: 44.12	ZPC Numansdorp 100m: 1:32.58	1:27.70	200300891	1:32.58	+0,77	
AFGEM	Pepyn van Brakel	ZPC Numansdorp	1:26.10	200300877			

Jeugd 1 en 2

1.	Quinn van den Heuvel 50m: 30.19	WVZ 100m: 1:05.85	1:02.91	200100297	1:05.85	+0,71	
2.	Thomas van Wanrooij 50m: 33.46	Poseidon'56 100m: 1:10.22	1:11.71	200201473	1:10.22	+0,71	742
3.	Dave van den Nieuwendijk 50m: 33.02	De Columbiaan 100m: 1:10.98	1:06.16	200100475	1:10.98	+0,75	
4.	Scott Jansen 50m: 33.85	WVZ 100m: 1:11.33	1:07.16	200202455	1:11.33	+0,79	
5.	Viktor Koets 50m: 33.52	De Columbiaan 100m: 1:11.92	1:08.67	200201677	1:11.92	+0,76	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 19, Jongens, 100m schoolslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
6.	Jarno Verbeek 50m: 34.74	Zoetermeer 100m: 1:14.24	1:10.45	200200931	1:14.24	+0,74
7.	Bas van Wieringen 50m: 34.73	De Columbiaan 100m: 1:14.96	1:12.79	200200119	1:14.96	+0,68
8.	Simon Dijkstra 50m: 34.65	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:15.32	1:13.26	200204905	1:15.32	+0,71
9.	Guus Hoogduin 50m: 35.41	ZVL-1886 100m: 1:15.41	1:13.31	200201069	1:15.41	+0,74
	Michael Boekestijn 50m: 35.28	Feijenoord Albion 100m: 1:15.41	1:11.76	200100767	1:15.41	+0,78
11.	Robin van Peenen 50m: 35.44	De Columbiaan 100m: 1:17.30	1:12.56	200201059	1:17.30	+0,72
12.	Daan Sniijders 50m: 35.98	MNC Dordrecht 100m: 1:19.07	1:13.53	200202475	1:19.07	+0,75
13.	Björn de Heus 50m: 36.91	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:19.23	1:16.63	200201077	1:19.23	+0,61
14.	Jasper Willig 50m: 34.30	De Watervogels 100m: 1:19.48	1:15.11	200104757	1:19.48	+0,66
15.	Wouter Verdoes 50m: 38.12	De Columbiaan 100m: 1:20.13	1:16.95	200200351	1:20.13	+0,77
16.	Joris de Gier 50m: 37.46	Widex GZC Donk 100m: 1:21.11	1:15.33	200103817	1:21.11	+0,68
17.	Freek Hollander 50m: 38.76	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:21.96	1:15.42	200103815	1:21.96	+0,79
18.	Youri ten Brink 50m: 38.98	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:24.18	1:17.19	200104719	1:24.18	+0,66

Senioren 1 en ouder

1.	Ensgar Kotterink 50m: 31.40	Feijenoord Albion 100m: 1:05.71	1:03.83	199403391	1:05.71	+0,66
2.	Duncan van Haaren 50m: 31.15	Widex GZC Donk 100m: 1:05.85	1:04.33	200000681	1:05.85	+0,73
3.	Stijn Geelen 50m: 31.60	MNC Dordrecht 100m: 1:06.61	1:03.44	199801363	1:06.61	+0,69
4.	Jeroen Baars 50m: 31.40	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:07.72	1:03.69	199200031	1:07.72	+0,72
5.	Paul van Grol 50m: 33.25	Widex GZC Donk 100m: 1:10.80	1:06.16	199602951	1:10.80	+0,65
6.	Thomas Hesper 50m: 33.81	ZPV Barracuda 100m: 1:11.87	1:08.13	200004181	1:11.87	+0,82
7.	Kevin Kingma 50m: 33.39	KZV de Lansingh 100m: 1:13.11	1:08.48	199700559	1:13.11	+0,66
8.	Pascal Nuijten 50m: 33.52	Feijenoord Albion 100m: 1:13.15	1:08.68	199701353	1:13.15	+0,70
9.	Rogier Dorsman 50m: 34.68	ZZ&PC De Devel 100m: 1:13.17	1:11.26	199900211	SB11 1:13.17	+0,76 879
10.	Bas Verdoes 50m: 34.49	De Columbiaan 100m: 1:14.14	1:15.82	199801487	1:14.14	+0,71
11.	Bert Duivenvoorde 50m: 35.12	Noordwijkerhout 100m: 1:14.89	1:10.68	199701805	1:14.89	+0,73
12.	David Kievit 50m: 35.73	z.c De Schoteijl 100m: 1:14.98	1:09.54	199900325	1:14.98	+0,79
13.	Martijn Dolk 50m: 35.18	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:16.22	1:09.01	198900737	1:16.22	+0,75
14.	Thomas Verhoeven 50m: 33.63	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:16.43	1:02.32	199700311	1:16.43	+0,72
15.	Ryan van den Ouden 50m: 35.33	Poseidon'56 100m: 1:16.50	1:12.07	199900377	1:16.50	+0,86
16.	Jim Geestman 50m: 36.59	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:16.87	1:11.38	198300699	1:16.87	+0,75
17.	Tom Romeijn 50m: 36.40	ZPC Wiekslag 100m: 1:17.93	1:15.20	200005015	1:17.93	+0,66

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 19, Heren, 100m schoolslag, Senioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
18.	Ian van Mullem 50m: 37.73	ZOB'66 100m: 1:20.22	1:16.50	199602545	1:20.22 +0,69
19.	Mairo Bonte 50m: 37.10	Zoetermeer 100m: 1:21.27	1:15.61	199905271	1:21.27 +0,66
AFGEM	Tim van Duuren	Widex GZC Donk	1:09.01	199802255	SB8

Programmanr. 2
18-5-2019 - 9:40

Heren, 200m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Daan Sonneveld * Eindtijd backuptijd 50m: 40.27	WVZ 100m: 1:25.20	3:01.10	200601085	2:55.57 +0,79
2.	Mark Demianenko * Eindtijd backuptijd 50m: 41.67	Zoetermeer 100m: 1:29.79	2:59.82	200600409	3:05.14 +0,52
3.	Björn Mulder 50m: 42.30	Zoetermeer 100m: 1:30.40	3:04.08	200601517	3:05.42 +0,72
4.	Sven Markkus Eschbach 50m: 41.67	ZZ&PC De Devel 100m: 1:28.71	3:06.38	200602013	3:06.10 +0,74
5.	Bas Blanker 50m: 41.83	ZPB H&L Productions 100m: 1:29.94	3:04.65	200601497	3:07.31 +0,59
6.	Hessel de Jong 50m: 42.62	KZV de Lansingh 100m: 1:31.00	3:13.32	200602753	3:08.34 +0,56
7.	Laurens Kalle 50m: 42.68	z.c De Schotejil 100m: 1:31.99	3:05.43	200600161	3:09.31 +0,77
8.	Joshua Agussalim 50m: 42.53	ZPV Barracuda 100m: 1:31.99	3:09.13	200600153	3:11.81 +0,50
9.	Merlijn van der Hoeven 50m: 43.46	WVZ 100m: 1:33.41	3:14.77	200600951	3:13.29 +0,76
10.	Floris Wassenaar 50m: 42.54	WVZ 100m: 1:32.49	3:16.23	200600649	3:13.42
11.	Dimi Stoyanov 50m: 44.34	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:34.05	3:11.98	200601067	3:16.89 +0,81
12.	Roan van der Weide 50m: 45.94	Widex GZC Donk 100m: 1:36.49	3:23.03	200601629	3:18.13
13.	Jesse van der Meij 50m: 43.73	ZVL-1886 100m: 1:35.23	3:24.85	200600841	3:18.24 +0,91
14.	Jasper Groen 50m: 43.59	KZV de Lansingh 100m: 1:34.55	3:20.43	200602325	3:19.90 +0,50
15.	Bart Tuinenburg 50m: 47.20	ZPC Wiekslag 100m: 1:38.44	3:12.71	200602347	3:20.66 +0,79
16.	Bas Bechtold 50m: 45.75	ZPV Barracuda 100m: 1:37.65	3:25.88	200600007	3:22.76 +0,67
17.	Benjamin Vermeer 50m: 45.53	Zoetermeer 100m: 1:37.89	3:17.13	200600177	3:22.84 +0,79
18.	Robin den Ouden 50m: 45.32	ZPC Wiekslag 100m: 1:37.79	3:19.26	200600255	3:26.31 +0,58
19.	Lucas van Peenen 50m: 45.82	De Columbiaan 100m: 1:38.92	3:17.87	200600457	3:27.17 +0,80
20.	Tavi de Gelder 50m: 47.66	ZOB'66 100m: 1:43.78	3:25.34	200602335	3:38.34 +0,59

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 2, Heren, 200m schoolslag

Junioren 2

1.	River Streefland	The Hague Swimming (SG)	2:37.89	200502253	2:41.58	+0,70
	50m: 35.93	100m: 1:17.90	150m: 2:01.11	200m: 2:41.58		
2.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	2:39.72	200500329	2:45.24	+0,73
	50m: 37.41	100m: 1:19.40	150m: 2:02.62	200m: 2:45.24		
3.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	2:44.39	200501467	2:46.27	+0,74
	50m: 36.62	100m: 1:18.03	150m: 2:01.83	200m: 2:46.27		
4.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	2:45.82	200500263	2:46.87	+0,72
	50m: 38.56	100m: 1:21.05	150m: 2:04.20	200m: 2:46.87		
5.	Coen Frkovic <i>* Eindtijd backuptijd</i>	ZPB H&L Productions	3:07.71	200502397	2:58.40	+0,72
	50m: 40.41	100m: 1:25.82	150m: 2:11.64	200m: 2:58.40		
6.	Luca Nguyen-Tri	Rotterdam Swimming (SG)	2:51.72	200500781	2:58.83	+0,68
	50m: 40.87	100m: 1:25.87	150m: 2:14.43	200m: 2:58.83		
7.	Aaïke de Tender	De Geul	2:49.32	200502189	2:59.12	+0,74
	50m: 39.22	100m: 1:24.95	150m: 2:11.88	200m: 2:59.12		
8.	Thijs Visser	ZPV Barracuda	2:57.54	200502129	3:03.90	+0,72
	50m: 40.86	100m: 1:28.15	150m: 2:16.43	200m: 3:03.90		
9.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	2:55.35	200500927	3:04.40	+0,68
	50m: 40.86	100m: 1:28.13	150m: 2:17.43	200m: 3:04.40		
10.	Casper Hoogervorst	De Columbiaan	3:03.25	200500183	3:10.16	+0,71
	50m: 43.18	100m: 1:32.80	150m: 2:22.48	200m: 3:10.16		
11.	Onno Roeleveld	De Columbiaan	3:11.00	200502775	3:12.53	+0,71
	50m: 42.12	100m: 1:31.00	150m: 2:22.41	200m: 3:12.53		
12.	Reinier Velthuijs	ZPV Barracuda	3:13.24	200503537	3:13.49	+0,74
	50m: 43.97	100m: 1:35.17	150m: 2:25.21	200m: 3:13.49		
13.	Julian Kersten	The Hague Swimming (SG)	3:08.68	200500613	3:16.22	+0,69
	50m: 45.24	100m: 1:35.82	150m: 2:25.60	200m: 3:16.22		
14.	Dobbe Kruit	De Columbiaan	3:16.40	200501367	3:18.43	+0,65
	50m: 44.13	100m: 1:34.04	150m: 2:25.94	200m: 3:18.43		
15.	Tim van Lochem	Zoetermeer	3:08.98	200500077	3:20.41	+0,82
	50m: 44.23	100m: 1:35.99	150m: 2:28.84	200m: 3:20.41		
16.	Sytze van Stein	LinK	3:10.38	200501155	3:20.57	+0,68
	50m: 43.75	100m: 1:33.87	150m: 2:27.76	200m: 3:20.57		
17.	David Hostiuc	WZK	3:31.51	200502713	3:44.71	+1,02
	50m: 45.10	100m: 1:41.78	150m: 2:43.62	200m: 3:44.71		
NG	Emre Oguz	WZK	3:27.79	200503987		

Junioren 3

1.	Abel te Riele	WVZ	2:36.18	200402317	2:37.19	+0,67
	50m: 35.59	100m: 1:15.87	150m: 1:56.33	200m: 2:37.19		
2.	Timo Kock	Rotterdam Swimming (SG)	2:38.57	200400387	2:45.17	+0,78
	50m: 37.04	100m: 1:20.30	150m: 2:02.89	200m: 2:45.17		
3.	Nathan Janssen	MNC Dordrecht	2:41.08	200401565	2:45.51	+0,75
	50m: 38.34	100m: 1:20.31	150m: 2:03.21	200m: 2:45.51		
4.	Milan Masselink <i>* Eindtijd backuptijd</i>	The Hague Swimming (SG)	2:43.53	200402165	2:49.96	+0,77
	50m: 37.83	100m: 1:21.03	150m: 2:05.32	200m: 2:49.96		
5.	Max van Schagen	De Columbiaan	2:43.81	200402591	2:51.09	+0,69
	50m: 38.66	100m: 1:22.41	150m: 2:07.80	200m: 2:51.09		
6.	Timo Wouters	MNC Dordrecht	2:34.71	200401363	2:51.55	+0,74
	50m: 37.81	100m: 1:21.29	150m: 2:06.07	200m: 2:51.55		
7.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	2:46.45	200400307	2:53.17	+0,64
	50m: 38.18	100m: 1:22.95	150m: 2:08.81	200m: 2:53.17		
8.	Wen-Ye Chen	Rotterdam Swimming (SG)	2:45.95	200402859	2:54.92	+0,63
	50m: 38.19	100m: 1:23.14	150m: 2:09.28	200m: 2:54.92		
9.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	2:44.91	200400597	2:57.70	+0,77
	50m: 39.29	100m: 1:24.57	150m: 2:11.46	200m: 2:57.70		
10.	Julien Tanis	Rotterdam Swimming (SG)	2:44.74	200401045	2:58.76	+0,68
	50m: 39.06	100m: 1:23.79	150m: 2:10.52	200m: 2:58.76		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 2, Jongens, 200m schoolslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
11.	Casper van Nijnatten 50m: 40.13	Rotterdam Swimming (SG)	3:06.23 100m: 1:25.58 150m: 2:14.59 200m: 2:59.92	200402559 2:59.92	+0,71
12.	Tim Haimé 50m: 42.32	The Hague Swimming (SG)	2:48.05 100m: 1:30.02 150m: 2:16.55 200m: 3:00.20	200403567 3:00.20	+0,84
13.	Kun Woo Kim 50m: 39.46	The Hague Swimming (SG)	2:46.07 100m: 1:24.77 150m: 2:12.65 200m: 3:00.74	200401361 3:00.74	+0,73
14.	Michael van den Enden 50m: 40.75	PCG	2:54.97 100m: 1:28.59 150m: 2:18.66 200m: 3:08.14	200401589 3:08.14	+0,65
15.	Marijn Dekkers 50m: 43.13	Widex GZC Donk	3:01.86 100m: 1:31.23 150m: 2:20.50 200m: 3:09.01	200402275 3:09.01	+0,73
16.	Bo Schoenmakers 50m: 42.93	Widex GZC Donk	3:04.61 100m: 1:31.24 150m: 2:21.09 200m: 3:12.63	200402919 3:12.63	+0,72
17.	Alexandre Chahri 50m: 41.60	WZK	2:57.94 100m: 1:31.47 150m: 2:22.48 200m: 3:14.16	200402547 3:14.16	+0,74
18.	Guus Geelen 50m: 43.34	ZVL-1886	3:08.49 100m: 1:33.53 150m: 2:26.84 200m: 3:18.75	200401183 3:18.75	+0,73
19.	Davide Sarasini 50m: 44.63	WZK	3:31.51 100m: 1:36.68 150m: 2:30.46 200m: 3:23.36	200403941 3:23.36	+0,76
DIS	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	2:56.34	200402105	+0,68
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>					

Junioren 4

1.	Perry Laarhoven 50m: 33.37	ZPC Numansdorp	2:27.17 100m: 1:11.73 150m: 1:51.16 200m: 2:30.32	200301321 2:30.32	+0,72
2.	Wesley Zulver 50m: 33.67	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:26.33 100m: 1:12.26 150m: 1:51.63 200m: 2:30.75	200301319 2:30.75	+0,58
3.	Xander Vis 50m: 34.17	z.c De Schotejil	2:30.33 100m: 1:13.16 150m: 1:54.30 200m: 2:36.29	200300173 2:36.29	+0,72
4.	Milan Hamel 50m: 36.29	The Hague Swimming (SG)	2:32.71 100m: 1:18.00 150m: 1:59.93 200m: 2:41.04	200302125 2:41.04	+0,70
5.	Michael Smink 50m: 36.15	The Hague Swimming (SG)	2:33.92 100m: 1:17.99 150m: 2:01.87 200m: 2:45.72	200302169 2:45.72	+0,73
6.	Daan Hogerhuis 50m: 38.09	LinK	2:39.46 100m: 1:21.87 150m: 2:06.34 200m: 2:50.85	200300317 2:50.85	+0,76
7.	Tygo Korving 50m: 37.78	ZPB H&L Productions	2:46.71 100m: 1:21.86 150m: 2:07.67 200m: 2:52.77	200300773 2:52.77	+0,67
8.	Albert van der Veen 50m: 39.41	De Vliet (SG)	2:58.68 100m: 1:24.73 150m: 2:13.52 200m: 3:02.79	200300515 3:02.79	+0,85
9.	Brandon Groeneveld 50m: 39.71	De Geul	2:56.67 100m: 1:25.82 150m: 2:15.45 200m: 3:04.79	200300595 3:04.79	+0,62
DIS	Milan van Aken	The Hague Swimming (SG)	2:52.63	200303307	+0,61
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					

Jeugd 1 en 2

1.	Quinn van den Heuvel 50m: 31.45	WVZ	2:18.47 100m: 1:08.23 150m: 1:46.60 200m: 2:24.72	200100297 2:24.72	+0,75
2.	Dave van den Nieuwendijk 50m: 35.28	De Columbiaan	2:25.36 100m: 1:14.64 150m: 1:54.84 200m: 2:35.35	200100475 2:35.35	+0,73
3.	Scott Jansen 50m: 34.87	WVZ	2:28.27 100m: 1:14.57 150m: 1:54.87 200m: 2:35.67	200202455 2:35.67	+0,75
4.	Guus Hoogduin 50m: 35.80	ZVL-1886	2:36.57 100m: 1:17.24 150m: 2:00.13 200m: 2:42.25	200201069 2:42.25	+0,75
5.	Simon Dijkstra 50m: 36.82	Rotterdam Swimming (SG)	2:42.84 100m: 1:18.75 150m: 2:02.64 200m: 2:45.16	200204905 2:45.16	+0,76
6.	Björn de Heus 50m: 38.55	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:38.99 100m: 1:22.92 150m: 2:08.13 200m: 2:52.13	200201077 2:52.13	+0,63
7.	Joris de Gier 50m: 38.54	Widex GZC Donk	2:48.16 100m: 1:23.62 150m: 2:10.01 200m: 2:56.74	200103817 2:56.74	+0,71

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 2, Heren, 200m schoolslag

Senioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	50m:	100m:	150m:	200m:	intijd	RT
1.	Duncan van Haaren	Widex GZC Donk	33.06	1:11.00	1:48.48	2:25.54	2:21.99	+0,79
2.	Stijn Geelen	MNC Dordrecht	33.52	1:12.05	1:51.72	2:30.11	2:22.93	+0,68
3.	Ensger Kotterink	Feijenoord Albion	35.06	1:14.72	1:55.30	2:32.35	2:18.67	+0,68
4.	Jonne Schaafsma	The Hague Swimming (SG)	32.68	1:11.48	1:51.98	2:32.72	2:24.97	+0,76
5.	Thomas Hesper	ZPV Barracuda	35.14	1:14.51	1:54.74	2:36.14	2:30.33	+0,84
6.	Paul van Grol	Widex GZC Donk	35.06	1:15.79	1:57.12	2:37.87	2:27.28	+0,69
7.	David Kievit	z.c De Schotejil	37.03	1:18.33	1:59.94	2:42.33	2:30.71	+0,78
8.	Bas Verdoes	De Columbiaan	37.09	1:18.99	2:02.06	2:45.57	2:43.72	+0,71
9.	Kevin Kingma	KZV de Lansingh	34.81	1:16.92	2:00.56	2:45.95	2:33.75	+0,71
10.	Jim Geestman	Rotterdam Swimming (SG)	39.53	1:24.69	2:10.78	2:54.18	2:41.58	+0,75

Programmanr. 21
19-5-2019 - 14:50

Heren, 100m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	50m:	100m:	intijd	RT
Junioren 1						
1.	Thom de Hoog	SG SCOM/de Zeehond'73	32.78	1:09.51	1:13.03	+0,82
2.	Yagiz Atilgan	ZV Vlaardingen-Schiedam	32.98	1:10.65	1:10.30	+0,72
3.	Mark Demianenko <i>* eindtijd is backup</i>	Zoetermeer	33.29	1:12.05	1:10.62	+0,60
4.	Dimi Stoyanov	The Hague Swimming (SG)	33.96	1:12.31	1:15.78	+0,63
5.	Joris Lissenberg	The Hague Swimming (SG)	33.73	1:13.15	1:14.67	+0,72
6.	Bas Blanker	ZPB H&L Productions	34.62	1:14.82	1:13.00	+0,70
7.	Daan Sonneveld	WVZ	35.16	1:17.81	1:19.91	+0,76
8.	Joshua Agussalim	ZPV Barracuda	35.01	1:18.51	1:17.23	+0,54
9.	Tibbe Veldboer	ZPB H&L Productions	36.44	1:20.83	1:21.20	+0,89
10.	Benjamin Vermeer	Zoetermeer	39.05	1:24.55	1:19.63	+0,64
11.	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	39.46	1:26.37	1:28.42	+0,68
12.	Tavi de Gelder	ZOB'66	39.67	1:27.27	1:26.58	+0,72
13.	Bo Merkestein	WVZ	39.13	1:27.46	1:28.45	+0,63
14.	Kaan Uludag	Zoetermeer	39.99	1:28.74	1:29.77	+0,84
15.	Thomas Klaassen	ZOB'66	40.56	1:29.81	1:25.76	+0,68
16.	Wout Jonkers	Poseidon'56	40.26	1:31.90	1:30.72	+0,60

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 21, Jongens, 100m vlinderslag, Junioren 1

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
17.	Robin den Ouden	ZPC Wiekslag	1:28.59	200600255	1:32.50	+0,61
	50m: 41.89	100m: 1:32.50				
DIS	Benjamin van Helsdingen	ZZ&PC De Devel	1:17.48	200601097		
	<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>					

Junioren 2

1.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	1:03.71	200501467	1:04.83	+0,70
	50m: 30.41	100m: 1:04.83				
2.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	1:06.70	200500263	1:05.16	+0,72
	50m: 30.74	100m: 1:05.16				
3.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	1:11.83	200500329	1:08.65	+0,69
	50m: 32.22	100m: 1:08.65				
4.	Sem Agterdenbos	MNC Dordrecht	1:07.68	200500049	1:08.78	+0,70
	50m: 31.86	100m: 1:08.78				
5.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	1:12.79	200500411	1:10.83	+0,71
	50m: 33.17	100m: 1:10.83				
6.	Menno Wieringa	KZV de Lansingh	1:11.35	200500927	1:13.80	+0,73
	50m: 34.05	100m: 1:13.80				
7.	Wouter Willig	De Watervogels	1:18.43	200502785	1:17.97	+0,86
	50m: 35.22	100m: 1:17.97				
8.	Casper Hoogervorst	De Columbiaan	1:21.70	200500183	1:21.13	+0,68
	50m: 38.05	100m: 1:21.13				
9.	Tim van Lochem	Zoetermeer	1:18.91	200500077	1:22.43	+0,80
	50m: 37.08	100m: 1:22.43				
10.	Danyl Geers	KZV de Lansingh	1:25.67	200504111	1:28.75	+0,82
	50m: 37.63	100m: 1:28.75				

Junioren 3

1.	Jay de Vries	Rotterdam Swimming (SG)	1:01.38	200400669	1:00.57	+0,74
	50m: 28.67	100m: 1:00.57				
2.	Pepijn van Egmond	WVZ	1:03.18	200402309	1:02.81	+0,69
	50m: 29.01	100m: 1:02.81				
3.	Chris van der Hout	The Hague Swimming (SG)	1:04.70	200401355	1:04.56	+0,69
	50m: 29.44	100m: 1:04.56				
4.	Anthony Kraag	WVZ	1:03.60	200401973	1:05.05	+0,71
	50m: 29.95	100m: 1:05.05				
5.	Tim Haimé	The Hague Swimming (SG)	1:08.82	200403567	1:06.91	+0,88
	50m: 31.78	100m: 1:06.91				
6.	Niels van der Mast	ZPC Numansdorp	1:05.80	200401917	1:07.19	+0,70
	50m: 31.42	100m: 1:07.19				
7.	Abel te Riele	WVZ	1:05.77	200402317	1:07.33	+0,71
	50m: 30.98	100m: 1:07.33				
8.	Thijm Kruit	De Columbiaan	1:04.29	200401339	1:09.20	+0,81
	50m: 31.26	100m: 1:09.20				
9.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	1:13.67	200400307	1:13.37	+0,76
	50m: 32.67	100m: 1:13.37				
10.	Benjamin Boender	ZOB'66	1:17.32	200401351	1:14.38	+0,65
	50m: 33.32	100m: 1:14.38				
11.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	1:09.12	200400597	1:14.39	+0,75
	50m: 33.79	100m: 1:14.39				
12.	Guus Geelen	ZVL-1886	1:12.92	200401183	1:16.79	+0,73
	50m: 34.51	100m: 1:16.79				
13.	Wout van Oevelen	D'elft	1:15.97	200404319	1:17.49	+0,74
	50m: 35.44	100m: 1:17.49				
14.	Bo Schoenmakers	Widex GZC Donk	1:18.91	200402919	1:19.15	+0,69
	50m: 34.59	100m: 1:19.15				
15.	Timon Wijsman	D'elft	1:16.72	200403707	1:20.33	+0,72
	50m: 35.41	100m: 1:20.33				
16.	Jelmer Paans	ZZ&PC De Devel	1:45.67	200404441	1:44.32	+0,92
	50m: 45.85	100m: 1:44.32		S14		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 21, Jongens, 100m vlinderslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
NG	Timo Kock	Rotterdam Swimming (SG)	1:01.45	200400387		
NG	Sem Verberg	The Hague Swimming (SG)	1:10.07	200402105		
NG	Pim Geurds	ZV Sassenheim	1:18.30	200400843		

Junioren 4

1.	Michael Smink	The Hague Swimming (SG)	57.57	200302169	59.84	+0,77
	50m: 27.43	100m: 59.84				
2.	Keanu Streefland	The Hague Swimming (SG)	1:00.78	200302445	1:01.33	+0,68
	50m: 29.21	100m: 1:01.33				
3.	Zev Bulk	The Hague Swimming (SG)	59.90	200304021	1:02.32	+0,72
	50m: 28.76	100m: 1:02.32				
4.	Dylan Jansen	WVZ	1:02.99	200300817	1:03.69	+0,73
	50m: 29.15	100m: 1:03.69				
5.	Milan Hamel	The Hague Swimming (SG)	1:04.08	200302125	1:04.71	+0,66
	50m: 30.52	100m: 1:04.71				
6.	Wesley Zulver	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:04.89	200301319	1:04.81	+0,66
	50m: 30.13	100m: 1:04.81				
7.	Milan van Aken	The Hague Swimming (SG)	1:06.30	200303307	1:05.15	+0,79
	50m: 29.72	100m: 1:05.15				
8.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	1:03.81	200301321	1:05.52	+0,67
	50m: 29.03	100m: 1:05.52				
9.	Kenan Coeruez	Feijenoord Albion	1:04.24	200300357	1:06.01	+0,71
	50m: 29.99	100m: 1:06.01				
10.	Julian Stok	ZZ&PC De Devel	1:05.66	200300071	1:07.48	+0,70
	50m: 30.59	100m: 1:07.48				
11.	Senna Mooldijk	Feijenoord Albion	1:06.69	200301147	1:07.69	+0,67
	50m: 30.71	100m: 1:07.69				
12.	Maximilian Lopes Cardozo	WZK	1:07.00	200300665	1:07.80	+0,70
	50m: 30.92	100m: 1:07.80				
13.	Daan Hogerhuis	LinK	1:06.86	200300317	1:08.49	+0,83
	50m: 31.26	100m: 1:08.49				
14.	Erik van Gemert	Poseidon'56	1:07.97	200300587	1:12.56	+0,81
	50m: 32.56	100m: 1:12.56				
15.	Raphaël Booiman	ZPC Wiekslag	1:09.69	200300727	1:12.99	+0,68
	50m: 31.91	100m: 1:12.99				
16.	Yassine Maas	The Hague Swimming (SG)	1:09.78	200301505	1:14.43	+0,79
	50m: 33.01	100m: 1:14.43				
DIS	Thimo van Beek	ZVL-1886	1:13.78	200301347		
	<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>					

Jeugd 1 en 2

1.	Nikhom Westphal	SG SCOM/de Zeehond'73	56.31	200203329	57.17	+0,65
	50m: 26.43	100m: 57.17				
2.	Gerard Willighagen	Poseidon'56	57.24	200103663	57.73	+0,72
	50m: 26.90	100m: 57.73				
3.	Jarno Verbeek	Zoetermeer	58.73	200200931	1:00.38	+0,70
	50m: 28.00	100m: 1:00.38				
4.	Quinn van den Heuvel	WVZ	58.99	200100297	1:01.56	+0,78
	50m: 28.66	100m: 1:01.56				
5.	Jarno van Oijen	Feijenoord Albion	59.86	200100055	1:01.80	+0,70
	50m: 28.36	100m: 1:01.80				
6.	Freek Hollander	The Hague Swimming (SG)	1:00.21	200103815	1:02.36	+0,81
	* eindtijd backup					
	50m: 29.30	100m: 1:02.36				
7.	Sjoerd van Weelden	PCG	1:02.02	200101217	1:02.55	+0,78
	50m: 29.11	100m: 1:02.55				
8.	Viktor Koets	De Columbiaan	1:01.98	200201677	1:03.63	+0,75
	50m: 29.19	100m: 1:03.63				
9.	Guus Hoogduin	ZVL-1886	1:02.92	200201069	1:04.08	+0,76
	50m: 29.87	100m: 1:04.08				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 21, Jongens, 100m vlinderslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
10.	Björn de Heus 50m: 29.93	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:05.91	1:04.23	200201077	1:05.91	+0,63
11.	Glenn van Gaalen 50m: 30.28	De Kempvis 100m: 1:08.07	1:04.45	200200521	1:08.07	+0,67
12.	Luuk van Holstein 50m: 31.02	Feijenoord Albion 100m: 1:08.20	1:06.84	200203841	1:08.20	+0,78
13.	Michael Boekestijn 50m: 30.91	Feijenoord Albion 100m: 1:08.57	1:04.44	200100767	1:08.57	+0,75
14.	Wessel Bonkestoter 50m: 31.81	Widex GZC Donk 100m: 1:09.83	1:10.46	200100625	1:09.83	+0,72
15.	Boy Borreman 50m: 31.19	LinK 100m: 1:10.23	1:06.92	200102751	1:10.23	+0,71
16.	Wouter Verdoes 50m: 32.67	De Columbiaan 100m: 1:10.50	1:09.07	200200351	1:10.50	+0,74
17.	Bas van Wieringen 50m: 31.62	De Columbiaan 100m: 1:10.63	1:09.50	200200119	1:10.63	+0,72
18.	Youri ten Brink 50m: 32.04	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:11.65	1:04.43	200104719	1:11.65	+0,78
19.	Simon Dijkstra 50m: 33.46	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:13.00	1:09.27	200204905	1:13.00	+0,69
20.	Esper Paans 50m: 32.54	ZZ&PC De Devel 100m: 1:15.06	1:12.70	200100607	1:15.06	+0,69
DIS	Wesley Scheepbouwer AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).	ZPC Wiekslag	1:02.64	200101959		

Senioren 1 en ouder

1.	Jeroen Baars 50m: 25.94	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 55.94	53.24	199200031	55.94	+0,72
2.	Ensgar Kotterink 50m: 27.05	Feijenoord Albion 100m: 56.80	54.62	199403391	56.80	+0,65
3.	Melvin Prins 50m: 26.99	ZPC Wiekslag 100m: 58.05	56.32	199500201	58.05	+0,75
4.	Pascal Nuijten 50m: 27.56	Feijenoord Albion 100m: 1:00.02	58.96	199701353	1:00.02	+0,69
5.	Robin van Beek 50m: 28.30	ZVL-1886 100m: 1:01.09	59.51	199704023	1:01.09	+0,71
6.	Lars Schoffemeer 50m: 28.51	ZPB H&L Productions 100m: 1:02.44	59.63	199501907	1:02.44	+0,75
7.	Bas Verdoes 50m: 29.23	De Columbiaan 100m: 1:02.59	1:02.07	199801487	1:02.59	+0,78
8.	Thomas Verhoeven 50m: 27.03	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:03.41	53.01	199700311	1:03.41	+0,68
9.	Thijs Molendijk 50m: 29.07	D'elft 100m: 1:03.45	1:02.20	199900477	1:03.45	+0,69
10.	Bert Duivenvoorde 50m: 28.98	Noordwijkerhout 100m: 1:04.07	1:02.77	199701805	1:04.07	+0,91
11.	Stijn Geelen 50m: 29.08	MNC Dordrecht 100m: 1:04.37	1:00.14	199801363	1:04.37	+0,69
12.	Jordy van Oel 50m: 29.71	WVZ 100m: 1:04.53	1:01.26	199802003	1:04.53	+0,78
13.	Paul van Grol 50m: 30.43	Widex GZC Donk 100m: 1:05.16	1:02.92	199602951	1:05.16	+0,79
14.	David Kievit 50m: 30.28	z.c De Schotejil 100m: 1:05.95	1:04.38	199900325	1:05.95	+0,79
15.	Ryan van den Ouden 50m: 29.07	Poseidon'56 100m: 1:06.14	1:02.96	199900377	1:06.14	+0,82
16.	Sander van Beek 50m: 29.63	ZVL-1886 100m: 1:06.63	1:02.68	200002917	1:06.63	+0,65
17.	Rutger Dalm 50m: 32.18	KZV de Lansingh 100m: 1:10.17	1:05.53	199005561	1:10.17	+0,72

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 21, Heren, 100m vlinderslag, Senioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
18.	Rens Post 50m: 32.12	WVZ 100m: 1:11.57	1:05.13	199101827	1:11.57 +0,68
AFGEM	Tim van Duuren	Widex GZC Donk	1:05.63	199802255	S9

Programmanr. 9 Heren, 400m wisselslag Junioren 1 en ouder
18-5-2019 - 14:10 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Daan Sonneveld 50m: 37.36 100m: 1:21.93	WVZ 150m: 2:00.79 200m: 2:40.22 250m: 3:28.05 300m: 4:16.76	5:49.44	200601085	5:25.76 +0,76
2.	Mark Demianenko <i>* 100 m backuptijd</i> 50m: 34.98 100m: 1:18.42	Zoetermeer 150m: 2:03.71 200m: 2:48.40 250m: 3:37.84 300m: 4:28.04	5:34.21	200600409	5:43.65 +0,49
3.	Laurens Kalle 50m: 36.59 100m: 1:21.56	z.c De Schotejil 150m: 2:08.08 200m: 2:53.26 250m: 3:45.18 300m: 4:36.37	5:37.16	200600161	5:50.37 +0,72
4.	Bas Blanker 50m: 37.79 100m: 1:22.70	ZPB H&L Productions 150m: 2:08.16 200m: 2:53.81 250m: 3:44.69 300m: 4:36.75	5:46.59	200601497	5:52.84 +0,70
5.	Benjamin Vermeer 50m: 39.58 100m: 1:27.03	Zoetermeer 150m: 2:13.03 200m: 2:57.85 250m: 3:50.71 300m: 4:45.32	6:09.01	200600177	6:05.97 +0,79
6.	Björn Mulder 50m: 43.89 100m: 1:37.24	Zoetermeer 150m: 2:23.80 200m: 3:08.79 250m: 3:57.67 300m: 4:46.26	6:03.05	200601517	6:06.45 +0,78
7.	Tibbe Veldboer 50m: 36.23 100m: 1:21.38	ZPB H&L Productions 150m: 2:09.57 200m: 2:55.48 250m: 3:51.01 300m: 4:47.31	6:08.07	200600911	6:16.84 +0,94
8.	Floris Wassenaar <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 42.80 100m: 1:38.00	WVZ 150m: 2:28.15 200m: 3:16.26 250m: 4:09.41 300m: 5:04.17	6:47.59	200600649	6:22.48 +0,67
9.	Tavi de Gelder 50m: 41.87 100m: 1:35.58	ZOB'66 150m: 2:23.10 200m: 3:10.61 250m: 4:03.83 300m: 4:59.93	6:44.08	200602335	6:26.50 +0,67
10.	Bo Merkestein 50m: 41.03 100m: 1:32.08	WVZ 150m: 2:22.50 200m: 3:07.67 250m: 4:07.34 300m: 5:05.64	6:32.92	200602451	6:27.29 +0,67
11.	Bart Tuinenburg 50m: 46.64 100m: 1:42.34	ZPC Wiekslag 150m: 2:30.98 200m: 3:19.79 250m: 4:11.50 300m: 5:04.61	6:07.33	200602347	6:34.03 +0,80
12.	Robin den Ouden <i>* 100m en Eindtijd backuptijd</i> 50m: 42.77 100m: 1:34.75	ZPC Wiekslag 150m: 2:27.38 200m: 3:19.08 250m: 4:14.70 300m: 5:10.38	6:16.25	200600255	6:37.57 +0,62
13.	Merlijn van der Hoeven 50m: 45.30 100m: 1:44.09	WVZ 150m: 2:35.83 200m: 3:25.65 250m: 4:17.09 300m: 5:11.61	6:22.25	200600951	6:38.99 +0,59
14.	Janu Nolden 50m: 44.85 100m: 1:40.96	WVZ 150m: 2:30.51 200m: 3:16.60 250m: 4:13.08 300m: 5:10.52	6:27.82	200600289	6:39.09 +0,67
DIS	Jasper Groen <i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>	KZV de Lansingh	6:27.72	200602325	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 9, Heren, 400m wisselslag

Junioren 2

1.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (SG)	5:05.95	200500329	5:05.76	+0,74
	50m: 33.41	150m: 1:53.18	250m: 3:15.42	350m: 4:31.70		
	100m: 1:11.85	200m: 2:33.66	300m: 3:57.65	400m: 5:05.76		
2.	Gabriel Been	The Hague Swimming (SG)	5:02.71	200501467	5:11.20	+0,77
	<i>* 100 m backuptijd</i>					
	50m: 31.60	150m: 1:51.46	250m: 3:16.44	350m: 4:36.78		
	100m: 1:08.71	200m: 2:32.26	300m: 4:02.09	400m: 5:11.20		
3.	Émile Fouzaï	The Hague Swimming (SG)	5:16.84	200500263	5:13.79	+0,80
	50m: 31.73	150m: 1:51.43	250m: 3:18.69	350m: 4:39.41		
	100m: 1:09.30	200m: 2:33.56	300m: 4:04.33	400m: 5:13.79		
4.	Björn Verkaik	The Hague Swimming (SG)	5:17.37	200500411	5:15.95	+0,72
	50m: 33.42	150m: 1:53.33	250m: 3:19.22	350m: 4:40.95		
	100m: 1:12.67	200m: 2:33.31	300m: 4:04.94	400m: 5:15.95		
5.	Casper Hoogervorst	De Columbiaan	5:53.25	200500183	5:53.86	+0,71
	50m: 38.47	150m: 2:10.48	250m: 3:47.90	350m: 5:16.93		
	100m: 1:24.55	200m: 2:57.26	300m: 4:37.96	400m: 5:53.86		
6.	Sytze van Stein	LinK	6:02.42	200501155	6:02.10	+0,49
	50m: 39.45	150m: 2:14.55	250m: 3:48.57	350m: 5:21.39		
	100m: 1:29.09	200m: 2:58.72	300m: 4:41.22	400m: 6:02.10		
7.	Tim van Lochem	Zoetermeer	5:57.56	200500077	6:05.41	+0,65
	50m: 37.01	150m: 2:09.62	250m: 3:48.59	350m: 5:24.29		
	100m: 1:24.68	200m: 2:54.96	300m: 4:43.46	400m: 6:05.41		
8.	Thijs Visser	ZPV Barracuda	5:59.17	200502129	6:08.05	+0,74
	50m: 40.59	150m: 2:18.93	250m: 3:56.04	350m: 5:27.56		
	100m: 1:30.61	200m: 3:05.62	300m: 4:46.11	400m: 6:08.05		
9.	Wouter Willig	De Watervogels	5:57.23	200502785	6:09.00	+0,85
	50m: 37.46	150m: 2:15.37	250m: 3:54.51	350m: 5:29.25		
	100m: 1:24.62	200m: 3:04.51	300m: 4:47.08	400m: 6:09.00		
10.	Thijs Gulden	ZOB'66	6:28.75	200501501	6:42.75	+0,74
	50m: 41.20	150m: 2:26.83	250m: 4:12.91	350m: 5:58.56		
	100m: 1:35.88	200m: 3:16.76	300m: 5:11.39	400m: 6:42.75		

Junioren 3

1.	Abel te Riele	WVZ	4:49.61	200402317	4:54.34	+0,73
	50m: 30.72	150m: 1:46.57	250m: 3:04.99	350m: 4:21.67		
	100m: 1:08.01	200m: 2:23.66	300m: 3:46.98	400m: 4:54.34		
2.	Timo Kock	Rotterdam Swimming (SG)	4:54.97	200400387	5:01.71	+0,72
	50m: 30.66	150m: 1:47.14	250m: 3:09.12	350m: 4:28.98		
	100m: 1:06.88	200m: 2:26.74	300m: 3:54.02	400m: 5:01.71		
3.	Nathan Janssen	MNC Dordrecht	4:58.53	200401565	5:09.89	+0,72
	50m: 32.85	150m: 1:53.01	250m: 3:18.32	350m: 4:37.06		
	100m: 1:10.94	200m: 2:34.46	300m: 4:01.96	400m: 5:09.89		
4.	Pepijn van Egmond	WVZ	5:04.88	200402309	5:11.23	+0,68
	50m: 30.23	150m: 1:46.61	250m: 3:13.00	350m: 4:37.02		
	100m: 1:07.02	200m: 2:27.16	300m: 4:00.97	400m: 5:11.23		
5.	Jay de Vries	Rotterdam Swimming (SG)	5:00.59	200400669	5:11.26	+0,76
	50m: 31.22	150m: 1:47.36	250m: 3:14.97	350m: 4:37.85		
	100m: 1:07.53	200m: 2:26.10	300m: 4:02.46	400m: 5:11.26		
6.	Christian Kalle	z.c De Schotejil	5:39.26	200400687	5:33.00	+0,77
	50m: 33.05	150m: 1:59.13	250m: 3:33.33	350m: 5:00.91		
	100m: 1:12.36	200m: 2:41.79	300m: 4:24.58	400m: 5:33.00		
7.	Erik Oldenkamp	Rotterdam Swimming (SG)	5:09.70	200400597	5:33.11	+0,72
	50m: 33.44	150m: 2:00.33	250m: 3:31.51	350m: 4:58.03		
	100m: 1:14.61	200m: 2:43.01	300m: 4:19.38	400m: 5:33.11		
8.	Loeka Wubben	The Hague Swimming (SG)	5:21.60	200400307	5:37.28	+0,63
	50m: 32.15	150m: 1:55.93	250m: 3:25.50	350m: 4:57.51		
	100m: 1:13.18	200m: 2:37.62	300m: 4:15.32	400m: 5:37.28		
9.	Wout van Oevelen	D'elft	5:52.29	200404319	5:45.76	+0,71
	50m: 35.52	150m: 2:02.96	250m: 3:35.88	350m: 5:05.79		
	100m: 1:18.36	200m: 2:46.24	300m: 4:25.50	400m: 5:45.76		
10.	Michael van den Enden	PCG	5:43.05	200401589	6:00.31	+0,62
	50m: 36.19	150m: 2:08.83	250m: 3:46.62	350m: 5:20.66		
	100m: 1:21.30	200m: 2:55.57	300m: 4:38.35	400m: 6:00.31		
11.	Guus Geelen	ZVL-1886	5:53.68	200401183	6:11.81	+0,71
	50m: 34.46	150m: 2:06.87	250m: 3:46.47	350m: 5:29.05		
	100m: 1:18.56	200m: 2:53.52	300m: 4:42.76	400m: 6:11.81		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 9, Jongens, 400m wisselslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
12.	Christian Schenk	ZV Strijen	6:07.56	200402191	6:12.99 +0,81
	50m: 39.53	150m: 2:17.02	250m: 3:58.88	350m: 5:32.70	
	100m: 1:26.01	200m: 3:07.56	300m: 4:51.21	400m: 6:12.99	
13.	Marijn Dekkers	Widex GZC Donk	5:48.03	200402275	6:13.58 +0,84
	50m: 41.95	150m: 2:22.88	250m: 4:01.93	350m: 5:35.14	
	100m: 1:33.67	200m: 3:10.57	300m: 4:53.77	400m: 6:13.58	
14.	Davide Sarasini	WZK	6:24.06	200403941	6:22.37 +0,66
	50m: 37.89	150m: 2:13.44	250m: 3:56.95	350m: 5:38.98	
	100m: 1:25.32	200m: 3:02.61	300m: 4:53.04	400m: 6:22.37	

Junioren 4

1.	Keanu Streefland	The Hague Swimming (SG)	4:59.28	200302445	4:55.87 +0,63
	50m: 29.19	150m: 1:43.00	250m: 3:03.73	350m: 4:23.34	
	100m: 1:04.27	200m: 2:20.73	300m: 3:48.19	400m: 4:55.87	
2.	Perry Laarhoven	ZPC Numansdorp	4:48.49	200301321	4:56.36 +0,76
	50m: 29.74	150m: 1:46.66	250m: 3:06.40	350m: 4:23.95	
	100m: 1:07.77	200m: 2:25.30	300m: 3:47.99	400m: 4:56.36	
3.	Michael Smink * Eindtijd backuptijd	The Hague Swimming (SG)	4:49.14	200302169	4:56.69 +0,73
	50m: 28.99	150m: 1:44.32	250m: 3:08.88	350m: 4:25.48	
	100m: 1:03.62	200m: 2:23.92	300m: 3:52.66	400m: 4:56.69	
4.	Milan Hamel	The Hague Swimming (SG)	5:03.05	200302125	5:14.88 +0,74
	50m: 33.62	150m: 1:56.82	250m: 3:22.66	350m: 4:43.41	
	100m: 1:13.36	200m: 2:40.67	300m: 4:06.26	400m: 5:14.88	
5.	Daan Hogerhuis	LinK	4:57.23	200300317	5:15.63 +0,81
	50m: 32.79	150m: 1:53.68	250m: 3:19.55	350m: 4:41.81	
	100m: 1:11.05	200m: 2:34.24	300m: 4:05.73	400m: 5:15.63	
6.	Maximilian Lopes Cardozo	WZK	5:18.20	200300665	5:20.44 +0,73
	50m: 31.64	150m: 1:55.78	250m: 3:23.09	350m: 4:46.91	
	100m: 1:12.60	200m: 2:36.34	300m: 4:12.58	400m: 5:20.44	
7.	Stefan Groen	KZV de Lansingh	5:11.25	200301179	5:28.75 +0,73
	50m: 32.31	150m: 1:52.96	250m: 3:22.11	350m: 4:50.77	
	100m: 1:11.50	200m: 2:34.12	300m: 4:12.12	400m: 5:28.75	
8.	Quinten Nieuwenhuis	WZK	5:23.26	200304577	5:33.15 +0,73
	50m: 33.69	150m: 1:58.96	250m: 3:28.55	350m: 4:56.35	
	100m: 1:16.20	200m: 2:39.57	300m: 4:18.20	400m: 5:33.15	
9.	Yassine Maas	The Hague Swimming (SG)	5:16.97	200301505	5:39.39 +0,84
	50m: 33.65	150m: 2:00.02	250m: 3:31.94	350m: 5:01.72	
	100m: 1:16.07	200m: 2:41.57	300m: 4:21.91	400m: 5:39.39	
10.	Jarno Klink	De Stelle	5:48.98	200302067	5:52.84 +0,73
	50m: 37.72	150m: 2:10.50	250m: 3:45.76	350m: 5:15.26	
	100m: 1:23.38	200m: 2:56.69	300m: 4:36.08	400m: 5:52.84	
11.	Thierry den Ouden * Eindtijd backuptijd	ZPC Wiekslag	5:54.99	200300729	6:27.98 +0,76
	50m: 41.10	150m: 2:20.75	250m: 4:00.61	350m: 5:42.61	
	100m: 1:31.76	200m: 3:07.66	300m: 4:54.77	400m: 6:27.98	
DIS	Wesley Zulver AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).	ZV Vlaardingen-Schiedam	4:49.30	200301319	

Jeugd 1 en 2

1.	Thomas Jansen	WVZ	4:17.82	200100143	4:31.08 +0,74
	50m: 28.32	150m: 1:36.08	250m: 2:49.00	350m: 4:00.52	
	100m: 1:01.15	200m: 2:11.27	300m: 3:27.93	400m: 4:31.08	
2.	Gerard Willighagen	Poseidon'56	4:42.09	200103663	4:51.94 +0,82
	50m: 30.88	150m: 1:43.14	250m: 3:03.13	350m: 4:19.53	
	100m: 1:05.85	200m: 2:20.29	300m: 3:47.05	400m: 4:51.94	
3.	Freek Hollander	The Hague Swimming (SG)	4:42.82	200103815	4:59.27 +0,77
	50m: 30.18	150m: 1:45.49	250m: 3:09.89	350m: 4:28.99	
	100m: 1:06.54	200m: 2:24.15	300m: 3:55.85	400m: 4:59.27	
4.	Guus Hoogduin	ZVL-1886	4:50.01	200201069	4:59.73 +0,71
	50m: 29.93	150m: 1:45.16	250m: 3:07.69	350m: 4:26.72	
	100m: 1:05.13	200m: 2:24.74	300m: 3:51.41	400m: 4:59.73	
5.	Scott Jansen	WVZ	4:49.17	200202455	5:11.21 +0,79
	50m: 32.02	150m: 1:53.96	250m: 3:16.75	350m: 4:36.89	
	100m: 1:11.67	200m: 2:35.00	300m: 4:00.08	400m: 5:11.21	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 9, Jongens, 400m wisselslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
6.	Luuk van Holstein <i>* 100 m backuptijd</i>	Feijenoord Albion	5:16.83	200203841	5:21.51	+0,75
	50m: 32.43	150m: 1:54.33	250m: 3:24.12	350m: 4:47.21		
	100m: 1:10.15	200m: 2:36.23	300m: 4:11.42	400m: 5:21.51		
7.	Wouter Verdoes	De Columbiaan	5:29.66	200200351	5:40.48	+0,76
	50m: 33.81	150m: 2:02.98	250m: 3:34.69	350m: 5:03.90		
	100m: 1:17.97	200m: 2:47.42	300m: 4:22.59	400m: 5:40.48		
8.	Dylano Termoshuizen	WVZ	5:28.43	200202169	5:44.12	+0,84
	50m: 32.86	150m: 1:57.08	250m: 3:29.31	350m: 5:02.54		
	100m: 1:14.80	200m: 2:39.94	300m: 4:20.76	400m: 5:44.12		
9.	Sven Janssens	ZPB H&L Productions	5:50.92	200102659	6:06.38	+0,85
	50m: 36.65	150m: 2:11.31	250m: 3:51.19	350m: 5:26.70		
	100m: 1:23.06	200m: 2:58.40	300m: 4:44.24	400m: 6:06.38		
DIS	Esper Paans	ZZ&PC De Devel	5:43.26	200100607		
	<i>VN - Lichaam geheel onder water gedurende de race (geldt niet voor kp en eerste 15 m na start en keerpunt)</i>					
DIS	Luc Brasz	The Hague Swimming (SG)	5:37.54	200200919		
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>					

Senioren 1 en ouder

1.	Ensger Kotterink	Feijenoord Albion	4:34.34	199403391	4:45.47	+0,73
	50m: 28.81	150m: 1:38.36	250m: 2:58.05	350m: 4:14.03		
	100m: 1:02.15	200m: 2:14.91	300m: 3:41.22	400m: 4:45.47		
2.	Lars Schoffemeer	ZPB H&L Productions	4:54.77	199501907	5:06.45	+0,75
	50m: 30.05	150m: 1:44.31	250m: 3:08.29	350m: 4:31.42		
	100m: 1:05.02	200m: 2:22.14	300m: 3:56.04	400m: 5:06.45		
3.	Bert Duivenvoorde	Noordwijkerhout	5:06.79	199701805	5:09.23	+0,72
	50m: 29.76	150m: 1:48.55	250m: 3:15.44	350m: 4:36.09		
	100m: 1:06.31	200m: 2:30.02	300m: 4:01.17	400m: 5:09.23		
4.	Bas Verdoes	De Columbiaan	5:04.02	199801487	5:09.37	+0,78
	50m: 30.19	150m: 1:48.84	250m: 3:13.51	350m: 4:34.23		
	100m: 1:06.78	200m: 2:29.74	300m: 3:57.72	400m: 5:09.37		
5.	Daan Siebenheller	ZOB'66	4:57.83	199804955	5:11.83	+0,71
	50m: 31.28	150m: 1:51.03	250m: 3:15.80	350m: 4:37.97		
	100m: 1:08.44	200m: 2:31.65	300m: 4:00.91	400m: 5:11.83		
6.	David Kievit	z.c De Schotejil	4:57.69	199900325	5:14.45	+0,81
	50m: 32.62	150m: 1:53.82	250m: 3:18.62	350m: 4:38.67		
	100m: 1:11.81	200m: 2:35.57	300m: 4:02.29	400m: 5:14.45		
7.	Alex Vermeulen	WZK	5:09.85	198905811	5:17.12	+0,75
	50m: 30.73	150m: 1:51.05	250m: 3:16.83	350m: 4:40.89		
	100m: 1:09.06	200m: 2:32.01	300m: 4:03.22	400m: 5:17.12		
8.	Paul van Grol	Widex GZC Donk	5:09.07	199602951	5:25.70	+0,68
	50m: 32.23	150m: 1:56.93	250m: 3:25.78	350m: 4:49.01		
	100m: 1:11.47	200m: 2:42.43	300m: 4:09.88	400m: 5:25.70		

Programmanr. 24
19-5-2019 - 16:10

Heren, 4 x 100m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

rang	vereniging	intijd		tijd	RT			
1.	Feijenoord Albion 1	Feijenoord Albion	3:29.75	3:39.45	+0,67			
	Ensger Kotterink	+0,67	25.28	52.58	Jamo van Oijen	+0,46	26.67	55.85
	Pascal Nuijten	+0,32	25.38	53.90	Michael Boekestijn	+0,45	27.15	57.12
2.	Rotterdam Swimming 1	Rotterdam Swimming (SG)	3:26.92	3:40.46	+0,70			
	Thomas Verhoeven	+0,70	25.95	54.13	Jim Geestman	+0,49	27.29	58.02
	Martijn Dolk	+0,40	27.23	57.96	Jeroen Baars	+0,24	24.21	50.35
3.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	3:47.18	3:56.33	+0,68			
	Paul van Grol	+0,68	27.77	57.87	Wessel Bonkestoter	+0,26	30.48	1:03.26
	Joris de Gier	+0,46	28.01	59.73	Duncan van Haaren	+0,03	26.52	55.47
4.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	3:47.77	3:57.70	+0,71			
	Bas Verdoes	+0,71	27.53	57.40	Robin van Peenen	+0,64	28.73	1:00.08
	Wouter Verdoes	+0,49	29.29	1:01.49	Bas van Wieringen	+0,78	28.23	58.73
AFGEM	Zoetermeer 1	Zoetermeer	4:31.81					
NG	WVZ 1	WVZ	3:41.07					

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 23
19-5-2019 - 16:05

Jongens, 4 x 100m vrije slag

Junioren 4 en jonger
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	The Hague Swimming (SG) 1	The Hague Swimming (SG)	3:38.94	3:49.50 +0,67
	Zev Bulk	+0,67 28.08	58.13 Michael Smink	+0,61 27.56 57.90
	Chris van der Hout	+0,42 27.55	58.86 Keanu Streefland	+0,38 26.34 54.61
2.	The Hague Swimming (SG) 2	The Hague Swimming (SG)	3:52.93	3:55.12 +0,68
	River Streefland	+0,68 28.89	1:00.56 Omar Markovic	+0,19 27.18 56.04
	Loeka Wubben	+0,34 28.49	1:00.81 Milan van Aken	+0,41 27.55 57.71
3.	WVZ 1	WVZ	3:53.37	3:58.46 +0,68
	Anthony Kraag	+0,68 28.19	59.86 Daan Sonneveld	+0,48 28.47 1:01.24
	Pepijn van Egmond	+0,30 28.03	58.77 Abel te Riele	+0,25 27.88 58.59
4.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	4:02.55	4:08.73 +0,69
	Max van Schagen	+0,69 29.39	1:00.79 Conor Baker	+0,47 29.28 1:03.67
	Thomas van Peenen	+0,08 30.02	1:03.76 Thijm Kruit	+0,59 28.41 1:00.51
5.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	4:27.15	4:30.30 +0,65
	Bo Schoenmakers	+0,65 30.02	1:03.69 Roan van der Weide	+0,43 34.65 1:10.51
	Yassine Mellah	+0,42 33.81	1:09.28 Marijn Dekkers	+0,24 30.75 1:06.82
6.	ZPB H&LL 1	ZPB H&L Productions	4:21.92	4:31.35 +0,69
	Bas Blanker	+0,69 31.44	1:05.16 Coen Frkovic	+0,28 31.23 1:08.08
	Tibbe Veldboer	+0,53 34.84	1:14.97 Tygo Korving	+0,42 28.97 1:03.14
7.	Zoetermeer	Zoetermeer	4:31.81	4:35.71 +0,75
	Tim van Lochem	+0,75 31.98	1:08.25 Benjamin Vermeer	+0,43 32.64 1:09.05
	Kaan Uludag	+0,08 34.20	1:13.65 Mark Demianenko	+0,40 29.99 1:04.76
8.	Barracuda 1	ZPV Barracuda	4:40.07	4:43.39 +0,69
	Joshua Agussalim	+0,69 32.34	1:11.31 Reinier Velthuijs	+0,93 33.17 1:11.07
	Bas Bechtold	+0,22 33.72	1:12.33 Thijs Visser	+0,46 32.45 1:08.68

Programmanr. 7
18-5-2019 - 11:55

Heren, 4 x 200m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	WVZ 1	WVZ	8:02.66	8:27.91 +0,73
	Sean Niewold	02 +0,73 28.93	1:02.13 1:35.51	2:05.49 2:05.49
	Pepijn van Egmond	04 +0,64 29.73	1:03.14 1:37.95	2:12.42 2:12.42
	Scott Jansen	02 +0,43 28.11	1:00.15 1:33.11	2:05.77 2:05.77
	Quinn van den Heuvel	01 +0,25 26.87	58.23 1:31.65	2:04.23 2:04.23
2.	De Schotelij 1	z.c De Schotelij	8:20.51	8:44.72 +0,70
	Aron Paasse	00 +0,70 29.62	1:03.81 1:38.30	2:12.56 2:12.56
	David Kievit	99 +0,41 30.01	1:03.63 1:38.62	2:13.52 2:13.52
	Luuk Kievit	01 +0,40 30.63	1:04.43 1:38.28	2:12.56 2:12.56
	Jacob Mackloet	00 +0,31 28.42	1:00.68 1:34.03	2:06.08 2:06.08
3.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	8:31.28	9:01.08 +0,72
	Duncan van Haaren	00 +0,72 29.01	1:01.41 1:34.33	2:06.21 2:06.21
	Joris de Gier	01 +0,53 31.08	1:05.96 1:42.05	2:17.31 2:17.31
	Wessel Bonkestoter	01 +0,33 31.95	1:09.44 1:48.42	2:26.78 2:26.78
	Paul van Grol	96 +0,34 29.07	1:03.13 1:37.85	2:10.78 2:10.78

Programmanr. 6
18-5-2019 - 11:45

Jongens, 4 x 200m vrije slag

Junioren 4 en jonger
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	De Schotelij 1	z.c De Schotelij	8:49.44	9:11.37 +0,62
	Laurens Kalle	06 +0,62 32.60	1:10.04 1:48.93	2:24.98 2:24.98
	Christian Kalle	04 +0,53 30.07	1:04.51 1:40.32	2:14.12 2:14.12
	Daniel 't Mannetje	04 +0,28 30.44	1:06.51 1:42.48	2:16.46 2:16.46
	Xander Vis	03 +0,63 29.49	1:04.51 1:40.22	2:15.81 2:15.81
2.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	9:28.22	9:36.27 +0,73
	Onno Roeleveld	05 +0,73 33.67	1:11.46 1:50.32	2:26.18 2:26.18
	Casper Hoogervorst	05 +0,37 33.25	1:11.85 1:50.69	2:27.32 2:27.32
	Max van Schagen	04 +0,16 30.21	1:04.46 1:40.74	2:17.29 2:17.29
	Conor Baker	05 +0,46 31.22	1:08.94 1:48.18	2:25.48 2:25.48
3.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	10:24.84	10:11.94 +0,83
	Bo Schoenmakers	04 +0,83 33.59	1:11.45 1:50.92	2:30.46 2:30.46
	Roan van der Weide	06 +0,40 34.79	1:13.37 1:53.47	2:32.67 2:32.67
	Yassine Mellah	05 +0,38 36.23	1:17.63 1:59.33	2:37.58 2:37.58
	Marijn Dekkers	04 +0,31 34.19	1:13.57 1:55.12	2:31.23 2:31.23

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 6, Jongens, 4 x 200m vrije slag, Junioren 4 en jonger

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
4.	Barracuda 1	ZPV Barracuda	10:18.40	10:37.03 +0,71
	Reinier Velthuijs	05	+0,71 34.47 1:15.23 1:57.61 2:39.65 2:39.65	
	Joshua Agussalim	06	+0,51 34.14 1:16.50 2:00.46 2:44.70 2:44.70	
	Thijs Visser	05	+0,42 34.21 1:13.21 1:52.91 2:31.99 2:31.99	
	Bas Bechtold	06	+0,48 34.60 1:15.19 1:57.41 2:40.69 2:40.69	
5.	WVZ 1	WVZ	10:25.20	10:40.33 +0,82
	<i>* 400 m backuptijd</i>			
	Janu Nolden	06	+0,82 37.22 1:20.88 2:04.06 2:45.89 2:45.89	
	Floris Wassenaar	06	+0,44 34.00 1:13.59 1:54.44 2:33.79 2:33.79	
	Merlijn van der Hoeven	06	35.74 1:17.28 1:58.29 2:41.24 2:41.24	
	Bo Merkestein	06	+0,39 35.88 1:16.56 1:59.37 2:39.41 2:39.41	

Programmanr. 8
18-5-2019 - 13:30

Dames, 100m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Robin Vermeulen	MNC Dordrecht	1:05.12	200700412	1:05.72 +0,82
	50m: 31.97	100m: 1:05.72			
2.	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	1:07.94	200700110	1:07.01 +0,72
	50m: 32.27	100m: 1:07.01			
3.	Fleur Kamminga	WVZ	1:08.58	200701838	1:07.27 +0,92
	50m: 32.76	100m: 1:07.27			
	Ananda van der Wiel	WVZ	1:04.02	200701562	1:07.27 +0,67
	50m: 32.83	100m: 1:07.27			
5.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	1:06.84	200704048	1:07.98 +0,66
	50m: 32.77	100m: 1:07.98			
6.	Lety Pieters	Rotterdam Swimming (SG)	1:10.68	200702720	1:09.25 +0,74
	50m: 32.70	100m: 1:09.25			
7.	Dide Provily	ZPC Wiekslag	1:10.14	200700480	1:09.88 +0,80
	50m: 33.61	100m: 1:09.88			
8.	Daniek Wijnen	ZVL-1886	1:11.96	200701280	1:10.43 +0,75
	50m: 32.76	100m: 1:10.43			
9.	Samantha van der Jagt	ZZ&PC De Devel	1:11.47	200700220	1:10.73 +0,80
	50m: 33.83	100m: 1:10.73			
10.	Liza Voronov	WVZ	1:08.99	200700564	1:10.95 +0,58
	50m: 34.06	100m: 1:10.95			
11.	Charlene Ruiters	De Columbiaan	1:15.34	200700522	1:11.72 +0,71
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 34.21	100m: 1:11.72			
12.	Anniqne Rupke	Widex GZC Donk	1:12.47	200700876	1:11.82 +0,68
	50m: 34.58	100m: 1:11.82			
13.	Stella van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:12.23	200700048	1:11.94 +0,56
	50m: 34.95	100m: 1:11.94			
14.	Janneke Twigt	KZV de Lansingh	1:13.55	200701040	1:12.46 +0,80
	50m: 34.92	100m: 1:12.46			
15.	Eloisa Gomes Delgado	Feijenoord Albion	1:14.14	200700812	1:12.67 +0,91
	50m: 35.56	100m: 1:12.67			
16.	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	1:12.78	200701400	1:12.68 +0,66
	50m: 35.38	100m: 1:12.68			
17.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	1:08.51	200700016	1:12.74 +0,69
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 34.17	100m: 1:12.74			
18.	Lieke van den Andel	D'elft	1:15.54	200702010	1:13.01 +0,77
	50m: 34.95	100m: 1:13.01			
19.	Dominique Overduin	z.c De Schotejil	1:12.67	200700172	1:13.19 +0,83
	50m: 35.28	100m: 1:13.19			
20.	Evi Bol	ZPC Wiekslag	1:16.51	200700790	1:13.29 +0,73
	50m: 35.67	100m: 1:13.29			

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Meisjes, 100m vrije slag, Junioren 1

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
21.	Sophie Adriaanse 50m: 35.92	De Columbiaan 100m: 1:13.79	1:12.52	200701066	1:13.79	+0,63
22.	Annedieke Scholte 50m: 35.78	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:14.36	1:14.07	200701110	1:14.36	+0,82
23.	Britte Lodder 50m: 36.35	ZZ&PC De Devel 100m: 1:14.53	1:11.95	200702290	1:14.53	+0,55
24.	Esmee Ouwens 50m: 35.78	ZPB H&L Productions 100m: 1:14.67	1:12.13	200700936	1:14.67	+0,90
25.	Yrsah Verheijen <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 35.84	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:14.94	1:12.30	200700350	1:14.94	+0,83
26.	Robin van den Akker 50m: 36.19	PCG 100m: 1:15.00	1:12.17	200700950	1:15.00	+0,80
27.	Lea Visser 50m: 37.43	ZPC Numansdorp 100m: 1:17.27	1:16.55	200703572	1:17.27	+0,79
28.	Donna Verhoef 50m: 36.25	De Geul 100m: 1:17.71	1:15.07	200701934	1:17.71	+0,65
29.	Aukje Schonewille 50m: 38.81	ZPB H&L Productions 100m: 1:18.81	1:17.57	200702340	1:18.81	+0,74
30.	Jaylin van der Linden 50m: 37.79	ZZ&PC De Devel 100m: 1:19.04	1:15.21	200701766	1:19.04	+0,79
31.	Anoeska Wiltenburg 50m: 37.52	Widex GZC Donk 100m: 1:19.67	1:19.68	200703028	1:19.67	+0,84

Junioren 2

1.	Elijdjah van der Heul 50m: 31.11	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:04.02	1:02.52	200602180	1:04.02	+0,78
2.	Estelle van Wijngaarden 50m: 31.58	ZPB H&L Productions 100m: 1:04.77	1:03.86	200601020	1:04.77	+0,85
3.	Kimberly Ruiters 50m: 31.69	De Columbiaan 100m: 1:05.65	1:03.51	200600492	1:05.65	+0,82
4.	Jade van der Maas <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 33.31	WVZ 100m: 1:08.29	1:05.71	200600408	1:08.29	+0,73
5.	Alina Verga 50m: 32.78	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:08.62	1:11.86	200603112	1:08.62	+0,73
6.	Loïs van Valen 50m: 32.83	De Geul 100m: 1:08.73	1:07.31	200600396	1:08.73	+0,66
7.	Megan Jonkman 50m: 32.92	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:08.90	1:04.54	200600508	1:08.90	+0,87
8.	Laura 't Lam 50m: 33.44	De Geul 100m: 1:09.60	1:06.64	200603376	1:09.60	+0,63
9.	Mara Tims 50m: 34.19	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:10.07	1:07.07	200601136	1:10.07	+0,74
10.	Renske Overdam 50m: 33.52	Z&PC De Gouwe 100m: 1:10.23	1:11.79	200601676	1:10.23	+0,84
11.	Hilda Vrijbloed 50m: 33.01	De Duck 100m: 1:10.54	1:07.48	200600732	1:10.54	+0,75
12.	Jamila de Lobel 50m: 34.22	SG SCOM/de Zeehond'73 100m: 1:10.58	1:11.17	200602320	1:10.58	+0,71
13.	Nikita Snoeren 50m: 33.95	WVZ 100m: 1:11.30	1:10.77	200600342	1:11.30	+0,78
14.	Lotte Cornelissen 50m: 33.53	De Watervogels 100m: 1:11.43	1:11.11	200601182	1:11.43	+0,65
15.	Noa Bijl 50m: 33.84	SG SCOM/de Zeehond'73 100m: 1:11.58	1:11.27	200603586	1:11.58	+0,71
16.	Nayely Acosta Avarado 50m: 34.01	D'elft 100m: 1:11.95	1:10.97	200602934	1:11.95	+0,57
17.	Jessica Pol 50m: 35.47	Poseidon'56 100m: 1:12.06	1:09.92	200600030	1:12.06	+0,81

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Meisjes, 100m vrije slag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
18.	Eva v.d. Slik 50m: 34.93	z.c De Schotejil 100m: 1:12.13	1:09.86	200602876	1:12.13	+0,64
19.	G. Schrijvers van Zenden 50m: 34.86	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:12.20	1:11.12	200601618	1:12.20	+0,79
20.	Luna van Hoff 50m: 35.07	ZPB H&L Productions 100m: 1:12.43	1:12.19	200601074	1:12.43	+0,68
21.	Donna van der Meer 50m: 34.64	BZ en PC 100m: 1:13.12	1:11.10	200601146	1:13.12	+0,74
22.	Anna Melissant <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 35.16	PCG 100m: 1:13.26	1:11.32	200603122	1:13.26	+0,76
23.	Sabine Looden 50m: 35.50	De Columbiaan 100m: 1:13.62	1:12.77	200601390	1:13.62	+0,76
24.	Emma Suderee 50m: 35.68	MNC Dordrecht 100m: 1:13.96	1:11.60	200603598	1:13.96	+0,67
25.	Iris Freeman 50m: 35.53	WZK 100m: 1:14.26	1:13.42	200604632	1:14.26	
26.	Noémi Oldenkamp 50m: 35.01	KZV de Lansingh 100m: 1:14.32	1:12.91	200600162	1:14.32	+0,79
27.	Quinty Kersten 50m: 35.77	ZOB'66 100m: 1:14.65	1:11.44	200601166	1:14.65	+0,66
28.	Jasmine Matuskova 50m: 35.67	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:14.93	1:12.04	200602328	1:14.93	+0,71
29.	Fieke Hoogduin <i>* Eindtijd handgeklokt</i> 50m: 35.73	ZVL-1886 100m: 1:16.25	1:14.80	200600836	1:16.25	+0,72
30.	Charlize Rovers 50m: 36.08	De Kempvis 100m: 1:17.15	1:12.60	200600684	1:17.15	+0,83
31.	Zahra Day 50m: 37.16	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:18.31	1:15.41	200601374	1:18.31	+0,78
NG.ZA	Sterre de Lange	SG SCOM/de Zeehond'73	1:14.69	200600036		
AFGEM	Sanne Slof	ZPV Barracuda	1:05.07	200601810		
AFGEM	Puck Hogendoorn	DWF	1:15.31	200600898		

Junioren 3

1.	Jelsie van Ruijven 50m: 30.09	WVZ 100m: 1:01.53	1:00.41	200500282	1:01.53	+0,69
2.	Sophia van Droffelaar 50m: 30.24	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:02.17	1:01.26	200500330	1:02.17	+0,65
3.	Anique Hazebroek 50m: 30.14	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:02.43	1:00.19	200502196	1:02.43	+0,72
4.	Karlijn Offeringa 50m: 31.00	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:04.49	1:04.57	200503292	1:04.49	+0,76
5.	Merel Schravendijk 50m: 31.14	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:04.69	1:00.30	200503382	1:04.69	+0,74
6.	Niké Telkamp 50m: 30.77	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:04.93	1:04.30	200501088	1:04.93	+0,68
7.	Isa Maes 50m: 31.28	Feijenoord Albion 100m: 1:04.98	1:01.77	200500110	1:04.98	+0,73
8.	Vivianne Woltjes 50m: 31.66	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:05.22	1:05.61	200501524	1:05.22	+0,73
9.	Yente Bouwmeester 50m: 31.73	De Columbiaan 100m: 1:05.45	1:03.85	200500340	1:05.45	+0,75
10.	Emma Verkuijl 50m: 32.06	ZPV Barracuda 100m: 1:05.89	1:03.87	200500826	1:05.89	+0,66
11.	Britt van't Zant 50m: 31.57	Feijenoord Albion 100m: 1:05.97	1:03.66	200501170	1:05.97	+0,77
12.	Marit Huisman 50m: 31.78	ZPV Barracuda 100m: 1:06.73	1:04.04	200502620	1:06.73	+0,71
13.	Sophie Buurman 50m: 32.61	ZPC Wiekslag 100m: 1:06.84	1:04.98	200502530	1:06.84	+0,78

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Meisjes, 100m vrije slag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
14.	Anouchka Bos 50m: 32.39	ZPV Barracuda 100m: 1:07.23	1:07.66	200501528	1:07.23 +0,72
15.	Laura Hoogenboezem 50m: 32.24	KZV de Lansingh 100m: 1:07.24	1:04.64	200500390	1:07.24 +0,77
16.	Milou Adriaanse 50m: 32.76	De Columbiaan 100m: 1:07.49	1:07.34	200500968	1:07.49 +0,68
17.	Asha van Lobberegt 50m: 32.12	Feijenoord Albion 100m: 1:07.52	1:03.25	200500088	1:07.52 +0,67
18.	Milou Demirel 50m: 31.81	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:07.57	1:09.68	200501254	1:07.57 +0,82
19.	Mar Stoel 50m: 32.50	De Columbiaan 100m: 1:07.84	1:06.23	200500520	1:07.84 +0,72
20.	Aisha Nobels 50m: 33.07	Feijenoord Albion 100m: 1:08.10	1:06.21	200501710	1:08.10 +0,78
21.	Elisabeth Kruger 50m: 32.71	Feijenoord Albion 100m: 1:08.46	1:07.30	200503938	1:08.46 +0,77
22.	Anastasia Romano 50m: 32.53	MNC Dordrecht 100m: 1:08.56	1:05.74	200501076	1:08.56 +0,74
23.	Madoline Held 50m: 33.46	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:08.83	1:07.69	200503412	1:08.83 +0,75
24.	Sylvie Roos 50m: 32.98	Feijenoord Albion 100m: 1:08.98	1:08.45	200502772	1:08.98 +0,72
25.	Meira Simons 50m: 33.54	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:09.08	1:06.87	200502984	1:09.08 +0,82
26.	Zoe Kenworthy 50m: 33.85	De Columbiaan 100m: 1:09.85	1:08.89	200500428	1:09.85 +0,73
27.	Emi Schipper 50m: 34.06	ZOB'66 100m: 1:09.98	1:09.62	200502126	1:09.98 +0,77
28.	Lotte Zaal 50m: 34.02	De Columbiaan 100m: 1:10.00	1:08.63	200502590	1:10.00 +0,78
29.	Felicia Adema 50m: 33.29	D'elft 100m: 1:10.02	1:06.89	200501310	1:10.02 +0,77
30.	Eva Kerdel 50m: 33.01	WZK 100m: 1:10.19	1:10.37	200500930	1:10.19 +0,89
31.	Elise Vink <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 33.01	De Columbiaan 100m: 1:10.36	1:06.66	200502588	1:10.36 +0,78
32.	Peggy Blom <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 34.15	Z&PC De Gouwe 100m: 1:10.87	1:11.29	200503166	1:10.87 +0,83
33.	Femke van Dam 50m: 35.06	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:11.89	1:09.54	200504548	1:11.89 +0,75
34.	Ada Eker 50m: 33.75	WZK 100m: 1:12.03	1:12.05	200504608	1:12.03 +0,73
35.	Lilian Kint 50m: 34.51	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:12.23	1:09.17	200503408	1:12.23 +0,70
36.	Daphne van Tilburg 50m: 34.65	De Geul 100m: 1:12.82	1:08.32	200500580	1:12.82 +0,80
37.	Annika de Wolf <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 34.02	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:12.84	1:12.08	200504774	1:12.84 +0,82
38.	Fenne Saaf 50m: 34.43	Zoetermeer 100m: 1:13.20	1:10.06	200504340	1:13.20 +0,83
39.	Amber Saabeel 50m: 34.24	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:14.08	1:12.92	200503838	1:14.08 +0,71
NG	Felicia Bosse	WZK	1:12.48	200504468	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Dames, 100m vrije slag

Jeugd 1 en 2

1.	Milou van Wijk	MNC Dordrecht	56.85	200404948	57.11	+0,73
	50m: 27.89	100m: 57.11				
2.	Anna van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	56.33	200400258	58.17	+0,62
	50m: 28.00	100m: 58.17				
3.	Britta Koehorst	KZV de Lansingh	55.94	200300246	58.20	+0,75
	50m: 27.59	100m: 58.20				
4.	Femke Hoppenbrouwer	The Hague Swimming (SG)	56.25	200301124	58.94	+0,69
	50m: 28.47	100m: 58.94				
5.	Lara Hoeksema	The Hague Swimming (SG)	1:00.35	200400514	1:03.48	+0,74
	50m: 30.01	100m: 1:03.48				
6.	Rinske Bouman	Rotterdam Swimming (SG)	1:00.48	200400578	1:03.55	+0,84
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>					
	50m: 30.46	100m: 1:03.55				
7.	Phaedra Meijer	MNC Dordrecht	1:01.47	200405834	1:03.64	+0,75
	50m: 30.55	100m: 1:03.64				
8.	Isis Naaktgeboren	ZZ&PC De Devel	1:02.11	200403914	1:04.09	+0,86
	50m: 30.92	100m: 1:04.09				
9.	Daniëlle Vis	De Columbiaan	1:03.50	200401044	1:04.15	+0,72
	50m: 30.87	100m: 1:04.15				
10.	Julia Notenboom	De Columbiaan	1:04.80	200302596	1:04.49	+0,82
	50m: 31.25	100m: 1:04.49				
11.	Leonoor van Dijk	The Hague Swimming (SG)	1:02.34	200400832	1:04.57	+0,74
	50m: 30.04	100m: 1:04.57				
12.	Suzanne Dorsman	D'elft	1:02.31	200303314	1:04.66	+0,69
	50m: 30.97	100m: 1:04.66				
13.	Jill Nai Chung Tong	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:00.56	200404272	1:04.85	+0,79
	50m: 31.10	100m: 1:04.85				
14.	Fee Smittenaar	De Columbiaan	1:03.90	200303060	1:04.96	+0,73
	50m: 30.95	100m: 1:04.96				
15.	Michelle van der Steen	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:02.41	200300052	1:05.09	+0,63
	50m: 31.52	100m: 1:05.09				
16.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	1:03.37	200302658	1:05.10	+0,71
	50m: 31.23	100m: 1:05.10				
17.	Mandy van der Meijden	Widex GZC Donk	1:03.44	200402574	1:05.39	+0,73
	50m: 31.19	100m: 1:05.39				
18.	Kim de Jong	LinK	1:03.01	200301026	1:05.64	+0,84
	50m: 32.18	100m: 1:05.64				
19.	Mara Bosman	The Hague Swimming (SG)	1:03.97	200303048	1:05.83	+0,62
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>					
	50m: 31.14	100m: 1:05.83				
20.	Amy Koelman	De Columbiaan	1:06.22	200300922	1:06.51	+0,73
	50m: 32.46	100m: 1:06.51				
21.	Carmen Lems	KZV de Lansingh	1:06.19	200402632	1:07.07	+0,68
	50m: 32.22	100m: 1:07.07				
22.	Isabel Scheepbouwer	ZPC Wiekslag	1:04.53	200301106	1:07.30	+0,56
	50m: 32.12	100m: 1:07.30				
23.	Nora van der Steen	LinK	1:03.26	200403458	1:07.32	+0,76
	50m: 32.09	100m: 1:07.32				
24.	Noa de Bock	De Duck	1:06.04	200300318	1:07.74	+0,69
	50m: 32.59	100m: 1:07.74				
25.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	1:06.50	200401012	1:08.21	+0,72
	50m: 32.98	100m: 1:08.21				
26.	Marije de Jager	LinK	1:05.09	200301394	1:08.27	+0,73
	50m: 32.61	100m: 1:08.27				
27.	Anique Star	De Columbiaan	1:05.28	200400446	1:08.30	+0,80
	50m: 32.87	100m: 1:08.30				
28.	Esther Reinders	KZV de Lansingh	1:04.78	200301798	1:08.48	+0,70
	50m: 32.73	100m: 1:08.48				
29.	Jade Geurts	WVZ	1:06.00	200402278	1:08.56	+0,82
	50m: 32.64	100m: 1:08.56				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Meisjes, 100m vrije slag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
30.	Joyce van 't Hof 50m: 33.06	ZZ&PC De Devel 100m: 1:08.73	1:03.42	200302122	1:08.73 +0,73
31.	Juliette Boon 50m: 33.20	ZZ&PC De Devel 100m: 1:09.23	1:06.97	200401908	1:09.23 +0,81
32.	Fiona Moerman 50m: 32.63	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:09.26	1:07.22	200401668	1:09.26 +0,69
33.	Kim Rutters 50m: 33.18	De Kempvis 100m: 1:09.35	1:05.26	200302318	1:09.35 +0,85
34.	Zoë Molenaar 50m: 33.93	Zoetermeer 100m: 1:09.92	1:05.38	200300978	1:09.92 +0,82
35.	Milou van Winkel 50m: 33.57	LinK 100m: 1:11.04	1:11.64	200402296 S14	1:11.04 +0,81 505
36.	Mandy Pol <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 33.60	Poseidon'56 100m: 1:11.33	1:07.09	200302052	1:11.33 +0,75
37.	Fenna Herwig 50m: 33.87	ZPC Wiekslag 100m: 1:12.86	1:06.44	200400908	1:12.86 +0,81
38.	Megan van Delden 50m: 36.47	WVZ 100m: 1:18.58	1:15.96	200405500 S13	1:18.58 +0,74 403

Senioren 1 en 2

1.	Lotte Hosper 50m: 28.48	The Hague Swimming (SG) 100m: 58.59	57.61	200201414	58.59 +0,76
2.	Elise Tanis 50m: 28.21	MNC Dordrecht 100m: 58.75	56.11	200200120	58.75 +0,70
3.	Lynn Blommers 50m: 28.72	The Hague Swimming (SG) 100m: 59.00	57.38	200105062	59.00 +0,68
4.	Sophie de Jonge 50m: 29.03	WVZ 100m: 59.67	58.44	200200118	59.67 +0,74
5.	Rosey Metz 50m: 29.23	WVZ 100m: 1:00.19	1:00.93	200101786	1:00.19 +0,70
6.	Ilse Kraaijeveld 50m: 29.41	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:00.93	59.88	200202190	1:00.93 +0,68
7.	Sanne Heemskerk 50m: 29.46	ZVL-1886 100m: 1:01.35	58.94	200100600	1:01.35 +0,71
8.	Sam IJzerman 50m: 30.24	De Geul 100m: 1:02.63	1:00.02	200101204	1:02.63 +0,71
9.	Maaïke Broersma 50m: 30.20	BZ en PC 100m: 1:03.79	59.81	200201522	1:03.79 +0,75
10.	Rozemarijn van Haaff 50m: 30.58	ZOB'66 100m: 1:04.41	1:02.53	200201852	1:04.41 +0,70
11.	Esmée Roodenburg 50m: 30.93	De Geul 100m: 1:05.03	1:02.62	200100040	1:05.03 +0,73
12.	Marbel Diderik 50m: 31.65	De Columbiaan 100m: 1:05.53	1:04.09	200205752	1:05.53 +0,61
13.	Anouk Vis 50m: 31.60	De Columbiaan 100m: 1:05.73	1:03.78	200203322	1:05.73 +0,80
14.	Amy van Leersum <i>* Eindtijd handgeklokt</i> 50m: 31.63	Poseidon'56 100m: 1:05.99	1:04.46	200200300	1:05.99 +0,74
15.	Anniek de Ruiter 50m: 31.39	Widex GZC Donk 100m: 1:06.08	1:02.47	200101224	1:06.08 +0,84
16.	Sacha van den Dobbelsteen 50m: 31.87	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:06.28	1:02.76	200100904	1:06.28 +0,62
17.	Lieske Zijlstra 50m: 32.37	z.c De Schotejil 100m: 1:06.35	1:02.64	200200996	1:06.35 +0,77
18.	Grace Anderson 50m: 32.30	WVZ 100m: 1:06.88	1:02.81	200200578	1:06.88 +0,75
19.	Sanne van Ruijven 50m: 32.10	WVZ 100m: 1:06.98	1:03.62	200201120	1:06.98 +0,76

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 8, Dames, 100m vrije slag, Senioren 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
20.	Manon Middelbos 50m: 32.05	z.c De Schotejil 100m: 1:06.99	1:03.08	200100056	1:06.99	+0,76
21.	Eline Duynisveld 50m: 31.87	WVZ 100m: 1:07.13	1:04.56	200103958	1:07.13	+0,71
22.	Faustine Mussig 50m: 32.12	De Geul 100m: 1:07.35	1:05.46	200202080	1:07.35	+0,60
23.	Elyanne Boudestein 50m: 32.52	Zoetermeer 100m: 1:07.98	1:06.28	200101060	1:07.98	+0,79
24.	Fleur van Norren 50m: 32.70	KZV de Lansingh 100m: 1:08.60	1:06.00	200204432	1:08.60	+0,76
25.	Lara Idsinga 50m: 32.68	ZZ&PC De Devel 100m: 1:10.04	1:03.53	200200678	1:10.04	+0,92
26.	Jasmine el Taraboulsi 50m: 32.41	WZK 100m: 1:10.33	1:04.62	200105788	1:10.33	+0,79
NG	Anne Straub	Zoetermeer	1:04.58	200201402		
Senioren						
1.	Angelique van Vark 50m: 29.01	Z&PC De Gouwe 100m: 59.36	58.36	199701478	59.36	+0,70
2.	Pien Schravessande 50m: 28.94	KZV de Lansingh 100m: 59.37	1:00.32	199902010	59.37	+0,67
3.	Marije Dinkelberg 50m: 30.02	Feijenoord Albion 100m: 1:01.58	59.50	199703192	1:01.58	+0,75
4.	Anouk van Weelden 50m: 29.47	PCG 100m: 1:02.17	59.09	199902828	1:02.17	+0,80
5.	Babette van der Kaaij 50m: 30.21	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:02.77	1:00.30	199902234	1:02.77	+0,73
6.	Anke Lambooi 50m: 30.17	De Vliet (SG) 100m: 1:03.60	1:01.57	198001182	1:03.60	+0,79
7.	Wendy de Bruin 50m: 30.19	ZOB'66 100m: 1:04.06	1:02.80	199206320	1:04.06	+0,63
8.	Lotte Middelbos 50m: 30.44	z.c De Schotejil 100m: 1:04.26	1:02.24	199900680	1:04.26	+0,78
9.	Alisha Vieira 50m: 30.53	Rotterdam Swimming (SG) 100m: 1:04.70	1:02.91	199904554	1:04.70	+0,70
10.	Kelly Wigleven 50m: 31.17	Poseidon'56 100m: 1:04.74	1:03.47	199500058	1:04.74	+0,75
11.	Lauren van IJl 50m: 30.87	WVZ 100m: 1:04.79	1:01.87	200001064	1:04.79	+0,64
12.	Manon van Strien 50m: 31.10	WVZ 100m: 1:04.98	1:03.47	199400770	1:04.98	+0,85
13.	Linda van der Voort 50m: 30.88	ZVL-1886 100m: 1:05.07	1:02.86	199207784	1:05.07	+0,68
14.	Laila Kuipers 50m: 31.81	BZ en PC 100m: 1:05.80	1:04.03	200003124	1:05.80	+0,71
15.	Sanne Hobé 50m: 31.47	Poseidon'56 100m: 1:06.15	1:02.83	200000826	1:06.15	+0,76
16.	Cheyenne Visser 50m: 31.05	ZPC Wiekslag 100m: 1:06.83	1:03.38	199802318	1:06.83	+0,74
17.	Nikita Herwig 50m: 31.11	ZPC Wiekslag 100m: 1:07.13	1:04.68	199903552	1:07.13	+0,81
18.	Lincy de Winter 50m: 31.69	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:07.41	1:02.96	199805886	1:07.41	+0,69
19.	Nilce Mendes Barbosa 50m: 32.35	Feijenoord Albion 100m: 1:07.80	1:04.63	199800214	1:07.80	+0,59
20.	Laura Tromp 50m: 32.24	ZZ&PC De Devel 100m: 1:09.29	1:04.72	200000276	1:09.29	+0,74
21.	Moira Loechteken 50m: 33.52	WZK 100m: 1:09.92	1:06.93	200004446	1:09.92	+0,59
22.	Jonne Moleman 50m: 35.56	LinK 100m: 1:14.79	1:12.90	200006264	1:14.79	+0,94
NG	Inge van der Hoek	The Hague Swimming (SG)	1:02.77	199204034		753

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22
19-5-2019 - 15:10

Dames, 200m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Robin Vermeulen	MNC Dordrecht	2:21.08	200700412	2:23.69 +0,79
	50m: 33.31	100m: 1:10.05	150m: 1:47.61	200m: 2:23.69	
2.	Ananda van der Wiel	WVZ	2:23.93	200701562	2:29.96 +0,62
	50m: 34.13	100m: 1:13.19	150m: 1:53.23	200m: 2:29.96	
3.	Fleur Kamminga	WVZ	2:37.49	200701838	2:34.50 +0,91
	50m: 36.50	100m: 1:17.92	150m: 1:58.35	200m: 2:34.50	
4.	Dide Provily	ZPC Wiekslag	2:29.49	200700480	2:35.11 +0,64
	50m: 34.63	100m: 1:14.85	150m: 1:56.10	200m: 2:35.11	
5.	Liza Voronov	WVZ	2:28.77	200700564	2:37.87 +0,68
	50m: 34.53	100m: 1:13.45	150m: 1:55.38	200m: 2:37.87	
6.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	2:34.40	200704048	2:38.19 +0,65
	50m: 34.84	100m: 1:15.40	150m: 1:57.58	200m: 2:38.19	
7.	Samantha van der Jagt	ZZ&PC De Devel	2:36.70	200700220	2:38.83 +0,84
	50m: 36.81	100m: 1:18.37	150m: 2:00.73	200m: 2:38.83	
8.	Anniqne Rupke	Widex GZC Donk	2:41.09	200700876	2:39.60 +0,79
	50m: 37.91	100m: 1:19.89	150m: 2:02.61	200m: 2:39.60	
9.	Daniek Wijnen	ZVL-1886	2:30.33	200701280	2:39.99 +0,74
	<i>* backup eindtijd</i>				
	50m: 35.38	100m: 1:16.60	150m: 1:59.95	200m: 2:39.99	
10.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	2:34.46	200700016	2:40.14 +0,72
	50m: 36.52	100m: 1:17.20	150m: 1:59.72	200m: 2:40.14	
11.	Sophie Adriaanse	De Columbiaan	2:46.70	200701066	2:40.68 +0,75
	<i>* backup eindtijd</i>				
	50m: 36.89	100m: 1:18.88	150m: 2:01.79	200m: 2:40.68	
12.	Yrsah Verheijen	The Hague Swimming (SG)	2:38.03	200700350	2:40.77 +0,78
	<i>* backup eindtijd</i>				
	50m: 36.61	100m: 1:18.01	150m: 2:00.64	200m: 2:40.77	
13.	Stella van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:41.82	200700048	2:41.08 +0,71
	<i>* eindtijd backup</i>				
	50m: 38.26	100m: 1:20.06	150m: 2:01.90	200m: 2:41.08	
14.	Charlene Ruiters	De Columbiaan	2:46.59	200700522	2:42.03 +0,68
	50m: 36.37	100m: 1:18.57	150m: 2:02.22	200m: 2:42.03	
15.	Annedieke Scholte	The Hague Swimming (SG)	2:45.37	200701110	2:42.24 +0,81
	50m: 36.69	100m: 1:18.55	150m: 2:02.62	200m: 2:42.24	
16.	Lieke van den Aniel	D'elft	2:39.14	200702010	2:42.99 +0,77
	<i>* backup eindtijd</i>				
	50m: 35.51	100m: 1:16.64	150m: 2:00.71	200m: 2:42.99	
17.	Britte Lodder	ZZ&PC De Devel	2:39.50	200702290	2:44.55 +0,69
	50m: 38.15	100m: 1:21.48	150m: 2:05.85	200m: 2:44.55	
18.	Lety Pieters	Rotterdam Swimming (SG)	2:40.95	200702720	2:45.00 +0,79
	50m: 35.86	100m: 1:17.87	150m: 2:03.02	200m: 2:45.00	
19.	Jaylin van der Linden	ZZ&PC De Devel	2:42.06	200701766	2:45.27 +0,80
	50m: 37.29	100m: 1:20.96	150m: 2:04.93	200m: 2:45.27	
20.	Evi Bol	ZPC Wiekslag	2:47.34	200700790	2:46.22 +0,80
	50m: 37.70	100m: 1:21.67	150m: 2:05.71	200m: 2:46.22	
21.	Eloisa Gomes Delgado	Feijenoord Albion	2:41.50	200700812	2:47.07 +0,80
	50m: 38.17	100m: 1:20.80	150m: 2:05.03	200m: 2:47.07	
22.	Donna Verhoef	De Geul	2:46.11	200701934	2:54.31 +0,79
	50m: 38.60	100m: 1:23.45	150m: 2:10.15	200m: 2:54.31	
DIS	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	2:28.83	200700110	
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>				
DIS	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	2:42.47	200701400	
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22, Dames, 200m vrije slag

Junioren 2

1.	Megan Jonkman	The Hague Swimming (SG)	2:21.08	200600508	2:21.00	+0,85
	50m: 32.35	100m: 1:08.80	150m: 1:45.03	200m: 2:21.00		
2.	Estelle van Wijngaarden	ZPB H&L Productions	2:21.07	200601020	2:21.01	+0,81
	50m: 32.76	100m: 1:09.00	150m: 1:45.72	200m: 2:21.01		
3.	Leyla Oversluizen	MNC Dordrecht	2:22.16	200602730	2:25.62	+0,79
	50m: 33.71	100m: 1:11.60	150m: 1:50.00	200m: 2:25.62		
4.	Hilda Vrijbloed	De Duck	2:26.69	200600732	2:28.97	+0,79
	50m: 33.72	100m: 1:12.91	150m: 1:51.97	200m: 2:28.97		
5.	Mara Tims	Rotterdam Swimming (SG)	2:27.00	200601136	2:29.08	+0,71
	50m: 34.37	100m: 1:11.65	150m: 1:51.53	200m: 2:29.08		
6.	Alina Verga	The Hague Swimming (SG)	2:29.15	200603112	2:31.53	+0,71
	50m: 35.50	100m: 1:14.12	150m: 1:52.84	200m: 2:31.53		
7.	Jade van der Maas	WVZ	2:25.60	200600408	2:31.57	+0,72
	50m: 34.51	100m: 1:13.45	150m: 1:52.61	200m: 2:31.57		
8.	Laura 't Lam	De Geul	2:31.01	200603376	2:33.84	+0,72
	50m: 35.65	100m: 1:15.18	150m: 1:55.04	200m: 2:33.84		
9.	Kimberly Ruiters	De Columbiaan	2:26.38	200600492	2:35.46	+0,78
	50m: 34.57	100m: 1:14.46	150m: 1:55.50	200m: 2:35.46		
10.	Renske Overdam	Z&PC De Gouwe	2:31.54	200601676	2:36.78	+0,85
	50m: 35.55	100m: 1:15.03	150m: 1:58.42	200m: 2:36.78		
11.	Jamila de Lobel	SG SCOM/de Zeehond'73	2:36.42	200602320	2:37.67	+0,67
	50m: 37.15	100m: 1:18.29	150m: 1:59.03	200m: 2:37.67		
12.	Nikita Snoeren	WVZ	2:32.62	200600342	2:38.05	+0,75
	<i>* backup eindtijd</i>					
	50m: 35.88	100m: 1:17.76	150m: 1:59.70	200m: 2:38.05		
13.	G. Schrijvers van Zenden	The Hague Swimming (SG)	2:29.46	200601618	2:38.20	+0,74
	50m: 37.09	100m: 1:16.77	150m: 1:58.07	200m: 2:38.20		
14.	Donna van der Meer	BZ en PC	2:41.03	200601146	2:38.70	+0,54
	<i>* backup eindtijd</i>					
	50m: 36.74	100m: 1:17.49	150m: 1:59.17	200m: 2:38.70		
15.	Sabine Looden	De Columbiaan	2:38.48	200601390	2:39.62	+0,75
	50m: 36.42	100m: 1:18.12	150m: 2:00.44	200m: 2:39.62		
16.	Emma Suderee	MNC Dordrecht	2:35.70	200603598	2:40.51	+0,64
	50m: 36.17	100m: 1:17.75	150m: 2:01.12	200m: 2:40.51		
17.	Noa Bijl	SG SCOM/de Zeehond'73	2:38.28	200603586	2:42.47	+0,59
	50m: 36.88	100m: 1:19.03	150m: 2:02.41	200m: 2:42.47		
18.	Anna Melissant	PCG	2:39.27	200603122	2:44.40	+0,76
	50m: 36.17	100m: 1:18.09	150m: 2:02.67	200m: 2:44.40		
19.	Luna van Hoff	ZPB H&L Productions	2:39.42	200601074	2:44.41	+0,70
	50m: 37.54	100m: 1:20.26	150m: 2:03.71	200m: 2:44.41		
20.	Zahra Day	The Hague Swimming (SG)	2:41.81	200601374	2:44.91	+0,75
	50m: 37.58	100m: 1:19.57	150m: 2:03.24	200m: 2:44.91		
21.	Jasmine Matuskova	ZV Vlaardingens-Schiedam	2:43.23	200602328	2:45.22	+0,70
	50m: 37.54	100m: 1:19.38	150m: 2:03.72	200m: 2:45.22		
22.	Noémi Oldenkamp	KZV de Lansingh	2:41.34	200600162	2:46.87	+0,85
	50m: 37.16	100m: 1:19.89	150m: 2:03.51	200m: 2:46.87		
23.	Alice Rosato	WZK	2:43.67	200603028	2:49.67	+0,77
	50m: 38.43	100m: 1:21.88	150m: 2:06.51	200m: 2:49.67		
24.	Quinty Kersten	ZOB'66	2:39.24	200601166	2:50.11	+0,76
	50m: 37.73	100m: 1:20.88	150m: 2:05.69	200m: 2:50.11		
25.	Lotte Cornelissen	De Watervogels	2:40.28	200601182	2:51.78	
	50m: 37.50	100m: 1:20.97	150m: 2:05.95	200m: 2:51.78		
AFGEM	Sanne Slof	ZPV Barracuda	2:26.51	200601810		
NG	Elijdjah van der Heul	Rotterdam Swimming (SG)	2:16.08	200602180		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22, Dames, 200m vrije slag

Junioren 3

1.	Merel Schravendijk	The Hague Swimming (SG)	2:10.94	200503382	2:14.46	+0,71
	50m: 31.34	100m: 1:05.65	150m: 1:40.49	200m: 2:14.46		
2.	Sophia van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:10.71	200500330	2:15.14	+0,69
	50m: 31.68	100m: 1:05.87	150m: 1:41.04	200m: 2:15.14		
3.	Anique Hazebroek	The Hague Swimming (SG)	2:15.89	200502196	2:16.82	+0,71
	50m: 31.54	100m: 1:05.89	150m: 1:41.66	200m: 2:16.82		
4.	Jelsie van Ruijven	WVZ	2:15.01	200500282	2:18.47	+0,65
	50m: 32.24	100m: 1:08.49	150m: 1:44.19	200m: 2:18.47		
5.	Emma Verkuijl	ZPV Barracuda	2:16.45	200500826	2:21.36	+0,64
	<i>* backup eindtijd</i>					
	50m: 32.85	100m: 1:08.87	150m: 1:45.76	200m: 2:21.36		
6.	Asha van Lobberegt	Feijenoord Albion	2:16.62	200500088	2:21.83	+0,68
	50m: 32.57	100m: 1:07.71	150m: 1:44.56	200m: 2:21.83		
7.	Niké Telkamp	The Hague Swimming (SG)	2:23.32	200501088	2:22.76	+0,71
	50m: 32.20	100m: 1:08.98	150m: 1:46.86	200m: 2:22.76		
8.	Britt van't Zant	Feijenoord Albion	2:22.28	200501170	2:23.08	+0,72
	50m: 31.79	100m: 1:07.66	150m: 1:45.69	200m: 2:23.08		
9.	Isa Maes	Feijenoord Albion	2:16.97	200500110	2:23.82	+0,68
	50m: 32.97	100m: 1:09.65	150m: 1:46.99	200m: 2:23.82		
10.	Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:26.56	200503292	2:24.77	+0,79
	50m: 33.06	100m: 1:10.39	150m: 1:48.78	200m: 2:24.77		
11.	Vivianne Woltjes	The Hague Swimming (SG)	2:26.21	200501524	2:25.13	+0,69
	50m: 32.76	100m: 1:10.29	150m: 1:49.08	200m: 2:25.13		
12.	Yente Bouwmeester	De Columbiaan	2:22.40	200500340	2:26.13	+0,76
	50m: 33.57	100m: 1:10.65	150m: 1:49.00	200m: 2:26.13		
13.	Marit Huisman	ZPV Barracuda	2:20.22	200502620	2:27.96	+0,69
	50m: 34.21	100m: 1:11.38	150m: 1:50.15	200m: 2:27.96		
14.	Evelyn Liket	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:25.42	200503118	2:28.39	+0,80
	<i>* backup eindtijd</i>					
	50m: 33.50	100m: 1:11.24	150m: 1:49.85	200m: 2:28.39		
15.	Madoline Held	The Hague Swimming (SG)	2:32.99	200503412	2:28.71	+0,96
	50m: 34.28	100m: 1:12.71	150m: 1:52.45	200m: 2:28.71		
16.	Aisha Nobels	Feijenoord Albion	2:23.50	200501710	2:29.11	+0,56
	50m: 34.77	100m: 1:13.11	150m: 1:51.93	200m: 2:29.11		
17.	Milou Demirel	The Hague Swimming (SG)	2:34.61	200501254	2:29.29	+0,89
	50m: 33.77	100m: 1:12.02	150m: 1:51.50	200m: 2:29.29		
18.	Mar Stoel	De Columbiaan	2:24.95	200500520	2:29.42	+0,75
	50m: 34.18	100m: 1:12.48	150m: 1:51.23	200m: 2:29.42		
19.	Anouchka Bos	ZPV Barracuda	2:23.97	200501528	2:29.44	+0,54
	<i>* backup eindtijd</i>					
	50m: 34.85	100m: 1:13.39	150m: 1:52.35	200m: 2:29.44		
20.	Meira Simons	The Hague Swimming (SG)	2:31.10	200502984	2:31.35	+0,79
	50m: 34.39	100m: 1:12.63	150m: 1:51.99	200m: 2:31.35		
21.	Zoe Kenworthy	De Columbiaan	2:30.53	200500428	2:33.85	+0,76
	50m: 34.69	100m: 1:13.43	150m: 1:53.47	200m: 2:33.85		
22.	Peggy Blom	Z&PC De Gouwe	2:31.20	200503166	2:34.81	
	50m: 35.78	100m: 1:15.51	150m: 1:56.68	200m: 2:34.81		
23.	Elise Vink	De Columbiaan	2:26.79	200502588	2:35.07	+0,78
	50m: 34.62	100m: 1:14.21	150m: 1:55.09	200m: 2:35.07		
24.	Femke van Dam	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:33.82	200504548	2:35.53	+0,73
	50m: 36.34	100m: 1:16.06	150m: 1:56.78	200m: 2:35.53		
25.	Milou Adriaanse	De Columbiaan	2:28.39	200500968	2:36.18	+0,75
	50m: 35.54	100m: 1:15.21	150m: 1:56.61	200m: 2:36.18		
26.	Felicia Adema	D'elft	2:31.14	200501310	2:37.15	+0,79
	50m: 35.09	100m: 1:14.79	150m: 1:57.05	200m: 2:37.15		
27.	Lotte Zaal	De Columbiaan	2:35.34	200502590	2:37.80	+0,75
	50m: 36.41	100m: 1:17.41	150m: 1:58.89	200m: 2:37.80		
28.	Fenne Saaf	Zoetermeer	2:39.48	200504340	2:38.15	+0,85
	50m: 35.69	100m: 1:16.55	150m: 1:58.04	200m: 2:38.15		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22, Meisjes, 200m vrije slag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
29.	Emi Schipper	ZOB'66	2:35.99	200502126	2:38.55 +0,77
	50m: 35.64	100m: 1:16.15	150m: 1:57.96	200m: 2:38.55	
30.	Daphne van Tilburg	De Geul	2:35.13	200500580	2:38.71 +0,79
	50m: 35.96	100m: 1:17.17	150m: 1:59.24	200m: 2:38.71	
AFGEM	Rosa Kwaijtaal	Poseidon'56	2:32.76	200500872	

Jeugd 1 en 2

1.	Femke Hoppenbrouwer	The Hague Swimming (SG)	2:04.48	200301124	2:07.40 +0,71
	50m: 29.13	100m: 1:01.34	150m: 1:34.45	200m: 2:07.40	
2.	Britta Koehorst	KZV de Lansingh	2:05.44	200300246	2:09.07 +0,77
	50m: 29.35	100m: 1:01.92	150m: 1:35.35	200m: 2:09.07	
3.	Anna van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:08.41	200400258	2:11.69 +0,60
	50m: 29.57	100m: 1:02.45	150m: 1:36.76	200m: 2:11.69	
4.	Rinske Bouman	Rotterdam Swimming (SG)	2:12.52	200400578	2:14.99 +0,74
	50m: 30.31	100m: 1:03.28	150m: 1:38.73	200m: 2:14.99	
5.	Milou van Wijk	MNC Dordrecht	2:13.82	200404948	2:15.80 +0,75
	50m: 30.08	100m: 1:04.22	150m: 1:40.80	200m: 2:15.80	
6.	Lara Hoeksema	The Hague Swimming (SG)	2:16.13	200400514	2:20.02 +0,59
	50m: 30.40	100m: 1:06.13	150m: 1:43.14	200m: 2:20.02	
7.	Isis Naaktgeboren	ZZ&PC De Devel	2:15.77	200403914	2:22.14 +0,75
	50m: 31.66	100m: 1:07.11	150m: 1:45.18	200m: 2:22.14	
8.	Mara Bosman	The Hague Swimming (SG)	2:17.89	200303048	2:22.83 +0,67
	50m: 32.14	100m: 1:08.77	150m: 1:45.95	200m: 2:22.83	
9.	Daniëlle Vis	De Columbiaan	2:17.62	200401044	2:23.08 +0,70
	50m: 33.00	100m: 1:09.54	150m: 1:47.51	200m: 2:23.08	
10.	Kim de Jong	LinK	2:16.45	200301026	2:23.20 +0,84
	50m: 32.98	100m: 1:09.44	150m: 1:47.03	200m: 2:23.20	
11.	Renee de Kleer	Widex GZC Donk	2:29.90	200301064	2:23.75 +1,09
	50m: 33.09	100m: 1:10.10	150m: 1:47.37	200m: 2:23.75	
12.	Phaedra Meijer	MNC Dordrecht	2:18.17	200405834	2:26.65 +0,69
	50m: 32.85	100m: 1:10.04	150m: 1:48.61	200m: 2:26.65	
13.	Amy Koelman	De Columbiaan	2:23.60	200300922	2:27.70 +0,74
	50m: 32.97	100m: 1:10.64	150m: 1:49.43	200m: 2:27.70	
14.	Britt van Bommel	De Columbiaan	2:23.00	200301982	2:27.96 +0,79
	50m: 34.18	100m: 1:11.77	150m: 1:50.57	200m: 2:27.96	
15.	Quinty Huisman	Rotterdam Swimming (SG)	2:30.53	200401184	2:28.31 +0,68
	50m: 34.13	100m: 1:12.30	150m: 1:51.05	200m: 2:28.31	
16.	Anique Star	De Columbiaan	2:29.84	200400446	2:28.37 +0,80
	50m: 34.45	100m: 1:11.51	150m: 1:50.13	200m: 2:28.37	
17.	Mandy van der Meijden	Widex GZC Donk	2:27.17	200402574	2:29.38 +0,72
	50m: 33.31	100m: 1:10.94	150m: 1:50.84	200m: 2:29.38	
	Suzanne Dorsman	D'elft	2:16.99	200303314	2:29.38 +0,66
	50m: 33.50	100m: 1:12.83	150m: 1:52.60	200m: 2:29.38	
19.	Carmen Lems	KZV de Lansingh	2:25.59	200402632	2:30.66 +0,68
	50m: 33.88	100m: 1:12.73	150m: 1:52.86	200m: 2:30.66	
20.	Melanie Marinus-Cruz	WVZ	2:25.07	200404702	2:31.02 +0,77
	50m: 33.37	100m: 1:11.64	150m: 1:53.20	200m: 2:31.02	
21.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	2:21.37	200302658	2:31.35 +0,66
	50m: 33.18	100m: 1:12.02	150m: 1:52.74	200m: 2:31.35	
22.	Nora van der Steen	LinK	2:21.48	200403458	2:31.80 +0,71
	50m: 32.75	100m: 1:11.01	150m: 1:51.72	200m: 2:31.80	
23.	Kim Rutters	De Kempvis	2:20.14	200302318	2:32.45 +0,81
	50m: 34.00	100m: 1:12.05	150m: 1:52.86	200m: 2:32.45	
24.	Joyce van 't Hof	ZZ&PC De Devel	2:21.52	200302122	2:32.48 +0,71
	50m: 33.92	100m: 1:11.99	150m: 1:52.09	200m: 2:32.48	
25.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	2:25.81	200401012	2:32.93 +0,59
	50m: 34.61	100m: 1:13.37	150m: 1:53.50	200m: 2:32.93	
26.	Feija de Bruin	WVZ	2:28.30	200400106	2:33.12 +0,76
	50m: 35.25	100m: 1:13.65	150m: 1:53.51	200m: 2:33.12	
27.	Marije de Jager	LinK	2:27.69	200301394	2:33.32 +0,69
	50m: 32.78	100m: 1:10.61	150m: 1:52.06	200m: 2:33.32	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22, Meisjes, 200m vrije slag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
28.	Lize van Stigt 50m: 34.25	LinK	2:25.05 100m: 1:14.62 150m: 1:55.70 200m: 2:34.66	200401510	2:34.66 +0,69
29.	Milou van Winkel 50m: 35.52	LinK	2:35.09 100m: 1:14.69 150m: 1:56.16 200m: 2:34.89	200402296	2:34.89 +0,93 490
30.	Zoë Molenaar 50m: 34.24	Zoetermeer	2:29.83 100m: 1:15.02 150m: 1:57.70 200m: 2:35.78	200300978	2:35.78 +0,80
31.	Julia de Heide 50m: 35.29	KZV de Lansingh	2:30.28 100m: 1:15.65 150m: 1:57.74 200m: 2:41.04	200302934	2:41.04 +0,65
32.	Megan van Delden 50m: 37.51	WVZ	2:54.78 100m: 1:23.60 150m: 2:15.41 200m: 3:01.84	200405500	3:01.84 +0,78 346
AFGEM	Zinzi van der Maas	WVZ	2:26.39	200402028	

Senioren 1 en 2

1.	Elise Tanis 50m: 29.20	MNC Dordrecht	2:13.56 100m: 1:01.35 150m: 1:34.00 200m: 2:06.99	200200120	2:06.99 +0,67
2.	Lynn Blommers 50m: 29.53	The Hague Swimming (SG)	2:06.93 100m: 1:02.56 150m: 1:36.51 200m: 2:09.14	200105062	2:09.14 +0,69
3.	Sophie de Jonge 50m: 30.18	WVZ	2:06.40 100m: 1:03.29 150m: 1:36.65 200m: 2:09.32	200200118	2:09.32 +0,76
4.	Ilse Kraaijeveld 50m: 30.30	The Hague Swimming (SG)	2:09.67 100m: 1:03.85 150m: 1:38.21 200m: 2:12.89	200202190	2:12.89 +0,70
5.	Sanne Heemskerk 50m: 30.41	ZVL-1886	2:11.71 100m: 1:04.16 150m: 1:39.10 200m: 2:15.11	200100600	2:15.11 +0,70
6.	Rosey Metz 50m: 31.38	WVZ	2:17.98 100m: 1:06.24 150m: 1:41.62 200m: 2:16.12	200101786	2:16.12 +0,73
7.	Tessa Giele 50m: 31.12	Feijenoord Albion	2:10.92 100m: 1:06.31 150m: 1:42.55 200m: 2:18.60	200203124	2:18.60 +0,63
8.	Robin Pienaar 50m: 31.21	ZPV Barracuda	2:15.42 100m: 1:06.88 150m: 1:44.41 200m: 2:22.17	200102236	2:22.17 +0,77
9.	Esmée Roodenburg 50m: 31.84	De Geul	2:16.64 100m: 1:08.26 150m: 1:45.91 200m: 2:22.64	200100040	2:22.64 +0,72
10.	Maaïke Broersma 50m: 32.08	BZ en PC	2:17.11 100m: 1:10.14 150m: 1:47.44 200m: 2:23.22	200201522	2:23.22 +0,72
11.	Diana Noordermeer 50m: 33.69	SG SCOM/de Zeehond'73	2:19.51 100m: 1:09.53 150m: 1:46.78 200m: 2:23.64	200102110	2:23.64 +0,52
12.	Anne de Kleer 50m: 31.61	Widex GZC Donk	2:21.47 100m: 1:07.52 150m: 1:45.72 200m: 2:24.05	200102504	2:24.05 +0,82
13.	Anouk Vis 50m: 33.34	De Columbiaan	2:19.53 100m: 1:10.72 150m: 1:47.68 200m: 2:24.42	200203322	2:24.42 +0,74
14.	Rozemarijn van Haaff 50m: 32.78	ZOB'66	2:18.89 100m: 1:10.11 150m: 1:48.96 200m: 2:28.20	200201852	2:28.20 +0,69
15.	Amy van Leersum 50m: 34.12	Poseidon'56	2:23.17 100m: 1:12.50 150m: 1:52.30 200m: 2:30.83	200200300	2:30.83 +0,81
16.	Elyanne Boudestein 50m: 34.53	Zoetermeer	2:17.40 100m: 1:14.00 150m: 1:54.32 200m: 2:33.77	200101060	2:33.77 +0,75
17.	Sacha van den Dobbelen 50m: 35.02	The Hague Swimming (SG)	2:25.44 100m: 1:15.67 150m: 1:56.21 200m: 2:34.58	200100904	2:34.58 +0,57
AFGEM	Anne Straub	Zoetermeer	2:21.71	200201402	
NG	Paula Dorsman	D'elft	2:24.03	200105354	

Senioren

1.	Leonie van Noort 50m: 28.91	WVZ	1:59.20 100m: 1:00.83 150m: 1:33.40 200m: 2:06.02	199301752	2:06.02 +0,77
2.	Angelique van Vark 50m: 29.54	Z&PC De Gouwe	2:06.92 100m: 1:02.35 150m: 1:37.30 200m: 2:11.77	199701478	2:11.77 +0,72
3.	Babette van der Kaaij 50m: 32.32	Rotterdam Swimming (SG)	2:16.34 100m: 1:08.19 150m: 1:44.96 200m: 2:19.13	199902234	2:19.13 +0,75
4.	Anouk van Weelden 50m: 31.60	PCG	2:09.06 100m: 1:06.88 150m: 1:43.67 200m: 2:20.21	199902828	2:20.21 +0,76
5.	Lotte Middelbos 50m: 32.22	z.c De Schotejil	2:18.49 100m: 1:08.91 150m: 1:46.48 200m: 2:23.17	199900680	2:23.17 +0,76

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 22, Dames, 200m vrije slag, Senioren

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Lauren van IJll 50m: 32.84	WVZ	2:17.86 100m: 1:09.80 150m: 1:48.53 200m: 2:24.98	200001064 2:24.98	+0,72
7.	Wendy de Bruin 50m: 32.49	ZOB'66	2:19.20 100m: 1:09.06 150m: 1:47.55 200m: 2:25.06	199206320 2:25.06	+0,62
8.	Laila Kuipers 50m: 33.02	BZ en PC	2:22.36 100m: 1:09.79 150m: 1:49.30 200m: 2:26.39	200003124 2:26.39	+0,72
9.	Laura Tromp 50m: 34.26	ZZ&PC De Devel	2:21.07 100m: 1:11.71 150m: 1:50.14 200m: 2:28.11	200000276 2:28.11	+0,74
10.	Jonne Moleman 50m: 35.13	LinK	2:31.09 100m: 1:13.93 150m: 1:53.76 200m: 2:33.55	200006264 S7 2:33.55	+0,84 867

Programmanr. 17
19-5-2019 - 11:50

Meisjes, 800m vrije slag

Jeugd 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1 en 2					
1.	Leyla Oversluisen 50m: 33.59 100m: 1:12.19 150m: 1:51.51	MNC Dordrecht	10:37.69 200m: 2:30.77 350m: 4:32.48 500m: 6:35.32 650m: 8:38.14 800m: 10:34.76	200602730 10:34.76	+0,76
2.	Dide Provily 50m: 35.05 100m: 1:15.42 150m: 1:58.16	ZPC Wiekslag	11:04.80 200m: 2:39.94 350m: 4:49.07 500m: 6:59.81 650m: 9:08.20 800m: 11:14.63	200700480 11:14.63	+0,80
3.	Samantha van der Jagt 50m: 38.89 100m: 1:23.17 150m: 2:07.37	ZZ&PC De Devel	11:24.44 200m: 2:52.76 350m: 5:07.95 500m: 7:22.82 650m: 9:36.28 800m: 11:38.32	200700220 11:38.32	+0,79
4.	Eloisa Gomes Delgado 50m: 38.13 100m: 1:21.19 150m: 2:06.06	Feijenoord Albion	11:34.04 200m: 2:50.86 350m: 5:06.13 500m: 7:21.97 650m: 9:36.24 800m: 11:45.74	200700812 11:45.74	+0,81
5.	Jaylin van der Linden 50m: 38.65 100m: 1:22.81 150m: 2:07.67	ZZ&PC De Devel	11:34.73 200m: 2:52.17 350m: 5:07.46 500m: 7:22.28 650m: 9:37.80 800m: 11:48.96	200701766 11:48.96	+0,73
6.	Laura 't Lam 50m: 38.34 100m: 1:22.48 150m: 2:08.23	De Geul	11:27.62 200m: 2:54.80 350m: 5:13.71 500m: 7:33.19 650m: 9:52.78 800m: 12:04.17	200603376 12:04.17	+0,62
7.	Daniek Wijnen <i>*bu 800m</i> 50m: 37.28 100m: 1:20.95 150m: 2:05.95	ZVL-1886	11:27.07 200m: 2:52.14 350m: 5:13.14 500m: 7:34.91 650m: 9:53.89 800m: 12:04.93	200701280 12:04.93	+0,73

AFGEM	Sanne Slof	ZPV Barracuda	11:15.17	200601810
NG	Elijdjah van der Heul	Rotterdam Swimming (SG)	9:53.68	200602180

13 - 14 jaar

1.	Merel Schravendijk 50m: 33.00 100m: 1:08.36 150m: 1:44.76	The Hague Swimming (SG)	9:19.56 200m: 2:20.71 350m: 4:10.31 500m: 5:57.49 650m: 7:45.34 800m: 9:30.35	200503382 9:30.35	+0,71
2.	Lara Hoeksema 50m: 32.20 100m: 1:08.63 150m: 1:45.70	The Hague Swimming (SG)	9:54.00 200m: 2:23.03 350m: 4:14.47 500m: 6:07.15 650m: 8:01.83 800m: 10:03.53	200400514 10:03.53	+0,77
3.	Aisha Nobels 50m: 33.71 100m: 1:11.37 150m: 1:49.84	Feijenoord Albion	10:47.21 200m: 2:28.42 350m: 4:26.34 500m: 6:21.69 650m: 8:19.76 800m: 10:15.19	200501710 10:15.19	+0,54
4.	Niké Telkamp 50m: 32.97 100m: 1:09.78 150m: 1:48.15	The Hague Swimming (SG)	10:29.44 200m: 2:26.99 350m: 4:24.55 500m: 6:23.01 650m: 8:23.28 800m: 10:20.41	200501088 10:20.41	+0,71

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 17, Meisjes, 800m vrije slag, 13 - 14 jaar

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	
5.	Melanie Marinus-Cruz	WVZ	10:30.10	200404702	10:52.58 +0,73	
	50m: 34.84	200m: 2:36.73	350m: 4:41.56	500m: 6:46.07	650m: 8:52.48	800m: 10:52.58
	100m: 1:14.60	250m: 3:17.97	400m: 5:22.42	550m: 7:28.36	700m: 9:33.92	
	150m: 1:55.62	300m: 3:58.88	450m: 6:03.67	600m: 8:10.11	750m: 10:14.27	
6.	Laura Hoogenboezem <i>*bu 800m</i>	KZV de Lansingh	10:39.66	200500390	11:02.69 +0,77	
	50m: 36.18	200m: 2:37.28	350m: 4:43.20	500m: 6:51.13	650m: 8:58.42	800m: 11:02.69
	100m: 1:15.21	250m: 3:18.76	400m: 5:25.67	550m: 7:34.13	700m: 9:40.60	
	150m: 1:56.19	300m: 4:00.49	450m: 6:08.20	600m: 8:16.37	750m: 10:22.36	
7.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	10:45.81	200401012	11:03.11 +0,58	
	50m: 35.63	200m: 2:40.06	350m: 4:47.41	500m: 6:54.53	650m: 9:00.58	800m: 11:03.11
	100m: 1:15.77	250m: 3:22.37	400m: 5:30.12	550m: 7:36.37	700m: 9:43.06	
	150m: 1:57.74	300m: 4:05.13	450m: 6:12.37	600m: 8:18.58	750m: 10:24.31	
8.	Feija de Bruin	WVZ	10:34.30	200400106	11:04.33 +0,83	
	50m: 35.30	200m: 2:36.50	350m: 4:41.76	500m: 6:47.87	650m: 8:56.94	800m: 11:04.33
	100m: 1:14.39	250m: 3:17.98	400m: 5:23.57	550m: 7:30.75	700m: 9:40.41	
	150m: 1:55.31	300m: 3:59.84	450m: 6:05.61	600m: 8:13.83	750m: 10:22.59	

Programmanr. 18
19-5-2019 - 13:30

Dames, 800m vrije slag

Jeugd 2 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	
15 - 16 jaar						
1.	Ilse Kraaijeveld	The Hague Swimming (SG)	9:27.26	200202190	9:39.53 +0,67	
	50m: 32.05	200m: 2:20.09	350m: 4:11.16	500m: 6:01.66	650m: 7:52.73	800m: 9:39.53
	100m: 1:07.23	250m: 2:57.06	400m: 4:48.00	550m: 6:38.73	700m: 8:29.05	
	150m: 1:43.62	300m: 3:33.86	450m: 5:24.98	600m: 7:15.58	750m: 9:04.65	
2.	Mara Bosman	The Hague Swimming (SG)	9:46.38	200303048	9:57.86 +0,73	
	50m: 32.27	200m: 2:21.21	350m: 4:14.22	500m: 6:08.93	650m: 8:04.17	800m: 9:57.86
	100m: 1:07.62	250m: 2:58.56	400m: 4:52.08	550m: 6:47.44	700m: 8:42.58	
	150m: 1:44.59	300m: 3:36.10	450m: 5:30.63	600m: 7:25.65	750m: 9:20.38	
3.	Kim de Jong	LinK	9:53.65	200301026	10:19.14 +0,94	
	50m: 34.40	200m: 2:27.82	350m: 4:24.76	500m: 6:22.92	650m: 8:21.63	800m: 10:19.14
	100m: 1:11.41	250m: 3:06.68	400m: 5:04.06	550m: 7:02.70	700m: 9:01.66	
	150m: 1:49.61	300m: 3:45.58	450m: 5:43.61	600m: 7:41.94	750m: 9:41.58	
4.	Debra de Lange	De Geul	10:21.75	200202380	10:38.06 +0,67	
	50m: 34.80	200m: 2:32.52	350m: 4:33.64	500m: 6:35.99	650m: 8:37.39	800m: 10:38.06
	100m: 1:12.67	250m: 3:12.88	400m: 5:14.71	550m: 7:16.41	700m: 9:18.14	
	150m: 1:52.40	300m: 3:53.07	450m: 5:55.41	600m: 7:56.64	750m: 9:58.74	
5.	Kim Rutters	De Kempvis	10:30.13	200302318	11:08.85 +0,81	
	50m: 34.37	200m: 2:33.29	350m: 4:40.31	500m: 6:50.74	650m: 9:01.55	800m: 11:08.85
	100m: 1:12.70	250m: 3:14.80	400m: 5:24.11	550m: 7:34.36	700m: 9:44.62	
	150m: 1:52.19	300m: 3:57.36	450m: 6:07.25	600m: 8:18.47	750m: 10:28.01	
6.	Anna Hoogenboezem	KZV de Lansingh	11:14.27	200200658	11:15.00 +0,81	
	50m: 36.53	200m: 2:43.55	350m: 4:51.93	500m: 7:01.10	650m: 9:10.73	800m: 11:15.00
	100m: 1:18.19	250m: 3:26.34	400m: 5:35.23	550m: 7:44.07	700m: 9:53.81	
	150m: 2:00.44	300m: 4:09.32	450m: 6:18.03	600m: 8:27.67	750m: 10:35.31	
7.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	10:45.00	200302658	11:41.74 +0,71	
	50m: 36.57	200m: 2:45.88	350m: 5:01.81	500m: 7:15.86	650m: 9:29.07	800m: 11:41.74
	100m: 1:18.52	250m: 3:30.33	400m: 5:48.38	550m: 7:58.29	700m: 10:14.85	
	150m: 2:01.78	300m: 4:16.19	450m: 6:31.25	600m: 8:44.85	750m: 10:57.28	
8.	Julia de Heide	KZV de Lansingh	11:06.86	200302934	11:50.28 +0,55	
	50m: 36.22	200m: 2:45.29	350m: 5:01.49	500m: 7:20.17	650m: 9:36.71	800m: 11:50.28
	100m: 1:17.44	250m: 3:30.04	400m: 5:47.55	550m: 8:06.32	700m: 10:21.65	
	150m: 2:00.47	300m: 4:16.27	450m: 6:33.41	600m: 8:52.02	750m: 11:06.14	

Senioren

1.	Leonie van Noort	WVZ	8:47.36	199301752	9:19.50 +0,81	
	50m: 31.63	200m: 2:16.19	350m: 4:01.76	500m: 5:48.05	650m: 7:34.61	800m: 9:19.50
	100m: 1:06.21	250m: 2:51.46	400m: 4:37.39	550m: 6:23.52	700m: 8:10.52	
	150m: 1:41.17	300m: 3:26.49	450m: 5:12.83	600m: 6:59.19	750m: 8:45.15	
2.	Angelique van Vark	Z&PC De Gouwe	9:27.35	199701478	9:38.24 +0,72	
	50m: 32.11	200m: 2:17.95	350m: 4:06.89	500m: 5:58.48	650m: 7:50.63	800m: 9:38.24
	100m: 1:07.25	250m: 2:53.79	400m: 4:44.18	550m: 6:36.01	700m: 8:27.80	
	150m: 1:42.71	300m: 3:29.97	450m: 5:21.36	600m: 7:13.46	750m: 9:04.18	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 18, Dames, 800m vrije slag, Senioren

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
3.	Marlinde Beukers	WVZ	9:30.91	200101934	9:57.15	+0,73
	50m: 31.93	200m: 2:21.84	350m: 4:14.95	500m: 6:09.35	650m: 8:05.44	800m: 9:57.15
	100m: 1:08.15	250m: 2:59.32	400m: 4:53.07	550m: 6:48.03	700m: 8:43.46	
	150m: 1:44.88	300m: 3:37.08	450m: 5:31.11	600m: 7:27.14	750m: 9:21.09	
4.	Diana Noordermeer	SG SCOM/de Zeehond'73	10:09.58	200102110	10:24.81	+0,65
	50m: 35.58	200m: 2:32.02	350m: 4:29.60	500m: 6:29.25	650m: 8:28.38	800m: 10:24.81
	100m: 1:14.11	250m: 3:11.01	400m: 5:09.46	550m: 7:09.01	700m: 9:07.93	
	150m: 1:52.96	300m: 3:50.33	450m: 5:49.12	600m: 7:48.92	750m: 9:46.83	
5.	Elyanne Boudestein	Zoetermeer	10:04.36	200101060	10:52.11	+0,75
	50m: 35.74	200m: 2:37.66	350m: 4:42.01	500m: 6:46.27	650m: 8:49.54	800m: 10:52.11
	100m: 1:15.78	250m: 3:18.31	400m: 5:23.61	550m: 7:26.91	700m: 9:31.06	
	150m: 1:56.47	300m: 3:59.92	450m: 6:04.90	600m: 8:08.27	750m: 10:12.42	
6.	Linda van der Voort	ZVL-1886	11:02.31	199207784	10:59.39	+0,65
	50m: 35.11	200m: 2:36.07	350m: 4:41.60	500m: 6:48.25	650m: 8:55.12	800m: 10:59.39
	100m: 1:14.52	250m: 3:17.61	400m: 5:23.76	550m: 7:30.75	700m: 9:37.63	
	150m: 1:54.94	300m: 3:59.52	450m: 6:05.91	600m: 8:13.15	750m: 10:19.63	
7.	Ramona Linting <i>* backup eindtijd</i>	LinK	10:40.42	198301274	11:02.31	+0,83
	50m: 36.12	200m: 2:39.71	350m: 4:45.47	500m: 6:52.01	650m: 8:57.92	800m: 11:02.31
	100m: 1:16.60	250m: 3:21.33	400m: 5:27.74	550m: 7:33.90	700m: 9:39.87	
	150m: 1:57.72	300m: 4:03.52	450m: 6:09.74	600m: 8:16.08	750m: 10:20.93	
8.	Cheyenne Visser	ZPC Wiekslag	11:03.81	199802318	11:10.49	+0,74
	50m: 34.47	200m: 2:37.04	350m: 4:44.79	500m: 6:53.31	650m: 9:02.64	800m: 11:10.49
	100m: 1:14.04	250m: 3:19.41	400m: 5:27.63	550m: 7:36.43	700m: 9:45.77	
	150m: 1:55.32	300m: 4:01.85	450m: 6:10.51	600m: 8:19.41	750m: 10:28.67	

Programmanr. 20
19-5-2019 - 14:35

Dames, 50m rugslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Lety Pieters	Rotterdam Swimming (SG)	36.29	200702720	35.56	+0,70
2.	Dide Provily	ZPC Wiekslag	36.06	200700480	35.98	+0,72
3.	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	36.48	200700110	36.12	+0,80
	Charlene Ruiters	De Columbiaan	35.75	200700522	36.12	+0,47
5.	Ananda van der Wiel	WVZ	36.40	200701562	36.14	+0,63
6.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	35.77	200700016	36.33	+0,66
7.	Fleur Kamminga	WVZ	37.46	200701838	36.56	+0,87
8.	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	36.47	200701400	37.79	
9.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	36.87	200704048	37.82	+0,72
10.	Janneke Twigt	KZV de Lansingh	37.62	200701040	38.48	+0,80
11.	Robin van den Akker	PCG	36.96	200700950	38.67	+0,70
12.	Yrsah Verheijen	The Hague Swimming (SG)	39.25	200700350	39.15	+0,65
13.	Stella van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	39.80	200700048	39.27	
14.	Aukje Schonewille	ZPB H&L Productions	39.77	200702340	39.34	+0,53
15.	Kyona Steffe	The Hague Swimming (SG)	40.67	200702004	39.53	+0,76
16.	Evi Bol	ZPC Wiekslag	39.56	200700790	39.69	+0,65
17.	Daniek Wijnen	ZVL-1886	40.08	200701280	39.79	+0,74
18.	Britte Lodder	ZZ&PC De Devel	39.26	200702290	40.48	
19.	Eloisa Gomes Delgado	Feijenoord Albion	39.63	200700812	41.04	+0,65
20.	Donna Verhoef	De Geul	39.35	200701934	42.38	+0,82
21.	Storm Maliepaard	ZPC Numansdorp	41.40	200702310	42.66	
Junioren 2						
1.	Kimberly Ruiters	De Columbiaan	32.47	200600492	33.94	+0,65
2.	Jade van der Maas	WVZ	34.28	200600408	34.17	+0,64
3.	Hilda Vrijbloed	De Duck	34.85	200600732	35.38	+0,58
4.	Alina Verga	The Hague Swimming (SG)	35.04	200603112	35.50	
5.	Nikita Snoeren	WVZ	35.02	200600342	35.55	+0,52
6.	Lotte Cornelissen	De Watervogels	36.04	200601182	36.30	+0,53
7.	Estelle van Wijngaarden	ZPB H&L Productions	35.76	200601020	36.54	+0,77
8.	Leyla Oversluisen	MNC Dordrecht	35.56	200602730	36.55	+0,72
9.	Laura 't Lam	De Geul	37.40	200603376	36.86	+0,62
10.	Noémi Oldenkamp	KZV de Lansingh	35.78	200600162	37.25	+0,67
11.	Quinty Kersten	ZOB'66	37.16	200601166	37.85	+0,71

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 20, Meisjes, 50m rugslag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
12.	Emma Suderee	MNC Dordrecht	36.92	200603598	38.53	+0,68
13.	Noa Bijl	SG SCOM/de Zeehond'73	39.63	200603586	39.70	+0,66
14.	Jamila de Lobel	SG SCOM/de Zeehond'73	38.05	200602320	39.75	+0,54
15.	Piera Stallen	Widex GZC Donk	41.05	200600510	39.95	+1,02
16.	Luna van Hoff	ZPB H&L Productions	37.88	200601074	40.06	+0,64
17.	Evelien Holterman	Zoetermeer	39.29	200601124	41.17	+0,66
DIS	Anna Melissant	PCG	37.06	200603122		

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

AFGEM Sanne Slof ZPV Barracuda 36.23 200601810

Junioren 3

1.	Jelsie van Ruijven	WVZ	31.47	200500282	32.56	+0,60
2.	Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	32.41	200503292	33.73	
3.	Madelief Mans	The Hague Swimming (SG)	33.35	200501260	33.94	+0,71
4.	Marit Huisman	ZPV Barracuda	33.24	200502620	34.03	+0,69
5.	Evelyn Liket	ZV Vlaardingen-Schiedam	33.06	200503118	34.19	+0,68
6.	Sophie Buurman	ZPC Wiekslag	33.39	200502530	34.40	+0,73
7.	Anique Hazebroek	The Hague Swimming (SG)	33.94	200502196	34.59	+0,61
8.	Vivianne Woltjes	The Hague Swimming (SG)	34.36	200501524	34.60	+0,75
9.	Niké Telkamp	The Hague Swimming (SG)	34.00	200501088	35.36	+0,61
10.	Milou Adriaanse	De Columbiaan	34.39	200500968	35.37	+0,58
11.	Yente Bouwmeester	De Columbiaan	34.02	200500340	35.94	+0,65
12.	Britt van't Zant	Feijenoord Albion	37.14	200501170	36.19	+0,62
13.	Laura Hoogenboezem	KZV de Lansingh	35.16	200500390	36.44	+0,75
14.	Madoline Held	The Hague Swimming (SG)	36.50	200503412	36.61	+1,00
15.	Elisabeth Kruger	Feijenoord Albion	37.37	200503938	36.81	+0,61
16.	Meira Simons	The Hague Swimming (SG)	37.54	200502984	37.24	+0,80
17.	Mar Stoel	De Columbiaan	36.64	200500520	37.38	+0,68
18.	Zoe Kenworthy	De Columbiaan	36.43	200500428	37.90	+0,65
19.	Lotte Zaal	De Columbiaan	37.90	200502590	38.07	+0,69
20.	Aisha Nobels	Feijenoord Albion	36.45	200501710	38.26	+0,74
21.	Anouchka Bos	ZPV Barracuda	36.98	200501528	38.47	+0,67
22.	Femke van Dam	ZV Vlaardingen-Schiedam	37.26	200504548	38.54	+0,58
23.	Emi Schipper	ZOB'66	37.45	200502126	38.96	
24.	Nynke Roosendaal	Feijenoord Albion	37.38	200502040	39.13	+0,59
25.	Fenne Saaf	Zoetermeer	38.49	200504340	39.65	+0,84

Jeugd 1 en 2

1.	Milou van Wijk	MNC Dordrecht	29.10	200404948	30.08	
2.	Anna van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	29.44	200400258	30.95	+0,59
3.	Britta Koehorst	KZV de Lansingh	29.42	200300246	31.29	+0,69
4.	Femke Hoppenbrouwer	The Hague Swimming (SG)	31.07	200301124	31.68	+0,67
5.	Julia Notenboom	De Columbiaan	32.12	200302596	32.67	+0,70
6.	Jill Nai Chung Tong	ZV Vlaardingen-Schiedam	31.01	200404272	32.68	+0,79
7.	Isabel Scheepbouwer	ZPC Wiekslag	32.56	200301106	33.58	+0,63
8.	Michelle van der Steen	ZV Vlaardingen-Schiedam	32.32	200300052	33.90	+0,73
9.	Jenna Klein	Link	32.59	200400914	34.92	+0,72
10.	Robine Boer	De Columbiaan	35.14	200402180	35.18	+0,80
11.	Fenna Herwig	ZPC Wiekslag	33.28	200400908	35.19	+0,75
12.	Feline Jonkers	Poseidon'56	34.89	200401160	35.36	+0,69
13.	Kim Rutters	De Kempvis	33.53	200302318	35.75	+0,65
14.	Lize van Stigt	Link	35.10	200401510	36.00	+0,64
15.	Marije de Jager	Link	35.98	200301394	36.49	+0,59
16.	Nora van der Steen	Link	35.48	200403458	36.64	+0,73
17.	Joyce van 't Hof	ZZ&PC De Devel	35.46	200302122	36.74	+0,67
18.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	34.85	200401012	37.06	+0,59
	Esther Reinders	KZV de Lansingh	35.38	200301798	37.06	
20.	Carmen Lems	KZV de Lansingh	35.52	200402632	37.36	+0,91
21.	Serena den Tuinder	ZPC Numansdorp	36.02	200303552	37.48	+0,71
22.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	34.39	200302658	38.38	+0,49
23.	Zoë Molenaar	Zoetermeer	35.44	200300978	39.07	+0,62
24.	Milou van Winkel	Link	41.33	200402296	41.48	+0,90
25.	Megan van Delden	WVZ	42.69	200405500	42.77	+0,68
DIS	Suzanne Dorsman	D'elft	33.83	200303314		

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

AFGEM Zinzi van der Maas WVZ 34.58 200402028

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 20, Dames, 50m rugslag

Senioren 1 en 2

1.	Elise Tanis	MNC Dordrecht	29.45	200200120	30.95	+0,59
2.	Tessa Giele	Feijenoord Albion	30.06	200203124	31.72	+0,67
3.	Maaïke Broersma	BZ en PC	30.33	200201522	31.75	+0,67
4.	Sanne Heemskerk	ZVL-1886	31.19	200100600	31.93	+0,58
5.	Sophie de Jonge	WVZ	32.27	200200118	33.01	+0,65
6.	Rosey Metz	WVZ	34.40	200101786	33.55	+0,67
	Fleur van Norren	KZV de Lansingh	34.40	200204432	33.55	+0,75
8.	Anniek de Rooter	Widex GZC Donk	32.05	200101224	33.75	+0,78
9.	Lynn Blommers	The Hague Swimming (SG)	32.36	200105062	33.84	+0,59
10.	Sacha van den Dobbelssteen	The Hague Swimming (SG)	33.55	200100904	35.32	+0,57
11.	Rozemarijn van Haaff	ZOB'66	33.73	200201852	35.36	+0,67
12.	Marbel Diderik	De Columbiaan	34.63	200205752	36.11	+0,71
13.	Amy van Leersum	Poseidon'56	34.46	200200300	36.33	+0,65
14.	Diana Noordermeer	SG SCOM/de Zeehond'73	34.96	200102110	37.10	
DIS	Robin Pienaar	ZPV Barracuda	32.41	200102236		

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

DIS	Chefanja Nunes	WVZ	28.89	200104750		
-----	----------------	-----	-------	-----------	--	--

RA - Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15m met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.

AFGEM	Anne Straub	Zoetermeer	34.32	200201402		
-------	-------------	------------	-------	-----------	--	--

Senioren

1.	Anouk van Weelden	PCG	30.56	199902828	32.10	+0,69
2.	Babette van der Kaaij	Rotterdam Swimming (SG)	30.61	199902234	32.19	+0,68
3.	Lauren van IJll	WVZ	31.08	200001064	32.79	+0,75
4.	Alisha Vieira	Rotterdam Swimming (SG)	32.35	199904554	33.23	+0,65
5.	Manon van Strien	WVZ	32.08	199400770	33.91	+0,80
6.	Karen van Dee	SG SCOM/de Zeehond'73	33.71	199604074	34.35	+0,73
7.	Cheyenne Visser	ZPC Wiekslag	32.85	199802318	34.71	+0,72
8.	Laura Tromp	ZZ&PC De Devel	34.50	200000276	35.06	+0,72
9.	Rianne Hofland	ZV Sassenheim	34.11	198801820	35.22	+0,71
10.	Jonne Moleman	LinK	42.75	200006264	41.75	+0,79
NG	Mabel Suli	WVZ	31.31	199307964		

Programmanr. 5
18-5-2019 - 11:20

Dames, 100m rugslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	
Junioren 1						
1.	Robin Vermeulen	MNC Dordrecht	1:12.48	200700412	1:14.65	+0,73
	50m: 36.86	100m: 1:14.65				
2.	Dide Provily	ZPC Wiekslag	1:16.14	200700480	1:16.42	
	50m: 37.08	100m: 1:16.42				
3.	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	1:18.28	200700110	1:17.20	+0,71
	50m: 37.92	100m: 1:17.20				
4.	Fleur Kamminga	WVZ	1:19.20	200701838	1:19.44	+0,83
	50m: 39.36	100m: 1:19.44				
5.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	1:17.16	200700016	1:19.96	+0,66
	50m: 38.54	100m: 1:19.96				
6.	Lety Pieters	Rotterdam Swimming (SG)	1:20.46	200702720	1:20.37	+0,77
	50m: 38.07	100m: 1:20.37				
7.	Ananda van der Wiel	WVZ	1:16.47	200701562	1:20.38	+0,73
	50m: 39.35	100m: 1:20.38				
8.	Janneke Twigt	KZV de Lansingh	1:21.03	200701040	1:20.61	+0,83
	50m: 39.69	100m: 1:20.61				
9.	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	1:17.57	200701400	1:20.73	+0,66
	50m: 39.66	100m: 1:20.73				
10.	Annedieke Scholte	The Hague Swimming (SG)	1:24.15	200701110	1:22.14	+0,81
	50m: 39.96	100m: 1:22.14				
11.	Charlene Rooter	De Columbiaan	1:18.92	200700522	1:22.67	+0,54
	50m: 40.61	100m: 1:22.67				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 5, Meisjes, 100m rugslag, Junioren 1

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
12.	Stella van Droffelaar <i>* Eindtijd backuptijd</i>	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:24.66	200700048	1:22.90	+0,75
	50m: 40.60	100m: 1:22.90				
13.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	1:22.07	200704048	1:24.10	+0,67
	50m: 41.08	100m: 1:24.10				
14.	Evi Bol	ZPC Wiekslag	1:26.30	200700790	1:24.43	+0,79
	50m: 41.58	100m: 1:24.43				
15.	Yrsah Verheijen	The Hague Swimming (SG)	1:26.36	200700350	1:24.98	+0,61
	50m: 41.38	100m: 1:24.98				
16.	Aukje Schonewille	ZPB H&L Productions	1:27.13	200702340	1:25.38	+0,59
	50m: 42.71	100m: 1:25.38				
17.	Robin van den Akker	PCG	1:22.60	200700950	1:25.90	+0,71
	50m: 43.02	100m: 1:25.90				
18.	Lea Visser	ZPC Numansdorp	1:32.89	200703572	1:31.35	+0,64
	50m: 45.68	100m: 1:31.35				

Junioren 2

1.	Hilda Vrijbloed	De Duck	1:13.88	200600732	1:14.42	+0,63
	50m: 36.09	100m: 1:14.42				
2.	Megan Jonkman	The Hague Swimming (SG)	1:12.58	200600508	1:14.92	
	50m: 37.16	100m: 1:14.92				
3.	Jade van der Maas	WVZ	1:11.85	200600408	1:15.73	+0,65
	50m: 37.27	100m: 1:15.73				
4.	Lotte Cornelissen	De Watervogels	1:17.57	200601182	1:17.56	+0,60
	50m: 37.96	100m: 1:17.56				
5.	Alina Verga	The Hague Swimming (SG)	1:15.30	200603112	1:18.53	+0,66
	50m: 37.42	100m: 1:18.53				
6.	Kimberly Ruiter	De Columbiaan	1:15.28	200600492	1:19.12	+0,66
	50m: 38.06	100m: 1:19.12				
7.	Nikita Snoeren <i>* Eindtijd backuptijd</i>	WVZ	1:15.95	200600342	1:19.85	+0,61
	50m: 39.52	100m: 1:19.85				
8.	Jamila de Lobel	SG SCOM/de Zeehond'73	1:23.40	200602320	1:21.63	+0,57
	50m: 40.74	100m: 1:21.63				
9.	Noémi Oldenkamp	KZV de Lansingh	1:17.37	200600162	1:22.08	+0,66
	50m: 39.55	100m: 1:22.08				
10.	Anna Melissant	PCG	1:24.19	200603122	1:22.35	
	50m: 39.65	100m: 1:22.35				
11.	Nayely Acosta Avarado	D'elft	1:19.53	200602934	1:22.39	+0,58
	50m: 39.28	100m: 1:22.39				
12.	Laura 't Lam	De Geul	1:16.18	200603376	1:22.79	+0,78
	50m: 40.08	100m: 1:22.79				
13.	Britt van Osnabrugge	ZPB H&L Productions	1:24.04	200601910	1:25.41	+0,77
	50m: 41.59	100m: 1:25.41				
14.	Emma Suderee	MNC Dordrecht	1:22.65	200603598	1:27.42	+0,60
	50m: 42.77	100m: 1:27.42				

Junioren 3

1.	Jelsie van Ruijven	WVZ	1:08.70	200500282	1:11.23	+0,58
	50m: 34.86	100m: 1:11.23				
2.	Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:11.37	200503292	1:12.83	+0,64
	50m: 35.74	100m: 1:12.83				
3.	Madelief Mans	The Hague Swimming (SG)	1:13.43	200501260	1:13.72	+0,69
	50m: 36.44	100m: 1:13.72				
4.	Marit Huisman	ZPV Barracuda	1:10.81	200502620	1:13.81	+0,62
	50m: 36.03	100m: 1:13.81				
5.	Vivianne Woltjes	The Hague Swimming (SG)	1:12.91	200501524	1:14.97	+0,75
	50m: 35.79	100m: 1:14.97				
6.	Laura Hoogenboezem	KZV de Lansingh	1:13.42	200500390	1:15.71	+0,74
	50m: 36.80	100m: 1:15.71				

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 5, Meisjes, 100m rugslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
7.	Anique Hazebroek 50m: 37.09	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:15.97	1:16.95	200502196	1:15.97	+0,65
8.	Niké Telkamp 50m: 36.85	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:16.17	1:11.97	200501088	1:16.17	+0,63
9.	Evelyn Liket 50m: 35.84	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:16.61	1:14.36	200503118	1:16.61	+0,76
10.	Sophie Buurman 50m: 37.78	ZPC Wiekslag 100m: 1:16.68	1:13.22	200502530	1:16.68	+0,73
11.	Britt van't Zant 50m: 37.01	Feijenoord Albion 100m: 1:17.21	1:16.63	200501170	1:17.21	
12.	Madoline Held 50m: 38.26	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:17.29	1:15.60	200503412	1:17.29	+1,05
13.	Elisabeth Kruger 50m: 37.82	Feijenoord Albion 100m: 1:18.00	1:20.23	200503938	1:18.00	+0,60
14.	Yente Bouwmeester 50m: 37.59	De Columbiaan 100m: 1:18.17	1:13.70	200500340	1:18.17	+0,61
15.	Milou Adriaanse 50m: 37.10	De Columbiaan 100m: 1:18.45	1:15.33	200500968	1:18.45	+0,68
16.	Meira Simons 50m: 39.35	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:19.92	1:17.11	200502984	1:19.92	+0,76
17.	Felicia Bosse 50m: 39.07	WZK 100m: 1:19.97	1:17.62	200504468	1:19.97	+0,79
18.	Isa Maes 50m: 38.61	Feijenoord Albion 100m: 1:20.32	1:13.93	200500110	1:20.32	+0,82
19.	Femke van Dam 50m: 40.39	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:23.15	1:22.77	200504548	1:23.15	
20.	Daphne van Tilburg 50m: 42.09	De Geul 100m: 1:23.62	1:19.29	200500580	1:23.62	+0,73
21.	Nynke Roosendaal 50m: 40.82	Feijenoord Albion 100m: 1:25.45	1:27.97	200502040	1:25.45	+0,61
DIS	Aisha Nobels <i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>	Feijenoord Albion	1:21.48	200501710		
AFGEM	Rosa Kwaijtaal	Poseidon'56	1:14.94	200500872		

Jeugd 1 en 2

1.	Anna van Droffelaar 50m: 31.90	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:05.89	1:02.49	200400258	1:05.89	+0,57
2.	Jill Nai Chung Tong 50m: 33.19	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:09.09	1:07.52	200404272	1:09.09	+0,73
3.	Femke Hoppenbrouwer 50m: 33.80	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:09.17	1:04.61	200301124	1:09.17	+0,65
4.	Julia Notenboom 50m: 34.52	De Columbiaan 100m: 1:10.04	1:08.16	200302596	1:10.04	+0,76
5.	Isabel Scheepbouwer 50m: 34.55	ZPC Wiekslag 100m: 1:12.50	1:08.87	200301106	1:12.50	+0,63
6.	Michelle van der Steen <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 35.18	ZV Vlaardingen-Schiedam 100m: 1:13.40	1:08.36	200300052	1:13.40	+0,70
7.	Lotte Koornneef 50m: 36.30	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:14.30	1:13.15	200303584	1:14.30	+0,68
8.	Isis Naaktgeboren 50m: 35.56	ZZ&PC De Devel 100m: 1:14.45	1:10.75	200403914	1:14.45	+0,68
9.	Jenna Klein 50m: 36.22	LinK 100m: 1:14.52	1:10.19	200400914	1:14.52	+0,79
10.	Kim Rutters 50m: 36.14	De Kempvis 100m: 1:14.81	1:11.77	200302318	1:14.81	+0,60
11.	Mara Bosman 50m: 37.52	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:16.37	1:14.55	200303048	1:16.37	+0,76
12.	Lize van Stigt 50m: 37.56	LinK 100m: 1:18.40	1:15.87	200401510	1:18.40	+0,60

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 5, Meisjes, 100m rugslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	
13.	Joyce van 't Hof 50m: 37.94	ZZ&PC De Devel 100m: 1:18.66	1:15.27	200302122	1:18.66	+0,73	
14.	Marije de Jager 50m: 38.16	LinK 100m: 1:18.90	1:13.66	200301394	1:18.90	+0,63	
15.	Esther Reinders 50m: 37.91	KZV de Lansingh 100m: 1:19.00	1:14.44	200301798	1:19.00	+0,56	
16.	Carmen Lems 50m: 38.10	KZV de Lansingh 100m: 1:19.02	1:17.33	200402632	1:19.02	+0,74	
17.	Fenna Herwig 50m: 38.28	ZPC Wiekslag 100m: 1:19.39	1:15.20	200400908	1:19.39	+0,81	
18.	Wendy ten Wolde 50m: 38.86	ZPC Wiekslag 100m: 1:19.49	1:14.50	200302658	1:19.49	+0,71	
19.	Zoë Molenaar 50m: 40.01	Zoetermeer 100m: 1:20.64	1:17.40	200300978	1:20.64	+0,74	
20.	Robine Boer 50m: 40.62	De Columbiaan 100m: 1:22.51	1:13.22	200402180	1:22.51	+0,78	
21.	Milou van Winkel 50m: 43.54	LinK 100m: 1:31.71	1:28.45	200402296	1:31.71	+0,98	341
22.	Megan van Delden 50m: 44.60	WVZ 100m: 1:37.88	1:39.79	200405500	1:37.88		319
AFGEM	Zinzi van der Maas	WVZ	1:11.16	200402028			

Senioren 1 en 2

1.	Elise Tanis 50m: 32.28	MNC Dordrecht 100m: 1:06.25	1:03.05	200200120	1:06.25	+0,75	
2.	Sanne Heemskerk 50m: 33.23	ZVL-1886 100m: 1:08.52	1:07.34	200100600	1:08.52	+0,60	
3.	Maaïke Broersma 50m: 32.96	BZ en PC 100m: 1:09.01	1:05.75	200201522	1:09.01	+0,66	
4.	Tessa Giele 50m: 34.16	Feijenoord Albion 100m: 1:09.92	1:07.07	200203124	1:09.92	+0,71	
5.	Ilse Kraaijeveld 50m: 34.99	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:12.57	1:09.85	200202190	1:12.57	+0,62	
6.	Rozemarijn van Haaff 50m: 35.68	ZOB'66 100m: 1:14.03	1:11.27	200201852	1:14.03	+0,71	
7.	Anniek de Ruiters <i>* Eindtijd backuptijd</i> 50m: 35.58	Widex GZC Donk 100m: 1:14.58	1:10.14	200101224	1:14.58	+0,84	
8.	Lynn Blommers 50m: 36.83	The Hague Swimming (SG) 100m: 1:15.02	1:10.41	200105062	1:15.02	+0,63	
9.	Manon Middelbos 50m: 36.13	z.c De Schotejil 100m: 1:15.26	1:13.37	200100056	1:15.26	+0,71	
10.	Fleur van Norren 50m: 36.40	KZV de Lansingh 100m: 1:16.26	1:11.36	200204432	1:16.26	+0,48	
11.	Lieske Zijlstra 50m: 37.70	z.c De Schotejil 100m: 1:17.10	1:12.41	200200996	1:17.10	+0,79	
12.	Anouk Vis 50m: 37.68	De Columbiaan 100m: 1:17.38	1:12.90	200203322	1:17.38	+0,61	
13.	Anne Straub 50m: 37.60	Zoetermeer 100m: 1:18.18	1:14.62	200201402	1:18.18	+0,68	
14.	Diana Noordermeer 50m: 38.08	SG SCOM/de Zeehond'73 100m: 1:19.03	1:15.80	200102110	1:19.03	+0,72	
15.	Elyanne Boudestein 50m: 38.62	Zoetermeer 100m: 1:19.76	1:12.61	200101060	1:19.76	+0,80	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 5, Dames, 100m rugslag

Senioren

1.	Babette van der Kaaij	Rotterdam Swimming (SG)	1:05.61	199902234		1:10.18	+0,72
	50m: 34.36	100m: 1:10.18					
2.	Lauren van IJll	WVZ	1:09.45	200001064		1:11.81	+0,73
	50m: 34.68	100m: 1:11.81					
3.	Manon van Strien	WVZ	1:10.85	199400770		1:12.90	+0,82
	50m: 35.10	100m: 1:12.90					
4.	Cheyenne Visser	ZPC Wiekslag	1:11.03	199802318		1:14.82	+0,73
	* Eindtijd backuptijd						
	50m: 35.47	100m: 1:14.82					
5.	Nilce Mendes Barbosa	Feijenoord Albion	1:12.74	199800214		1:16.97	+0,77
	50m: 35.69	100m: 1:16.97					
6.	Roos van Esch	Feijenoord Albion	1:11.90	198200468		1:19.24	
	50m: 38.71	100m: 1:19.24					
7.	Jonne Moleman	LinK	1:27.54	200006264	S7	1:27.20	+0,79 819
	50m: 42.57	100m: 1:27.20					
DIS	Anouk van Weelden	PCG	1:05.49	199902828			+0,74
	RA - Na start en/of keerpunt niet bij of voor de 15m met het hoofd het wateroppervlak doorbroken.						

Programmanr. 10
18-5-2019 - 15:20

Dames, 50m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Ananda van der Wiel	WVZ	32.29	200701562	32.57	+0,63
2.	Daniek Wijnen	ZVL-1886	34.68	200701280	33.17	+0,70
3.	Robin Vermeulen	MNC Dordrecht	32.04	200700412	33.41	+0,79
4.	Fleur Kamminga	WVZ	35.52	200701838	34.99	+0,73
5.	Lety Pieters	Rotterdam Swimming (SG)	39.06	200702720	35.12	+0,74
6.	Samantha van der Jagt	ZZ&PC De Devel	36.18	200700220	35.22	+0,77
7.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	34.25	200704048	35.26	+0,68
8.	Charlene Ruiters	De Columbiaan	34.81	200700522	36.24	+0,71
9.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	34.82	200700016	36.52	+0,73
	* backuptijd					
10.	Britte Lodder	ZZ&PC De Devel	36.06	200702290	36.68	+0,64
11.	Dominique Overduin	z.c De Schotejil	38.47	200700172	36.93	+0,80
12.	Lieke van den Andel	D'elft	38.61	200702010	37.10	+0,74
13.	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	36.85	200700110	37.12	+0,68
14.	Dide Provily	ZPC Wiekslag	36.74	200700480	37.29	+0,80
15.	Janneke Twigt	KZV de Lansingh	37.47	200701040	37.72	+0,74
16.	Robin van den Akker	PCG	37.21	200700950	37.85	+0,77
17.	Floor Hogervorst	Noordwijkerhout	36.32	200701400	38.10	+0,69
18.	Stella van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	38.61	200700048	38.12	+0,55
19.	Annikke Rupke	Widex GZC Donk	38.65	200700876	38.36	+0,77
20.	Yrsah Verheijen	The Hague Swimming (SG)	37.96	200700350	38.62	+0,70
21.	Storm Maliepaard	ZPC Numansdorp	39.78	200702310	40.96	

Junioren 2

1.	Estelle van Wijngaarden	ZPB H&L Productions	30.97	200601020	31.62	+0,80
2.	Kimberly Ruiters	De Columbiaan	31.22	200600492	31.93	+0,81
3.	Mara Tims	Rotterdam Swimming (SG)	31.47	200601136	32.12	+0,72
4.	Megan Jonkman	The Hague Swimming (SG)	33.60	200600508	32.21	+0,82
5.	Jade van der Maas	WVZ	32.55	200600408	32.22	+0,76
6.	Laura 't Lam	De Geul	33.10	200603376	33.28	+0,69
7.	Jessica Pol	Poseidon'56	35.02	200600030	34.07	+0,74
8.	G. Schrijvers van Zenden	The Hague Swimming (SG)	33.12	200601618	34.27	+0,76
9.	Anna Melissant	PCG	35.92	200603122	34.73	+0,74
10.	Elijdhah van der Heul	Rotterdam Swimming (SG)	33.65	200602180	34.77	+0,76
11.	Jamila de Lobel	SG SCOM/de Zeehond'73	35.13	200602320	34.85	+0,69
12.	Alina Verga	The Hague Swimming (SG)	36.57	200603112	35.79	+0,80
13.	Nikita Snoeren	WVZ	36.64	200600342	35.91	+0,70

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 10, Meisjes, 50m vlinderslag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
14.	Loïs van Valen	De Geul	34.06	200600396	36.17	+0,60
15.	Eva v.d. Slik	z.c De Schotejil	35.68	200602876	36.23	+0,75
16.	Luna van Hoff	ZPB H&L Productions	36.60	200601074	36.24	+0,62
	Jasmine Matuskova	ZV Vlaardingen-Schiedam	34.32	200602328	36.24	+0,66
18.	Donna van der Meer	BZ en PC	36.34	200601146	36.49	+0,75
19.	Quinty Kersten	ZOB'66	35.16	200601166	36.70	+0,74
20.	Hilda Vrijbloed	De Duck	36.19	200600732	37.37	+0,76
21.	Renske Overdam	Z&PC De Gouwe	37.83	200601676	37.45	+0,83
22.	Noémi Oldenkamp	KZV de Lansingh	36.54	200600162	39.05	+0,82
23.	Evelien Holterman	Zoetermeer	39.87	200601124	40.56	+0,84
AFGEM	Sanne Slof	ZPV Barracuda	34.79	200601810		
AFGEM	Puck Hogendoorn	DWF	36.81	200600898		

Junioren 3

1.	Jelsie van Ruijven	WVZ	30.59	200500282	30.94	+0,54
2.	Madelief Mans	The Hague Swimming (SG)	32.86	200501260	31.59	+0,67
3.	Niké Telkamp	The Hague Swimming (SG)	32.73	200501088	31.61	+0,70
4.	Milou Demirel	The Hague Swimming (SG)	32.24	200501254	31.68	+0,84
5.	Anique Hazebroek	The Hague Swimming (SG)	32.44	200502196	31.78	+0,73
6.	Vivianne Woltjes	The Hague Swimming (SG)	31.67	200501524	31.79	+0,73
7.	Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	31.89	200503292	31.96	+0,78
8.	Marit Huisman	ZPV Barracuda	31.94	200502620	32.10	+0,70
9.	Evelyn Liket	ZV Vlaardingen-Schiedam	32.81	200503118	32.19	+0,79
10.	Merel Schravendijk	The Hague Swimming (SG)	33.31	200503382	32.22	+0,72
11.	Sophia van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	31.41	200500330	32.66	+0,70
12.	Emma Verkuijl	ZPV Barracuda	32.45	200500826	32.90	+0,77
13.	Milou Adriaanse	De Columbiaan	32.46	200500968	33.08	+0,70
14.	Yente Bouwmeester	De Columbiaan	32.86	200500340	33.48	+0,76
15.	Sylvie Roos	Feijenoord Albion	34.03	200502772	33.68	+0,72
16.	Madoline Held	The Hague Swimming (SG)	35.06	200503412	33.91	
17.	Asha van Lobbereg	Feijenoord Albion	32.54	200500088	34.07	+0,70
18.	Britt van't Zant	Feijenoord Albion	33.45	200501170	34.20	+0,77
19.	Elise Vink	De Columbiaan	34.19	200502588	34.58	+0,77
20.	Mar Stoel	De Columbiaan	34.06	200500520	34.73	+0,74
21.	Laura Hoogenboezem	KZV de Lansingh	33.72	200500390	34.83	+0,75
22.	Emi Schipper	ZOB'66	34.46	200502126	35.15	+0,74
23.	Anastasia Romano	MNC Dordrecht	34.06	200501076	35.41	+0,76
24.	Aisha Nobels	Feijenoord Albion	36.21	200501710	35.48	+0,65
25.	Femke van Dam	ZV Vlaardingen-Schiedam	34.40	200504548	35.81	+0,76
26.	Lotte Zaal	De Columbiaan	35.41	200502590	35.94	+0,64
27.	Sophie Buurman	ZPC Wiekslag	34.25	200502530	36.32	+0,74
28.	Anouchka Bos	ZPV Barracuda	36.35	200501528	36.96	+0,69
29.	Eva Kerdel	WZK	36.01	200500930	37.08	+0,91
NG	Felicia Bosse	WZK	35.24	200504468		

Jeugd 1 en 2

1.	Britta Koehorst	KZV de Lansingh	27.78	200300246	28.51	+0,75
2.	Milou van Wijk	MNC Dordrecht	29.27	200404948	29.43	+0,74
3.	Femke Hoppenbrouwer	The Hague Swimming (SG)	28.67	200301124	29.65	+0,71
4.	Anna van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	28.72	200400258	29.67	+0,61
5.	Leonoor van Dijk	The Hague Swimming (SG)	29.21	200400832	29.79	+0,73
6.	Phaedra Meijer	MNC Dordrecht	30.68	200405834	30.32	+0,71
7.	Irma van der Wulp	WVZ	30.37	200401950	30.79	+0,73
8.	Lotte Koornneef	The Hague Swimming (SG)	32.88	200303584	31.33	+0,69
9.	Suzanne Dorsman	D'elft	32.86	200303314	31.47	+0,70
10.	Noa de Bock	De Duck	31.81	200300318	31.97	+0,65
11.	Amy Koelman	De Columbiaan	32.65	200300922	32.10	+0,76
12.	Jill Nai Chung Tong	ZV Vlaardingen-Schiedam	31.14	200404272	32.26	+0,76
13.	Isis Naaktgeboren	ZZ&PC De Devel	31.82	200403914	32.28	+0,81
14.	Nora van der Steen	Link	31.25	200403458	32.47	+0,76
15.	Fee Smittenaar	De Columbiaan	31.55	200303060	32.52	+0,70
16.	Isabel Scheepbouwer	ZPC Wiekslag	33.10	200301106	32.53	+0,66
17.	Julia Notenboom	De Columbiaan	31.84	200302596	32.55	+0,83
18.	Daniëlle Vis	De Columbiaan	33.25	200401044	32.62	+0,72
19.	Lucile Bazalgette	D'elft	33.71	200403484	33.06	+0,76
20.	Marije de Jager	Link	32.76	200301394	33.17	+0,56
21.	Lara Hoeksema	The Hague Swimming (SG)	32.89	200400514	33.18	+0,75

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 10, Meisjes, 50m vlinderslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	
22.	Robine Boer	De Columbiaan	32.79	200402180	33.27	+0,79	
23.	Mandy van der Meijden	Widex GZC Donk	33.57	200402574	33.45	+0,76	
24.	Michelle van der Steen	ZV Vlaardingen-Schiedam	33.46	200300052	33.61	+0,63	
25.	Lize van Stigt	LinK	31.93	200401510	33.88	+0,66	
26.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	31.80	200302658	34.28	+0,72	
27.	Joyce van 't Hof	ZZ&PC De Devel	32.75	200302122	34.39	+0,72	
28.	Anique Star	De Columbiaan	33.26	200400446	34.52	+0,76	
29.	Esther Reinders	KZV de Lansingh	34.29	200301798	34.69	+0,69	
30.	Jenna Klein	LinK	33.20	200400914	34.78	+0,79	
31.	Juliette Boon	ZZ&PC De Devel	33.73	200401908	34.81	+0,70	
32.	Carmen Lems	KZV de Lansingh	34.15	200402632	34.89	+0,68	
33.	Jade Geurts	WVZ	33.97	200402278	34.92	+0,76	
34.	Lotte van der Maas	ZOB'66	34.12	200402376	35.04	+0,74	
35.	Fiona Moerman	The Hague Swimming (SG)	32.71	200401668	35.30	+0,74	
36.	Fenna Herwig	ZPC Wiekslag	33.18	200400908	35.45	+0,79	
37.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	34.63	200401012	35.72	+0,70	
38.	Zoë Molenaar	Zoetermeer	35.07	200300978	36.46	+0,88	
39.	Maaïke van Lochem	Zoetermeer	34.74	200301390	36.59	+0,70	
40.	Milou van Winkel	LinK	41.21	200402296	39.62	+0,81	
41.	Megan van Delden	WVZ	43.29	200405500	40.98	+0,77	360

Senioren 1 en 2

1.	Chefanja Nunes	WVZ	27.25	200104750	27.58	+0,66	
2.	Lotte Hosper	The Hague Swimming (SG)	27.95	200201414	27.93	+0,71	
3.	Elise Tanis	MNC Dordrecht	28.28	200200120	28.76	+0,72	
4.	Tessa Giele	Feijenoord Albion	29.14	200203124	29.38	+0,63	
5.	Lynn Blommers	The Hague Swimming (SG)	29.34	200105062	29.94	+0,68	
6.	Ilse Kraaijeveld	The Hague Swimming (SG)	30.02	200202190	30.28	+0,70	
7.	Sanne Heemskerk	ZVL-1886	31.54	200100600	30.61	+0,70	
8.	Sophie de Jonge	WVZ	32.58	200200118	30.69	+0,73	
9.	Rosey Metz	WVZ	29.47	200101786	31.00	+0,73	
10.	Maaïke Broersma	BZ en PC	29.73	200201522	31.15	+0,72	
11.	Lieske Zijlstra	z.c De Schotejil	30.73	200200996	31.47	+0,73	
12.	Eline Duynisveld	WVZ	31.47	200103958	31.66	+0,75	
13.	Sacha van den Dobbelsteen	The Hague Swimming (SG)	30.77	200100904	31.94	+0,62	
14.	Amy van Leersum	Poseidon'56	31.77	200200300	32.16	+0,77	
15.	Anouk Vis	De Columbiaan	32.11	200203322	32.43	+0,79	
16.	Anniek de Ruiter	Widex GZC Donk	31.01	200101224	32.57	+0,82	
17.	Rozemarijn van Haaff	ZOB'66	31.57	200201852	32.79	+0,69	
18.	Sam IJzerman	De Geul	31.74	200101204	32.84	+0,70	
19.	Marbel Diderik	De Columbiaan	31.93	200205752	33.64	+0,66	
20.	Manon Middelbos	z.c De Schotejil	33.02	200100056	33.86	+0,74	
21.	Esmée Roodenburg	De Geul	32.95	200100040	33.88	+0,72	
22.	Jasmine el Taraboulsi	WZK	31.67	200105788	34.05	+0,79	
23.	Sanne van Ruijven	WVZ	34.65	200201120	34.10	+0,76	
24.	Grace Anderson	WVZ	32.79	200200578	34.24	+0,76	
25.	Jana Driest	Widex GZC Donk	35.12	200103582	34.32	+0,64	
26.	Susan van Grol	Widex GZC Donk	34.42	200201344	35.21	+0,80	
27.	Anna Hoogenboezem	KZV de Lansingh	34.23	200200658	35.99	+0,78	
NG	Anne Straub	Zoetermeer	31.22	200201402			

Senioren

1.	Mariska Scheel	KZV de Lansingh	29.06	199306344	30.02	+0,76	
2.	Lauren van IJll	WVZ	29.66	200001064	30.28	+0,75	
3.	Marije Dinkelberg	Feijenoord Albion	29.86	199703192	30.40	+0,72	
4.	Babette van der Kaaij	Rotterdam Swimming (SG)	29.98	199902234	30.82	+0,72	
5.	Pien Schravendesande	KZV de Lansingh	30.30	199902010	31.12	+0,71	
6.	Alisha Vieira	Rotterdam Swimming (SG)	30.97	199904554	31.16	+0,70	
7.	Anouk van Weelden	PCG	30.49	199902828	31.53	+0,78	
8.	Fenna de Groot	Feijenoord Albion	30.84	199701796	31.90	+0,67	
9.	Linda van der Voort	ZVL-1886	31.80	199207784	32.06	+0,67	
10.	Wendy de Bruin	ZOB'66	31.87	199206320	32.21	+0,63	
11.	Nikita Herwig	ZPC Wiekslag	30.22	199903552	32.26	+0,78	
12.	Eef Hollander	The Hague Swimming (SG)	32.30	199602074	32.29	+0,67	
13.	Kelly Wigleven	Poseidon'56	31.81	199500058	32.48	+0,74	
	Nilce Mendes Barbosa	Feijenoord Albion	31.45	199800214	32.48	+0,63	
15.	Lincy de Winter	The Hague Swimming (SG)	32.25	199805886	33.11	+0,68	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 10, Dames, 50m vlinderslag, Senioren

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	
16.	Laura Tromp	ZZ&PC De Devel	33.24	200000276	34.85	+0,76	
17.	Lianne Boegheim	Widex GZC Donk	33.52	199805454	35.15	+0,77	
18.	Jonne Moleman	LinK	41.56	200006264	41.37	+0,85	546

Programmanr. 3
18-5-2019 - 10:20

Dames, 200m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Junioren 1						
1.	Ananda van der Wiel	WVZ	2:56.12	200701562	3:00.07	+0,68
	50m: 36.70	100m: 1:20.70	150m: 2:07.33	200m: 3:00.07		
2.	Jaylin van der Linden	ZZ&PC De Devel	3:28.97	200701766	3:43.85	+0,79
	50m: 46.79	100m: 1:44.77	150m: 2:44.65	200m: 3:43.85		
DIS	Fleur Kamminga	WVZ	3:15.05	200701838		+0,87
	<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>					

Junioren 2

1.	Mara Tims	Rotterdam Swimming (SG)	2:33.60	200601136	2:40.35	+0,72
	50m: 34.00	100m: 1:14.51	150m: 1:57.08	200m: 2:40.35		
2.	Jade van der Maas	WVZ	2:45.44	200600408	2:50.79	+0,67
	50m: 35.44	100m: 1:17.77	150m: 2:04.75	200m: 2:50.79		
3.	Estelle van Wijngaarden	ZPB H&L Productions	2:48.53	200601020	2:56.60	+0,71
	50m: 35.18	100m: 1:17.48	150m: 2:06.44	200m: 2:56.60		
4.	Jessica Pol	Poseidon'56	3:03.76	200600030	3:15.43	+0,73
	50m: 38.90	100m: 1:28.37	150m: 2:23.13	200m: 3:15.43		
5.	Laura 't Lam	De Geul	3:04.75	200603376	3:22.44	+0,63
	50m: 39.72	100m: 1:30.33	150m: 2:25.23	200m: 3:22.44		

Junioren 3

1.	Asha van Lobbregt	Feijenoord Albion	2:43.72	200500088	2:44.76	+0,68
	50m: 34.79	100m: 1:15.90	150m: 1:59.23	200m: 2:44.76		
2.	Isa Maes	Feijenoord Albion	2:42.69	200500110	2:50.46	+0,73
	50m: 36.69	100m: 1:20.38	150m: 2:06.85	200m: 2:50.46		
3.	Sophia van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:44.16	200500330	2:52.14	+0,69
	50m: 34.64	100m: 1:17.91	150m: 2:05.12	200m: 2:52.14		
4.	Merel Schravendijk	The Hague Swimming (SG)	2:51.22	200503382	2:53.10	+0,75
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>					
	50m: 36.91	100m: 1:21.32	150m: 2:08.61	200m: 2:53.10		
5.	Madoline Held	The Hague Swimming (SG)	3:01.05	200503412	3:01.67	+0,77
	50m: 38.35	100m: 1:25.10	150m: 2:13.74	200m: 3:01.67		
6.	Sylvie Roos	Feijenoord Albion	2:49.69	200502772	3:05.76	+0,71
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>					
	50m: 36.13	100m: 1:18.46	150m: 2:06.68	200m: 3:05.76		
7.	Felicia Bosse	WZK	3:02.01	200504468	3:10.68	+0,86
	50m: 36.49	100m: 1:22.74	150m: 2:15.55	200m: 3:10.68		

Jeugd 1 en 2

1.	Rinske Bouman	Rotterdam Swimming (SG)	2:31.73	200400578	2:39.15	+0,84
	50m: 33.25	100m: 1:12.65	150m: 1:54.45	200m: 2:39.15		
2.	Julia Notenboom	De Columbiaan	2:41.02	200302596	2:49.28	+0,73
	50m: 35.99	100m: 1:17.67	150m: 2:02.54	200m: 2:49.28		
3.	Lize van Stigt	LinK	2:36.09	200401510	2:55.00	+0,66
	50m: 36.66	100m: 1:20.44	150m: 2:08.82	200m: 2:55.00		
4.	Robine Boer	De Columbiaan	2:55.93	200402180	2:57.55	+0,65
	50m: 38.47	100m: 1:25.39	150m: 2:15.25	200m: 2:57.55		
5.	Cheyenne Elburg	KZV de Lansingh	2:50.97	200401170	3:01.23	+0,75
	50m: 37.23	100m: 1:23.02	150m: 2:11.98	200m: 3:01.23		

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 3, Meisjes, 200m vlinderslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Lotte van der Maas	ZOB'66	2:53.20	200402376	3:03.97 +0,81
	50m: 36.11	100m: 1:23.09	150m: 2:13.31	200m: 3:03.97	
7.	Lucile Bazalgette	D'elft	3:04.03	200403484	3:05.96 +0,76
	50m: 40.50	100m: 1:27.95	150m: 2:17.58	200m: 3:05.96	
8.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	2:51.36	200302658	3:17.77 +0,76
	50m: 37.96	100m: 1:26.57	150m: 2:22.68	200m: 3:17.77	
DIS	Nora van der Steen	LinK	2:43.93	200403458	+0,72
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>				

Senioren 1 en 2

1.	Tessa Giele	Feijenoord Albion	2:23.45	200203124	2:24.74 +0,68
	50m: 32.00	100m: 1:09.55	150m: 1:47.24	200m: 2:24.74	
2.	Rosey Metz	WVZ	2:37.05	200101786	2:43.95 +0,77
	<i>* Eindtijd backuptijd</i>				
	50m: 35.84	100m: 1:17.42	150m: 2:00.44	200m: 2:43.95	
3.	Diana Noordermeer	SG SCOM/de Zeehond'73	2:46.89	200102110	2:49.55 +0,67
	50m: 37.12	100m: 1:20.02	150m: 2:03.84	200m: 2:49.55	
4.	Anna Hoogenboezem	KZV de Lansingh	2:44.25	200200658	2:54.77 +0,78
	50m: 37.20	100m: 1:21.28	150m: 2:07.91	200m: 2:54.77	

Senioren

1.	Fenna de Groot	Feijenoord Albion	2:26.99	199701796	2:34.47 +0,66
	50m: 32.85	100m: 1:11.27	150m: 1:51.76	200m: 2:34.47	
2.	Angelique van Vark	Z&PC De Gouwe	2:30.57	199701478	2:39.26 +0,68
	50m: 32.97	100m: 1:12.62	150m: 1:55.67	200m: 2:39.26	
3.	Roos van Esch	Feijenoord Albion	2:34.46	198200468	2:46.62 +0,91
	50m: 36.12	100m: 1:17.50	150m: 2:01.72	200m: 2:46.62	
4.	Ramona Linting	LinK	2:49.96	198301274	2:57.98 +0,85
	50m: 38.25	100m: 1:23.98	150m: 2:10.79	200m: 2:57.98	
5.	Isabelle Janssen	MNC Dordrecht	3:08.82	200006318	3:09.30 +0,70
	50m: 42.34	100m: 1:29.95	150m: 2:19.71	200m: 3:09.30	
6.	Anne Aarts	D'elft	2:55.11	199207942	3:10.15 +0,77
	50m: 40.32	100m: 1:26.83	150m: 2:17.43	200m: 3:10.15	

Programmanr. 15
19-5-2019 - 10:30

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1					
1.	Ananda van der Wiel	WVZ	2:40.10	200701562	2:41.81 +0,64
	50m: 33.21	100m: 1:15.61	150m: 2:04.18	200m: 2:41.81	
2.	Robin Vermeulen	MNC Dordrecht	2:44.58	200700412	2:44.35 +0,83
	<i>*bu 200m</i>				
	50m: 35.53	100m: 1:18.23	150m: 2:08.37	200m: 2:44.35	
3.	Samantha van der Jagt	ZZ&PC De Devel	2:50.05	200700220	2:49.85 +0,83
	50m: 38.51	100m: 1:22.59	150m: 2:11.34	200m: 2:49.85	
4.	Mila Oomens	ZPV Barracuda	2:45.64	200700016	2:51.40 +0,71
	50m: 36.36	100m: 1:21.50	150m: 2:12.11	200m: 2:51.40	
5.	Charlotte Woltjes	The Hague Swimming (SG)	2:51.08	200700110	2:52.58 +0,72
	50m: 36.80	100m: 1:20.68	150m: 2:13.26	200m: 2:52.58	
6.	Thalia Meijer	MNC Dordrecht	2:49.64	200704048	2:52.76 +0,81
	50m: 37.80	100m: 1:24.72	150m: 2:13.95	200m: 2:52.76	
7.	Fleur Kamminga	WVZ	2:53.26	200701838	2:53.10 +0,89
	50m: 37.83	100m: 1:22.27	150m: 2:14.33	200m: 2:53.10	
8.	Stella van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:56.09	200700048	2:55.19 +0,69
	<i>*bu 200m</i>				
	50m: 38.86	100m: 1:23.46	150m: 2:15.02	200m: 2:55.19	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 15, Meisjes, 200m wisselslag, Junioren 1

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
9.	Annique Rupke 50m: 40.51	Widex GZC Donk	3:02.71 100m: 1:26.08 150m: 2:15.87 200m: 2:58.27	200700876 2:58.27	+0,66
10.	Charlene Ruiters 50m: 38.91	De Columbiaan	3:00.86 100m: 1:28.02 150m: 2:15.86 200m: 2:58.47	200700522 2:58.47	+0,73
11.	Britte Lodder 50m: 38.14	ZZ&PC De Devel	2:59.66 100m: 1:26.05 150m: 2:19.66 200m: 2:59.31	200702290 2:59.31	+0,67
12.	Floor Hogervorst 50m: 42.07	Noordwijkerhout	2:54.58 100m: 1:27.27 150m: 2:19.66 200m: 2:59.92	200701400 2:59.92	+0,73
13.	Annedieke Scholte 50m: 41.05	The Hague Swimming (SG)	3:05.01 100m: 1:25.89 150m: 2:21.05 200m: 3:00.99	200701110 3:00.99	+0,83
14.	Yrsah Verheijen 50m: 39.63	The Hague Swimming (SG)	2:59.69 100m: 1:25.25 150m: 2:20.63 200m: 3:01.67	200700350 3:01.67	+0,86
15.	Daniek Wijnen 50m: 35.32	ZVL-1886	3:03.96 100m: 1:25.05 150m: 2:19.40 200m: 3:01.80	200701280 3:01.80	+0,71
16.	Evi Bol 50m: 43.53	ZPC Wiekslag	3:09.45 100m: 1:31.71 150m: 2:23.81 200m: 3:05.23	200700790 3:05.23	+0,79
17.	Kyona Steffe 50m: 41.65	The Hague Swimming (SG)	3:08.63 100m: 1:26.16 150m: 2:20.82 200m: 3:07.62	200702004 3:07.62	+0,82
18.	Liza Voronov 50m: 45.01	WVZ	3:08.07 100m: 1:34.01 150m: 2:28.21 200m: 3:10.07	200700564 3:10.07	+0,55
19.	Donna Verhoef 50m: 42.20	De Geul	3:05.66 100m: 1:32.52 150m: 2:28.78 200m: 3:11.35	200701934 3:11.35	+0,78
20.	Aukje Schonewille 50m: 47.40	ZPB H&L Productions	3:11.01 100m: 1:33.21 150m: 2:37.46 200m: 3:17.19	200702340 3:17.19	+0,72
DIS	Sophie Adriaanse <i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>	De Columbiaan	3:04.92	200701066	

Junioren 2

1.	Mara Tims 50m: 32.77	Rotterdam Swimming (SG)	2:39.54 100m: 1:13.93 150m: 2:03.64 200m: 2:42.22	200601136 2:42.22	+0,73
2.	Leyla Oversluizen 50m: 34.58	MNC Dordrecht	2:45.38 100m: 1:18.17 150m: 2:07.31 200m: 2:45.40	200602730 2:45.40	+0,80
3.	Jade van der Maas 50m: 33.61	WVZ	2:40.14 100m: 1:16.32 150m: 2:06.27 200m: 2:45.77	200600408 2:45.77	+0,73
4.	Alina Verga 50m: 35.78	The Hague Swimming (SG)	2:59.35 100m: 1:18.71 150m: 2:10.27 200m: 2:49.75	200603112 2:49.75	+0,56
5.	Laura 't Lam 50m: 36.15	De Geul	2:51.59 100m: 1:21.36 150m: 2:14.84 200m: 2:53.42	200603376 2:53.42	+0,79
6.	Hilda Vrijbloed <i>*bu 200m</i> 50m: 39.06	De Duck	2:47.77 100m: 1:21.88 150m: 2:16.28 200m: 2:53.58	200600732 2:53.58	+0,81
7.	Nikita Snoeren 50m: 38.07	WVZ	2:49.53 100m: 1:20.24 150m: 2:13.43 200m: 2:53.77	200600342 2:53.77	+0,69
8.	Jamila de Lobel 50m: 37.11	SG SCOM/de Zeehond'73	2:58.34 100m: 1:23.87 150m: 2:13.12 200m: 2:54.71	200602320 2:54.71	+0,63
9.	Anna Melissant 50m: 36.44	PCG	2:54.57 100m: 1:24.07 150m: 2:15.32 200m: 2:57.34	200603122 2:57.34	+0,74
10.	Donna van der Meer 50m: 37.04	BZ en PC	2:56.73 100m: 1:22.11 150m: 2:15.91 200m: 2:58.98	200601146 2:58.98	+0,66
11.	Kimberly Ruiters 50m: 35.93	De Columbiaan	2:47.64 100m: 1:22.83 150m: 2:17.87 200m: 3:00.56	200600492 3:00.56	+0,88
12.	G. Schrijvers van Zenden 50m: 36.38	The Hague Swimming (SG)	2:52.11 100m: 1:24.39 150m: 2:19.47 200m: 3:00.85	200601618 3:00.85	+0,72
13.	Lotte Cornelissen 50m: 38.99	De Watervogels	2:55.09 100m: 1:24.11 150m: 2:19.40 200m: 3:01.74	200601182 3:01.74	
14.	Charlize Rovers 50m: 40.42	De Kempvis	2:55.44 100m: 1:29.04 150m: 2:18.25 200m: 3:03.33	200600684 3:03.33	+0,84
15.	Noémi Oldenkamp 50m: 40.06	KZV de Lansingh	3:02.71 100m: 1:26.26 150m: 2:21.57 200m: 3:04.37	200600162 3:04.37	+0,77
16.	Renske Overdam 50m: 38.45	Z&PC De Gouwe	2:59.95 100m: 1:27.86 150m: 2:24.92 200m: 3:05.27	200601676 3:05.27	+0,83

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 15, Meisjes, 200m wisselslag, Junioren 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
17.	Zahra Day 50m: 43.80	The Hague Swimming (SG)	2:59.72 100m: 1:31.66 150m: 2:25.09 200m: 3:08.32	200601374 3:08.32	+0,68
18.	Emma Suderee 50m: 40.92	MNC Dordrecht	2:58.62 100m: 1:26.03 150m: 2:26.96 200m: 3:09.36	200603598 3:09.36	+0,64
19.	Alice Rosato 50m: 42.75	WZK	3:10.76 100m: 1:32.29 150m: 2:27.69 200m: 3:11.74	200603028 3:11.74	+0,65
20.	Evelien Holterman 50m: 42.87	Zoetermeer	3:00.91 100m: 1:33.95 150m: 2:28.69 200m: 3:12.64	200601124 3:12.64	+0,77
NG	Elijdjah van der Heul	Rotterdam Swimming (SG)	2:32.33	200602180	

Junioren 3

1.	Jelsie van Ruijven 50m: 33.60	WVZ	2:30.23 100m: 1:12.05 150m: 1:54.74 200m: 2:29.38	200500282 2:29.38	+0,70
2.	Sophia van Droffelaar 50m: 33.72	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:27.16 100m: 1:13.89 150m: 1:57.14 200m: 2:33.31	200500330 2:33.31	+0,76
3.	Isa Maes 50m: 33.36	Feijenoord Albion	2:32.19 100m: 1:14.73 150m: 2:00.19 200m: 2:35.31	200500110 2:35.31	+0,74
4.	Emma Verkuijl 50m: 34.45	ZPV Barracuda	2:36.67 100m: 1:15.87 150m: 2:04.91 200m: 2:40.34	200500826 2:40.34	+0,62
5.	Niké Telkamp 50m: 32.88	The Hague Swimming (SG)	2:36.75 100m: 1:15.76 150m: 2:02.17 200m: 2:40.40	200501088 2:40.40	+0,77
6.	Karlijn Offeringa 50m: 34.12	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:38.20 100m: 1:15.97 150m: 2:03.94 200m: 2:40.44	200503292 2:40.44	+0,80
7.	Vivianne Woltjes 50m: 33.15	The Hague Swimming (SG)	2:43.94 100m: 1:14.36 150m: 2:03.22 200m: 2:40.49	200501524 2:40.49	+0,72
8.	Madelief Mans <i>*bu 200m</i> 50m: 34.33	The Hague Swimming (SG)	2:43.55 100m: 1:15.10 150m: 2:04.58 200m: 2:40.65	200501260 2:40.65	+0,77
9.	Asha van Lobbergt 50m: 35.01	Feijenoord Albion	2:39.21 100m: 1:17.04 150m: 2:04.86 200m: 2:41.47	200500088 2:41.47	+0,70
10.	Laura Hoogenboezem 50m: 35.26	KZV de Lansingh	2:38.60 100m: 1:18.61 150m: 2:04.39 200m: 2:45.24	200500390 2:45.24	+0,74
11.	Evelyn Liket 50m: 34.88	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:45.04 100m: 1:17.88 150m: 2:06.32 200m: 2:45.74	200503118 2:45.74	+0,77
12.	Milou Demirel 50m: 35.05	The Hague Swimming (SG)	2:45.57 100m: 1:19.90 150m: 2:07.71 200m: 2:46.34	200501254 2:46.34	+0,87
13.	Madoline Held 50m: 34.89	The Hague Swimming (SG)	2:43.76 100m: 1:17.78 150m: 2:08.50 200m: 2:47.21	200503412 2:47.21	+0,73
14.	Sylvie Roos <i>*bu 200m</i> 50m: 35.15	Feijenoord Albion	2:44.49 100m: 1:20.88 150m: 2:08.79 200m: 2:48.18	200502772 2:48.18	+0,83
15.	Aisha Nobels 50m: 35.47	Feijenoord Albion	2:47.24 100m: 1:20.01 150m: 2:11.48 200m: 2:48.89	200501710 2:48.89	+0,64
16.	Anouchka Bos 50m: 38.33	ZPV Barracuda	2:49.46 100m: 1:25.27 150m: 2:13.21 200m: 2:49.99	200501528 2:49.99	+0,80
17.	Milou Adriaanse 50m: 36.92	De Columbiaan	2:47.55 100m: 1:20.55 150m: 2:13.25 200m: 2:50.18	200500968 2:50.18	+0,73
18.	Mar Stoel 50m: 35.95	De Columbiaan	2:50.62 100m: 1:20.92 150m: 2:15.43 200m: 2:53.08	200500520 2:53.08	+0,76
19.	Elise Vink 50m: 35.74	De Columbiaan	2:43.43 100m: 1:21.97 150m: 2:11.07 200m: 2:53.65	200502588 2:53.65	+0,78
20.	Noor Frijlink 50m: 38.78	De Columbiaan	2:54.23 100m: 1:22.91 150m: 2:13.03 200m: 2:54.00	200500970 2:54.00	+0,51
21.	Peggy Blom 50m: 38.83	Z&PC De Gouwe	2:54.70 100m: 1:25.89 150m: 2:17.33 200m: 2:55.35	200503166 2:55.35	+0,76
22.	Ada Eker <i>*bu 200m</i> 50m: 39.88	WZK	2:52.00 100m: 1:29.36 150m: 2:18.89 200m: 3:00.04	200504608 3:00.04	+0,75
23.	Femke van Dam 50m: 37.20	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:56.09 100m: 1:24.55 150m: 2:20.57 200m: 3:00.74	200504548 3:00.74	+0,77

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 15, Meisjes, 200m wisselslag, Junioren 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
24.	Fenne Saaf	Zoetermeer	2:55.54	200504340	3:02.92 +0,85
	50m: 41.08	100m: 1:27.09	150m: 2:21.32	200m: 3:02.92	
25.	Daphne van Tilburg	De Geul	2:58.53	200500580	3:03.14 +0,80
	50m: 40.82	100m: 1:28.58	150m: 2:23.63	200m: 3:03.14	
26.	Amy Duijnhoven	ZV Sassenheim	2:58.66	200502606	3:04.05 +0,80
	50m: 39.83	100m: 1:27.51	150m: 2:24.61	200m: 3:04.05	
27.	Carolina Serrano Garcia	WZK	3:09.32	200504712	3:17.04 +0,86
	50m: 40.88	100m: 1:31.94	150m: 2:27.97	200m: 3:17.04	
NG.ZA	Anique Hazebroek	The Hague Swimming (SG)	2:39.98	200502196	
AFGEM	Rosa Kwaijtaal	Poseidon'56	2:44.46	200500872	

Jeugd 1 en 2

1.	Anna van Droffelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:17.07	200400258	2:23.39 +0,62
	50m: 30.75	100m: 1:07.69	150m: 1:49.02	200m: 2:23.39	
2.	Britta Koehorst	KZV de Lansingh	2:20.71	200300246	2:27.76 +0,79
	50m: 30.75	100m: 1:10.06	150m: 1:52.04	200m: 2:27.76	
3.	Jill Nai Chung Tong	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:26.55	200404272	2:31.96 +0,75
	50m: 32.03	100m: 1:10.51	150m: 1:54.59	200m: 2:31.96	
4.	Irma van der Wulp	WVZ	2:30.10	200401950	2:35.06 +0,78
	50m: 32.36	100m: 1:13.79	150m: 1:58.50	200m: 2:35.06	
5.	Rinske Bouman	Rotterdam Swimming (SG)	2:29.68	200400578	2:36.39 +0,77
	50m: 32.77	100m: 1:13.08	150m: 1:59.82	200m: 2:36.39	
6.	Daniëlle Vis	De Columbiaan	2:35.72	200401044	2:38.17 +0,71
	50m: 34.30	100m: 1:16.77	150m: 2:01.26	200m: 2:38.17	
7.	Leonoor van Dijk	The Hague Swimming (SG)	2:41.74	200400832	2:38.28 +0,71
	50m: 31.22	100m: 1:13.85	150m: 1:58.58	200m: 2:38.28	
8.	Kim de Jong	LinK	2:31.46	200301026	2:38.57 +0,84
	50m: 33.89	100m: 1:16.19	150m: 2:00.67	200m: 2:38.57	
9.	Suzanne Dorsman	D'elft	2:34.89	200303314	2:38.98 +0,61
	50m: 32.00	100m: 1:14.73	150m: 2:02.86	200m: 2:38.98	
10.	Julia Notenboom	De Columbiaan	2:35.23	200302596	2:40.15 +0,80
	50m: 33.83	100m: 1:14.07	150m: 2:04.28	200m: 2:40.15	
11.	Mara Bosman	The Hague Swimming (SG)	2:40.55	200303048	2:40.24 +0,62
	50m: 35.54	100m: 1:16.28	150m: 2:04.25	200m: 2:40.24	
12.	Isis Naaktgeboren	ZZ&PC De Devel	2:39.60	200403914	2:42.13 +0,77
	50m: 33.60	100m: 1:16.43	150m: 2:06.37	200m: 2:42.13	
13.	Jade Geurts	WVZ	2:38.20	200402278	2:43.15 +0,76
	50m: 35.12	100m: 1:20.27	150m: 2:04.34	200m: 2:43.15	
14.	Amy Koelman	De Columbiaan	2:45.85	200300922	2:43.62 +0,65
	50m: 34.09	100m: 1:19.39	150m: 2:05.02	200m: 2:43.62	
15.	Jenna Klein	LinK	2:36.84	200400914	2:46.76 +0,87
	50m: 35.42	100m: 1:17.97	150m: 2:07.97	200m: 2:46.76	
16.	Fee Smittenaar	De Columbiaan	2:39.50	200303060	2:48.63 +0,77
	50m: 36.08	100m: 1:21.55	150m: 2:11.47	200m: 2:48.63	
17.	Jet van Oudheusden	ZOB'66	2:42.16	200401012	2:49.85 +0,62
	50m: 36.37	100m: 1:19.97	150m: 2:08.44	200m: 2:49.85	
18.	Wendy ten Wolde	ZPC Wiekslag	2:36.62	200302658	2:51.54 +0,78
	50m: 35.63	100m: 1:22.60	150m: 2:10.16	200m: 2:51.54	
19.	Lize van Stigt	LinK	2:39.63	200401510	2:51.71 +0,72
	50m: 35.39	100m: 1:18.77	150m: 2:12.29	200m: 2:51.71	
20.	Marije de Jager	LinK	2:45.80	200301394	2:54.56 +0,60
	50m: 33.35	100m: 1:17.56	150m: 2:14.02	200m: 2:54.56	
21.	Maaïke van Lochem	Zoetermeer	2:48.65	200301390	2:55.69 +0,76
	50m: 38.12	100m: 1:25.05	150m: 2:14.12	200m: 2:55.69	
22.	Nora van der Steen	LinK	2:42.56	200403458	2:56.12 +0,76
	50m: 33.27	100m: 1:19.98	150m: 2:13.67	200m: 2:56.12	
23.	Zoë Molenaar	Zoetermeer	2:50.88	200300978	2:59.15 +0,77
	50m: 40.61	100m: 1:27.85	150m: 2:20.84	200m: 2:59.15	
24.	Juliette Boon	ZZ&PC De Devel	2:51.95	200401908	3:03.08 +0,71
	50m: 36.44	100m: 1:28.40	150m: 2:20.26	200m: 3:03.08	

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 15, Meisjes, 200m wisselslag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd				tijd	RT	
25.	Milou van Winkel <i>*bu 200m</i>	LinK	3:06.98	200402296	SM14	3:11.55	+0,93	377	
	50m: 42.35	100m: 1:33.88	150m: 2:29.71	200m: 3:11.55					

Senioren 1 en 2

1.	Lynn Blommers	The Hague Swimming (SG)	2:25.34	200105062		2:26.46	+0,71	
	50m: 30.61	100m: 1:11.37	150m: 1:51.94	200m: 2:26.46				
2.	Tessa Giele	Feijenoord Albion	2:24.61	200203124		2:27.03	+0,66	
	50m: 30.05	100m: 1:08.41	150m: 1:53.02	200m: 2:27.03				
3.	Rosey Metz	WVZ	2:21.13	200101786		2:28.77	+0,77	
	50m: 30.85	100m: 1:12.42	150m: 1:51.96	200m: 2:28.77				
4.	Ilse Kraaijeveld	The Hague Swimming (SG)	2:30.55	200202190		2:34.36	+0,71	
	50m: 30.71	100m: 1:10.63	150m: 1:57.93	200m: 2:34.36				
5.	Maike Broersma	BZ en PC	2:32.66	200201522		2:40.27	+0,74	
	50m: 33.38	100m: 1:12.72	150m: 2:02.46	200m: 2:40.27				
6.	Rozemarijn van Haaff	ZOB'66	2:35.53	200201852		2:41.78	+0,75	
	50m: 34.76	100m: 1:16.15	150m: 2:03.25	200m: 2:41.78				
7.	Elyanne Boudestein	Zoetermeer	2:34.74	200101060		2:46.57	+0,77	
	50m: 36.07	100m: 1:18.93	150m: 2:07.63	200m: 2:46.57				
8.	Amy van Leersum	Poseidon'56	2:41.88	200200300		2:48.12	+0,74	
	50m: 33.15	100m: 1:17.52	150m: 2:09.95	200m: 2:48.12				
9.	Anna Hoogenboezem	KZV de Lansingh	2:40.81	200200658		2:50.97	+0,81	
	50m: 36.59	100m: 1:22.52	150m: 2:10.20	200m: 2:50.97				
DIS	Anouk Vis	De Columbiaan	2:39.54	200203322				
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							
NG	Anne Straub	Zoetermeer	2:40.69	200201402				
NG	Grace Anderson	WVZ	2:28.98	200200578				

Senioren

1.	Angelique van Vark	Z&PC De Gouwe	2:23.79	199701478		2:27.10	+0,72	
	50m: 32.32	100m: 1:10.61	150m: 1:53.47	200m: 2:27.10				
2.	Lotte Middelbos	z.c De Schotejil	2:33.08	199900680		2:39.04	+0,78	
	50m: 32.94	100m: 1:16.23	150m: 2:02.13	200m: 2:39.04				
3.	Wendy de Bruin	ZOB'66	2:34.52	199206320		2:42.26	+0,68	
	50m: 33.40	100m: 1:15.92	150m: 2:05.03	200m: 2:42.26				
4.	Rianne Hofland	ZV Sassenheim	2:40.47	198801820		2:47.27	+0,74	
	50m: 34.28	100m: 1:19.33	150m: 2:08.73	200m: 2:47.27				
5.	Jasmijn Ruijgrok	WZK	2:38.16	199401032		2:50.05	+0,81	
	50m: 33.56	100m: 1:19.56	150m: 2:09.68	200m: 2:50.05				
6.	Maira Loechteken	WZK	2:47.67	200004446		3:01.35	+0,65	
	50m: 36.64	100m: 1:24.70	150m: 2:20.07	200m: 3:01.35				
7.	Jonne Moleman	LinK	3:17.24	200006264	SM7	3:19.52	+0,95	602
	50m: 42.79	100m: 1:29.81	150m: 2:38.24	200m: 3:19.52				
NG	Mabel Suli	WVZ	2:23.70	199307964				

Programmanr. 13
18-5-2019 - 16:25

Dames, 4 x 100m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
------	------------	--------	------	----

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 13, Dames, 4 x 100m wisselslag

1.	WVZ 1	WVZ	4:13.58	4:26.78	+0,77			
	Lauren van IJll	+0,77	35.69	1:13.79	Chefanja Nunes	+0,05	27.96	1:01.06
	Rosey Metz	+0,29	33.17	1:12.16	Sophie de Jonge	+0,51	28.55	59.77
2.	The Hague Swimming (SG) 1	The Hague Swimming (SG)	4:32.65	4:33.97	+0,71			
	Lotte Hospers	+0,71	31.42	1:04.47	Sacha van den Dobbelssteen	+0,38	34.53	1:17.28
	Lynn Blommers	+0,35	33.49	1:12.53	Femke Hoppenbrouwer	+0,39	28.53	59.69
3.	Lansingh 1	KZV de Lansingh	4:28.59	4:39.16	+0,70			
	Britta Koehorst	+0,70	32.56	1:06.99	Mariska Scheel	+0,20	30.87	1:07.93
	Laura Hoogenboezem	+0,35	38.66	1:22.97	Pien Schravessande	+0,16	28.96	1:01.27
4.	Feijenoord Albion 1	Feijenoord Albion	4:33.11	4:44.20	+0,79			
	Nilce Mendes Barbosa	+0,79	36.48	1:16.83	Tessa Giele	+0,24	30.12	1:05.33
	Fenna de Groot	+0,27	37.18	1:20.58	Marije Dinkelberg	+0,52	29.78	1:01.46
5.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	4:44.87	4:53.17	+0,73			
	Julia Notenboom	+0,73	34.46	1:10.62	Robine Boer	+0,35	34.90	1:16.89
	Daniëlle Vis	+0,33	37.30	1:19.77	Marbel Diderik	+0,13	30.83	1:05.89
6.	LinK 1	LinK	4:40.15	4:56.88				
	Jenna Klein		36.52	1:14.53	Lize van Stigt	+0,39	34.71	1:14.83
	Kim de Jong	+0,58	37.44	1:20.23	Nora van der Steen	+0,44	31.59	1:07.29
7.	De Schotelijk 1	z.c De Schotelijk	4:55.91	5:00.89	+0,70			
	Manon Middelbos	+0,70	36.50	1:15.32	Lieske Zijlstra	+0,69	33.49	1:13.88
	Lotte Middelbos	+0,47	38.41	1:22.59	Eva v.d. Slik	+0,48	33.12	1:09.10
8.	De Columbiaan 2	De Columbiaan	4:54.34	5:03.39	+0,61			
	Anouk Vis	+0,61	38.14	1:17.20	Fee Smittenaar	+0,56	34.13	1:15.01
	Amy Koelman	+0,43	39.23	1:22.59	Anique Star	+0,17	33.10	1:08.59
9.	ZOB'66 1	ZOB'66	4:50.76	5:06.32	+0,66			
	Jet van Oudheusden	+0,66	38.26	1:19.76	Wendy de Bruin	+0,42	33.16	1:15.24
	Emi Schipper	+0,42	39.63	1:25.73	Rozemarijn van Haaff	+0,47	30.85	1:05.59
10.	De Geul 1	De Geul	4:55.01	5:07.05	+0,65			
	Debra de Lange	+0,65	39.25	1:21.88	Esmée Roodenburg	+0,56	35.11	1:17.35
	Sam IJerman	+0,31	37.94	1:21.61	Faustine Mussig	+0,32	31.57	1:06.21
11.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	4:55.91	5:07.37	+0,81			
	<i>*300 m backuptijd</i>							
	Annik de Ruyter	+0,81	36.16	1:15.50	Mandy van der Meijden	+0,33	35.62	1:20.02
	Susan van Grol	+0,37	38.34	1:23.47	Jana Driest		32.51	1:08.38
12.	Rotterdam Swimming 1	Rotterdam Swimming (SG)	4:48.85	5:08.22	+0,77			
	Amber Saabeel	+0,77	39.93	1:23.51	Mara Tims	+0,32	34.23	1:13.85
	Elijdiah van der Heul	+0,34	39.32	1:22.51	Quinty Huisman	+0,44	32.82	1:08.35
13.	D'elft 1	D'elft	5:00.48	5:14.21	+0,62			
	Suzanne Dorsman	+0,62	37.30	1:16.47	Lucile Bazalgette	+0,07	38.66	1:22.41
	Bobby Jean Fidder	+0,63	39.93	1:25.62	Felicia Adema	+0,40	32.77	1:09.71
14.	ZZ&PC De Devel 1	ZZ&PC De Devel	4:52.47	5:16.50	+0,71			
	<i>* eindtijd backuptijd</i>							
	Isis Naaktgeboren	+0,71	36.65	1:15.71	Joyce van 't Hof	+0,49	36.19	1:20.88
	Laura Tromp	+0,14	40.66	1:27.48	Juliette Boon		33.56	1:12.43
15.	Zoetermeer 1	Zoetermeer	4:51.52	5:25.00				
	Zoë Molenaar		39.25	1:20.67	Maaïke van Lochem	+0,37	37.29	1:26.11
	Elyanne Boudestein	+0,34	39.48	1:25.14	Fenne Saaf	+0,54	34.47	1:13.08

Programmanr. 12
18-5-2019 - 16:10

Meisjes, 4 x 100m wisselslag

Junioren
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT				
1.	WVZ 1	WVZ	4:47.32	4:56.54	+0,63			
	Nikita Snoeren	+0,63	38.30	1:18.86	Jade van der Maas	+0,40	33.15	1:12.50
	Jelsie van Ruijven	+0,29	36.19	1:18.61	Ananda van der Wiel	+0,48	32.36	1:06.57
2.	The Hague Swimming (SG) 1	The Hague Swimming (SG)	4:45.31	4:57.98	+0,80			
	<i>* eindtijd backuptijd</i>							
	Megan Jonkman	+0,80	36.39	1:15.31	Madelief Mans	+0,50	34.25	1:16.16
	Merel Schravendijk	+0,49	40.76	1:24.19	Anique Hazebroek	+0,41	29.64	1:02.32
3.	Barracuda 1	ZPV Barracuda	4:55.71	5:07.61	+0,71			
	Marit Huisman	+0,71	37.18	1:16.20	Emma Verkuil	+0,33	35.22	1:16.83
	Anouchka Bos	+0,49	39.78	1:24.47	Mila Oomens	+0,21	33.02	1:10.11
4.	Feijenoord Albion 1	Feijenoord Albion	4:53.39	5:07.84	+0,77			
	Isa Maes	+0,77	38.70	1:18.92	Asha van Lobbergt	+0,21	34.15	1:15.47
	Sylvie Roos	+0,16	40.71	1:27.70	Britt van't Zant	+0,34	31.29	1:05.75

Regiokampioenschappen lange baan
Den Haag, 18- - 19-5-2019

Programmanr. 12, Meisjes, 4 x 100m wisselslag, Junioren

rang	vereniging	intijd	tijd	RT				
5.	The Hague Swimming (SG) 2	The Hague Swimming (SG)	5:01.35	5:12.72				
	Alina Verga	40.01	1:20.35	Madoline Held	+0,72	37.36	1:23.07	
	Milou Demirel	+0,53	40.81	1:23.92	Vivianne Woltjes	+0,44	30.71	1:05.38
6.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	4:51.61	5:12.98	+0,61			
	Yente Bouwmeester	+0,61	38.04	1:18.73	Milou Adriaanse	+0,52	35.46	1:19.00
	Elise Vink	+0,57	39.95	1:26.48	Kimberly Ruiters	+0,57	32.12	1:08.77
7.	De Columbiaan 2	De Columbiaan	5:24.39	5:18.51	+0,68			
	Charlene Ruiters	+0,68	40.47	1:23.17	Mar Stoel	+0,47	35.97	1:21.65
	Noor Frijlink	+0,33	40.24	1:25.40	Zoe Kenworthy	+0,28	32.26	1:08.29
8.	Feijenoord Albion 2	Feijenoord Albion	5:34.96	5:37.46	+0,59			
	Elisabeth Kruger	+0,59	39.29	1:19.95	Eloisa Gomes Delgado	+0,42	42.69	1:37.01
	Nynke Roosendaal	+0,06	40.69	1:32.37	Aisha Nobels	+0,42	32.30	1:08.13
9.	De Geul 1	De Geul	5:26.62	5:46.59	+0,82			
	Donna Verhoef	+0,82	43.72	1:32.02	Laura 't Lam	+0,56	37.67	1:26.25
	Daphne van Tilburg	+0,70	45.92	1:37.90	Lois van Valen	+0,28	33.50	1:10.42
DIS	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	5:50.48					
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>							
	Semme van Ewijk, Anniëke Rupke, Piera Stellen, Anoeska Wiltenburg							

Programmanr. 1
18-5-2019 - 9:30

Gemengd, 4 x 100m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT				
1.	WVZ 1	WVZ	4:03.85	4:14.51	+0,60			
	Jelsie van Ruijven	+0,60	34.32	1:10.79	Quinn van den Heuvel	+0,36	27.57	1:00.24
	Rosey Metz	+0,36	32.61	1:11.65	Sean Niewold	+0,29	25.11	51.83
2.	The Hague Swimming (SG) 1	The Hague Swimming (SG)	4:05.00	4:15.17	+0,59			
	Keanu Streefland	+0,59	29.72	1:00.89	Ilse Kraaijeveld	+0,26	30.54	1:09.43
	Lynn Blommers	+0,16	33.29	1:12.08	Jonne Schaafsma	+0,21	25.76	52.77
3.	Feijenoord Albion 1	Feijenoord Albion	4:07.24	4:17.53	+0,62			
	Ensgar Kotterink	+0,62	27.99	57.70	Tessa Giele	+0,30	30.17	1:04.77
	Fenna de Groot	+0,18	36.69	1:19.82	Jarno van Oijen	+0,53	26.59	55.24
4.	MNC Dordrecht 1	MNC Dordrecht	4:07.67	4:17.65	+0,78			
	Jorian Tanis	+0,78	31.44	1:03.34	Elise Tanis	+0,35	29.59	1:03.83
	Stijn Geelen	+0,28	30.21	1:07.29	Phaedra Meijer	+0,59	29.76	1:03.19
5.	GZC Donk 1	Widex GZC Donk	4:17.93	4:31.34	+0,81			
	Anniek de Ruiters	+0,81	35.33	1:14.16	Duncan van Haaren	+0,19	27.33	1:00.93
	Paul van Grol	+0,34	32.92	1:10.77	Mandy van der Meijden	+0,37	31.06	1:05.48
6.	De Columbiaan 1	De Columbiaan	4:24.16	4:31.62	+0,75			
	Julia Notenboom	+0,75	34.37	1:11.11	Bas Verdoes	+0,24	28.94	1:02.74
	Dave van den Nieuwendijk	+0,41	33.30	1:12.45	Marbel Diderik	+0,34	30.75	1:05.32
7.	D'elft 1	D'elft	4:27.10	4:34.93	+0,62			
	Thijs Molendijk	+0,62	31.52	1:03.47	Suzanne Dorsman	+0,04	31.73	1:12.57
	Erik Simons	+0,26	31.59	1:10.20	Paula Dorsman		32.14	1:08.69
8.	De Schotejil 1	z.c De Schotejil	4:25.38	4:36.53	+0,59			
	Aron Paasse	+0,59	31.89	1:05.78	Lieske Zijlstra	+0,69	33.36	1:12.10
	Lotte Middelbos	+0,47	37.22	1:21.47	Jacob Mackloet	+0,33	27.38	57.18
9.	LinK 1	LinK	4:27.66	4:41.72	+0,72			
	Daan Hogerhuis	+0,72	33.60	1:08.67	Nora van der Steen	+0,44	33.34	1:13.73
	Kim de Jong	+0,61	37.09	1:18.70	Boy Borreman	+0,44	28.88	1:00.62
10.	De Columbiaan 2	De Columbiaan	4:39.10	4:43.02	+0,63			
	Max van Schagen	+0,63	33.15	1:07.68	Wouter Verdoes	+0,47	31.30	1:09.40
	Daniëlle Vis	+0,35	35.87	1:18.57	Robine Boer	0.00	32.40	1:07.37
11.	Feijenoord Albion 2	Feijenoord Albion	4:39.26	4:45.19	+0,71			
	Kenan Coeruez	+0,71	33.95	1:10.93	Senna Mooldijk		30.09	1:06.59
	Isa Maes		38.06	1:22.72	Asha van Lobbereg		30.54	1:04.95
12.	Zoetermeer 1	Zoetermeer	4:30.83	4:47.20	+0,76			
	Elyanne Boudestein	+0,76	37.45	1:17.96	Jarno Verbeek	+0,53	27.83	1:00.89
	Mairo Bonte	+0,33	37.68	1:20.89	Zoë Molenaar	+0,30	31.85	1:07.46
DIS	Rotterdam Swimming 1	Rotterdam Swimming (SG)	4:23.59		+0,70			
	<i>EC - De estafette niet gezwommen met de opgegeven deelnemers. **</i>							
	Jay de Vries, Elijdjah van der Heul, Ian Minnigh, Quinty Huisman							