

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 1
12-11-2022 - 13:00

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schied	2:32.60	200503292	2:32.23	29.02			2:32.23
2. Marjolijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schied	3:10.53	200701788	2:52.82	36.08			2:52.82
3. Ebony Mercera	SCOM/De Zeehond'73	(2:53.57)	200800488	2:57.04	40.54			2:57.04
4. Ashley Mercera	SCOM/De Zeehond'73	(3:00.66)	201000178	2:58.86	40.36			2:58.86
5. Myrthe Kramer	De Duck	2:57.38	200802056	3:04.31	37.60			3:04.31
6. Hei Yiu Tang	SCOM/De Zeehond'73	(3:03.65)	200902148	3:05.84	41.09			3:05.84
7. Sterre Verhage	SCOM/De Zeehond'73	(3:22.15)	200702494	3:07.29				3:07.29
8. Merel Doest	ZV Vlaardingen-Schied	3:26.77	201001142	3:15.27	48.04			3:15.27
9. Marit van der Linden	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	200804114	3:23.99	45.33			3:23.99
10. Elza van Dam	ZV Strijen	3:36.52	200305760	3:27.61	47.40			3:27.61
11. Mayah Castillo	SCOM/De Zeehond'73	(3:45.84)	200902544	3:27.79	48.49			3:27.79
12. Fenne Zevenhoven	De Duck	3:44.59	200802530	3:32.08	48.35			3:32.08

Programmanr. 2
12-11-2022 - 13:08

Heren, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Lars de Kooter	De Biesboschzwemmer	2:28.45	200800185	2:26.60	32.75			2:26.60
2. Joey Pop	ZV Vlaardingen-Schied	2:46.52	200800277	2:35.27	32.00			2:35.27
3. Tibbe Veldboer	SCOM/De Zeehond'73	(2:38.47)	200600911	2:36.43	32.61			2:36.43
4. Kenan Cakil	SCOM/De Zeehond'73	(3:25.12)	200702239	2:50.20	35.26			2:50.20
5. Thijs Jonkman	De Duck	2:56.85	201000481	2:55.51	40.19			2:55.51
6. Ruben de Graaf	De Duck	3:42.21	200901477	3:05.92	40.52			3:05.92
7. Alfonso Verkerk	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	197601665	3:14.51	41.00			3:14.51
AFGEM Dean Kronemeijer	ZV Strijen	3:36.05	200903381					

Programmanr. 3
12-11-2022 - 13:16

25m vrije slag

Minioren 1 en 2
Resultaten

voorlopige resultaten

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

Programmanr. 4
12-11-2022 - 13:17

50m vrije slag

Minioren 1 en 2
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Owen van der Ent	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:04.93	201500027	1:06.36

Programmanr. 5
12-11-2022 - 13:18

200m vrije slag

Minioren 4 en jonger
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Migle Groeneweg	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	201300702	3:24.04	42.38	1:36.07		3:24.04
2. D. van Merrienboer	ZV Vlaardingen-Schied	4:04.95	201400069	3:40.44	48.46	1:46.20		3:40.44
3. Gijs Salome	De Duck	NT	201400373	3:44.22	47.52	1:46.37		3:44.22
4. Fleur Doest	ZV Vlaardingen-Schied	NT	201400142	3:49.22	50.70	1:50.03		3:49.22
5. Evy Kramer	De Duck	NT	201300598	4:20.67	56.18	2:04.65		4:20.67
AFGEM Emmelie Glowski	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	201400380					
AFGEM A. van Wijngaarden	ZV Strijen	NT	201400306					

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 6
12-11-2022 - 13:27

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 1 en jonger
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Guusje van Geest	ZV Vlaardingen-Schied	3:36.16	201200352	3:28.27	45.90			3:28.27
2. Elise Batist	De Duck	3:48.99	201201174	3:33.13	44.34			3:33.13
3. Kyara Kramer	De Duck	3:59.24	201200650	3:47.64	52.61			3:47.64
4. Amelia Dziuba	SCOM/De Zeehond'73	4:18.71	201201208	3:48.47	52.68			3:48.47
5. Floor Jonkman	De Duck	4:33.96	201201176	4:02.66	1:03.26			4:02.66
DIS Anouck Dobbelaar	ZV Vlaardingen-Schied	3:41.22	201200982					

SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.

Programmanr. 7
12-11-2022 - 13:32

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 6 en jonger
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Izayah Castillo	SCOM/De Zeehond'73	3:01.06	201100311	3:00.49	38.62			3:00.49
2. Lex Scheffers	ZV Strijen	4:43.47	201200055	4:05.07	59.44			4:05.07
DIS Liam van der Ent	SCOM/De Zeehond'73	3:39.05	201101123					

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

Programmanr. 8
12-11-2022 - 13:37

Dames, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Karlijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:18.69	200503292	1:15.94	34.74	1:15.94
2. Karin Stein	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:22.93	197100554	1:26.99	40.59	1:26.99
3. Hanna van Loenen	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:31.81	200800836	1:31.95	42.70	1:31.95
4. Sterre Verhage	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:36.89	200702494	1:34.79	44.61	1:34.79
5. Amber Vink	ZV Strijen	1:37.03	200604738	1:35.68	45.04	1:35.68
6. Elza van Dam	ZV Strijen	1:37.66	200305760	1:37.31	45.93	1:37.31
7. Marjolijn Offeringa	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:38.23	200701788	1:38.00	47.13	1:38.00
8. Aukje Schonewille	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:42.12	200702340	1:38.22	46.70	1:38.22
9. Marit van der Linden	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:35.92	200804114	1:40.33	46.26	1:40.33
10. Lizzy Batist	De Duck	1:43.83	200804630	1:40.76	47.00	1:40.76
11. Lara Kars	De Duck	1:40.00	200903130	1:41.69	46.80	1:41.69
12. Merel Doest	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:50.15	201001142	1:43.06	48.91	1:43.06
13. Saar de Graaf	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:57.02	201101264	1:45.49	47.84	1:45.49
14. Mayah Castillo	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:42.37	200902544	1:48.67	52.13	1:48.67
15. Fenne Zevenhoven	De Duck	1:51.98	200802530	1:55.23	53.69	1:55.23
16. Daytona Schenk	ZV Strijen	1:54.99	200900248	1:59.49	54.30	1:59.49
17. Fenne van der Linden	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	201003694	2:06.28	54.40	2:06.28

Programmanr. 9
12-11-2022 - 13:44

Heren, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Bas Blanker	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:11.83	200601497	1:10.25	32.90	1:10.25
2. Kenan Cakil	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:45.04	200702239	1:28.35	41.38	1:28.35
3. Alfonso Verkerk	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	1:31.04	197601665	1:29.88	43.47	1:29.88
4. Chris Vlot	ZV Strijen	1:35.82	201000943	1:32.43	43.15	1:32.43
5. Thijs Jonkman	De Duck	1:34.00	201000481	1:32.43	44.00	1:32.43
6. Joëll van der Meiden	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:45.19	200903439	1:40.55	46.48	1:40.55
7. Nils van der Bie	De Duck	1:54.95	200902621	1:43.75	48.86	1:43.75
8. Marco Vlot	ZV Strijen	1:40.78	200703091	1:45.40	47.59	1:45.40
AFGEM Dean Kronemeijer	ZV Strijen	1:49.66	200903381			
AFGEM Ismael El Mallouki	ZV Vlaardingen-Schiedam	NT	200902597			

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 10
12-11-2022 - 13:48

25m schoolslag

Minioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Owen van der Ent	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	30.71	201500027	27.90
AFGEM	Jayden Fluonia	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	46.41	201500093	

Programmanr. 11
12-11-2022 - 13:50

50m schoolslag

Minioren 1 en 2
Resultaten

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

Programmanr. 12
12-11-2022 - 13:50

100m wisselslag

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Riff van der Zwaan	ZVL-1886 Center	1:35.10	201400053	1:37.34		1:37.34
2.	Evy Kramer	De Duck	2:00.03	201300598	1:54.23		1:54.23
3.	Gijs Salome	De Duck	1:56.52	201400373	1:55.18		1:55.18
4.	Daan van Merrienboer	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:57.15	201400069	1:57.50		1:57.50
5.	Fleur Doest	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:05.39	201400142	1:59.22		1:59.22
AFGEM	Emmelie Glowski	SCOM/De Zeehond'73 (SG2)	10.16	201400380			
AFGEM	A. van Wijngaarden	ZV Strijen	NT	201400306			

Programmanr. 13
12-11-2022 - 13:55

Meisjes, 100m schoolslag

Junioren 1 en jonger
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Ilsa Kindermans	SCOM	NT	201100942	1:42.03	47.46	1:42.03
2.	Kyara Kramer	De Duck	1:49.57	201200650	1:50.96	50.63	1:50.96
3.	Jofina Lathifa Bosman	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:02.37	201102616	1:51.12	50.83	1:51.12
4.	Guusje van Geest	ZV Vlaardingen-Schiedam	1:51.92	201200352	1:52.14	52.42	1:52.14
5.	Amelia Dziuba	SCOM/De Zeehond'73 (SG2)	07.06	201201208	1:54.25	53.35	1:54.25
6.	Floor Jonkman	De Duck	1:57.71	201201176	1:55.69	54.53	1:55.69
7.	Migle Groeneweg	SCOM/De Zeehond'73 (SG1)	55.85	201300702	1:58.24	55.90	1:58.24
AFGEM	Kindermans Ilsa	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	201100942			

Programmanr. 14
12-11-2022 - 13:59

Jongens, 100m schoolslag

Minioren 6 en jonger
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Izayah Castillo	SCOM/De Zeehond'73 (SG1)	34.00	201100311	1:36.43	44.36	1:36.43
2.	Liam van der Ent	SCOM/De Zeehond'73 (SG1)	51.65	201101123	1:44.90	49.52	1:44.90
3.	Mihael Valcic	SCOM/De Zeehond'73 (SG1)	48.73	201200637	1:44.90	50.82	1:44.90
4.	Lex Scheffers	ZV Strijen	1:59.88	201200055	2:00.34	56.34	2:00.34
5.	Koen van Merrienboer	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:06.94	201101623	2:05.87	59.91	2:05.87
DIS	Skander Falleh	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:06.39	201201497			

SD - De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig en/of in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd., SC De bewegingen van de armen niet te allen tijden gelijktijdig en/of in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 15
12-11-2022 - 14:02

Dames, 200m rugslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Hilda Vrijbloed	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:32.93	200605262	2:39.36	36.31	1:17.04		2:39.36
2. Sanne Pruntel	ZV Vlaardingen-Schiedam	2:52.97	200802010	3:02.71	41.48	1:27.83		3:02.71
3. Lara Kars	De Duck	NT	200903130	3:32.30	48.69	1:43.85		3:32.30
4. Elza van Dam	ZV Strijen	3:48.44	200305760	3:44.17	52.70	1:49.65		3:44.17

Programmanr. 16
12-11-2022 - 14:06

Heren, 200m rugslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Tibbe Veldboer	SCOM/De Zeehond'73	2:30.04	200600911	2:33.43	38.84	1:15.08		2:33.43
2. Ruben de Graaf	De Duck	NT	200901477	3:02.40	43.81	1:30.98		3:02.40
3. Joëll van der Meiden	ZV Vlaardingen-Schiedam	NT	200903439	3:18.02	46.28	1:37.71		3:18.02
4. Nils van der Bie	De Duck	3:45.22	200902621	3:27.70	51.22	1:43.60		3:27.70
AFGEM Dean Kronemeijer	ZV Strijen	NT	200903381					

Programmanr. 17
12-11-2022 - 14:10

Meisjes, 50m rugslag

Junioren 1 en jonger
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Anouck Dobbelaar	ZV Vlaardingen-Schiedam	43.42	201200982	42.54
2. Elise Batist	De Duck	44.73	201201174	44.57
3. Ilsa Kindermans	SCOM	NT	201100942	45.53
4. Jofina Lathifa Bosman	ZV Vlaardingen-Schiedam	48.59	201102616	48.34
5. Amelia Dziuba	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	50.48	201201208	50.38
AFGEM Kindermans Ilsa	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	201100942	

Programmanr. 18
12-11-2022 - 14:12

Jongens, 50m rugslag

Minioren 6 en jonger
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Liam van der Ent	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	45.30	201101123	44.92
2. Mihael Valcic	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	48.84	201200637	49.48
3. Lex Scheffers	ZV Strijen	52.13	201200055	55.39
4. Skander Falleh	ZV Vlaardingen-Schiedam	57.22	201201497	59.66
DIS Koen van Merrienboer	ZV Vlaardingen-Schiedam	51.99	201101623	

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.

Programmanr. 19
12-11-2022 - 14:13

Dames, 800m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Hilda Vrijbloed	ZV Vlaardingen-Schiedam	10:12.32	200605262	10:41.10
100m: 1:12.85	300m: 1:12.85	500m: 1:12.85	700m: 1:12.85	
200m: 2:34.21	400m: 5:17.44	600m: 8:00m: 10:41.10		
2. Karin Stein	ZV Vlaardingen-Schiedam	10:22.02	197100554	10:58.26
100m: 1:16.64	300m: 1:16.64	500m: 1:16.64	700m: 1:16.64	
200m: 2:37.63	400m: 5:21.51	600m: 8:00m: 10:58.26		
3. Aukje Schonewille	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	10:51.89	200702340	11:06.30
100m: 1:18.89	300m: 1:18.89	500m: 1:18.89	700m: 1:18.89	
200m: 2:41.34	400m: 5:29.92	600m: 8:00m: 11:06.30		
4. Ashley Mercera	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	11:06.46	201000178	11:22.72
100m: 1:18.43	300m: 1:18.43	500m: 1:18.43	700m: 1:18.43	
200m: 2:42.72	400m: 5:37.27	600m: 8:00m: 11:22.72		

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 19, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
5.	Hanna van Loenen	ZV Vlaardingen-Schiedam	11:32.92	200800836	11:29.91
	100m: 1:18.82	1:18.82	300m: 5:41.54	500m: 7:00m:	700m: 11:29.91
	200m: 2:46.09	1:27.27	400m: 5:41.54	600m: 8:00m:	
6.	Leontine Groeneveldt	De Duck	11:26.42	199303526	11:30.72
	100m: 1:18.39	1:18.39	300m: 5:43.10	500m: 7:00m:	700m: 11:30.72
	200m: 2:46.47	1:28.08	400m: 5:43.10	600m: 8:00m:	
7.	Geraldine Trainor	De Duck	NT	197500544	11:37.77
	100m: 1:18.59	1:18.59	300m: 5:44.23	500m: 7:00m:	700m: 11:37.77
	200m: 2:46.11	1:27.52	400m: 5:44.23	600m: 8:00m:	
8.	Ebony Mercera	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	11:18.68	200800488	11:44.81
	100m: 1:19.73	1:19.73	300m: 5:45.25	500m: 7:00m:	700m: 11:44.81
	200m: 2:47.40	1:27.67	400m: 5:45.25	600m: 8:00m:	
9.	Sanne Pruntel	ZV Vlaardingen-Schiedam	11:08.21	200802010	11:56.43
	100m: 1:19.02	1:19.02	300m: 5:48.44	500m: 7:00m:	700m: 11:56.43
	200m: 2:45.34	1:26.32	400m: 5:48.44	600m: 8:00m:	
10.	Hei Yiu Tang	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	12:20.24	200902148	12:14.06
	100m: 1:22.19	1:22.19	300m: 6:00.19	500m: 7:00m:	700m: 12:14.06
	200m: 2:53.30	1:31.11	400m: 6:00.19	600m: 8:00m:	
11.	Myrthe Kramer	De Duck	13:03.21	200802056	12:36.82
	100m: 1:25.02	1:25.02	300m: 6:18.62	500m: 7:00m:	700m: 12:36.82
	200m: 3:01.04	1:36.02	400m: 6:18.62	600m: 8:00m:	
12.	Conny Boer-Buys	ZV Vlaardingen-Schiedam	12:05.88	195000006	12:43.89
	100m: 1:28.29	1:28.29	300m: 6:17.44	500m: 7:00m:	700m: 12:43.89
	200m: 3:03.62	1:35.33	400m: 6:17.44	600m: 8:00m:	
13.	Dilara Cakil	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	NT	200802052	12:52.17 FJ 1
	100m: 1:28.05	1:28.05	300m: 6:26.55	500m: 7:00m:	700m: 12:52.17
	200m: 3:07.90	1:39.85	400m: 6:26.55	600m: 8:00m:	
14.	Lizzy Batist	De Duck	NT	200804630	12:52.17 FJ 2
	100m: 1:27.25	1:27.25	300m: 6:18.51	500m: 7:00m:	700m: 12:52.17
	200m: 3:02.89	1:35.64	400m: 6:18.51	600m: 8:00m:	
15.	Amber Vink	ZV Strijen	13:04.32	200604738	13:14.18
	100m: 1:29.95	1:29.95	300m: 6:36.09	500m: 7:00m:	700m: 13:14.18
	200m: 3:08.64	1:38.69	400m: 6:36.09	600m: 8:00m:	
16.	Saar de Graaf	ZV Vlaardingen-Schiedam	NT	201101264	14:02.07
	100m: 1:40.65	1:40.65	300m: 7:07.59	500m: 7:00m:	700m: 14:02.07
	200m: 3:28.02	1:47.37	400m: 7:07.59	600m: 8:00m:	
17.	Clementine Bruxvoort	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	13:18.36	197700138	14:16.75
	100m: 1:35.50	1:35.50	300m: 6:55.75	500m: 7:00m:	700m: 14:16.75
	200m: 3:20.81	1:45.31	400m: 6:55.75	600m: 8:00m:	
18.	Daytona Schenk	ZV Strijen	NT	200900248	14:20.17
	100m: 1:32.29	1:32.29	300m: 7:02.24	500m: 7:00m:	700m: 14:20.17
	200m: 3:18.02	1:45.73	400m: 7:02.24	600m: 8:00m:	

Programmanr. 20
12-11-2022 - 14:52

Herren, 1500m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Bas Blanker	SCOM/De Zeehond'73 (SG)	17:46.55	200601497	17:10.29
	100m: 1:02.85	1:02.85	500m: 9:04.53	900m: 13:00m:	1300m: 17:10.29
	200m: 2:10.64	1:07.79	600m: 9:04.53	1000m: 14:00m:	1400m: 17:10.29
	300m: 4:27.92		700m: 9:04.53	1100m: 15:00m:	1500m: 17:10.29
	400m: 4:27.92		800m: 9:04.53	1200m: 16:00m:	
2.	Joey Pop	ZV Vlaardingen-Schiedam	18:05.43	200800277	18:06.14
	100m: 1:06.94	1:06.94	500m: 9:38.21	900m: 13:00m:	1300m: 18:06.14
	200m: 2:18.31	1:11.37	600m: 9:38.21	1000m: 14:00m:	1400m: 18:06.14
	300m: 4:43.75		700m: 9:38.21	1100m: 15:00m:	1500m: 18:06.14
	400m: 4:43.75		800m: 9:38.21	1200m: 16:00m:	
3.	Lars de Kooter	De Biesboschzweimmers	18:59.43	200800185	18:18.62
	100m: 1:07.79	1:07.79	500m: 9:46.03	900m: 13:00m:	1300m: 18:18.62
	200m: 2:19.59	1:11.80	600m: 9:46.03	1000m: 14:00m:	1400m: 18:18.62
	300m: 4:47.25		700m: 9:46.03	1100m: 15:00m:	1500m: 18:18.62
	400m: 4:47.25		800m: 9:46.03	1200m: 16:00m:	
4.	Lou van Leeuwen	De Dolfijn	18:41.82	200702779	18:34.10
	100m: 1:07.77	1:07.77	500m: 9:50.00	900m: 13:00m:	1300m: 18:34.10
	200m: 2:21.44	1:13.67	600m: 9:50.00	1000m: 14:00m:	1400m: 18:34.10
	300m: 4:51.11		700m: 9:50.00	1100m: 15:00m:	1500m: 18:34.10
	400m: 4:51.11		800m: 9:50.00	1200m: 16:00m:	

LAC/LAM 1
Rozenburg, 12-11-2022

Programmanr. 20, Heren, 1500m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging				intijd		tijd	RT
5.	Eli Shields	NieMo Barracuda				NT	201000407	21:14.09	
	100m:	1:21.40	1:21.40	500m:		900m:	1300m:		
	200m:	2:47.74	1:26.34	600m:		1000m:	1400m:		
	300m:			700m:		1100m:	1500m:	21:14.09	
	400m:	5:40.86		800m:	11:22.48	1200m:			
6.	Erik Saan	De Duck				23:18.62	196500769	23:53.99	
	100m:	1:29.14	1:29.14	500m:		900m:	1300m:		
	200m:	3:07.57	1:38.43	600m:		1000m:	1400m:		
	300m:			700m:		1100m:	1500m:	23:53.99	
	400m:	6:22.69		800m:	12:48.36	1200m:			
7.	Tygo Meijnders	SCOM/De Zeehond'73 (SG)				NT	200801381	24:39.42	
	100m:	1:28.48	1:28.48	500m:		900m:	1300m:		
	200m:	3:08.34	1:39.86	600m:		1000m:	1400m:		
	300m:			700m:		1100m:	1500m:	24:39.42	
	400m:	6:25.54		800m:	13:04.40	1200m:			
8.	Marco Vlot	ZV Strijen				NT	200703091	25:39.41	
	100m:	1:29.38	1:29.38	500m:		900m:	1300m:		
	200m:	3:09.17	1:39.79	600m:		1000m:	1400m:		
	300m:			700m:		1100m:	1500m:	25:39.41	
	400m:	6:37.43		800m:	13:38.76	1200m:			
9.	Chris Vlot	ZV Strijen				NT	201000943	25:51.96	
	100m:	1:26.79	1:26.79	500m:		900m:	1300m:		
	200m:	3:06.11	1:39.32	600m:		1000m:	1400m:		
	300m:			700m:		1100m:	1500m:	25:51.96	
	400m:	6:29.72		800m:	13:35.31	1200m:			
AFGEM	Sverre van der Zwaan	Wvz				19:26.90	200900737		