

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	51 Ronald Mulder	HSB	4	I	34.91		
2	50 Michel Mulder	HSB	4	O	34.96		
3	26 Jesper Hospes	HSB	1	O	35.30		
4	29 Aron Romeijn	HSA	3	O	35.36		
5	19 Gerben Jorritsma	HSA	3	I	35.49		
6	66 Daniel Greig	HSA	1	I	35.70		
7	54 Koen Verweij	HSA	8	O	35.98		
8	27 Tom Kant	HN4	5	I	36.03		
9	52 Mika van Essen	HN1	6	O	36.08		
10	40 Niek Deelstra	HN3	5	O	36.18		
11	41 Stef Brandsen	HN1	7	O	36.30		
12	28 Thijs Govers	HN3	6	I	36.32		
13	65 Enrico Salino	HN2	7	I	36.56	PR	
14	38 Teun de Wit	HN1	8	I	37.41		
15	44 Letitia de Jong	DSA	10	I	37.70	PR	
16	35 Sanneke de Neeling	DSA	10	O	38.13		
17	31 Janine Smit	DSA	11	O	38.30		
18	32 Helga Drost	DN2	14	I	38.34	PR	
19	57 Michelle de Jong	DN1	16	I	38.45		
20	45 Femke Beuling	DN1	12	O	38.65		
21	30 Isabelle van Elst	DN3	12	I	38.82		
22	62 Twan Kok	HA2	9	I	38.83		
23	20 Esmé Stollenga	DSA	14	O	38.92		
24	67 Oliver Lindenskov	HN3	9	O	39.11	PR	
25	5 Naomi Verkerk	DN1	11	I	39.31		
26	34 Manouk van Tol	DSA	13	O	39.35		
27	43 Bo van der Werff	DSA	13	I	39.59		
28	63 Anouk Karel	DN4	18	O	40.65		
29	10 Marit Steunenberg	DN3	17	I	40.75		
30	11 Paulien Verhaar	DN1	17	O	40.77		
31	4 Gioya Lancee	DN2	20	O	40.81	PR	
32	37 Sanne in 't Hof	DN3	18	I	41.53		
33	23 Sterre Jonkers	DN2	19	I	42.49		
34	9 Eline Jansen	DA1	19	O	43.15		
	48 Dai Dai N'tab	HSA			WDR		
	39 Lennart Velema	HSA			WDR		
	24 Moniek Klijnstra	DSA			WDR		

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

1. Rituitslag 500 meter

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
1	wt	66	Daniel Greig		HSA			34.64	35.70		
	rd	26	Jesper Hospes		HSB			34.50	35.30		
		<u>Daniel Greig</u>			<u>Jesper Hospes</u>						
		100m	10.02	(10.02)	100m	9.86	(9.86)				
		500m	35.70	(25.68)	500m	35.30	(25.44)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
2	gl	48	Dai Dai N'tab		HSA			34.15	WDR		
	bl	39	Lennart Velema		HSA			34.98	WDR		
		<u>Dai Dai N'tab</u>			<u>Lennart Velema</u>						

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
3	wt	19	Gerben Jorritsma		HSA			34.53	35.49		
	rd	29	Aron Romeijn		HSA			35.08	35.36		
		<u>Gerben Jorritsma</u>			<u>Aron Romeijn</u>						
		100m	9.86	(9.86)	100m	9.84	(9.84)				
		500m	35.49	(25.63)	500m	35.36	(25.52)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
4	gl	51	Ronald Mulder		HSB			34.08	34.91		
	bl	50	Michel Mulder		HSB			34.26	34.96		
		<u>Ronald Mulder</u>			<u>Michel Mulder</u>						
		100m	9.83	(9.83)	100m	9.81	(9.81)				
		500m	34.91	(25.08)	500m	34.96	(25.15)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
5	wt	27	Tom Kant		HN4			35.64	36.03		
	rd	40	Niek Deelstra		HN3			35.58	36.18		
		<u>Tom Kant</u>			<u>Niek Deelstra</u>						
		100m	10.16	(10.16)	100m	9.99	(9.99)				
		500m	36.03	(25.87)	500m	36.18	(26.19)				

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	28 Thijs Govers		HN3		35.75	36.32	
	bl	52 Mika van Essen		HN1		35.85	36.08	
		Thijs Govers			Mika van Essen			
		100m	10.19	(10.19)	100m	10.01	(10.01)	
		500m	36.32	(26.13)	500m	36.08	(26.07)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	65 Enrico Salino		HN2		36.71	36.56	PR
	rd	41 Stef Brandsen		HN1		36.21	36.30	
		Enrico Salino			Stef Brandsen			
		100m	10.21	(10.21)	100m	10.03	(10.03)	
		500m	36.56	(26.35)	500m	36.30	(26.27)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	38 Teun de Wit		HN1		37.10	37.41	
	bl	54 Koen Verweij		HSA		35.64	35.98	
		Teun de Wit			Koen Verweij			
		100m	10.67	(10.67)	100m	10.32	(10.32)	
		500m	37.41	(26.74)	500m	35.98	(25.66)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	62 Twan Kok		HA2		37.99	38.83	
	rd	67 Oliver Lindenskov		HN3		39.32	39.11	PR
		Twan Kok			Oliver Lindenskov			
		100m	10.48	(10.48)	100m	11.00	(11.00)	
		500m	38.83	(28.35)	500m	39.11	(28.11)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	44 Letitia de Jong		DSA		37.79	37.70	PR
	bl	35 Sanneke de Neeling		DSA		38.09	38.13	
		Letitia de Jong			Sanneke de Neeling			
		100m	10.63	(10.63)	100m	10.79	(10.79)	
		500m	37.70	(27.07)	500m	38.13	(27.34)	

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	5 Naomi Verkerk	DN1		39.27	39.31	
	rd	31 Janine Smit	DSA		38.22	38.30	
		Naomi Verkerk		Janine Smit			
		100m	11.02	(11.02)	100m	10.58	(10.58)
		500m	39.31	(28.29)	500m	38.30	(27.72)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	30 Isabelle van Elst	DN3		38.47	38.82	
	bl	45 Femke Beuling	DN1		38.36	38.65	
		Isabelle van Elst		Femke Beuling			
		100m	11.03	(11.03)	100m	10.83	(10.83)
		500m	38.82	(27.79)	500m	38.65	(27.82)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
13	wt	43 Bo van der Werff	DSA		38.21	39.59	
	rd	34 Manouk van Tol	DSA		38.69	39.35	
		Bo van der Werff		Manouk van Tol			
		100m	11.08	(11.08)	100m	11.17	(11.17)
		500m	39.59	(28.51)	500m	39.35	(28.18)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
14	gl	32 Helga Drost	DN2		38.67	38.34	PR
	bl	20 Esmé Stollenga	DSA		38.77	38.92	
		Helga Drost		Esmé Stollenga			
		100m	10.76	(10.76)	100m	10.96	(10.96)
		500m	38.34	(27.58)	500m	38.92	(27.96)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
15	wt						
	rd						
		m		m			

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	57 Michelle de Jong	DN1	38.11	38.45	
	bl	24 Moniek Klijnstra	DSA	39.07	WDR	
		Michelle de Jong				Moniek Klijnstra
		100m	10.86 (10.86)			
		500m	38.45 (27.59)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	10 Marit Steunenberg	DN3	40.10	40.75	
	rd	11 Paulien Verhaar	DN1	40.77	40.77	
		Marit Steunenberg				Paulien Verhaar
		100m	11.53 (11.53)	100m	11.28 (11.28)	
		500m	40.75 (29.22)	500m	40.77 (29.49)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	37 Sanne in 't Hof	DN3	40.54	41.53	
	bl	63 Anouk Karel	DN4	39.74	40.65	
		Sanne in 't Hof				Anouk Karel
		100m	11.58 (11.58)	100m	11.19 (11.19)	
		500m	41.53 (29.95)	500m	40.65 (29.46)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	23 Sterre Jonkers	DN2	41.95	42.49	
	rd	9 Eline Jansen	DA1	42.77	43.15	
		Sterre Jonkers				Eline Jansen
		100m	11.99 (11.99)	100m	12.35 (12.35)	
		500m	42.49 (30.50)	500m	43.15 (30.80)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
20	gl	4 Gioya Lancee	DN2	41.17	40.81	PR
	bl					
		Gioya Lancee				
		m	100m	11.58 (11.58)		
			500m	40.81 (29.23)		

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

2. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	13 Jos de Vos	HSA	2	O	3:48.04		
2	47 Lex Dijkstra	HSA	1	O	3:48.08		
3	12 Louis Hollaar	HN2	1	I	3:48.38		
4	60 Jitse Breeuwsma	HA2	3	I	4:15.50		
5	68 Luna Jonkers	DN1	4	O	4:26.73		
6	7 Amy van der Meer	DA1	4	I	4:41.98		
	14 Esmee Visser	DSA	3	O	DNF		
	46 Jan Blokhuijsen	HSB			WDR		

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

2. Rituitslag 3000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	12	Louis Hollaar		HN2	3:48.15	3:48.38	
	rd	47	Lex Dijkstra		HSA	3:44.72	3:48.08	
		Louis Hollaar			Lex Dijkstra			
		200m	19.25	(19.25)	200m	19.30	(19.30)	
		600m	48.83	(29.58)	600m	49.07	(29.77)	
		1000m	1:18.47	(29.64)	1000m	1:18.69	(29.62)	
		1400m	1:48.40	(29.93)	1400m	1:48.31	(29.62)	
		1800m	2:18.08	(29.68)	1800m	2:18.19	(29.88)	
		2200m	2:48.15	(30.07)	2200m	2:48.05	(29.86)	
		2600m	3:18.02	(29.87)	2600m	3:18.17	(30.12)	
		3000m	3:48.38	(30.36)	3000m	3:48.08	(29.91)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	46	Jan Blokhuijsen		HSB	3:38.89	WDR	
	bl	13	Jos de Vos		HSA	3:41.34	3:48.04	
		Jan Blokhuijsen			Jos de Vos			
		200m	18.96	(18.96)	200m	18.96	(18.96)	
		600m	47.66	(28.70)	600m	47.66	(28.70)	
		1000m	1:16.84	(29.18)	1000m	1:16.84	(29.18)	
		1400m	1:46.52	(29.68)	1400m	1:46.52	(29.68)	
		1800m	2:16.30	(29.78)	1800m	2:16.30	(29.78)	
		2200m	2:46.16	(29.86)	2200m	2:46.16	(29.86)	
		2600m	3:16.79	(30.63)	2600m	3:16.79	(30.63)	
		3000m	3:48.04	(31.25)	3000m	3:48.04	(31.25)	

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	60	Jitse Breeuwsma		HA2	4:07.19	4:15.50	
	rd	14	Esmee Visser		DSA	3:54.02	DNF	
		<u>Jitse Breeuwsma</u>			<u>Esmee Visser</u>			
		200m	20.00	(20.00)	200m	20.58	(20.58)	
		600m	51.73	(31.73)	600m	51.36	(30.78)	
		1000m	1:23.14	(31.41)	1000m	1:21.82	(30.46)	
		1400m	1:55.48	(32.34)	1400m	1:51.90	(30.08)	
		1800m	2:29.08	(33.60)	1800m	2:22.90	(31.00)	
		2200m	3:03.73	(34.65)	2200m	2:53.99	(31.09)	
		2600m	3:39.00	(35.27)				
		3000m	4:15.50	(36.50)				

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	7	Amy van der Meer		DA1	4:31.77	4:41.98	
	bl	68	Luna Jonkers		DN1	4:21.09	4:26.73	
		<u>Amy van der Meer</u>			<u>Luna Jonkers</u>			
		200m	22.25	(22.25)	200m	21.91	(21.91)	
		600m	57.39	(35.14)	600m	55.18	(33.27)	
		1000m	1:32.94	(35.55)	1000m	1:28.94	(33.76)	
		1400m	2:08.49	(35.55)	1400m	2:03.56	(34.62)	
		1800m	2:45.07	(36.58)	1800m	2:38.81	(35.25)	
		2200m	3:22.79	(37.72)	2200m	3:14.35	(35.54)	
		2600m	4:02.17	(39.38)	2600m	3:50.55	(36.20)	
		3000m	4:41.98	(39.81)	3000m	4:26.73	(36.18)	

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

3. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	11 Paulien Verhaar	DN1	1	O	2:00.11	PR	
2	10 Marit Steunenberg	DN3	1	I	2:00.76		
3	23 Sterre Jonkers	DN2	3	O	2:02.53	PR	
4	6 Leila Meijer	DA1	3	I	2:02.97	PR	
5	9 Eline Jansen	DA1	2	O	2:03.77	PR	
6	37 Sanne in 't Hof	DN3	2	I	2:05.03		
	5 Naomi Verkerk	DN1	4	I	DNF		

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

3. Rituitslag 1500 meter

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	10	Marit Steunenberg		DN3	1:59.46	2:00.76	
	rd	11	Paulien Verhaar		DN1	2:00.53	2:00.11	PR
		Marit Steunenberg			Paulien Verhaar			
		300m	27.16	(27.16)	300m	26.96	(26.96)	
		700m	56.89	(29.73)	700m	56.59	(29.63)	
		1100m	1:27.95	(31.06)	1100m	1:27.63	(31.04)	
		1500m	2:00.76	(32.81)	1500m	2:00.11	(32.48)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	37	Sanne in 't Hof		DN3	1:58.83	2:05.03	
	bl	9	Eline Jansen		DA1	2:05.30	2:03.77	PR
		Sanne in 't Hof			Eline Jansen			
		300m	27.64	(27.64)	300m	28.45	(28.45)	
		700m	58.89	(31.25)	700m	59.12	(30.67)	
		1100m	1:31.21	(32.32)	1100m	1:30.86	(31.74)	
		1500m	2:05.03	(33.82)	1500m	2:03.77	(32.91)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	6	Leila Meijer		DA1	2:04.80	2:02.97	PR
	rd	23	Sterre Jonkers		DN2	2:03.65	2:02.53	PR
		Leila Meijer			Sterre Jonkers			
		300m	27.65	(27.65)	300m	28.17	(28.17)	
		700m	58.34	(30.69)	700m	58.75	(30.58)	
		1100m	1:29.69	(31.35)	1100m	1:30.27	(31.52)	
		1500m	2:02.97	(33.28)	1500m	2:02.53	(32.26)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	5	Naomi Verkerk		DN1	2:04.31	DNF	
	bl							
		Naomi Verkerk						
		300m	24.82	(24.82)	m			

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

4. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	25 Gijs Esders	HSA	4	O	1:09.37		
2	16 Thomas Geerdinck	HSA	3	O	1:11.01		
3	65 Enrico Salino	HN2	8	O	1:13.32	PR	
4	42 Rem de Hair	HA2	6	O	1:13.63		
5	17 Ireen Wüst	DSB	5	I	1:13.86		
6	36 Melissa Wijfje	DSA	10	O	1:16.19	PR	
7	67 Oliver Lindenskov	HN3	8	I	1:16.31		
8	18 Lotte van Beek	DSA	10	I	1:17.16		
9	1 Anice Das	DSB	9	I	1:17.33		
10	21 Aveline Hijlkema	DSA	9	O	1:18.26		
11	4 Gioya Lancee	DN2	12	O	1:19.65	PR	
12	2 Leeyen Harteveld	DSA	11	I	1:20.30		
13	63 Anouk Karel	DN4	11	O	1:22.03		
14	8 Emma Kant	DA2	12	I	1:22.27		
	55 Wesly Dijs	HSA	1	I	DNF		
	49 Kai Verbij	HSA	1	O	DNF		
	53 Janno Botman	HN1	3	I	DNF		
	54 Koen Verweij	HSA	4	I	DNF		
	56 Jutta Leerdam	DN2	5	O	DNF		
	58 Tjerk de Boer	HN2	6	I	DNF		
	59 Elisa Dul	DN2			WDR		
	44 Letitia de Jong	DSA			WDR		

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

4. Rituitslag 1000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	55	Wesly Dijs		HSA	1:09.51		DNF
	rd	49	Kai Verbij		HSA	1:06.34		DNF
		Wesly Dijs			Kai Verbij			
		200m	17.22	(17.22)	200m	16.60	(16.60)	
		600m	42.73	(25.51)	600m	41.51	(24.91)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl							
	bl							
			m				m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	53	Janno Botman		HN1	1:09.61		DNF
	rd	16	Thomas Geerdinck		HSA	1:10.26		1:11.01
		Janno Botman			Thomas Geerdinck			
		200m	16.75	(16.75)	200m	17.07	(17.07)	
		600m	42.47	(25.72)	600m	42.62	(25.55)	
					1000m	1:11.01	(28.39)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	54	Koen Verweij		HSA	1:06.94		DNF
	bl	25	Gijs Esders		HSA	1:08.67		1:09.37
		Koen Verweij			Gijs Esders			
		200m	17.20	(17.20)	200m	16.48	(16.48)	
		600m	42.56	(25.36)	600m	41.75	(25.27)	
					1000m	1:09.37	(27.62)	

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
5	wt	17	Ireen Wüst		DSB			1:13.16	1:13.86		
	rd	56	Jutta Leerdam		DN2			1:13.99	DNF		
		<u>Ireen Wüst</u>			<u>Jutta Leerdam</u>						
		200m	18.08	(18.08)	200m	17.92	(17.92)				
		600m	45.15	(27.07)	600m	44.54	(26.62)				
		1000m	1:13.86	(28.71)							
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
6	gl	58	Tjerk de Boer		HN2			1:10.40	DNF		
	bl	42	Rem de Hair		HA2			1:13.13	1:13.63		
		<u>Tjerk de Boer</u>			<u>Rem de Hair</u>						
		200m	17.12	(17.12)	200m	17.19	(17.19)				
					600m	43.83	(26.64)				
					1000m	1:13.63	(29.80)				
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
7	wt	59	Elisa Dul		DN2			1:15.31	WDR		
	rd	44	Letitia de Jong		DSA			1:13.32	WDR		
		<u>Elisa Dul</u>			<u>Letitia de Jong</u>						
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
8	gl	67	Oliver Lindenskov		HN3			1:15.72	1:16.31		
	bl	65	Enrico Salino		HN2			1:14.13	1:13.32	PR	
		<u>Oliver Lindenskov</u>			<u>Enrico Salino</u>						
		200m	18.42	(18.42)	200m	17.05	(17.05)				
		600m	46.18	(27.76)	600m	43.60	(26.55)				
		1000m	1:16.31	(30.13)	1000m	1:13.32	(29.72)				

Trainingswedstrijd KNSB- , topteams en deelnemers NK Afstanden

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	1 Anice Das		DSB		1:15.11	1:17.33	
	rd	21 Aveline Hijlkema		DSA		1:18.12	1:18.26	
		Anice Das			Aveline Hijlkema			
		200m	18.20	(18.20)	200m	19.24	(19.24)	
		600m	46.46	(28.26)	600m	48.09	(28.85)	
		1000m	1:17.33	(30.87)	1000m	1:18.26	(30.17)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	18 Lotte van Beek		DSA		1:13.36	1:17.16	
	bl	36 Melissa Wijffe		DSA		1:16.30	1:16.19	PR
		Lotte van Beek			Melissa Wijffe			
		200m	18.66	(18.66)	200m	18.97	(18.97)	
		600m	47.04	(28.38)	600m	46.97	(28.00)	
		1000m	1:17.16	(30.12)	1000m	1:16.19	(29.22)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	2 Leeyen Hartevelde		DSA		1:17.58	1:20.30	
	rd	63 Anouk Karel		DN4		1:19.76	1:22.03	
		Leeyen Hartevelde			Anouk Karel			
		200m	18.83	(18.83)	200m	19.08	(19.08)	
		600m	47.79	(28.96)	600m	48.95	(29.87)	
		1000m	1:20.30	(32.51)	1000m	1:22.03	(33.08)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	8 Emma Kant		DA2		1:21.63	1:22.27	
	bl	4 Gioya Lancee		DN2		1:20.17	1:19.65	PR
		Emma Kant			Gioya Lancee			
		200m	19.24	(19.24)	200m	19.45	(19.45)	
		600m	49.15	(29.91)	600m	48.76	(29.31)	
		1000m	1:22.27	(33.12)	1000m	1:19.65	(30.89)	