

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

1. Uitslag Vrouwen 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	35 Maud Lugters	DN3	7	I	38.82		
2	9 Helga Drost	DSA	7	O	38.83		
3	14 Isabel Grevelt	DN2	4	O	38.89		
4	5 Anna Boersma	DN3	6	O	38.96		
5	45 Esme Stollenga	DSA	8	I	39.10		
6	27 Sylke Kas	DN2	6	I	39.46		
7	2 Marit van Beijnum	DN3	8	O	39.52		
8	55 Sacha vander Weide	DN2	5	O	39.58		
9	39 Sanneke de Neeling	DSA	5	I	39.90		
10	10 Amber Duizendstraat	DN1	4	I	39.96		
11	41 Anne Plat	DN4	3	I	40.45		
12	36 Amy van der Meer	DN2	2	I	40.94		
13	37 Sietske van der Meer	DA2	2	O	41.83	PR	
14	22 Ameer Hollanders	DN1	3	O	42.09		
15	40 Tessa Oudman	DN4	1	I	42.21		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

1. Rituitslag Vrouwen 500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	40	Tessa Oudman		DN4			41.02	42.21
	rd								
		Tessa Oudman							
		100m	11.86	(11.86)			m		
		500m	42.21	(30.35)					

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	wt	36	Amy van der Meer		DN2			40.03	40.94
	rd	37	Sietske van der Meer		DA2			41.92	41.83 PR
		Amy van der Meer							
		100m	11.21	(11.21)			100m	11.56	(11.56)
		500m	40.94	(29.73)			500m	41.83	(30.27)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	41	Anne Plat		DN4			40.31	40.45
	rd	22	Amee Hollanders		DN1			41.03	42.09
		Anne Plat							
		100m	11.05	(11.05)			100m	11.45	(11.45)
		500m	40.45	(29.40)			500m	42.09	(30.64)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	wt	10	Amber Duizendstraal		DN1			39.17	39.96
	rd	14	Isabel Grevelt		DN2			37.87	38.89
		Amber Duizendstraal							
		100m	11.04	(11.04)			100m	10.97	(10.97)
		500m	39.96	(28.92)			500m	38.89	(27.92)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	39	Sanneke de Neeling		DSA			37.66	39.90
	rd	55	Sacha vander Weide		DN2			38.99	39.58
		Sanneke de Neeling							
		100m	11.13	(11.13)			100m	10.80	(10.80)
		500m	39.90	(28.77)			500m	39.58	(28.78)

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	wt	27	Sylke Kas		DN2		38.88	39.46	
	rd	5	Anna Boersma		DN3		38.70	38.96	
			Sylke Kas						
			100m				10.64	(10.64)	
			500m				38.96	(28.32)	
			Anna Boersma						
			100m				10.74	(10.74)	
			500m				38.83	(28.09)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	35	Maud Lugters		DN3		38.35	38.82	
	rd	9	Helga Drost		DSA		38.00	38.83	
			Maud Lugters						
			100m				10.74	(10.74)	
			500m				38.83	(28.09)	
			Helga Drost						
			100m				10.74	(10.74)	
			500m				38.83	(28.09)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	wt	45	Esme Stollenga		DSA		37.92	39.10	
	rd	2	Marit van Beijnum		DN3		38.40	39.52	
			Esme Stollenga						
			100m				10.75	(10.75)	
			500m				39.52	(28.77)	
			Marit van Beijnum						
			100m				10.75	(10.75)	
			500m				39.52	(28.77)	

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

2. Uitslag Mannen 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	160 Stefan Westenbroek	HN2	1	O	35.47		
2	159 Joep Wennemars	HN1	7	I	35.63		
3	147 Tijmen Snel	HSA	6	O	35.71		
4	112 Sebas Diniz	HN2	10	I	35.75		
5	145 Mats Siemons	HN1	9	I	35.95		
6	165 Serge Yoro	HN4	9	O	35.98		
7	122 Jarle Gerrits	HN2	5	I	35.99	PR	
8	135 Sven Kemp	HN3	7	O	36.08		
9	107 Armand Broos	HN3	10	O	36.12		
10	119 Mika van Essen	HN4	5	O	36.16		
11	125 Rem de Hair	HN3	8	I	36.19		
12	108 Jim Dhore	HSA	3	O	36.39		
13	113 Joost van Dobbenburgh	HSA	6	I	36.47		
14	132 Elwin Jongman	HN4	3	I	36.60		
15	110 Ward Dielissen	HA1	2	I	36.67	PR	
16	120 Chris Fredriks	HN1	4	O	36.70		
17	152 Pim Stuij	HN1	4	I	36.76		
18	123 Thijs Govers	HSA	2	O	36.91		
19	109 Niels d'Huy	HN2	8	O	36.98		
	106 Janno Botman	HN4	1	I	DNF		
	118 Gijs Esders	HSB			WDR		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

2. Rituitslag Mannen 500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	106	Janno Botman		HN4		34.61		DNF
	rd	160	Stefan Westenbroek		HN2		34.72		35.47
		Janno Botman			Stefan Westenbroek				
		100m	9.85	(9.85)	100m	9.77	(9.77)		
					500m	35.47	(25.70)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	wt	110	Ward Dielissen		HA1		36.73		36.67 PR
	rd	123	Thijs Govers		HSA		35.43		36.91
		Ward Dielissen			Thijs Govers				
		100m	10.13	(10.13)	100m	10.23	(10.23)		
		500m	36.67	(26.54)	500m	36.91	(26.68)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	132	Elwin Jongman		HN4		35.62		36.60
	rd	108	Jim Dhore		HSA		35.79		36.39
		Elwin Jongman			Jim Dhore				
		100m	10.39	(10.39)	100m	9.85	(9.85)		
		500m	36.60	(26.21)	500m	36.39	(26.54)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	wt	152	Pim Stuij		HN1		35.70		36.76
	rd	120	Chris Fredriks		HN1		36.16		36.70
		Pim Stuij			Chris Fredriks				
		100m	10.14	(10.14)	100m	10.20	(10.20)		
		500m	36.76	(26.62)	500m	36.70	(26.50)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	122	Jarle Gerrits		HN2		36.01		35.99 PR
	rd	119	Mika van Essen		HN4		35.33		36.16
		Jarle Gerrits			Mika van Essen				
		100m	10.08	(10.08)	100m	10.18	(10.18)		
		500m	35.99	(25.91)	500m	36.16	(25.98)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	wt	113	Joost van Dobbenburgh		HSA		35.49	36.47	
	rd	147	Tijmen Snel		HSA		34.82	35.71	
		Joost van Dobbenburgh			Tijmen Snel				
		100m	10.23	(10.23)	100m	9.88	(9.88)		
		500m	36.47	(26.24)	500m	35.71	(25.83)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	159	Joep Wennemars		HN1		35.11	35.63	
	rd	135	Sven Kemp		HN3		35.82	36.08	
		Joep Wennemars			Sven Kemp				
		100m	10.03	(10.03)	100m	9.93	(9.93)		
		500m	35.63	(25.60)	500m	36.08	(26.15)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	wt	125	Rem de Hair		HN3		35.46	36.19	
	rd	109	Niels d'Huy		HN2		36.04	36.98	
		Rem de Hair			Niels d'Huy				
		100m	9.99	(9.99)	100m	10.36	(10.36)		
		500m	36.19	(26.20)	500m	36.98	(26.62)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
9	wt	145	Mats Siemons		HN1		35.51	35.95	
	rd	165	Serge Yoro		HN4		34.98	35.98	
		Mats Siemons			Serge Yoro				
		100m	9.92	(9.92)	100m	10.18	(10.18)		
		500m	35.95	(26.03)	500m	35.98	(25.80)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
10	wt	112	Sebas Diniz		HN2		34.84	35.75	
	rd	107	Armand Broos		HN3		35.33	36.12	
		Sebas Diniz			Armand Broos				
		100m	9.93	(9.93)	100m	10.08	(10.08)		
		500m	35.75	(25.82)	500m	36.12	(26.04)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
11	wt rd	118 Gijs Esders	HSB	34.99	WDR
		<u>Gijs Esders</u>			
					m

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

3. Uitslag Vrouwen 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	29 Esther Kiel	DSA	7	O	2:00.63		
2	20 Aveline Hijlkema	DSA	8	I	2:02.38		
3	4 Myrthe de Boer	DN2	6	O	2:02.53		
4	59 Paulien Verhaar	DN4	8	O	2:05.05		
5	51 Evelien Vijn	DN1	5	O	2:05.51		
6	39 Sanneke de Neeling	DSA	4	I	2:06.00		
7	53 Eline van Voorden	DN3	6	I	2:06.48		
8	57 Sanne Westra	DN1	5	I	2:07.16		
9	36 Amy van der Meer	DN2	3	O	2:08.23		
10	46 Kim Talsma	DN3	7	I	2:09.11		
11	47 Lidia Tempert	DN3	3	I	2:09.66		
12	34 Lisan van der Linde	DN1	4	O	2:10.28		
13	8 Vera van Ditshuizen	DN1	1	I	2:12.14		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

3. Rituitslag Vrouwen 1500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt rd	8	Vera van Ditshuizen		DN1		2:06.68	2:12.14	

Vera van Ditshuizen

300m	27.97	(27.97)		m
700m	1:00.48	(32.51)		
1100m	1:35.48	(35.00)		
1500m	2:12.14	(36.66)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl bl								

m

m

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt rd	47	Lidia Tempert		DN3		2:04.71	2:09.66	
		36	Amy van der Meer		DN2		2:05.91	2:08.23	

Lidia Tempert

300m	27.60	(27.60)
700m	59.31	(31.71)
1100m	1:33.22	(33.91)
1500m	2:09.66	(36.44)

Amy van der Meer

300m	27.15	(27.15)
700m	58.96	(31.81)
1100m	1:32.72	(33.76)
1500m	2:08.23	(35.51)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl bl	39	Sanneke de Neeling		DSA		1:55.27	2:06.00	
		34	Lisan van der Linde		DN1		2:04.76	2:10.28	

Sanneke de Neeling

300m	27.19	(27.19)
700m	57.92	(30.73)
1100m	1:30.97	(33.05)
1500m	2:06.00	(35.03)

Lisan van der Linde

300m	28.71	(28.71)
700m	1:00.67	(31.96)
1100m	1:34.56	(33.89)
1500m	2:10.28	(35.72)

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	57	Sanne Westra		DN1		2:01.40	2:07.16	
	rd	51	Evelien Vijn		DN1		1:57.52	2:05.51	
		Sanne Westra				Evelien Vijn			
		300m	27.38	(27.38)		300m	27.55	(27.55)	
		700m	58.22	(30.84)		700m	58.36	(30.81)	
		1100m	1:31.25	(33.03)		1100m	1:31.13	(32.77)	
		1500m	2:07.16	(35.91)		1500m	2:05.51	(34.38)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	53	Eline van Voorden		DN3		2:02.92	2:06.48	
	bl	4	Myrthe de Boer		DN2		1:56.76	2:02.53	
		Eline van Voorden				Myrthe de Boer			
		300m	27.57	(27.57)		300m	26.38	(26.38)	
		700m	58.71	(31.14)		700m	55.69	(29.31)	
		1100m	1:31.44	(32.73)		1100m	1:27.53	(31.84)	
		1500m	2:06.48	(35.04)		1500m	2:02.53	(35.00)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	46	Kim Talsma		DN3		1:57.33	2:09.11	
	rd	29	Esther Kiel		DSA		1:57.69	2:00.63	
		Kim Talsma				Esther Kiel			
		300m	27.54	(27.54)		300m	26.64	(26.64)	
		700m	58.89	(31.35)		700m	56.37	(29.73)	
		1100m	1:32.86	(33.97)		1100m	1:27.70	(31.33)	
		1500m	2:09.11	(36.25)		1500m	2:00.63	(32.93)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	20	Aveline Hijlkema		DSA		1:57.78	2:02.38	
	bl	59	Paulien Verhaar		DN4		1:58.69	2:05.05	
		Aveline Hijlkema				Paulien Verhaar			
		300m	26.78	(26.78)		300m	26.70	(26.70)	
		700m	56.94	(30.16)		700m	57.16	(30.46)	
		1100m	1:28.72	(31.78)		1100m	1:30.16	(33.00)	
		1500m	2:02.38	(33.66)		1500m	2:05.05	(34.89)	

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

4. Uitslag Mannen 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	111 Lex Dijkstra	HSA	10	O	1:49.82		
2	159 Joep Wennemars	HN1	7	I	1:49.86		
3	164 Jordy van Workum	HN3	1	I	1:50.26		
4	116 Sijmen Egberts	HA2	5	I	1:51.52		
5	142 Zeno de Ponti	HN2	3	O	1:51.82		
6	149 Jesse Speijers	HN2	10	I	1:51.99		
7	156 Jur Veenje	HN3	8	I	1:52.38		
8	129 Matthieu Hollaar	HN1	7	O	1:52.96		
9	140 Thomas de Lange	HN1	8	O	1:53.02		
10	154 Marwin Talsma	HSA	6	O	1:53.09		
11	146 Remo Slotegraaf	HN2	9	I	1:53.10		
12	166 Mathijs van Zwieten	HN2	4	I	1:53.12		
13	139 Jesse de Lange	HN2	4	O	1:53.75		
14	120 Chris Fredriks	HN1	6	I	1:54.25		
15	136 Adriaan de Kluiver	HSA	5	O	1:54.57		
16	114 Max Douma	HN4	3	I	1:55.72		
	145 Mats Siemons	HN1				WDR	

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

4. Rituitslag Mannen 1500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt rd	164	Jordy van Workum		HN3		1:45.37	1:50.26	

Jordy van Workum

300m	24.50	(24.50)	m
700m	51.58	(27.08)	
1100m	1:20.10	(28.52)	
1500m	1:50.26	(30.16)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl bl								

m

m

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt rd	114	Max Douma		HN4		1:51.36	1:55.72	
		142	Zeno de Ponti		HN2		1:49.60	1:51.82	

Max Douma

300m	25.04	(25.04)
700m	52.98	(27.94)
1100m	1:22.80	(29.82)
1500m	1:55.72	(32.92)

Zeno de Ponti

300m	25.03	(25.03)
700m	52.57	(27.54)
1100m	1:21.52	(28.95)
1500m	1:51.82	(30.30)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl bl	166	Mathijs van Zwieten		HN2		1:51.81	1:53.12	
		139	Jesse de Lange		HN2		1:51.59	1:53.75	

Mathijs van Zwieten

300m	25.46	(25.46)
700m	53.91	(28.45)
1100m	1:23.18	(29.27)
1500m	1:53.12	(29.94)

Jesse de Lange

300m	25.43	(25.43)
700m	53.74	(28.31)
1100m	1:23.06	(29.32)
1500m	1:53.75	(30.69)

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	116	Sijmen Egberts		HA2		1:48.29	1:51.52	
	rd	136	Adriaan de Kluiver		HSA		1:50.51	1:54.57	
		Sijmen Egberts			Adriaan de Kluiver				
		300m	24.76	(24.76)	300m	25.12	(25.12)		
		700m	52.41	(27.65)	700m	53.19	(28.07)		
		1100m	1:21.05	(28.64)	1100m	1:22.77	(29.58)		
		1500m	1:51.52	(30.47)	1500m	1:54.57	(31.80)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	120	Chris Fredriks		HN1		1:49.07	1:54.25	
	bl	154	Marwin Talsma		HSA		1:46.20	1:53.09	
		Chris Fredriks			Marwin Talsma				
		300m	24.77	(24.77)	300m	25.87	(25.87)		
		700m	52.52	(27.75)	700m	54.08	(28.21)		
		1100m	1:22.01	(29.49)	1100m	1:23.21	(29.13)		
		1500m	1:54.25	(32.24)	1500m	1:53.09	(29.88)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	159	Joep Wennemars		HN1		1:46.30	1:49.86	
	rd	129	Matthieu Hollaar		HN1		1:50.73	1:52.96	
		Joep Wennemars			Matthieu Hollaar				
		300m	23.72	(23.72)	300m	24.61	(24.61)		
		700m	50.43	(26.71)	700m	52.36	(27.75)		
		1100m	1:19.04	(28.61)	1100m	1:21.39	(29.03)		
		1500m	1:49.86	(30.82)	1500m	1:52.96	(31.57)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	156	Jur Veenje		HN3		1:48.27	1:52.38	
	bl	140	Thomas de Lange		HN1		1:48.82	1:53.02	
		Jur Veenje			Thomas de Lange				
		300m	24.83	(24.83)	300m	24.46	(24.46)		
		700m	52.35	(27.52)	700m	51.99	(27.53)		
		1100m	1:21.64	(29.29)	1100m	1:21.43	(29.44)		
		1500m	1:52.38	(30.74)	1500m	1:53.02	(31.59)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	146 Remo Slotegraaf	HN2	1:47.15	1:53.10	
	rd	145 Mats Siemons	HN1	1:47.76	WDR	
		<u>Remo Slotegraaf</u>		<u>Mats Siemons</u>		
		300m	25.08 (25.08)			
		700m	52.51 (27.43)			
		1100m	1:21.62 (29.11)			
		1500m	1:53.10 (31.48)			
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	149 Jesse Speijers	HN2	1:47.74	1:51.99	
	bl	111 Lex Dijkstra	HSA	1:46.50	1:49.82	
		<u>Jesse Speijers</u>		<u>Lex Dijkstra</u>		
		300m	24.83 (24.83)	300m	25.16 (25.16)	
		700m	52.27 (27.44)	700m	52.49 (27.33)	
		1100m	1:20.94 (28.67)	1100m	1:20.69 (28.20)	
		1500m	1:51.99 (31.05)	1500m	1:49.82 (29.13)	

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

5. Uitslag Vrouwen 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	14 Isabel Grevelt	DN2	4	O	1:18.03		
2	35 Maud Lugters	DN3	8	O	1:18.26		
3	9 Helga Drost	DSA	7	O	1:18.29		
4	39 Sanneke de Neeling	DSA	5	I	1:18.50		
5	4 Myrthe de Boer	DN2	5	O	1:18.51		
6	5 Anna Boersma	DN3	6	O	1:18.83		
7	11 Elisa Dul	DSA	8	I	1:19.15		
8	45 Esme Stollenga	DSA	7	I	1:19.32		
9	27 Sylke Kas	DN2	6	I	1:19.92		
10	55 Sacha vander Weide	DN2	4	I	1:20.81		
11	57 Sanne Westra	DN1	2	I	1:21.10		
12	10 Amber Duizendstraat	DN1	3	I	1:21.60		
13	41 Anne Plat	DN4	2	O	1:22.69		
14	12 Romée Ebbinge	DSA	3	O	1:23.17		
15	36 Amy van der Meer	DN2	1	I	1:24.13		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

5. Rituitslag Vrouwen 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt rd	36	Amy van der Meer		DN2		1:21.18	1:24.13	

Amy van der Meer

200m	19.34	(19.34)	m		
600m	50.27	(30.93)			
1000m	1:24.13	(33.86)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	wt rd	57	Sanne Westra		DN1		1:19.07	1:21.10	
		41	Anne Plat		DN4		1:20.60	1:22.69	

Sanne Westra

200m	19.36	(19.36)			
600m	48.89	(29.53)			
1000m	1:21.10	(32.21)			

Anne Plat

200m	19.17	(19.17)			
600m	49.07	(29.90)			
1000m	1:22.69	(33.62)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt rd	10	Amber Duizendstraal		DN1		1:19.24	1:21.60	
		12	Romée Ebbinge		DSA		1:20.69	1:23.17	

Amber Duizendstraal

200m	19.07	(19.07)			
600m	49.33	(30.26)			
1000m	1:21.60	(32.27)			

Romée Ebbinge

200m	19.99	(19.99)			
600m	50.32	(30.33)			
1000m	1:23.17	(32.85)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	wt rd	55	Sacha vander Weide		DN2		1:19.23	1:20.81	
		14	Isabel Grevelt		DN2		1:14.17	1:18.03	

Sacha vander Weide

200m	18.33	(18.33)			
600m	47.49	(29.16)			
1000m	1:20.81	(33.32)			

Isabel Grevelt

200m	18.45	(18.45)			
600m	46.53	(28.08)			
1000m	1:18.03	(31.50)			

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	39	Sanneke de Neeling		DSA		1:13.74	1:18.50	
	rd	4	Myrthe de Boer		DN2		1:15.51	1:18.51	
		Sanneke de Neeling			Myrthe de Boer				
		200m	18.82	(18.82)	200m	18.90	(18.90)		
		600m	47.66	(28.84)	600m	47.43	(28.53)		
		1000m	1:18.50	(30.84)	1000m	1:18.51	(31.08)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	wt	27	Sylke Kas		DN2		1:18.13	1:19.92	
	rd	5	Anna Boersma		DN3		1:17.50	1:18.83	
		Sylke Kas			Anna Boersma				
		200m	18.61	(18.61)	200m	18.14	(18.14)		
		600m	47.52	(28.91)	600m	46.87	(28.73)		
		1000m	1:19.92	(32.40)	1000m	1:18.83	(31.96)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	45	Esme Stollenga		DSA		1:15.70	1:19.32	
	rd	9	Helga Drost		DSA		1:15.36	1:18.29	
		Esme Stollenga			Helga Drost				
		200m	18.59	(18.59)	200m	18.20	(18.20)		
		600m	47.12	(28.53)	600m	46.45	(28.25)		
		1000m	1:19.32	(32.20)	1000m	1:18.29	(31.84)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	wt	11	Elisa Dul		DSA		1:15.19	1:19.15	
	rd	35	Maud Lugters		DN3		1:17.16	1:18.26	
		Elisa Dul			Maud Lugters				
		200m	18.45	(18.45)	200m	18.34	(18.34)		
		600m	47.52	(29.07)	600m	46.35	(28.01)		
		1000m	1:19.15	(31.63)	1000m	1:18.26	(31.91)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

6. Uitslag Mannen 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	159 Joep Wennemars	HN1	4	O	1:09.98		
2	128 Louis Hollaar	HSA	5	O	1:10.64		
3	147 Tijmen Snel	HSA	5	I	1:10.99		
4	106 Janno Botman	HN4	1	I	1:11.13		
5	145 Mats Siemons	HN1	8	O	1:11.19		
6	122 Jarle Gerrits	HN2	6	I	1:11.76		
7	165 Serge Yoro	HN4	7	I	1:12.07		
8	119 Mika van Essen	HN4	4	I	1:12.17		
9	156 Jur Veenje	HN3	3	O	1:12.24		
10	113 Joost van Dobbenburgh	HSA	7	O	1:12.82		
11	120 Chris Fredriks	HN1	6	O	1:13.33		
12	141 Mervin Maatman	HN2	2	O	1:13.34		
13	140 Thomas de Lange	HN1	2	I	1:13.47		
14	118 Gijs Esders	HSB	8	I	1:14.31		
	135 Sven Kemp	HN3	3	I	DNF		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

6. Rituitslag Mannen 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	106	Janno Botman		HN4		1:08.06	1:11.13	
	rd								

Janno Botman

200m	16.81	(16.81)	m		
600m	42.86	(26.05)			
1000m	1:11.13	(28.27)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	wt	140	Thomas de Lange		HN1		1:11.60	1:13.47	
	rd	141	Mervin Maatman		HN2		1:11.86	1:13.34	

Thomas de Lange

200m	17.69	(17.69)			
600m	44.45	(26.76)			
1000m	1:13.47	(29.02)			

Mervin Maatman

200m	17.35	(17.35)			
600m	44.05	(26.70)			
1000m	1:13.34	(29.29)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	135	Sven Kemp		HN3		1:11.55	DNF	
	rd	156	Jur Veenje		HN3		1:10.87	1:12.24	

Sven Kemp

200m	17.07	(17.07)			
------	-------	---------	--	--	--

Jur Veenje

200m	17.54	(17.54)			
600m	43.96	(26.42)			
1000m	1:12.24	(28.28)			

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	wt	119	Mika van Essen		HN4		1:09.91	1:12.17	
	rd	159	Joep Wennemars		HN1		1:08.08	1:09.98	

Mika van Essen

200m	16.77	(16.77)			
600m	42.90	(26.13)			
1000m	1:12.17	(29.27)			

Joep Wennemars

200m	16.78	(16.78)			
600m	42.21	(25.43)			
1000m	1:09.98	(27.77)			

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	147	Tijmen Snel		HSA		1:08.10	1:10.99	
	rd	128	Louis Hollaar		HSA		1:08.43	1:10.64	
		Tijmen Snel			Louis Hollaar				
		200m	16.97	(16.97)	200m	17.06	(17.06)		
		600m	43.25	(26.28)	600m	43.10	(26.04)		
		1000m	1:10.99	(27.74)	1000m	1:10.64	(27.54)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	wt	122	Jarle Gerrits		HN2		1:11.28	1:11.76	
	rd	120	Chris Fredriks		HN1		1:10.53	1:13.33	
		Jarle Gerrits			Chris Fredriks				
		200m	16.92	(16.92)	200m	17.32	(17.32)		
		600m	43.23	(26.31)	600m	43.80	(26.48)		
		1000m	1:11.76	(28.53)	1000m	1:13.33	(29.53)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	165	Serge Yoro		HN4		1:08.37	1:12.07	
	rd	113	Joost van Dobbenburgh		HSA		1:09.35	1:12.82	
		Serge Yoro			Joost van Dobbenburgh				
		200m	17.13	(17.13)	200m	17.20	(17.20)		
		600m	43.38	(26.25)	600m	43.73	(26.53)		
		1000m	1:12.07	(28.69)	1000m	1:12.82	(29.09)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	wt	118	Gijs Esders		HSB		1:08.67	1:14.31	
	rd	145	Mats Siemons		HN1		1:09.45	1:11.19	
		Gijs Esders			Mats Siemons				
		200m	17.64	(17.64)	200m	16.59	(16.59)		
		600m	44.61	(26.97)	600m	42.49	(25.90)		
		1000m	1:14.31	(29.70)	1000m	1:11.19	(28.70)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

7. Uitslag Vrouwen 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	29 Esther Kiel	DSA	8	I	4:14.61		
2	20 Aveline Hijlkema	DSA	8	O	4:16.69		
3	51 Evelien Vijn	DN1	7	O	4:20.01		
4	53 Eline van Voorden	DN3	6	I	4:24.56		
5	59 Paulien Verhaar	DN4	7	I	4:24.78		
6	60 Esmee Visser	DSA	1	O	4:25.81		
7	25 Luna Jonkers	DN4	5	O	4:30.84		
8	31 Patricia Koot	DA1	3	O	4:31.21		
9	47 Lidia Tempert	DN3	5	I	4:32.23		
10	7 Nyncke Dijkstra	DN1	4	O	4:32.63		
11	34 Lisan van der Linde	DN1	4	I	4:33.70		
12	44 Liotte Smits	DN3	3	I	4:35.68		
13	8 Vera van Ditshuizen	DN1	1	I	4:38.27		
14	26 Sterre Jonkers	DSA	6	O	4:42.69		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

7. Rituitslag Vrouwen 3000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	8	Vera van Ditshuizen		DN1			4:23.56	4:38.27
	rd	60	Esmee Visser		DSA			3:54.02	4:25.81
		Vera van Ditshuizen			Esmee Visser				
		200m	21.45	(21.45)	200m	22.10	(22.10)		
		600m	56.45	(35.00)	600m	56.41	(34.31)		
		1000m	1:31.58	(35.13)	1000m	1:30.87	(34.46)		
		1400m	2:07.93	(36.35)	1400m	2:05.29	(34.42)		
		1800m	2:44.66	(36.73)	1800m	2:39.89	(34.60)		
		2200m	3:22.26	(37.60)	2200m	3:14.66	(34.77)		
		2600m	4:00.24	(37.98)	2600m	3:49.81	(35.15)		
		3000m	4:38.27	(38.03)	3000m	4:25.81	(36.00)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl								
	bl								
		m			m				

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	44	Liotte Smits		DN3			4:24.14	4:35.68
	rd	31	Patricia Koot		DA1			4:22.29	4:31.21
		Liotte Smits			Patricia Koot				
		200m	21.42	(21.42)	200m	21.00	(21.00)		
		600m	55.20	(33.78)	600m	54.45	(33.45)		
		1000m	1:29.47	(34.27)	1000m	1:28.85	(34.40)		
		1400m	2:04.76	(35.29)	1400m	2:04.06	(35.21)		
		1800m	2:40.97	(36.21)	1800m	2:39.73	(35.67)		
		2200m	3:18.15	(37.18)	2200m	3:16.31	(36.58)		
		2600m	3:56.36	(38.21)	2600m	3:53.50	(37.19)		
		3000m	4:35.68	(39.32)	3000m	4:31.21	(37.71)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	34	Lisan van der Linde		DN1			4:28.20	4:33.70
	bl	7	Nyncke Dijkstra		DN1			4:28.59	4:32.63
		Lisan van der Linde			Nyncke Dijkstra				
		200m	22.32	(22.32)	200m	21.37	(21.37)		
		600m	56.67	(34.35)	600m	55.08	(33.71)		
		1000m	1:31.86	(35.19)	1000m	1:29.72	(34.64)		
		1400m	2:07.28	(35.42)	1400m	2:05.11	(35.39)		
		1800m	2:42.81	(35.53)	1800m	2:41.14	(36.03)		
		2200m	3:19.00	(36.19)	2200m	3:18.28	(37.14)		
		2600m	3:55.87	(36.87)	2600m	3:55.58	(37.30)		
		3000m	4:33.70	(37.83)	3000m	4:32.63	(37.05)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	47	Lidia Tempert		DN3			4:23.86	4:32.23
	rd	25	Luna Jonkers		DN4			4:21.09	4:30.84
		Lidia Tempert			Luna Jonkers				
		200m	20.99	(20.99)	200m	22.56	(22.56)		
		600m	55.37	(34.38)	600m	56.88	(34.32)		
		1000m	1:30.80	(35.43)	1000m	1:31.88	(35.00)		
		1400m	2:06.56	(35.76)	1400m	2:07.14	(35.26)		
		1800m	2:42.37	(35.81)	1800m	2:42.69	(35.55)		
		2200m	3:18.72	(36.35)	2200m	3:18.66	(35.97)		
		2600m	3:55.20	(36.48)	2600m	3:55.04	(36.38)		
		3000m	4:32.23	(37.03)	3000m	4:30.84	(35.80)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	53	Eline van Voorden		DN3			4:14.19	4:24.56
	bl	26	Sterre Jonkers		DSA			4:07.69	4:42.69
		Eline van Voorden			Sterre Jonkers				
		200m	21.72	(21.72)	200m	22.00	(22.00)		
		600m	55.08	(33.36)	600m	56.28	(34.28)		
		1000m	1:28.61	(33.53)	1000m	1:32.03	(35.75)		
		1400m	2:02.84	(34.23)	1400m	2:09.04	(37.01)		
		1800m	2:37.49	(34.65)	1800m	2:46.86	(37.82)		
		2200m	3:12.45	(34.96)	2200m	3:24.68	(37.82)		
		2600m	3:48.21	(35.76)	2600m	4:03.08	(38.40)		
		3000m	4:24.56	(36.35)	3000m	4:42.69	(39.61)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	59	Paulien Verhaar		DN4			4:11.75	4:24.78
	rd	51	Evelien Vijn		DN1			4:03.76	4:20.01
		Paulien Verhaar			Evelien Vijn				
		200m	20.68	(20.68)	200m	20.82	(20.82)		
		600m	53.95	(33.27)	600m	53.59	(32.77)		
		1000m	1:27.42	(33.47)	1000m	1:27.26	(33.67)		
		1400m	2:01.78	(34.36)	1400m	2:01.09	(33.83)		
		1800m	2:36.27	(34.49)	1800m	2:35.53	(34.44)		
		2200m	3:10.91	(34.64)	2200m	3:10.13	(34.60)		
		2600m	3:47.16	(36.25)	2600m	3:44.79	(34.66)		
		3000m	4:24.78	(37.62)	3000m	4:20.01	(35.22)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	29	Esther Kiel		DSA		4:06.44	4:14.61	
	bl	20	Aveline Hijlkema		DSA		4:06.70	4:16.69	
		Esther Kiel				Aveline Hijlkema			
		200m	20.14	(20.14)		200m	20.67	(20.67)	
		600m	51.74	(31.60)		600m	53.11	(32.44)	
		1000m	1:24.22	(32.48)		1000m	1:26.46	(33.35)	
		1400m	1:57.04	(32.82)		1400m	1:59.84	(33.38)	
		1800m	2:30.53	(33.49)		1800m	2:33.47	(33.63)	
		2200m	3:04.78	(34.25)		2200m	3:07.22	(33.75)	
		2600m	3:39.51	(34.73)		2600m	3:41.61	(34.39)	
		3000m	4:14.61	(35.10)		3000m	4:16.69	(35.08)	

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

8. Uitslag Mannen 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	148 Beau Snellink	HN3	1	I	6:28.57		
2	111 Lex Dijkstra	HSA	7	I	6:33.00		
3	154 Marwin Talsma	HSA	8	I	6:36.64		
4	166 Mathijs van Zwieten	HN2	6	I	6:39.83	PR	
5	164 Jordy van Workum	HN3	1	O	6:42.46		
6	124 Homme Jan de Groot	HSA	3	I	6:45.07		
7	102 Daan Berkhout	HN1	5	I	6:45.48	PR	
8	137 Jelle Koeleman	HA2	3	O	6:45.88		
9	163 Lars Woelders	HN2	5	O	6:45.99		
10	138 Jasper Krommenhoek	HA2	7	O	6:46.63		
11	115 Colin James Duivenvoorden	HN1	6	O	6:46.90		
12	144 Victor Ramler	HSA	8	O	6:48.86		
13	142 Zeno de Ponti	HN2	4	O	6:50.04		
14	139 Jesse de Lange	HN2	4	I	7:04.42		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

8. Rituitslag Mannen 5000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	148	Beau Snellink		HN3	6:09.58		6:28.57	
	rd	164	Jordy van Workum		HN3	6:20.62		6:42.46	
		Beau Snellink			Jordy van Workum				
		200m	19.60	(19.60)	200m	19.19	(19.19)		
		600m	49.57	(29.97)	600m	49.28	(30.09)		
		1000m	1:19.07	(29.50)	1000m	1:19.95	(30.67)		
		1400m	1:49.07	(30.00)	1400m	1:50.53	(30.58)		
		1800m	2:19.29	(30.22)	1800m	2:21.69	(31.16)		
		2200m	2:49.61	(30.32)	2200m	2:52.95	(31.26)		
		2600m	3:20.16	(30.55)	2600m	3:24.57	(31.62)		
		3000m	3:50.84	(30.68)	3000m	3:56.78	(32.21)		
		3400m	4:21.53	(30.69)	3400m	4:29.21	(32.43)		
		3800m	4:52.60	(31.07)	3800m	5:01.84	(32.63)		
		4200m	5:24.10	(31.50)	4200m	5:35.06	(33.22)		
		4600m	5:56.05	(31.95)	4600m	6:08.66	(33.60)		
		5000m	6:28.57	(32.52)	5000m	6:42.46	(33.80)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl								
	bl								
		m			m				

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbaan Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	124	Homme Jan de Groot		HSA		6:34.37	6:45.07	
	rd	137	Jelle Koeleman		HA2		6:41.91	6:45.88	
		Homme Jan de Groot			Jelle Koeleman				
		200m	19.73	(19.73)	200m	19.99	(19.99)		
		600m	50.82	(31.09)	600m	51.08	(31.09)		
		1000m	1:22.11	(31.29)	1000m	1:22.18	(31.10)		
		1400m	1:53.94	(31.83)	1400m	1:53.38	(31.20)		
		1800m	2:25.62	(31.68)	1800m	2:24.84	(31.46)		
		2200m	2:57.17	(31.55)	2200m	2:56.11	(31.27)		
		2600m	3:29.54	(32.37)	2600m	3:27.70	(31.59)		
		3000m	4:02.18	(32.64)	3000m	3:59.75	(32.05)		
		3400m	4:34.88	(32.70)	3400m	4:32.06	(32.31)		
		3800m	5:07.92	(33.04)	3800m	5:04.90	(32.84)		
		4200m	5:40.20	(32.28)	4200m	5:38.25	(33.35)		
		4600m	6:12.82	(32.62)	4600m	6:12.09	(33.84)		
		5000m	6:45.07	(32.25)	5000m	6:45.88	(33.79)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	139	Jesse de Lange		HN2		6:48.35	7:04.42	
	bl	142	Zeno de Ponti		HN2		6:35.87	6:50.04	
		Jesse de Lange			Zeno de Ponti				
		200m	19.83	(19.83)	200m	19.76	(19.76)		
		600m	51.89	(32.06)	600m	50.87	(31.11)		
		1000m	1:24.14	(32.25)	1000m	1:22.98	(32.11)		
		1400m	1:56.02	(31.88)	1400m	1:55.07	(32.09)		
		1800m	2:28.58	(32.56)	1800m	2:27.31	(32.24)		
		2200m	3:00.76	(32.18)	2200m	2:59.69	(32.38)		
		2600m	3:33.85	(33.09)	2600m	3:32.20	(32.51)		
		3000m	4:07.56	(33.71)	3000m	4:04.75	(32.55)		
		3400m	4:42.04	(34.48)	3400m	4:37.59	(32.84)		
		3800m	5:17.07	(35.03)	3800m	5:10.35	(32.76)		
		4200m	5:52.84	(35.77)	4200m	5:43.40	(33.05)		
		4600m	6:28.63	(35.79)	4600m	6:16.86	(33.46)		
		5000m	7:04.42	(35.79)	5000m	6:50.04	(33.18)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	102	Daan Berkhout		HN1			6:46.07	6:45.48 PR
	rd	163	Lars Woelders		HN2			6:37.70	6:45.99
		Daan Berkhout			Lars Woelders				
		200m	19.31	(19.31)	200m	19.54	(19.54)		
		600m	50.72	(31.41)	600m	49.83	(30.29)		
		1000m	1:23.02	(32.30)	1000m	1:20.76	(30.93)		
		1400m	1:54.99	(31.97)	1400m	1:52.18	(31.42)		
		1800m	2:26.92	(31.93)	1800m	2:23.97	(31.79)		
		2200m	2:58.89	(31.97)	2200m	2:55.89	(31.92)		
		2600m	3:30.97	(32.08)	2600m	3:28.24	(32.35)		
		3000m	4:03.08	(32.11)	3000m	4:00.41	(32.17)		
		3400m	4:35.36	(32.28)	3400m	4:32.89	(32.48)		
		3800m	5:07.51	(32.15)	3800m	5:05.88	(32.99)		
		4200m	5:40.22	(32.71)	4200m	5:39.64	(33.76)		
		4600m	6:12.90	(32.68)	4600m	6:12.86	(33.22)		
		5000m	6:45.48	(32.58)	5000m	6:45.99	(33.13)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	166	Mathijs van Zwieten		HN2			6:40.49	6:39.83 PR
	bl	115	Colin James Duivenvoorden		HN1			6:33.99	6:46.90
		Mathijs van Zwieten			Colin James Duivenvoorden				
		200m	19.25	(19.25)	200m	19.50	(19.50)		
		600m	50.25	(31.00)	600m	50.10	(30.60)		
		1000m	1:22.22	(31.97)	1000m	1:21.51	(31.41)		
		1400m	1:54.23	(32.01)	1400m	1:53.11	(31.60)		
		1800m	2:26.33	(32.10)	1800m	2:24.98	(31.87)		
		2200m	2:57.88	(31.55)	2200m	2:57.04	(32.06)		
		2600m	3:29.90	(32.02)	2600m	3:29.33	(32.29)		
		3000m	4:02.47	(32.57)	3000m	4:01.26	(31.93)		
		3400m	4:34.08	(31.61)	3400m	4:33.35	(32.09)		
		3800m	5:05.05	(30.97)	3800m	5:05.68	(32.33)		
		4200m	5:36.29	(31.24)	4200m	5:39.09	(33.41)		
		4600m	6:08.20	(31.91)	4600m	6:13.11	(34.02)		
		5000m	6:39.83	(31.63)	5000m	6:46.90	(33.79)		

Holland Cup Finale/NK Afstanden Neo-senioren

IJsbahn Twente - Enschede

4 en 5 maart 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	111	Lex Dijkstra		HSA		6:19.79	6:33.00	
	rd	138	Jasper Krommenhoek		HA2		6:33.06	6:46.63	
		Lex Dijkstra			Jasper Krommenhoek				
		200m	19.11	(19.11)	200m	19.99	(19.99)		
		600m	49.75	(30.64)	600m	50.90	(30.91)		
		1000m	1:20.81	(31.06)	1000m	1:22.13	(31.23)		
		1400m	1:51.63	(30.82)	1400m	1:53.04	(30.91)		
		1800m	2:22.26	(30.63)	1800m	2:24.36	(31.32)		
		2200m	2:52.90	(30.64)	2200m	2:55.57	(31.21)		
		2600m	3:23.63	(30.73)	2600m	3:27.31	(31.74)		
		3000m	3:54.61	(30.98)	3000m	3:59.43	(32.12)		
		3400m	4:25.96	(31.35)	3400m	4:32.11	(32.68)		
		3800m	4:57.62	(31.66)	3800m	5:05.41	(33.30)		
		4200m	5:29.37	(31.75)	4200m	5:38.95	(33.54)		
		4600m	6:01.34	(31.97)	4600m	6:12.96	(34.01)		
		5000m	6:33.00	(31.66)	5000m	6:46.63	(33.67)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	154	Marwin Talsma		HSA		6:13.18	6:36.64	
	bl	144	Victor Ramler		HSA		6:18.30	6:48.86	
		Marwin Talsma			Victor Ramler				
		200m	19.46	(19.46)	200m	19.77	(19.77)		
		600m	49.40	(29.94)	600m	50.82	(31.05)		
		1000m	1:19.65	(30.25)	1000m	1:22.16	(31.34)		
		1400m	1:50.55	(30.90)	1400m	1:53.70	(31.54)		
		1800m	2:21.66	(31.11)	1800m	2:25.43	(31.73)		
		2200m	2:52.79	(31.13)	2200m	2:57.41	(31.98)		
		2600m	3:24.14	(31.35)	2600m	3:29.74	(32.33)		
		3000m	3:55.77	(31.63)	3000m	4:02.40	(32.66)		
		3400m	4:27.60	(31.83)	3400m	4:35.33	(32.93)		
		3800m	4:59.76	(32.16)	3800m	5:08.31	(32.98)		
		4200m	5:32.27	(32.51)	4200m	5:41.64	(33.33)		
		4600m	6:04.46	(32.19)	4600m	6:14.73	(33.09)		
		5000m	6:36.64	(32.18)	5000m	6:48.86	(34.13)		