

1. Uitslag Pure sprint 100 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	132 Jim Dhore	HSA	5	O	9.78		
2	145 Sven Kemp	HSA	6	O	10.00	PR	
3	135 Ties Roemers	HN2	6	I	10.22		
4	130 Sacha van der Weide	DN4	5	I	10.70		
5	133 Yasmine Bouaziz	DN2	3	I	10.94		
6	141 Jasper Knulst	H50	4	I	11.95		
7	140 Martin-Age Osinga	HSB	2	O	12.15		
8	129 Meike de Groot	DA1	2	I	12.45		
9	113 Nienke Valkenburg	DA1	1	O	12.69		
10	124 Zoë Groen	DSA	4	O	12.71		
11	128 Rianne Gerritsen	D40	1	I	13.08		
12	131 Doede Wind	H50	3	O	13.71		



**FryslanCup-3 - Junioren C/B + Gewestelijke
wedstr. A jun. en ouder, 06-01-2025**



Thialf - Heerenveen

1. Rituitslag Pure sprint 100 meter

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	128 Rianne Gerritsen	D40	12.88	13.08	
	rd	113 Nienke Valkenburg	DA1	12.19	12.69	
		<u>Rianne Gerritsen</u>			<u>Nienke Valkenburg</u>	
		100m	13.08 (13.08)		100m	12.69 (12.69)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	129 Meike de Groot	DA1	12.18	12.45	
	bl	140 Martin-Age Osinga	HSB		12.15	
		<u>Meike de Groot</u>			<u>Martin-Age Osinga</u>	
		100m	12.45 (12.45)		100m	12.15 (12.15)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	133 Yasmine Bouaziz	DN2	10.76	10.94	
	rd	131 Doede Wind	H50	12.00	13.71	
		<u>Yasmine Bouaziz</u>			<u>Doede Wind</u>	
		100m	10.94 (10.94)		100m	13.71 (13.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	141 Jasper Knulst	H50	11.59	11.95	
	bl	124 Zoë Groen	DSA	12.10	12.71	
		<u>Jasper Knulst</u>			<u>Zoë Groen</u>	
		100m	11.95 (11.95)		100m	12.71 (12.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	130 Sacha van der Weide	DN4	10.61	10.70	
	rd	132 Jim Dhore	HSA	9.64	9.78	
		<u>Sacha van der Weide</u>			<u>Jim Dhore</u>	
		100m	10.70 (10.70)		100m	9.78 (9.78)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	135 Ties Roemers	HN2	10.20	10.22	
	bl	145 Sven Kemp	HSA	10.01	10.00 PR	
		<u>Ties Roemers</u>			<u>Sven Kemp</u>	
		100m	10.22 (10.22)		100m	10.00 (10.00)

2. Uitslag Junioren C/B 1e 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	149 Floris van Hardeveld	HB2	12	O	38.23		
2	101 Sven Burghoorn	HB1	11	O	38.25	PR	
3	13 Robine Lubbinge	DB1	11	I	45.64		
4	63 Asia Berga	DC2	9	O	46.48		
5	155 Puk Moerman	DPA	9	I	47.97		
6	45 Keira Wind	DC1	10	I	48.60		
7	52 Rimar Kaper	HC1	10	O	49.09	PR	
8	41 Myrthe De Vries	DC1	7	I	51.64		
9	56 Yara Lanza	DC1	8	O	53.03	PR	
10	144 Femke van Beuzekom	DB2	8	I	1:01.64	PR	
11	94 Lianne Steenstra	DC1	7	O	1:01.80	PR	
	93 Jeroen Langeegger	HC2	12	I	DNS		

2. Rituitslag Junioren C/B 1e 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	41	Myrthe De Vries		DC1	51.40	51.64	
	rd	94	Lianne Steenstra		DC1	1:02.97	1:01.80	PR
			Myrthe De Vries				Lianne Steenstra	
			100m	13.76	(13.76)	100m	14.77	(14.77)
			500m	51.64	(37.88)	500m	1:01.80	(47.03)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	144	Femke van Beuzekom		DB2	1:02.41	1:01.64	PR
	bl	56	Yara Lanza		DC1	53.33	53.03	PR
			Femke van Beuzekom				Yara Lanza	
			100m	15.96	(15.96)	100m	13.62	(13.62)
			500m	1:01.64	(45.68)	500m	53.03	(39.41)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	155	Puk Moerman		DPA	47.21	47.97	
	rd	63	Asia Berga		DC2	45.61	46.48	
			Puk Moerman				Asia Berga	
			100m	12.84	(12.84)	100m	12.43	(12.43)
			500m	47.97	(35.13)	500m	46.48	(34.05)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	45	Keira Wind		DC1	48.12	48.60	
	bl	52	Rimar Kaper		HC1	49.44	49.09	PR
			Keira Wind				Rimar Kaper	
			100m	13.17	(13.17)	100m	12.63	(12.63)
			500m	48.60	(35.43)	500m	49.09	(36.46)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	13	Robine Lubbinge		DB1	44.93	45.64	
	rd	101	Sven Burghoorn		HB1	38.33	38.25	PR
			Robine Lubbinge				Sven Burghoorn	
			100m	12.46	(12.46)	100m	10.21	(10.21)
			500m	45.64	(33.18)	500m	38.25	(28.04)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	93 Jeroen Langeegger	HC2	45.44		DNS
	bl	149 Floris van Hardeveld	HB2	38.08		38.23
		<u>Jeroen Langeegger</u>		<u>Floris van Hardeveld</u>		
				100m	10.14	(10.14)
				500m	38.23	(28.09)

3. Uitslag Junioren C/B 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	3 Niek Bijma	HB2	61	O	37.86		
2	55 Pieter Zijlstra	HB2	62	I	38.96		
3	64 Melle van der Zee	HB1	62	O	38.97	PR	
4	75 Johannes Hoomans	HC2	61	I	39.01		
5	29 Jelte Hellinga	HB2	60	I	39.83		
6	22 Huub Adema	HB2	59	O	40.04	PR	
7	12 Stefan Everts	HC2	60	O	40.19	PR	
8	46 Lars Dijck	HC2	57	I	40.25	PR	
9	18 Jan Aesge van der Meer	HC1	58	I	40.65	PR	
10	104 Zeger Berends	HB1	58	O	40.82	PR	
11	9 Mart Sypersma	HB1	59	I	40.85		
12	30 Ryan Draaisma	HC1	56	I	41.10	PR	
13	43 Wester van der Heide	HB1	56	O	41.13	PR	
14	21 Luca Stroetinga	HC2	55	I	41.21	PR	
15	35 Anton Boersma	HC1	55	O	41.30	PR	
16	2 Kailey van der Veen	DC2	54	I	41.97		
17	139 Anouk Aalders	DB1	51	O	42.06	PR	
18	47 Ids Hellinga	HC1	52	I	42.23	PR	
19	90 Jente Kiwiet	HB1	54	O	42.28		
20	95 Kenzo Hanse	HB1	50	O	42.29	PR	
21	57 Eva-Sofie Elferink	DB1	52	O	42.36		
22	16 Tobias Pleij	HC1	48	I	42.61	PR	
	7 Mariska Stegenga	DB1	46	O	42.61	PR	
24	72 Kyra Kamstra	DC2	53	I	42.62		
25	19 Mats Rabbinge	HB1	49	O	42.85	PR	
26	39 Sara van de Pol	DC2	50	I	42.91	PR	
27	71 Noortje Kappers	DC1	53	O	43.01		
28	77 Wisse De Vries	HC2	48	O	43.39	PR	
29	83 Sverre Jens Wolters	HC1	47	O	43.45	PR	
30	40 Rosa-Lynn Compagner	DB1	45	I	43.70		
31	37 Jelmer Tasma	HC2	51	I	43.74		
32	23 Tim Postma	HC1	47	I	43.93		
33	24 Rixt Bijlsma	DC1	45	O	43.94	PR	
	51 Sander Leusink	HC1	42	I	43.94	PR	
35	42 Jade Zijlstra	DB1	44	O	43.95	PR	
36	109 Rozina Veldstra	DB1	49	I	44.06		
37	33 Sem de Vries	HB2	43	I	44.07	PR	
38	4 Marrit Bosma	DC2	43	O	44.28		

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	87 Neeltsje De Boer	DC2	38	O	44.52	PR	
40	8 Amber Feller	DB1	40	I	44.54	PR	
41	74 Stijn Bakker	HB1	39	O	44.56	PR	
42	100 Kim van der Graaf	DB1	41	O	44.64	PR	
43	65 Brent Movrin	HB2	39	I	44.66	PR	
44	69 Gerianne Kromkamp	DC2	44	I	44.67		
45	10 Eline Teeninga	DC2	41	I	44.84	PR	
46	66 Freya Goerres	DB2	40	O	44.96		
47	53 Ties Mercur	HC1	36	I	45.12	PR	
48	80 Ties Buijert	HB1	42	O	45.14		
49	70 Merel Vlug	DC2	37	O	45.30		
50	85 Mirte Kingma	DC2	37	I	45.66		
51	58 Menthe Pietersma	DC1	34	I	45.70	PR	
52	98 Stijn Sloot	HB1	63	O	45.93	RS	
53	97 Thijs Jorritsma	HC2	38	I	46.24		
	50 Daan Westra	HC1	35	I	46.24		
55	59 Tieme Bouma	HC1	30	O	46.65	PR	
56	34 Wytse Hamstra	HC1	29	O	46.71	PR	
57	17 Sybrich Buisman	DC1	33	O	46.72		
58	1 Jildau de Vries	DC2	33	I	46.73		
59	103 Daphne Marit van der Heide	DB2	30	I	46.84	PR	
60	54 Carlien van den Heuvel	DC1	32	I	46.89	PR	
61	28 Thijs de Wit	HC2	32	O	47.09		
62	44 Antje Ypma	DC1	31	I	47.19	PR	
63	5 Maud de Vries	DC1	26	O	47.76	PR	
64	88 Sophie Oostenbrink	DB1	31	O	47.85		
65	11 Joas van der Vaart	HC1	28	O	47.86	PR	
66	76 Lianne Bloem	DC2	34	O	48.05		
67	61 Foske Bouma	DB1	27	O	48.13		
68	107 Aimee Prins	DC2	29	I	48.25		
69	27 Gideon Westhoff	HC1	24	O	48.34	PR	
70	89 Amber Wietsma	DB2	26	I	48.46		
71	102 Welmoed de Boer	DC2	23	O	48.53	PR	
72	96 Andrea de Jong	DC1	25	I	48.75	PR	
73	38 Esmee Soet	DC2	27	I	48.88		
74	32 Romke Jepma	HC2	25	O	49.13		
75	15 Silke Vries	DC1	23	I	49.85		
76	147 Joas van Wijngaarden	HC1	17	I	50.05	PR	
77	31 Marlon van Oosten	DC1	28	I	50.38		

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
78	67 Alyne Goerres	DC2	22	O	50.61		
79	68 Verena Jansen	DC1	18	O	50.66	PR	
80	106 Thijmen Tamminga	HC1	21	O	50.81	PR	
81	81 Marije Nieman	DC1	20	O	50.83	PR	
	108 Else Sijtsema	DB1	24	I	50.83		
83	92 Feya Hollak	DC1	22	I	50.85		
84	20 Frouwkje Dijkstra	DC2	20	I	50.93	PR	
85	148 Rianne van der Meulen	DC1	19	I	51.41	PR	
86	150 Froukje Leffertstra	DC2	17	O	51.48	PR	
87	36 Rhodé Westhoff	DC1	21	I	51.66		
88	138 Annet de Boer	DC1	19	O	51.79	PR	
89	26 Tamar Daleman	DC1	16	O	52.19	PR	
90	99 Liza Smalbrugge	DC2	13	I	52.37	PR	
91	84 Jildau Sietsma	DC1	18	I	52.92		
92	49 Emma van der Tol	DC1	16	I	53.54	PR	
93	60 Kim Kuiper	DC1	15	O	54.62	PR	
94	78 Maud Brakke	DC1	14	O	54.78	PR	
95	82 Teun Rota	HB2	36	O	55.58	HT FL	
96	48 Meike van Tent Becking	DC1	15	I	56.46		
97	73 Yinthe Woudstra	DC1	14	I	56.84	PR	
98	154 Naomi Wessels	DB1	46	I	59.58	FL	
	14 Anton van der Tol	HB1	57	O	DNF		

3. Rituitslag Junioren C/B 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
13	wt	99 Liza Smalbrugge		DC2		58.24	52.37	PR
	rd							
		Liza Smalbrugge						
		100m	13.68	(13.68)	m			
		500m	52.37	(38.69)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
14	gl	73 Yinthe Woudstra		DC1		58.87	56.84	PR
	bl	78 Maud Brakke		DC1		56.71	54.78	PR
		Yinthe Woudstra		Maud Brakke				
		100m	14.20	(14.20)	100m	13.62	(13.62)	
		500m	56.84	(42.64)	500m	54.78	(41.16)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
15	wt	48 Meike van Tent Becking		DC1		55.31	56.46	
	rd	60 Kim Kuiper		DC1		56.42	54.62	PR
		Meike van Tent Becking		Kim Kuiper				
		100m	14.18	(14.18)	100m	14.28	(14.28)	
		500m	56.46	(42.28)	500m	54.62	(40.34)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
16	gl	49 Emma van der Tol		DC1		54.94	53.54	PR
	bl	26 Tamar Daleman		DC1		54.22	52.19	PR
		Emma van der Tol		Tamar Daleman				
		100m	13.78	(13.78)	100m	13.57	(13.57)	
		500m	53.54	(39.76)	500m	52.19	(38.62)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	147 Joas van Wijngaarden		HC1		51.65	50.05	PR
	rd	150 Froukje Leffertstra		DC2		53.59	51.48	PR
		Joas van Wijngaarden		Froukje Leffertstra				
		100m	13.14	(13.14)	100m	13.61	(13.61)	
		500m	50.05	(36.91)	500m	51.48	(37.87)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	84 Jildau Sietsma			DC1	52.23	52.92	
	bl	68 Verena Jansen			DC1	52.85	50.66	PR
		<u>Jildau Sietsma</u>			<u>Verena Jansen</u>			
		100m	13.78	(13.78)	100m	13.49	(13.49)	
		500m	52.92	(39.14)	500m	50.66	(37.17)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	148 Rianne van der Meulen			DC1	52.58	51.41	PR
	rd	138 Annet de Boer			DC1	52.00	51.79	PR
		<u>Rianne van der Meulen</u>			<u>Annet de Boer</u>			
		100m	13.77	(13.77)	100m	14.02	(14.02)	
		500m	51.41	(37.64)	500m	51.79	(37.77)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
20	gl	20 Frouwkje Dijkstra			DC2	52.29	50.93	PR
	bl	81 Marije Nieman			DC1	51.85	50.83	PR
		<u>Frouwkje Dijkstra</u>			<u>Marije Nieman</u>			
		100m	13.11	(13.11)	100m	13.55	(13.55)	
		500m	50.93	(37.82)	500m	50.83	(37.28)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
21	wt	36 Rhodé Westhoff			DC1	50.07	51.66	
	rd	106 Thijmen Tamminga			HC1	51.51	50.81	PR
		<u>Rhodé Westhoff</u>			<u>Thijmen Tamminga</u>			
		100m	14.08	(14.08)	100m	12.82	(12.82)	
		500m	51.66	(37.58)	500m	50.81	(37.99)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	92 Feya Hollak			DC1	50.81	50.85	
	bl	67 Alyne Goerres			DC2	49.45	50.61	
		<u>Feya Hollak</u>			<u>Alyne Goerres</u>			
		100m	13.20	(13.20)	100m	13.69	(13.69)	
		500m	50.85	(37.65)	500m	50.61	(36.92)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	15 Silke Vries			DC1	49.83	49.85	
	rd	102 Welmoed de Boer			DC2	49.44	48.53	PR
		<u>Silke Vries</u>			<u>Welmoed de Boer</u>			
		100m	13.57	(13.57)	100m	12.86	(12.86)	
		500m	49.85	(36.28)	500m	48.53	(35.67)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	108 Else Sijtsema			DB1	49.38	50.83	
	bl	27 Gideon Westhoff			HC1	49.16	48.34	PR
		<u>Else Sijtsema</u>			<u>Gideon Westhoff</u>			
		100m	13.45	(13.45)	100m	12.66	(12.66)	
		500m	50.83	(37.38)	500m	48.34	(35.68)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	96 Andrea de Jong			DC1	48.86	48.75	PR
	rd	32 Romke Jepma			HC2	48.82	49.13	
		<u>Andrea de Jong</u>			<u>Romke Jepma</u>			
		100m	12.91	(12.91)	100m	13.06	(13.06)	
		500m	48.75	(35.84)	500m	49.13	(36.07)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	89 Amber Wietsma			DB2	47.94	48.46	
	bl	5 Maud de Vries			DC1	48.36	47.76	PR
		<u>Amber Wietsma</u>			<u>Maud de Vries</u>			
		100m	13.55	(13.55)	100m	13.00	(13.00)	
		500m	48.46	(34.91)	500m	47.76	(34.76)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
27	wt	38 Esmee Soet			DC2	48.02	48.88	
	rd	61 Foske Bouma			DB1	48.04	48.13	
		<u>Esmee Soet</u>			<u>Foske Bouma</u>			
		100m	12.87	(12.87)	100m	13.13	(13.13)	
		500m	48.88	(36.01)	500m	48.13	(35.00)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
28	gl	31	Marlon van Oosten		DC1	48.06	50.38	
	bl	11	Joas van der Vaart		HC1	48.15	47.86	PR
		<u>Marlon van Oosten</u>			<u>Joas van der Vaart</u>			
		100m	13.03	(13.03)	100m	12.77	(12.77)	
		500m	50.38	(37.35)	500m	47.86	(35.09)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
29	wt	107	Aimee Prins		DC2	47.85	48.25	
	rd	34	Wytse Hamstra		HC1	47.59	46.71	PR
		<u>Aimee Prins</u>			<u>Wytse Hamstra</u>			
		100m	13.34	(13.34)	100m	12.83	(12.83)	
		500m	48.25	(34.91)	500m	46.71	(33.88)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
30	gl	103	Daphne Marit van der Heide		DB2	47.62	46.84	PR
	bl	59	Tieme Bouma		HC1	47.73	46.65	PR
		<u>Daphne Marit van der Heide</u>			<u>Tieme Bouma</u>			
		100m	12.51	(12.51)	100m	12.66	(12.66)	
		500m	46.84	(34.33)	500m	46.65	(33.99)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
31	wt	44	Antje Ypma		DC1	47.21	47.19	PR
	rd	88	Sophie Oostenbrink		DB1	46.70	47.85	
		<u>Antje Ypma</u>			<u>Sophie Oostenbrink</u>			
		100m	13.04	(13.04)	100m	12.77	(12.77)	
		500m	47.19	(34.15)	500m	47.85	(35.08)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
32	gl	54	Carlien van den Heuvel		DC1	47.21	46.89	PR
	bl	28	Thijs de Wit		HC2	47.09	47.09	
		<u>Carlien van den Heuvel</u>			<u>Thijs de Wit</u>			
		100m	12.85	(12.85)	100m	12.37	(12.37)	
		500m	46.89	(34.04)	500m	47.09	(34.72)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
33	wt	1	Jildau de Vries		DC2			45.84	46.73		
	rd	17	Sybrich Buisman		DC1			46.69	46.72		
		<u>Jildau de Vries</u>			<u>Sybrich Buisman</u>						
		100m	12.82	(12.82)	100m	12.71	(12.71)				
		500m	46.73	(33.91)	500m	46.72	(34.01)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
34	gl	58	Menthe Pietersma		DC1			46.76	45.70	PR	
	bl	76	Lisanne Bloem		DC2			46.80	48.05		
		<u>Menthe Pietersma</u>			<u>Lisanne Bloem</u>						
		100m	12.54	(12.54)	100m	12.76	(12.76)				
		500m	45.70	(33.16)	500m	48.05	(35.29)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
35	wt	50	Daan Westra		HC1			46.16	46.24		
	rd	98	Stijn Sloot		HB1			45.66	46.71		
		<u>Daan Westra</u>			<u>Stijn Sloot</u>						
		100m	12.86	(12.86)	100m	12.94	(12.94)				
		500m	46.24	(33.38)	500m	46.71	(33.77)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
36	gl	53	Ties Mercuur		HC1			45.88	45.12	PR	
	bl	82	Teun Rota		HB2			45.98	55.58	HT FL	
		<u>Ties Mercuur</u>			<u>Teun Rota</u>						
		100m	12.39	(12.39)	100m	10.45	(10.45)				
		500m	45.12	(32.73)	500m	55.58	(45.13)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
37	wt	85	Mirte Kingma		DC2			45.55	45.66		
	rd	70	Merel Vlug		DC2			44.60	45.30		
		<u>Mirte Kingma</u>			<u>Merel Vlug</u>						
		100m	12.54	(12.54)	100m	12.26	(12.26)				
		500m	45.66	(33.12)	500m	45.30	(33.04)				

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
38	gl	97 Thijs Jorritsma			HC2	45.59	46.24	
	bl	87 Neeltsje De Boer			DC2	45.62	44.52	PR
		<u>Thijs Jorritsma</u>			<u>Neeltsje De Boer</u>			
		100m	12.27	(12.27)	100m	12.36	(12.36)	
		500m	46.24	(33.97)	500m	44.52	(32.16)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
39	wt	65 Brent Movrin			HB2	45.29	44.66	PR
	rd	74 Stijn Bakker			HB1	45.44	44.56	PR
		<u>Brent Movrin</u>			<u>Stijn Bakker</u>			
		100m	11.72	(11.72)	100m	12.75	(12.75)	
		500m	44.66	(32.94)	500m	44.56	(31.81)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	8 Amber Feller			DB1	45.21	44.54	PR
	bl	66 Freya Goerres			DB2	44.85	44.96	
		<u>Amber Feller</u>			<u>Freya Goerres</u>			
		100m	12.12	(12.12)	100m	12.34	(12.34)	
		500m	44.54	(32.42)	500m	44.96	(32.62)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
41	wt	10 Eline Teeninga			DC2	44.99	44.84	PR
	rd	100 Kim van der Graaf			DB1	45.17	44.64	PR
		<u>Eline Teeninga</u>			<u>Kim van der Graaf</u>			
		100m	12.15	(12.15)	100m	12.09	(12.09)	
		500m	44.84	(32.69)	500m	44.64	(32.55)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
42	gl	51 Sander Leusink			HC1	44.65	43.94	PR
	bl	80 Ties Buijert			HB1	44.71	45.14	
		<u>Sander Leusink</u>			<u>Ties Buijert</u>			
		100m	11.94	(11.94)	100m	12.26	(12.26)	
		500m	43.94	(32.00)	500m	45.14	(32.88)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
43	wt	33 Sem de Vries			HB2	44.51	44.07	PR
	rd	4 Marrit Bosma			DC2	44.26	44.28	
		<u>Sem de Vries</u>			<u>Marrit Bosma</u>			
		100m	11.97	(11.97)	100m	12.21	(12.21)	
		500m	44.07	(32.10)	500m	44.28	(32.07)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
44	gl	69 Gerianne Kromkamp			DC2	44.62	44.67	
	bl	42 Jade Zijlstra			DB1	44.34	43.95	PR
		<u>Gerianne Kromkamp</u>			<u>Jade Zijlstra</u>			
		100m	12.24	(12.24)	100m	12.24	(12.24)	
		500m	44.67	(32.43)	500m	43.95	(31.71)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
45	wt	40 Rosa-Lynn Compagner			DB1	43.15	43.70	
	rd	24 Rixt Bijlsma			DC1	44.26	43.94	PR
		<u>Rosa-Lynn Compagner</u>			<u>Rixt Bijlsma</u>			
		100m	12.10	(12.10)	100m	11.75	(11.75)	
		500m	43.70	(31.60)	500m	43.94	(32.19)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
46	gl	154 Naomi Wessels			DB1	44.41	59.58	FL
	bl	7 Mariska Stegenga			DB1	43.13	42.61	PR
		<u>Naomi Wessels</u>			<u>Mariska Stegenga</u>			
		100m	12.08	(12.08)	100m	12.04	(12.04)	
		500m	59.58	(47.50)	500m	42.61	(30.57)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
47	wt	23 Tim Postma			HC1	43.80	43.93	
	rd	83 Sverre Jens Wolters			HC1	43.94	43.45	PR
		<u>Tim Postma</u>			<u>Sverre Jens Wolters</u>			
		100m	12.16	(12.16)	100m	11.65	(11.65)	
		500m	43.93	(31.77)	500m	43.45	(31.80)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
48	gl	16 Tobias Pleij			HC1	43.58	42.61	PR
	bl	77 Wisse De Vries			HC2	43.96	43.39	PR
		<u>Tobias Pleij</u>			<u>Wisse De Vries</u>			
		100m	11.90	(11.90)	100m	11.73	(11.73)	
		500m	42.61	(30.71)	500m	43.39	(31.66)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
49	wt	109 Rozina Veldstra			DB1	43.08	44.06	
	rd	19 Mats Rabbinge			HB1	43.21	42.85	PR
		<u>Rozina Veldstra</u>			<u>Mats Rabbinge</u>			
		100m	12.10	(12.10)	100m	11.45	(11.45)	
		500m	44.06	(31.96)	500m	42.85	(31.40)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
50	gl	39 Sara van de Pol			DC2	43.13	42.91	PR
	bl	95 Kenzo Hanse			HB1	43.08	42.29	PR
		<u>Sara van de Pol</u>			<u>Kenzo Hanse</u>			
		100m	12.25	(12.25)	100m	11.45	(11.45)	
		500m	42.91	(30.66)	500m	42.29	(30.84)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
51	wt	37 Jelmer Tasma			HC2	42.85	43.74	
	rd	139 Anouk Aalders			DB1	42.14	42.06	PR
		<u>Jelmer Tasma</u>			<u>Anouk Aalders</u>			
		100m	12.03	(12.03)	100m	11.66	(11.66)	
		500m	43.74	(31.71)	500m	42.06	(30.40)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
52	gl	47 Ids Hellinga			HC1	42.64	42.23	PR
	bl	57 Eva-Sofie Elferink			DB1	41.15	42.36	
		<u>Ids Hellinga</u>			<u>Eva-Sofie Elferink</u>			
		100m	11.65	(11.65)	100m	12.02	(12.02)	
		500m	42.23	(30.58)	500m	42.36	(30.34)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
53	wt	72 Kyra Kamstra			DC2	42.14	42.62	
	rd	71 Noortje Kappers			DC1	42.21	43.01	
		<u>Kyra Kamstra</u>			<u>Noortje Kappers</u>			
		100m	11.54	(11.54)	100m	11.94	(11.94)	
		500m	42.62	(31.08)	500m	43.01	(31.07)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
54	gl	2 Kailey van der Veen			DC2	41.88	41.97	
	bl	90 Jente Kiwiet			HB1	42.05	42.28	
		<u>Kailey van der Veen</u>			<u>Jente Kiwiet</u>			
		100m	11.79	(11.79)	100m	11.57	(11.57)	
		500m	41.97	(30.18)	500m	42.28	(30.71)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
55	wt	21 Luca Stroetinga			HC2	41.38	41.21	PR
	rd	35 Anton Boersma			HC1	41.68	41.30	PR
		<u>Luca Stroetinga</u>			<u>Anton Boersma</u>			
		100m	11.41	(11.41)	100m	11.36	(11.36)	
		500m	41.21	(29.80)	500m	41.30	(29.94)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
56	gl	30 Ryan Draaisma			HC1	41.45	41.10	PR
	bl	43 Wester van der Heide			HB1	41.33	41.13	PR
		<u>Ryan Draaisma</u>			<u>Wester van der Heide</u>			
		100m	11.52	(11.52)	100m	11.05	(11.05)	
		500m	41.10	(29.58)	500m	41.13	(30.08)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
57	wt	46 Lars Dijk			HC2	40.86	40.25	PR
	rd	14 Anton van der Tol			HB1	41.12	DNF	
		<u>Lars Dijk</u>			<u>Anton van der Tol</u>			
		100m	11.41	(11.41)	100m	11.29	(11.29)	
		500m	40.25	(28.84)				

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
58	gl	18	Jan Aesge van der Meer		HC1			40.85	40.65	PR
	bl	104	Zeger Berends		HB1			40.90	40.82	PR
		<u>Jan Aesge van der Meer</u>				<u>Zeger Berends</u>				
		100m	11.23	(11.23)	100m	11.35	(11.35)			
		500m	40.65	(29.42)	500m	40.82	(29.47)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
59	wt	9	Mart Sypersma		HB1			40.49	40.85	
	rd	22	Huub Adema		HB2			40.10	40.04	PR
		<u>Mart Sypersma</u>				<u>Huub Adema</u>				
		100m	11.17	(11.17)	100m	11.20	(11.20)			
		500m	40.85	(29.68)	500m	40.04	(28.84)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
60	gl	29	Jelte Hellinga		HB2			39.81	39.83	
	bl	12	Stefan Everts		HC2			40.22	40.19	PR
		<u>Jelte Hellinga</u>				<u>Stefan Everts</u>				
		100m	11.11	(11.11)	100m	11.29	(11.29)			
		500m	39.83	(28.72)	500m	40.19	(28.90)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
61	wt	75	Johannes Hoomans		HC2			38.34	39.01	
	rd	3	Niek Bijma		HB2			37.86	37.86	
		<u>Johannes Hoomans</u>				<u>Niek Bijma</u>				
		100m	10.71	(10.71)	100m	10.33	(10.33)			
		500m	39.01	(28.30)	500m	37.86	(27.53)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
62	gl	55	Pieter Zijlstra		HB2			38.94	38.96	
	bl	64	Melle van der Zee		HB1			39.04	38.97	PR
		<u>Pieter Zijlstra</u>				<u>Melle van der Zee</u>				
		100m	10.86	(10.86)	100m	10.96	(10.96)			
		500m	38.96	(28.10)	500m	38.97	(28.01)			

4. Uitslag Junioren C/B 2e 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	101 Sven Burghoorn	HB1	67	I	38.16	PR	
2	149 Floris van Hardeveld	HB2	68	I	38.28		
3	13 Robine Lubbinge	DB1	67	O	46.40		
4	63 Asia Berga	DC2	65	I	46.61		
5	155 Puk Moerman	DPA	65	O	48.28		
6	52 Rimar Kaper	HC1	66	I	49.50		
7	45 Keira Wind	DC1	66	O	49.51		
8	41 Myrthe De Vries	DC1	63	O	51.73		
9	56 Yara Lanza	DC1	64	I	52.28	PR	
10	94 Lianne Steenstra	DC1	63	I	58.76	PR	
11	144 Femke van Beuzekom	DB2	64	O	1:01.39	PR	
	93 Jeroen Langeegger	HC2	68	O	DNS		

4. Rituitslag Junioren C/B 2e 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
63	wt	94	Lianne Steenstra		DC1	1:02.97	58.76	PR
	rd	41	Myrthe De Vries		DC1	51.40	51.73	
			Lianne Steenstra				Myrthe De Vries	
			100m	14.31	(14.31)	100m	13.88	(13.88)
			500m	58.76	(44.45)	500m	51.73	(37.85)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
64	gl	56	Yara Lanza		DC1	53.33	52.28	PR
	bl	144	Femke van Beuzekom		DB2	1:02.41	1:01.39	PR
			Yara Lanza				Femke van Beuzekom	
			100m	13.60	(13.60)	100m	15.60	(15.60)
			500m	52.28	(38.68)	500m	1:01.39	(45.79)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
65	wt	63	Asia Berga		DC2	45.61	46.61	
	rd	155	Puk Moerman		DPA	47.21	48.28	
			Asia Berga				Puk Moerman	
			100m	12.43	(12.43)	100m	12.73	(12.73)
			500m	46.61	(34.18)	500m	48.28	(35.55)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
66	gl	52	Rimar Kaper		HC1	49.44	49.50	
	bl	45	Keira Wind		DC1	48.12	49.51	
			Rimar Kaper				Keira Wind	
			100m	12.80	(12.80)	100m	13.42	(13.42)
			500m	49.50	(36.70)	500m	49.51	(36.09)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
67	wt	101	Sven Burghoorn		HB1	38.33	38.16	PR
	rd	13	Robine Lubbinge		DB1	44.93	46.40	
			Sven Burghoorn				Robine Lubbinge	
			100m	10.16	(10.16)	100m	12.70	(12.70)
			500m	38.16	(28.00)	500m	46.40	(33.70)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat	PR	Tijd	Info
68	gl	149	Floris van Hardeveld	HB2	38.08	38.28	
	bl	93	Jeroen Langegger	HC2	45.44	DNS	
		Floris van Hardeveld					
		100m	10.18	(10.18)			
		500m	38.28	(28.10)			
				Jeroen Langegger			

5. Uitslag Pure sprint 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	132 Jim Dhore	HSA	74	O	36.43		
	145 Sven Kemp	HSA	75	I	36.43		
3	135 Ties Roemers	HN2	75	O	37.74	PR	
4	130 Sacha van der Weide	DN4	74	I	39.05		
5	140 Martin-Age Osinga	HSB	72	I	43.41	PR	
6	131 Doede Wind	H50	73	I	43.61		
7	141 Jasper Knulst	H50	73	O	44.82		
8	128 Rianne Gerritsen	D40	70	O	47.51		
9	124 Zoë Groen	DSA	70	I	47.69		
10	113 Nienke Valkenburg	DA1	71	I	47.75		
11	129 Meike de Groot	DA1	71	O	49.98	PR	
	133 Yasmine Bouaziz	DN2	72	O	DQ		

5. Rituitslag Pure sprint 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
70	wt	124	Zoë Groen		DSA	46.86	47.69	
	rd	128	Rianne Gerritsen		D40	46.37	47.51	
		<u>Zoë Groen</u>			<u>Rianne Gerritsen</u>			
		100m	12.85	(12.85)	100m	12.96	(12.96)	
		500m	47.69	(34.84)	500m	47.51	(34.55)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
71	gl	113	Nienke Valkenburg		DA1	44.95	47.75	
	bl	129	Meike de Groot		DA1	50.32	49.98	PR
		<u>Nienke Valkenburg</u>			<u>Meike de Groot</u>			
		100m	13.14	(13.14)	100m	12.29	(12.29)	
		500m	47.75	(34.61)	500m	49.98	(37.69)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
72	wt	140	Martin-Age Osinga		HSB	43.81	43.41	PR
	rd	133	Yasmine Bouaziz		DN2	39.15	DQ	
		<u>Martin-Age Osinga</u>			<u>Yasmine Bouaziz</u>			
		100m	12.10	(12.10)				
		500m	43.41	(31.31)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
73	gl	131	Doede Wind		H50	43.53	43.61	
	bl	141	Jasper Knulst		H50	43.36	44.82	
		<u>Doede Wind</u>			<u>Jasper Knulst</u>			
		100m	12.33	(12.33)	100m	12.13	(12.13)	
		500m	43.61	(31.28)	500m	44.82	(32.69)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
74	wt	130	Sacha van der Weide		DN4	38.68	39.05	
	rd	132	Jim Dhore		HSA	35.79	36.43	
		<u>Sacha van der Weide</u>			<u>Jim Dhore</u>			
		100m	10.77	(10.77)	100m	9.83	(9.83)	
		500m	39.05	(28.28)	500m	36.43	(26.60)	

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
75	gl	145	Sven Kemp		HSA		35.45	36.43
	bl	135	Ties Roemers		HN2		38.10	37.74 PR
				Sven Kemp				
				Ties Roemers				
		100m	10.13	(10.13)			100m	10.33 (10.33)
		500m	36.43	(26.30)			500m	37.74 (27.41)

6. Uitslag Junioren A en ouder 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	152 Willem Bekkema	HN2	85	I	36.14	PR	
2	136 Mats Westra	HA1	84	O	38.79		
3	151 Anna Boersma	DSA	85	O	38.88		
4	143 Milan Rietveld	HA1	82	I	39.04		
5	110 Vigo Nederstigt	HN2	83	I	39.12	PR	
6	142 Jan-Hendrik Hoekstra	HB2	83	O	39.59		
7	127 Jasper Tinga	HN2	84	I	39.66		
8	122 Christian Groenhof	HA1	81	I	40.43	PR	
9	146 Lieke Hijlkema	DA1	80	I	40.93	PR	
10	114 Joas Woudstra	HSB	81	O	42.33		
11	118 Piet Hijlkema	H50	82	O	42.56		
12	117 Stefan Huizinga	HA1	78	I	42.81	PR	
13	126 Wessel Wijnja	HSB	79	O	42.88		
14	120 Geert Fekken	H50	80	O	43.00		
15	121 Piet Siemonsma	H70	79	I	46.01		
16	123 Jenieke Kuiken	DN1	78	O	46.17		
17	112 Ilse Calsbeek	DA2	77	I	46.50		
18	111 Marriët van der Tol	DA1	76	I	47.29		
19	119 Tineke Schukken	D40	77	O	49.01		

6. Rituitslag Junioren A en ouder 500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																					
76	wt rd	111 Marriët van der Tol	DA1	46.39	47.29																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">Marriët van der Tol</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>100m</td> <td>12.85</td> <td>(12.85)</td> <td></td> <td>m</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>500m</td> <td>47.29</td> <td>(34.44)</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>							Marriët van der Tol									100m	12.85	(12.85)		m			500m	47.29	(34.44)		
Marriët van der Tol																											
		100m	12.85	(12.85)		m																					
		500m	47.29	(34.44)																							

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																					
77	gl	112 Ilse Calsbeek	DA2	46.38	46.50																						
	bl	119 Tineke Schukken	D40	48.11	49.01																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Ilse Calsbeek</th> <th colspan="4">Tineke Schukken</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>100m</td> <td>12.43</td> <td>(12.43)</td> <td>100m</td> <td>13.26 (13.26)</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>500m</td> <td>46.50</td> <td>(34.07)</td> <td>500m</td> <td>49.01 (35.75)</td> </tr> </tbody> </table>							Ilse Calsbeek			Tineke Schukken						100m	12.43	(12.43)	100m	13.26 (13.26)			500m	46.50	(34.07)	500m	49.01 (35.75)
Ilse Calsbeek			Tineke Schukken																								
		100m	12.43	(12.43)	100m	13.26 (13.26)																					
		500m	46.50	(34.07)	500m	49.01 (35.75)																					

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																					
78	wt	117 Stefan Huizinga	HA1	43.05	42.81	PR																					
	rd	123 Jenieke Kuiken	DN1	44.10	46.17																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Stefan Huizinga</th> <th colspan="4">Jenieke Kuiken</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>100m</td> <td>11.34</td> <td>(11.34)</td> <td>100m</td> <td>12.48 (12.48)</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>500m</td> <td>42.81</td> <td>(31.47)</td> <td>500m</td> <td>46.17 (33.69)</td> </tr> </tbody> </table>							Stefan Huizinga			Jenieke Kuiken						100m	11.34	(11.34)	100m	12.48 (12.48)			500m	42.81	(31.47)	500m	46.17 (33.69)
Stefan Huizinga			Jenieke Kuiken																								
		100m	11.34	(11.34)	100m	12.48 (12.48)																					
		500m	42.81	(31.47)	500m	46.17 (33.69)																					

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																					
79	gl	121 Piet Siemonsma	H70	42.05	46.01																						
	bl	126 Wessel Wijnja	HSB	42.85	42.88																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Piet Siemonsma</th> <th colspan="4">Wessel Wijnja</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>100m</td> <td>12.94</td> <td>(12.94)</td> <td>100m</td> <td>11.89 (11.89)</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>500m</td> <td>46.01</td> <td>(33.07)</td> <td>500m</td> <td>42.88 (30.99)</td> </tr> </tbody> </table>							Piet Siemonsma			Wessel Wijnja						100m	12.94	(12.94)	100m	11.89 (11.89)			500m	46.01	(33.07)	500m	42.88 (30.99)
Piet Siemonsma			Wessel Wijnja																								
		100m	12.94	(12.94)	100m	11.89 (11.89)																					
		500m	46.01	(33.07)	500m	42.88 (30.99)																					

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																					
80	wt	146 Lieke Hijlkema	DA1	41.20	40.93	PR																					
	rd	120 Geert Fekken	H50	42.44	43.00																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Lieke Hijlkema</th> <th colspan="4">Geert Fekken</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>100m</td> <td>11.36</td> <td>(11.36)</td> <td>100m</td> <td>11.86 (11.86)</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>500m</td> <td>40.93</td> <td>(29.57)</td> <td>500m</td> <td>43.00 (31.14)</td> </tr> </tbody> </table>							Lieke Hijlkema			Geert Fekken						100m	11.36	(11.36)	100m	11.86 (11.86)			500m	40.93	(29.57)	500m	43.00 (31.14)
Lieke Hijlkema			Geert Fekken																								
		100m	11.36	(11.36)	100m	11.86 (11.86)																					
		500m	40.93	(29.57)	500m	43.00 (31.14)																					

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
81	gl	122 Christian Groenhof			HA1	40.47	40.43	PR
	bl	114 Joas Woudstra			HSB	41.78	42.33	
		<u>Christian Groenhof</u>			<u>Joas Woudstra</u>			
		100m	10.96	(10.96)	100m	11.52	(11.52)	
		500m	40.43	(29.47)	500m	42.33	(30.81)	
		<hr/>						
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
82	wt	143 Milan Rietveld			HA1	38.97	39.04	
	rd	118 Piet Hijlkema			H50	39.43	42.56	
		<u>Milan Rietveld</u>			<u>Piet Hijlkema</u>			
		100m	11.00	(11.00)	100m	11.62	(11.62)	
		500m	39.04	(28.04)	500m	42.56	(30.94)	
		<hr/>						
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
83	gl	110 Vigo Nederstigt			HN2	39.45	39.12	PR
	bl	142 Jan-Hendrik Hoekstra			HB2	39.27	39.59	
		<u>Vigo Nederstigt</u>			<u>Jan-Hendrik Hoekstra</u>			
		100m	11.01	(11.01)	100m	11.36	(11.36)	
		500m	39.12	(28.11)	500m	39.59	(28.23)	
		<hr/>						
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
84	wt	127 Jasper Tinga			HN2	38.75	39.66	
	rd	136 Mats Westra			HA1	38.40	38.79	
		<u>Jasper Tinga</u>			<u>Mats Westra</u>			
		100m	11.35	(11.35)	100m	10.65	(10.65)	
		500m	39.66	(28.31)	500m	38.79	(28.14)	
		<hr/>						
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
85	gl	152 Willem Bekkema			HN2	36.66	36.14	PR
	bl	151 Anna Boersma			DSA	38.21	38.88	
		<u>Willem Bekkema</u>			<u>Anna Boersma</u>			
		100m	9.94	(9.94)	100m	10.68	(10.68)	
		500m	36.14	(26.20)	500m	38.88	(28.20)	

7. Uitslag Pure sprint 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	145 Sven Kemp	HSA	91	I	23.25		
2	135 Ties Roemers	HN2	91	O	24.15		
3	130 Sacha van der Weide	DN4	90	I	25.75		
4	133 Yasmine Bouaziz	DN2	88	I	25.90		
5	131 Doede Wind	H50	89	O	28.50		
6	140 Martin-Age Osinga	HSB	87	I	28.70		
7	141 Jasper Knulst	H50	89	I	28.79		
8	124 Zoë Groen	DSA	86	I	30.42		
9	128 Rianne Gerritsen	D40	86	O	30.81	PR	
10	113 Nienke Valkenburg	DA1	88	O	30.95		
11	129 Meike de Groot	DA1	87	O	31.18		
	132 Jim Dhore	HSA			WDR		



**FryslanCup-3 - Junioren C/B + Gewestelijke
wedstr. A jun. en ouder, 06-01-2025**



Thialf - Heerenveen

7. Rituitslag Pure sprint 300 meter

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
86	wt	124 Zoë Groen	DSA	29.73	30.42	
	rd	128 Rianne Gerritsen	D40	31.37	30.81	PR
		<u>Zoë Groen</u>			<u>Rianne Gerritsen</u>	
		300m	30.42 (30.42)		300m	30.81 (30.81)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
87	gl	140 Martin-Age Osinga	HSB		28.70	
	bl	129 Meike de Groot	DA1	31.08	31.18	
		<u>Martin-Age Osinga</u>			<u>Meike de Groot</u>	
		300m	28.70 (28.70)		300m	31.18 (31.18)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
88	wt	133 Yasmine Bouaziz	DN2	25.34	25.90	
	rd	113 Nienke Valkenburg	DA1	28.91	30.95	
		<u>Yasmine Bouaziz</u>			<u>Nienke Valkenburg</u>	
		300m	25.90 (25.90)		300m	30.95 (30.95)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
89	gl	141 Jasper Knulst	H50	28.14	28.79	
	bl	131 Doede Wind	H50	28.31	28.50	
		<u>Jasper Knulst</u>			<u>Doede Wind</u>	
		300m	28.79 (28.79)		300m	28.50 (28.50)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
90	wt	130 Sacha van der Weide	DN4	24.92	25.75	
	rd	132 Jim Dhore	HSA	23.07	WDR	
		<u>Sacha van der Weide</u>			<u>Jim Dhore</u>	
		300m	25.75 (25.75)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
91	gl	145 Sven Kemp	HSA	23.02	23.25	
	bl	135 Ties Roemers	HN2	24.07	24.15	
		<u>Sven Kemp</u>			<u>Ties Roemers</u>	
		300m	23.25 (23.25)		300m	24.15 (24.15)

8. Uitslag Junioren C/B 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	55 Pieter Zijlstra	HB2	114	I	1:55.96	PR	
2	64 Melle van der Zee	HB1	115	I	1:56.38	PR	
3	104 Zeger Berends	HB1	112	O	1:59.28	PR	
4	3 Niek Bijma	HB2	114	O	2:00.35		
5	75 Johannes Hoomans	HC2	115	O	2:00.60		
6	29 Jelte Hellinga	HB2	113	O	2:01.06	PR	
7	46 Lars Dijck	HC2	113	I	2:02.93	PR	
8	18 Jan Aesge van der Meer	HC1	111	I	2:04.53	PR	
9	30 Ryan Draaisma	HC1	111	O	2:06.29	PR	
10	21 Luca Stroetinga	HC2	110	I	2:07.20	PR	
11	47 Ids Hellinga	HC1	107	I	2:08.00	PR	
12	90 Jente Kiwiet	HB1	108	O	2:09.44	PR	
13	42 Jade Zijlstra	DB1	107	O	2:09.63	PR	
14	7 Mariska Stegenga	DB1	109	I	2:09.65	PR	
15	35 Anton Boersma	HC1	108	I	2:10.13	PR	
16	2 Kailey van der Veen	DC2	110	O	2:11.69		
17	72 Kyra Kamstra	DC2	106	O	2:11.89	PR	
18	74 Stijn Bakker	HB1	105	I	2:12.73	PR	
19	37 Jelmer Tasma	HC2	109	O	2:14.52		
20	33 Sem de Vries	HB2	104	O	2:15.27	PR	
21	23 Tim Postma	HC1	104	I	2:15.69	PR	
22	40 Rosa-Lynn Compagner	DB1	106	I	2:17.05		
23	4 Marrit Bosma	DC2	105	O	2:17.22		
24	10 Eline Teeninga	DC2	102	I	2:17.30	PR	
25	51 Sander Leusink	HC1	94	O	2:18.85	HT PR	
26	80 Ties Buijert	HB1	103	O	2:20.09		
27	24 Rixt Bijlsma	DC1	100	I	2:20.11	PR	
28	58 Menthe Pietersma	DC1	99	I	2:20.72	PR	
	87 Neeltsje De Boer	DC2	103	I	2:20.72		
30	1 Jildau de Vries	DC2	100	O	2:21.14	PR	
31	8 Amber Feller	DB1	102	O	2:21.22		
32	97 Thijs Jorritsma	HC2	99	O	2:22.74	PR	
33	53 Ties Mercur	HC1	101	I	2:22.81		
34	34 Wytse Hamstra	HC1	96	I	2:22.91	PR	
35	61 Foske Bouma	DB1	97	I	2:24.04	PR	
36	85 Mirte Kingma	DC2	98	O	2:24.25	PR	
37	50 Daan Westra	HC1	98	I	2:25.06		
38	44 Antje Ypma	DC1	97	O	2:25.68		

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	59 Tieme Bouma	HC1	95	O	2:25.86	HT PR	
40	89 Amber Wietsma	DB2	96	O	2:31.41		
41	107 Aimee Prins	DC2	94	I	2:33.05	HT PR	
42	102 Welmoed de Boer	DC2	92	I	2:35.69	PR	
43	70 Merel Vlug	DC2	101	O	2:36.43		
44	67 Alyne Goerres	DC2	95	I	2:41.64	HT	
	22 Huub Adema	HB2	112	I	DNS		

8. Rituitslag Junioren C/B 1500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
92	wt rd	102 Welmoed de Boer	DC2	2:42.19	2:35.69	PR

Welmoed de Boer

300m	31.42	(31.42)	m
700m	1:10.05	(38.63)	
1100m	1:51.77	(41.72)	
1500m	2:35.69	(43.92)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
93	gl bl					

m		m	
---	--	---	--

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
94	wt	107 Aimee Prins	DC2	2:41.29	2:33.05	HT PR
	rd	51 Sander Leusink	HC1	2:41.17	2:18.85	HT PR

Aimee Prins

300m	32.35	(32.35)
700m	1:09.98	(37.63)
1100m	1:50.71	(40.73)
1500m	2:33.05	(42.34)

Sander Leusink

300m	29.11	(29.11)
700m	1:04.32	(35.21)
1100m	1:41.03	(36.71)
1500m	2:18.85	(37.82)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
95	gl	67 Alyne Goerres	DC2	2:29.05	2:41.64	HT
	bl	59 Tieme Bouma	HC1	2:28.43	2:25.86	HT PR

Alyne Goerres

300m	33.44	(33.44)
700m	1:11.66	(38.22)
1100m	1:52.24	(40.58)
1500m	2:41.64	(49.40)

Tieme Bouma

300m	30.79	(30.79)
700m	1:07.56	(36.77)
1100m	1:46.16	(38.60)
1500m	2:25.86	(39.70)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
96	wt	34	Wytse Hamstra		HC1	2:25.72	2:22.91	PR
	rd	89	Amber Wietsma		DB2	2:24.23	2:31.41	
		<u>Wytse Hamstra</u>			<u>Amber Wietsma</u>			
		300m	31.39	(31.39)	300m	32.41	(32.41)	
		700m	1:07.20	(35.81)	700m	1:09.28	(36.87)	
		1100m	1:44.46	(37.26)	1100m	1:48.81	(39.53)	
		1500m	2:22.91	(38.45)	1500m	2:31.41	(42.60)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
97	gl	61	Foske Bouma		DB1	2:26.01	2:24.04	PR
	bl	44	Antje Ypma		DC1	2:25.51	2:25.68	
		<u>Foske Bouma</u>			<u>Antje Ypma</u>			
		300m	31.37	(31.37)	300m	32.02	(32.02)	
		700m	1:07.22	(35.85)	700m	1:08.45	(36.43)	
		1100m	1:44.81	(37.59)	1100m	1:45.94	(37.49)	
		1500m	2:24.04	(39.23)	1500m	2:25.68	(39.74)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
98	wt	50	Daan Westra		HC1	2:23.54	2:25.06	
	rd	85	Mirte Kingma		DC2	2:24.83	2:24.25	PR
		<u>Daan Westra</u>			<u>Mirte Kingma</u>			
		300m	30.69	(30.69)	300m	30.09	(30.09)	
		700m	1:05.74	(35.05)	700m	1:06.32	(36.23)	
		1100m	1:44.37	(38.63)	1100m	1:44.71	(38.39)	
		1500m	2:25.06	(40.69)	1500m	2:24.25	(39.54)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
99	gl	58	Menthe Pietersma		DC1	2:23.66	2:20.72	PR
	bl	97	Thijs Jorritsma		HC2	2:24.62	2:22.74	PR
		<u>Menthe Pietersma</u>			<u>Thijs Jorritsma</u>			
		300m	29.91	(29.91)	300m	30.01	(30.01)	
		700m	1:04.21	(34.30)	700m	1:06.46	(36.45)	
		1100m	1:41.26	(37.05)	1100m	1:43.58	(37.12)	
		1500m	2:20.72	(39.46)	1500m	2:22.74	(39.16)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
100	wt	24	Rixt Bijlsma		DC1	2:21.01	2:20.11	PR
	rd	1	Jildau de Vries		DC2	2:21.36	2:21.14	PR
		<u>Rixt Bijlsma</u>			<u>Jildau de Vries</u>			
		300m	29.11	(29.11)	300m	30.34	(30.34)	
		700m	1:03.94	(34.83)	700m	1:04.91	(34.57)	
		1100m	1:41.21	(37.27)	1100m	1:41.94	(37.03)	
		1500m	2:20.11	(38.90)	1500m	2:21.14	(39.20)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
101	gl	53	Ties Mercur		HC1	2:21.32	2:22.81	
	bl	70	Merel Vlug		DC2	2:21.51	2:36.43	
		<u>Ties Mercur</u>			<u>Merel Vlug</u>			
		300m	30.36	(30.36)	300m	29.23	(29.23)	
		700m	1:06.36	(36.00)	700m	1:05.32	(36.09)	
		1100m	1:44.75	(38.39)	1100m	1:49.01	(43.69)	
		1500m	2:22.81	(38.06)	1500m	2:36.43	(47.42)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
102	wt	10	Eline Teeninga		DC2	2:19.30	2:17.30	PR
	rd	8	Amber Feller		DB1	2:20.85	2:21.22	
		<u>Eline Teeninga</u>			<u>Amber Feller</u>			
		300m	28.87	(28.87)	300m	29.67	(29.67)	
		700m	1:03.01	(34.14)	700m	1:05.14	(35.47)	
		1100m	1:39.86	(36.85)	1100m	1:43.47	(38.33)	
		1500m	2:17.30	(37.44)	1500m	2:21.22	(37.75)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
103	gl	87	Neeltsje De Boer		DC2	2:19.40	2:20.72	
	bl	80	Ties Buijert		HB1	2:19.79	2:20.09	
		<u>Neeltsje De Boer</u>			<u>Ties Buijert</u>			
		300m	29.35	(29.35)	300m	29.70	(29.70)	
		700m	1:03.31	(33.96)	700m	1:04.97	(35.27)	
		1100m	1:40.88	(37.57)	1100m	1:42.61	(37.64)	
		1500m	2:20.72	(39.84)	1500m	2:20.09	(37.48)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
104	wt	23 Tim Postma	HC1	2:17.40	2:15.69	PR
	rd	33 Sem de Vries	HB2	2:16.90	2:15.27	PR

Tim Postma

300m	29.98	(29.98)
700m	1:03.94	(33.96)
1100m	1:39.06	(35.12)
1500m	2:15.69	(36.63)

Sem de Vries

300m	29.31	(29.31)
700m	1:04.54	(35.23)
1100m	1:40.18	(35.64)
1500m	2:15.27	(35.09)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
105	gl	74 Stijn Bakker	HB1	2:15.82	2:12.73	PR
	bl	4 Marrit Bosma	DC2	2:15.07	2:17.22	

Stijn Bakker

300m	30.00	(30.00)
700m	1:02.68	(32.68)
1100m	1:37.20	(34.52)
1500m	2:12.73	(35.53)

Marrit Bosma

300m	29.14	(29.14)
700m	1:02.64	(33.50)
1100m	1:38.93	(36.29)
1500m	2:17.22	(38.29)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
106	wt	40 Rosa-Lynn Compagner	DB1	2:12.86	2:17.05	
	rd	72 Kyra Kamstra	DC2	2:13.38	2:11.89	PR

Rosa-Lynn Compagner

300m	28.87	(28.87)
700m	1:01.83	(32.96)
1100m	1:38.57	(36.74)
1500m	2:17.05	(38.48)

Kyra Kamstra

300m	27.92	(27.92)
700m	1:00.03	(32.11)
1100m	1:35.13	(35.10)
1500m	2:11.89	(36.76)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
107	gl	47 Ids Hellinga	HC1	2:11.83	2:08.00	PR
	bl	42 Jade Zijlstra	DB1	2:14.12	2:09.63	PR

Ids Hellinga

300m	27.95	(27.95)
700m	1:00.21	(32.26)
1100m	1:33.91	(33.70)
1500m	2:08.00	(34.09)

Jade Zijlstra

300m	29.05	(29.05)
700m	1:01.15	(32.10)
1100m	1:34.62	(33.47)
1500m	2:09.63	(35.01)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
108	wt	35 Anton Boersma			HC1	2:10.16	2:10.13	PR
	rd	90 Jente Kiwiet			HB1	2:09.98	2:09.44	PR
		<u>Anton Boersma</u>			<u>Jente Kiwiet</u>			
		300m	27.39	(27.39)	300m	27.46	(27.46)	
		700m	59.51	(32.12)	700m	59.74	(32.28)	
		1100m	1:34.12	(34.61)	1100m	1:34.10	(34.36)	
		1500m	2:10.13	(36.01)	1500m	2:09.44	(35.34)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
109	gl	7 Mariska Stegenga			DB1	2:11.18	2:09.65	PR
	bl	37 Jelmer Tasma			HC2	2:10.31	2:14.52	
		<u>Mariska Stegenga</u>			<u>Jelmer Tasma</u>			
		300m	28.43	(28.43)	300m	28.68	(28.68)	
		700m	1:00.37	(31.94)	700m	1:01.89	(33.21)	
		1100m	1:34.08	(33.71)	1100m	1:37.31	(35.42)	
		1500m	2:09.65	(35.57)	1500m	2:14.52	(37.21)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
110	wt	21 Luca Stroetinga			HC2	2:07.78	2:07.20	PR
	rd	2 Kailey van der Veen			DC2	2:09.12	2:11.69	
		<u>Luca Stroetinga</u>			<u>Kailey van der Veen</u>			
		300m	26.78	(26.78)	300m	28.17	(28.17)	
		700m	57.83	(31.05)	700m	1:00.08	(31.91)	
		1100m	1:31.14	(33.31)	1100m	1:35.19	(35.11)	
		1500m	2:07.20	(36.06)	1500m	2:11.69	(36.50)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
111	gl	18 Jan Aesge van der Meer			HC1	2:05.00	2:04.53	PR
	bl	30 Ryan Draaisma			HC1	2:08.81	2:06.29	PR
		<u>Jan Aesge van der Meer</u>			<u>Ryan Draaisma</u>			
		300m	27.59	(27.59)	300m	27.57	(27.57)	
		700m	58.83	(31.24)	700m	58.61	(31.04)	
		1100m	1:31.03	(32.20)	1100m	1:32.23	(33.62)	
		1500m	2:04.53	(33.50)	1500m	2:06.29	(34.06)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
112	wt	22 Huub Adema	HB2	2:03.41		DNS
	rd	104 Zeger Berends	HB1	2:01.33		1:59.28 PR
		<u>Huub Adema</u>			<u>Zeger Berends</u>	
		300m		26.62	(26.62)	
		700m		55.98	(29.36)	
		1100m		1:26.82	(30.84)	
		1500m		1:59.28	(32.46)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
113	gl	46 Lars Dijk	HC2	2:03.81		2:02.93 PR
	bl	29 Jelte Hellinga	HB2	2:01.48		2:01.06 PR
		<u>Lars Dijk</u>			<u>Jelte Hellinga</u>	
		300m		26.70	(26.70)	
		700m		56.56	(29.86)	
		1100m		1:28.64	(32.08)	
		1500m		2:02.93	(34.29)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
114	wt	55 Pieter Zijlstra	HB2	1:57.50		1:55.96 PR
	rd	3 Niek Bijma	HB2	1:58.03		2:00.35
		<u>Pieter Zijlstra</u>			<u>Niek Bijma</u>	
		300m		26.52	(26.52)	
		700m		55.84	(29.32)	
		1100m		1:25.37	(29.53)	
		1500m		1:55.96	(30.59)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
115	gl	64 Melle van der Zee	HB1	1:58.42		1:56.38 PR
	bl	75 Johannes Hoomans	HC2	1:57.21		2:00.60
		<u>Melle van der Zee</u>			<u>Johannes Hoomans</u>	
		300m		26.66	(26.66)	
		700m		55.22	(28.56)	
		1100m		1:24.83	(29.61)	
		1500m		1:56.38	(31.55)	

9. Uitslag Junioren A en ouder 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	127 Jasper Tinga	HN2	121	I	1:53.38		
2	142 Jan-Hendrik Hoekstra	HB2	121	O	1:55.81	PR	
3	143 Milan Rietveld	HA1	120	I	1:57.36		
4	136 Mats Westra	HA1	118	O	1:57.45		
5	122 Christian Groenhof	HA1	119	O	2:02.47		
6	118 Piet Hijlkema	H50	120	O	2:05.56		
7	114 Joas Woudstra	HSB	118	I	2:07.32		
8	120 Geert Fekken	H50	119	I	2:10.33		
9	119 Tineke Schukken	D40	116	I	2:23.30		
10	112 Ilse Calsbeek	DA2	117	O	2:27.81		
11	111 Marriët van der Tol	DA1	117	I	2:28.50		

9. Rituitslag Junioren A en ouder 1500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info																																			
116	wt	119 Tineke Schukken	D40	2:22.06	2:23.30																																				
	rd																																								
<table border="0" style="width:100%"> <tr> <td colspan="3"><u>Tineke Schukken</u></td> <td colspan="4"></td> </tr> <tr> <td>300m</td> <td>31.27</td> <td>(31.27)</td> <td colspan="4">m</td> </tr> <tr> <td>700m</td> <td>1:07.33</td> <td>(36.06)</td> <td colspan="4"></td> </tr> <tr> <td>1100m</td> <td>1:44.91</td> <td>(37.58)</td> <td colspan="4"></td> </tr> <tr> <td>1500m</td> <td>2:23.30</td> <td>(38.39)</td> <td colspan="4"></td> </tr> </table>							<u>Tineke Schukken</u>							300m	31.27	(31.27)	m				700m	1:07.33	(36.06)					1100m	1:44.91	(37.58)					1500m	2:23.30	(38.39)				
<u>Tineke Schukken</u>																																									
300m	31.27	(31.27)	m																																						
700m	1:07.33	(36.06)																																							
1100m	1:44.91	(37.58)																																							
1500m	2:23.30	(38.39)																																							
<table border="0" style="width:100%"> <tr> <td colspan="3"><u>Marriët van der Tol</u></td> <td colspan="4"><u>Ilse Calsbeek</u></td> </tr> <tr> <td>300m</td> <td>30.78</td> <td>(30.78)</td> <td>300m</td> <td>30.95</td> <td>(30.95)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>700m</td> <td>1:07.18</td> <td>(36.40)</td> <td>700m</td> <td>1:07.91</td> <td>(36.96)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1100m</td> <td>1:46.87</td> <td>(39.69)</td> <td>1100m</td> <td>1:46.93</td> <td>(39.02)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1500m</td> <td>2:28.50</td> <td>(41.63)</td> <td>1500m</td> <td>2:27.81</td> <td>(40.88)</td> <td></td> </tr> </table>							<u>Marriët van der Tol</u>			<u>Ilse Calsbeek</u>				300m	30.78	(30.78)	300m	30.95	(30.95)		700m	1:07.18	(36.40)	700m	1:07.91	(36.96)		1100m	1:46.87	(39.69)	1100m	1:46.93	(39.02)		1500m	2:28.50	(41.63)	1500m	2:27.81	(40.88)	
<u>Marriët van der Tol</u>			<u>Ilse Calsbeek</u>																																						
300m	30.78	(30.78)	300m	30.95	(30.95)																																				
700m	1:07.18	(36.40)	700m	1:07.91	(36.96)																																				
1100m	1:46.87	(39.69)	1100m	1:46.93	(39.02)																																				
1500m	2:28.50	(41.63)	1500m	2:27.81	(40.88)																																				
117	gl	111 Marriët van der Tol	DA1	2:24.36	2:28.50																																				
	bl	112 Ilse Calsbeek	DA2	2:24.13	2:27.81																																				
<table border="0" style="width:100%"> <tr> <td colspan="3"><u>Joas Woudstra</u></td> <td colspan="4"><u>Mats Westra</u></td> </tr> <tr> <td>300m</td> <td>28.01</td> <td>(28.01)</td> <td>300m</td> <td>25.33</td> <td>(25.33)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>700m</td> <td>59.95</td> <td>(31.94)</td> <td>700m</td> <td>54.27</td> <td>(28.94)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1100m</td> <td>1:33.15</td> <td>(33.20)</td> <td>1100m</td> <td>1:24.95</td> <td>(30.68)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1500m</td> <td>2:07.32</td> <td>(34.17)</td> <td>1500m</td> <td>1:57.45</td> <td>(32.50)</td> <td></td> </tr> </table>							<u>Joas Woudstra</u>			<u>Mats Westra</u>				300m	28.01	(28.01)	300m	25.33	(25.33)		700m	59.95	(31.94)	700m	54.27	(28.94)		1100m	1:33.15	(33.20)	1100m	1:24.95	(30.68)		1500m	2:07.32	(34.17)	1500m	1:57.45	(32.50)	
<u>Joas Woudstra</u>			<u>Mats Westra</u>																																						
300m	28.01	(28.01)	300m	25.33	(25.33)																																				
700m	59.95	(31.94)	700m	54.27	(28.94)																																				
1100m	1:33.15	(33.20)	1100m	1:24.95	(30.68)																																				
1500m	2:07.32	(34.17)	1500m	1:57.45	(32.50)																																				
118	wt	114 Joas Woudstra	HSB	2:04.73	2:07.32																																				
	rd	136 Mats Westra	HA1	1:56.15	1:57.45																																				
<table border="0" style="width:100%"> <tr> <td colspan="3"><u>Geert Fekken</u></td> <td colspan="4"><u>Christian Groenhof</u></td> </tr> <tr> <td>300m</td> <td>28.14</td> <td>(28.14)</td> <td>300m</td> <td>26.37</td> <td>(26.37)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>700m</td> <td>1:00.71</td> <td>(32.57)</td> <td>700m</td> <td>56.67</td> <td>(30.30)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1100m</td> <td>1:34.67</td> <td>(33.96)</td> <td>1100m</td> <td>1:28.50</td> <td>(31.83)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1500m</td> <td>2:10.33</td> <td>(35.66)</td> <td>1500m</td> <td>2:02.47</td> <td>(33.97)</td> <td></td> </tr> </table>							<u>Geert Fekken</u>			<u>Christian Groenhof</u>				300m	28.14	(28.14)	300m	26.37	(26.37)		700m	1:00.71	(32.57)	700m	56.67	(30.30)		1100m	1:34.67	(33.96)	1100m	1:28.50	(31.83)		1500m	2:10.33	(35.66)	1500m	2:02.47	(33.97)	
<u>Geert Fekken</u>			<u>Christian Groenhof</u>																																						
300m	28.14	(28.14)	300m	26.37	(26.37)																																				
700m	1:00.71	(32.57)	700m	56.67	(30.30)																																				
1100m	1:34.67	(33.96)	1100m	1:28.50	(31.83)																																				
1500m	2:10.33	(35.66)	1500m	2:02.47	(33.97)																																				
119	gl	120 Geert Fekken	H50	2:08.99	2:10.33																																				
	bl	122 Christian Groenhof	HA1	2:02.25	2:02.47																																				

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
120	wt	143 Milan Rietveld	HA1	1:55.18	1:57.36	
	rd	118 Piet Hijlkema	H50	1:55.13	2:05.56	

Milan Rietveld

300m	25.83	(25.83)
700m	54.89	(29.06)
1100m	1:25.19	(30.30)
1500m	1:57.36	(32.17)

Piet Hijlkema

300m	27.71	(27.71)
700m	59.25	(31.54)
1100m	1:31.78	(32.53)
1500m	2:05.56	(33.78)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
121	gl	127 Jasper Tinga	HN2	1:52.86	1:53.38	
	bl	142 Jan-Hendrik Hoekstra	HB2	1:56.44	1:55.81	PR

Jasper Tinga

300m	25.62	(25.62)
700m	53.38	(27.76)
1100m	1:22.65	(29.27)
1500m	1:53.38	(30.73)

Jan-Hendrik Hoekstra

300m	26.59	(26.59)
700m	55.12	(28.53)
1100m	1:24.98	(29.86)
1500m	1:55.81	(30.83)

10. Uitslag Junioren C/B 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	14 Anton van der Tol	HB1	148	I	1:18.51	PR	
2	12 Stefan Everts	HC2	149	O	1:18.79	PR	
3	9 Mart Sypersma	HB1	148	O	1:20.45	PR	
4	43 Wester van der Heide	HB1	146	I	1:22.50	PR	
5	57 Eva-Sofie Elferink	DB1	149	I	1:22.93		
6	39 Sara van de Pol	DC2	147	O	1:23.84	PR	
7	139 Anouk Aalders	DB1	147	I	1:23.91	PR	
8	95 Kenzo Hanse	HB1	144	I	1:25.65	PR	
9	19 Mats Rabbinge	HB1	143	I	1:25.76	PR	
10	82 Teun Rota	HB2	140	I	1:27.35	PR	
11	77 Wisse De Vries	HC2	143	O	1:27.56	PR	
12	16 Tobias Pleij	HC1	140	O	1:28.51	PR	
13	109 Rozina Veldstra	DB1	144	O	1:28.54		
14	71 Noortje Kappers	DC1	146	O	1:28.62		
15	83 Sverre Jens Wolters	HC1	145	I	1:29.24		
16	69 Gerianne Kromkamp	DC2	142	I	1:30.69		
17	98 Stijn Sloot	HB1	141	O	1:30.82		
18	66 Freya Goerres	DB2	142	O	1:32.01		
19	65 Brent Movrin	HB2	141	I	1:33.18		
20	100 Kim van der Graaf	DB1	139	I	1:33.66	PR	
21	54 Carlien van den Heuvel	DC1	139	O	1:33.74	PR	
22	5 Maud de Vries	DC1	138	O	1:33.78	PR	
23	17 Sybrich Buisman	DC1	138	I	1:33.91	PR	
24	103 Daphne Marit van der Heide	DB2	136	I	1:35.04	PR	
25	28 Thijs de Wit	HC2	134	I	1:35.08	PR	
26	32 Romke Jepma	HC2	136	O	1:36.57	PR	
27	76 Lisanne Bloem	DC2	134	O	1:38.10	PR	
28	96 Andrea de Jong	DC1	135	I	1:38.96	PR	
29	38 Esmee Soet	DC2	135	O	1:39.78		
30	11 Joas van der Vaart	HC1	137	I	1:41.03		
31	15 Silke Vries	DC1	130	O	1:41.60	PR	
32	36 Rhodé Westhoff	DC1	132	I	1:41.99		
33	88 Sophie Oostenbrink	DB1	133	I	1:42.13		
34	147 Joas van Wijngaarden	HC1	128	O	1:42.57	PR	
35	31 Marlon van Oosten	DC1	137	O	1:42.87		
36	26 Tamar Daleman	DC1	129	I	1:42.89	PR	
37	27 Gideon Westhoff	HC1	132	O	1:42.96		
38	150 Froukje Leffertstra	DC2	127	I	1:43.08	PR	

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	138 Annet de Boer	DC1	130	I	1:44.05	PR	
40	108 Else Sijtsema	DB1	133	O	1:44.83		
41	92 Feya Hollak	DC1	131	I	1:45.32	PR	
42	20 Frouwkje Dijkstra	DC2	128	I	1:45.77	PR	
43	81 Marije Nieman	DC1	129	O	1:46.07	PR	
44	148 Rianne van der Meulen	DC1	126	I	1:46.55	PR	
45	68 Verena Jansen	DC1	131	O	1:46.75		
46	106 Thijmen Tamminga	HC1	125	O	1:47.13	PR	
47	99 Liza Smalbrugge	DC2	127	O	1:48.99	PR	
48	84 Jildau Sietsma	DC1	126	O	1:50.42		
49	60 Kim Kuiper	DC1	124	O	1:50.91	PR	
50	49 Emma van der Tol	DC1	124	I	1:53.30	PR	
51	73 Yinthe Woudstra	DC1	122	I	1:55.55		
52	78 Maud Brakke	DC1	122	O	1:56.97		
53	48 Meike van Tent Becking	DC1	125	I	1:57.89		
	154 Naomi Wessels	DB1				WDR	

10. Rituitslag Junioren C/B 1000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
122	wt	73	Yinthe Woudstra		DC1		1:55.55	
	rd	78	Maud Brakke		DC1		1:56.97	

Yinthe Woudstra

200m	25.61	(25.61)
600m	1:09.82	(44.21)
1000m	1:55.55	(45.73)

Maud Brakke

200m	25.94	(25.94)
600m	1:10.27	(44.33)
1000m	1:56.97	(46.70)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
123	gl							
	bl							

m

m

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
124	wt	49	Emma van der Tol		DC1	1:53.66	1:53.30	PR
	rd	60	Kim Kuiper		DC1	1:53.70	1:50.91	PR

Emma van der Tol

200m	25.20	(25.20)
600m	1:07.67	(42.47)
1000m	1:53.30	(45.63)

Kim Kuiper

200m	25.67	(25.67)
600m	1:07.39	(41.72)
1000m	1:50.91	(43.52)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
125	gl	48	Meike van Tent Becking		DC1	1:54.88	1:57.89	
	bl	106	Thijmen Tamminga		HC1	1:51.08	1:47.13	PR

Meike van Tent Becking

200m	24.68	(24.68)
600m	1:07.87	(43.19)
1000m	1:57.89	(50.02)

Thijmen Tamminga

200m	24.03	(24.03)
600m	1:05.54	(41.51)
1000m	1:47.13	(41.59)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
126	wt	148	Rianne van der Meulen		DC1	1:49.10	1:46.55	PR
	rd	84	Jildau Sietsma		DC1	1:50.08	1:50.42	
		<u>Rianne van der Meulen</u>			<u>Jildau Sietsma</u>			
		200m	24.15	(24.15)	200m	24.65	(24.65)	
		600m	1:04.57	(40.42)	600m	1:05.97	(41.32)	
		1000m	1:46.55	(41.98)	1000m	1:50.42	(44.45)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
127	gl	150	Froukje Leffertstra		DC2	1:49.92	1:43.08	PR
	bl	99	Liza Smalbrugge		DC2	1:49.53	1:48.99	PR
		<u>Froukje Leffertstra</u>			<u>Liza Smalbrugge</u>			
		200m	23.59	(23.59)	200m	24.78	(24.78)	
		600m	1:02.52	(38.93)	600m	1:06.16	(41.38)	
		1000m	1:43.08	(40.56)	1000m	1:48.99	(42.83)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
128	wt	20	Frouwkje Dijkstra		DC2	1:48.57	1:45.77	PR
	rd	147	Joas van Wijngaarden		HC1	1:48.27	1:42.57	PR
		<u>Frouwkje Dijkstra</u>			<u>Joas van Wijngaarden</u>			
		200m	23.56	(23.56)	200m	23.21	(23.21)	
		600m	1:02.61	(39.05)	600m	1:01.76	(38.55)	
		1000m	1:45.77	(43.16)	1000m	1:42.57	(40.81)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
129	gl	26	Tamar Daleman		DC1	1:46.57	1:42.89	PR
	bl	81	Marije Nieman		DC1	1:48.12	1:46.07	PR
		<u>Tamar Daleman</u>			<u>Marije Nieman</u>			
		200m	23.77	(23.77)	200m	23.76	(23.76)	
		600m	1:01.92	(38.15)	600m	1:02.59	(38.83)	
		1000m	1:42.89	(40.97)	1000m	1:46.07	(43.48)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
130	wt	138 Annet de Boer	DC1		1:45.95	1:44.05	PR
	rd	15 Silke Vries	DC1		1:42.41	1:41.60	PR
		Annet de Boer			Silke Vries		
		200m	24.48	(24.48)	200m	23.97	(23.97)
		600m	1:03.06	(38.58)	600m	1:02.12	(38.15)
		1000m	1:44.05	(40.99)	1000m	1:41.60	(39.48)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
131	gl	92 Feya Hollak	DC1		1:46.41	1:45.32	PR
	bl	68 Verena Jansen	DC1		1:45.29	1:46.75	
		Feya Hollak			Verena Jansen		
		200m	23.63	(23.63)	200m	24.58	(24.58)
		600m	1:02.76	(39.13)	600m	1:04.49	(39.91)
		1000m	1:45.32	(42.56)	1000m	1:46.75	(42.26)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
132	wt	36 Rhodé Westhoff	DC1		1:41.21	1:41.99	
	rd	27 Gideon Westhoff	HC1		1:41.90	1:42.96	
		Rhodé Westhoff			Gideon Westhoff		
		200m	23.94	(23.94)	200m	23.07	(23.07)
		600m	1:02.24	(38.30)	600m	1:02.22	(39.15)
		1000m	1:41.99	(39.75)	1000m	1:42.96	(40.74)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
133	gl	88 Sophie Oostenbrink	DB1		1:38.93	1:42.13	
	bl	108 Else Sijtsema	DB1		1:40.46	1:44.83	
		Sophie Oostenbrink			Else Sijtsema		
		200m	22.05	(22.05)	200m	23.61	(23.61)
		600m	1:00.39	(38.34)	600m	1:02.06	(38.45)
		1000m	1:42.13	(41.74)	1000m	1:44.83	(42.77)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
134	wt	28 Thijs de Wit			HC2	1:38.27	1:35.08	PR
	rd	76 Lisanne Bloem			DC2	1:38.97	1:38.10	PR
		<u>Thijs de Wit</u>			<u>Lisanne Bloem</u>			
		200m	21.70	(21.70)	200m	22.19	(22.19)	
		600m	57.57	(35.87)	600m	58.27	(36.08)	
		1000m	1:35.08	(37.51)	1000m	1:38.10	(39.83)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
135	gl	96 Andrea de Jong			DC1	1:39.69	1:38.96	PR
	bl	38 Esmee Soet			DC2	1:38.56	1:39.78	
		<u>Andrea de Jong</u>			<u>Esmee Soet</u>			
		200m	23.09	(23.09)	200m	23.00	(23.00)	
		600m	1:00.39	(37.30)	600m	59.92	(36.92)	
		1000m	1:38.96	(38.57)	1000m	1:39.78	(39.86)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
136	wt	103 Daphne Marit van der Heide			DB2	1:36.20	1:35.04	PR
	rd	32 Romke Jepma			HC2	1:37.32	1:36.57	PR
		<u>Daphne Marit van der Heide</u>			<u>Romke Jepma</u>			
		200m	21.53	(21.53)	200m	22.40	(22.40)	
		600m	56.83	(35.30)	600m	58.71	(36.31)	
		1000m	1:35.04	(38.21)	1000m	1:36.57	(37.86)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
137	gl	11 Joas van der Vaart			HC1	1:37.63	1:41.03	
	bl	31 Marlon van Oosten			DC1	1:36.75	1:42.87	
		<u>Joas van der Vaart</u>			<u>Marlon van Oosten</u>			
		200m	24.29	(24.29)	200m	23.09	(23.09)	
		600m	1:01.55	(37.26)	600m	1:02.29	(39.20)	
		1000m	1:41.03	(39.48)	1000m	1:42.87	(40.58)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
138	wt	17 Sybrich Buisman			DC1	1:35.24	1:33.91	PR
	rd	5 Maud de Vries			DC1	1:35.58	1:33.78	PR
		<u>Sybrich Buisman</u>			<u>Maud de Vries</u>			
		200m	21.75	(21.75)	200m	22.17	(22.17)	
		600m	56.85	(35.10)	600m	57.18	(35.01)	
		1000m	1:33.91	(37.06)	1000m	1:33.78	(36.60)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
139	gl	100 Kim van der Graaf			DB1	1:33.78	1:33.66	PR
	bl	54 Carlien van den Heuvel			DC1	1:34.57	1:33.74	PR
		<u>Kim van der Graaf</u>			<u>Carlien van den Heuvel</u>			
		200m	20.98	(20.98)	200m	21.77	(21.77)	
		600m	55.67	(34.69)	600m	57.20	(35.43)	
		1000m	1:33.66	(37.99)	1000m	1:33.74	(36.54)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
140	wt	82 Teun Rota			HB2	1:30.90	1:27.35	PR
	rd	16 Tobias Pleij			HC1	1:30.18	1:28.51	PR
		<u>Teun Rota</u>			<u>Tobias Pleij</u>			
		200m	20.93	(20.93)	200m	21.09	(21.09)	
		600m	53.49	(32.56)	600m	54.15	(33.06)	
		1000m	1:27.35	(33.86)	1000m	1:28.51	(34.36)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
141	gl	65 Brent Movrin			HB2	1:32.79	1:33.18	
	bl	98 Stijn Sloot			HB1	1:29.57	1:30.82	
		<u>Brent Movrin</u>			<u>Stijn Sloot</u>			
		200m	20.75	(20.75)	200m	21.85	(21.85)	
		600m	55.19	(34.44)	600m	55.73	(33.88)	
		1000m	1:33.18	(37.99)	1000m	1:30.82	(35.09)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
142	wt	69	Gerianne Kromkamp		DC2			1:29.98	1:30.69	
	rd	66	Freya Goerres		DB2			1:30.15	1:32.01	
		<u>Gerianne Kromkamp</u>			<u>Freya Goerres</u>					
		200m	21.54	(21.54)	200m	21.34	(21.34)			
		600m	55.58	(34.04)	600m	55.96	(34.62)			
		1000m	1:30.69	(35.11)	1000m	1:32.01	(36.05)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
143	gl	19	Mats Rabbinge		HB1			1:29.13	1:25.76	PR
	bl	77	Wisse De Vries		HC2			1:29.34	1:27.56	PR
		<u>Mats Rabbinge</u>			<u>Wisse De Vries</u>					
		200m	20.07	(20.07)	200m	20.18	(20.18)			
		600m	51.93	(31.86)	600m	53.17	(32.99)			
		1000m	1:25.76	(33.83)	1000m	1:27.56	(34.39)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
144	wt	95	Kenzo Hanse		HB1			1:26.87	1:25.65	PR
	rd	109	Rozina Veldstra		DB1			1:25.58	1:28.54	
		<u>Kenzo Hanse</u>			<u>Rozina Veldstra</u>					
		200m	19.94	(19.94)	200m	20.81	(20.81)			
		600m	52.06	(32.12)	600m	53.39	(32.58)			
		1000m	1:25.65	(33.59)	1000m	1:28.54	(35.15)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
145	gl	83	Sverre Jens Wolters		HC1			1:28.77	1:29.24	
	bl	154	Naomi Wessels		DB1			1:28.90	WDR	
		<u>Sverre Jens Wolters</u>			<u>Naomi Wessels</u>					
		200m	20.37	(20.37)						
		600m	53.19	(32.82)						
		1000m	1:29.24	(36.05)						

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
146	wt	43	Wester van der Heide		HB1	1:24.04	1:22.50	PR
	rd	71	Noortje Kappers		DC1	1:26.62	1:28.62	
		<u>Wester van der Heide</u>			<u>Noortje Kappers</u>			
		200m	19.27	(19.27)	200m	20.88	(20.88)	
		600m	49.99	(30.72)	600m	53.56	(32.68)	
		1000m	1:22.50	(32.51)	1000m	1:28.62	(35.06)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
147	gl	139	Anouk Aalders		DB1	1:24.96	1:23.91	PR
	bl	39	Sara van de Pol		DC2	1:26.14	1:23.84	PR
		<u>Anouk Aalders</u>			<u>Sara van de Pol</u>			
		200m	20.06	(20.06)	200m	20.88	(20.88)	
		600m	51.29	(31.23)	600m	52.00	(31.12)	
		1000m	1:23.91	(32.62)	1000m	1:23.84	(31.84)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
148	wt	14	Anton van der Tol		HB1	1:20.98	1:18.51	PR
	rd	9	Mart Sypersma		HB1	1:21.14	1:20.45	PR
		<u>Anton van der Tol</u>			<u>Mart Sypersma</u>			
		200m	19.09	(19.09)	200m	19.09	(19.09)	
		600m	48.25	(29.16)	600m	48.83	(29.74)	
		1000m	1:18.51	(30.26)	1000m	1:20.45	(31.62)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
149	gl	57	Eva-Sofie Elferink		DB1	1:21.08	1:22.93	
	bl	12	Stefan Everts		HC2	1:20.31	1:18.79	PR
		<u>Eva-Sofie Elferink</u>			<u>Stefan Everts</u>			
		200m	20.32	(20.32)	200m	19.10	(19.10)	
		600m	50.89	(30.57)	600m	48.04	(28.94)	
		1000m	1:22.93	(32.04)	1000m	1:18.79	(30.75)	

11. Uitslag Junioren A en ouder 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	110 Vigo Nederstigt	HN2	152	I	1:20.55		
2	126 Wessel Wijnja	HSB	150	O	1:24.48	PR	
3	146 Lieke Hijlkema	DA1	152	O	1:24.58		
4	117 Stefan Huizinga	HA1	151	I	1:25.49	PR	
5	121 Piet Siemonsma	H70	150	I	1:32.55		
6	123 Jenieke Kuiken	DN1	151	O	1:33.86		
	152 Willem Bekkema	HN2				WDR	
	151 Anna Boersma	DSA				WDR	

11. Rituitslag Junioren A en ouder 1000 meter

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
150	wt	121	Piet Siemonsma		H70	1:23.23	1:32.55	
	rd	126	Wessel Wijnja		HSB	1:24.50	1:24.48	PR
		<u>Piet Siemonsma</u>			<u>Wessel Wijnja</u>			
		200m	22.49	(22.49)	200m	20.41	(20.41)	
		600m	56.46	(33.97)	600m	51.78	(31.37)	
		1000m	1:32.55	(36.09)	1000m	1:24.48	(32.70)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
151	gl	117	Stefan Huizinga		HA1	1:26.27	1:25.49	PR
	bl	123	Jenieke Kuiken		DN1	1:30.61	1:33.86	
		<u>Stefan Huizinga</u>			<u>Jenieke Kuiken</u>			
		200m	19.96	(19.96)	200m	22.25	(22.25)	
		600m	52.21	(32.25)	600m	56.82	(34.57)	
		1000m	1:25.49	(33.28)	1000m	1:33.86	(37.04)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
152	wt	110	Vigo Nederstigt		HN2	1:19.34	1:20.55	
	rd	146	Lieke Hijlkema		DA1	1:23.72	1:24.58	
		<u>Vigo Nederstigt</u>			<u>Lieke Hijlkema</u>			
		200m	18.63	(18.63)	200m	19.72	(19.72)	
		600m	48.11	(29.48)	600m	50.53	(30.81)	
		1000m	1:20.55	(32.44)	1000m	1:24.58	(34.05)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
153	gl	152	Willem Bekkema		HN2	1:16.20	WDR	
	bl	151	Anna Boersma		DSA	1:16.64	WDR	
		<u>Willem Bekkema</u>			<u>Anna Boersma</u>			