

1. Uitslag Pupillen AB 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	15 Charley Boekema	DPA	16	I	1:24.19	PR	
2	77 Bernt Hut	HPA	16	O	1:29.47	PR	
3	66 Stevin Visser	HPA	3	I	1:30.14	HT	
4	58 Sverre de Vegt	HPA	15	I	1:32.06	PR	
5	33 Maartje Janssen	DPA	10	I	1:34.76		
6	40 Jolien Hazeveld	DPA	14	O	1:37.06	PR	
7	69 Doutzen Wierda	DPA	13	I	1:37.73	PR	
8	4 Bente Dam	DPA	14	I	1:38.81	PR	
9	30 Jesper ten Bloemendaal	HPA	6	O	1:39.66		
10	93 Hidde Salomons	HPA	15	O	1:40.33		
11	55 Lynn van Baaren	DPA	13	O	1:42.49	PR	
12	26 Djura Lubbinge	DPA	9	I	1:42.77		
13	38 Julia Boersma	DPB	11	O	1:46.27	PR	
14	32 Jasmijn Snijder	DPA	10	O	1:47.72		
15	162 Krijn Dekens	HPA	4	O	1:47.80		
16	21 Myrthe Zwaagstra	DPB	4	I	1:49.38	HT	
17	17 Hessel Hagedoorn	HPA	11	I	1:50.07	PR	
18	117 Lara van den Berg	DPA	7	O	1:50.08		
19	71 Larissa Feenstra	DPA	12	I	1:50.46	PR	
20	19 Linn Erdsieck	DPB	5	O	1:51.64		
21	94 Mirna van der Terp	DPA	6	I	1:55.57		
22	27 Amber Soet	DPA	8	I	1:57.34		
23	116 Phylina Naberman	DPB	9	O	1:57.60		
24	84 Sven Holwerda	HPB	3	O	1:59.38		
25	36 Derek Graansma	HPA	5	I	1:59.61	FL	
26	24 Ranomi Schaap	DPB	8	O	2:01.97		
27	65 Lotte Kornet	DPA	1	I	2:15.38	HT	
	72 Kaya van Otterlo	DPA	7	I	DQ		
	95 Nouk van het Erve	DPA	12	O	DQ		

1. Rituitslag Pupillen AB 1000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt rd	65	Lotte Kornet		DPA		2:15.38	HT

Lotte Kornet

200m	26.37	(26.37)	m
600m	1:15.56	(49.19)	
1000m	2:15.38	(59.82)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl bl							

m

m

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt rd	66	Stevin Visser		HPA		1:30.14	HT
		84	Sven Holwerda		HPB		1:59.38	

Stevin Visser

200m	21.21	(21.21)
600m	54.57	(33.36)
1000m	1:30.14	(35.57)

Sven Holwerda

200m	25.43	(25.43)
600m	1:10.45	(45.02)
1000m	1:59.38	(48.93)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl bl	21	Myrthe Zwaagstra		DPB		1:49.38	HT
		162	Krijn Dekens		HPA		1:47.80	

Myrthe Zwaagstra

200m	24.80	(24.80)
600m	1:05.82	(41.02)
1000m	1:49.38	(43.56)

Krijn Dekens

200m	23.75	(23.75)
600m	1:03.54	(39.79)
1000m	1:47.80	(44.26)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	36	Derek Graansma		HPA		1:59.61	FL
	rd	19	Linn Erdsieck		DPB		1:51.64	
			Derek Graansma				Linn Erdsieck	
			200m	23.64	(23.64)	200m 25.51 (25.51)		
			600m	1:02.89	(39.25)	600m 1:07.60 (42.09)		
			1000m	1:59.61	(56.72)	1000m 1:51.64 (44.04)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	94	Mirna van der Terp		DPA		1:55.57	
	bl	30	Jesper ten Bloemendaal		HPA		1:39.66	
			Mirna van der Terp				Jesper ten Bloemendaal	
			200m	26.59	(26.59)	200m 23.43 (23.43)		
			600m	1:09.48	(42.89)	600m 1:00.71 (37.28)		
			1000m	1:55.57	(46.09)	1000m 1:39.66 (38.95)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	72	Kaya van Otterlo		DPA			DQ
	rd	117	Lara van den Berg		DPA		1:50.08	
			Kaya van Otterlo				Lara van den Berg	
			200m	22.76	(22.76)	200m 24.88 (24.88)		
			600m	1:01.44	(38.68)	600m 1:06.00 (41.12)		
			1000m	1:41.02	(39.58)	1000m 1:50.08 (44.08)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	27	Amber Soet		DPA		1:57.34	
	bl	24	Ranomi Schaap		DPB		2:01.97	
			Amber Soet				Ranomi Schaap	
			200m	25.41	(25.41)	200m 26.23 (26.23)		
			600m	1:09.75	(44.34)	600m 1:12.42 (46.19)		
			1000m	1:57.34	(47.59)	1000m 2:01.97 (49.55)		

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	26	Djura Lubbinge		DPA		1:42.77	
	rd	116	Phyline Naberman		DPB		1:57.60	
			Djura Lubbinge				Phyline Naberman	
			200m	23.38	(23.38)	200m	26.65	(26.65)
			600m	1:02.02	(38.64)	600m	1:10.90	(44.25)
			1000m	1:42.77	(40.75)	1000m	1:57.60	(46.70)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	33	Maartje Janssen		DPA		1:34.76	
	bl	32	Jasmijn Snijder		DPA		1:47.72	
			Maartje Janssen				Jasmijn Snijder	
			200m	20.88	(20.88)	200m	24.54	(24.54)
			600m	56.04	(35.16)	600m	1:05.60	(41.06)
			1000m	1:34.76	(38.72)	1000m	1:47.72	(42.12)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	17	Hessel Hagedoorn		HPA	2:03.43	1:50.07	PR
	rd	38	Julia Boersma		DPB	2:07.50	1:46.27	PR
			Hessel Hagedoorn				Julia Boersma	
			200m	23.88	(23.88)	200m	24.23	(24.23)
			600m	1:05.55	(41.67)	600m	1:04.06	(39.83)
			1000m	1:50.07	(44.52)	1000m	1:46.27	(42.21)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	71	Larissa Feenstra		DPA	1:53.17	1:50.46	PR
	bl	95	Nouk van het Erve		DPA	1:51.34	DQ	
			Larissa Feenstra				Nouk van het Erve	
			200m	24.62	(24.62)	200m	23.40	(23.40)
			600m	1:06.30	(41.68)	600m	1:02.30	(38.90)
			1000m	1:50.46	(44.16)	1000m	1:42.64	(40.34)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	69	Doutzen Wierda		DPA	1:42.17	1:37.73	PR
	rd	55	Lynn van Baaren		DPA	1:46.35	1:42.49	PR
		<u>Doutzen Wierda</u>			<u>Lynn van Baaren</u>			
		200m	22.30	(22.30)	200m	22.54	(22.54)	
		600m	58.38	(36.08)	600m	1:00.31	(37.77)	
		1000m	1:37.73	(39.35)	1000m	1:42.49	(42.18)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	4	Bente Dam		DPA	1:46.33	1:38.81	PR
	bl	40	Jolien Hazeveld		DPA	1:41.45	1:37.06	PR
		<u>Bente Dam</u>			<u>Jolien Hazeveld</u>			
		200m	22.50	(22.50)	200m	23.45	(23.45)	
		600m	59.65	(37.15)	600m	1:00.58	(37.13)	
		1000m	1:38.81	(39.16)	1000m	1:37.06	(36.48)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	58	Sverre de Vegt		HPA	1:37.10	1:32.06	PR
	rd	93	Hidde Salomons		HPA	1:37.93	1:40.33	
		<u>Sverre de Vegt</u>			<u>Hidde Salomons</u>			
		200m	21.39	(21.39)	200m	22.54	(22.54)	
		600m	55.90	(34.51)	600m	1:00.66	(38.12)	
		1000m	1:32.06	(36.16)	1000m	1:40.33	(39.67)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	15	Charley Boekema		DPA	1:24.45	1:24.19	PR
	bl	77	Bernt Hut		HPA	1:33.05	1:29.47	PR
		<u>Charley Boekema</u>			<u>Bernt Hut</u>			
		200m	19.64	(19.64)	200m	20.68	(20.68)	
		600m	50.10	(30.46)	600m	53.79	(33.11)	
		1000m	1:24.19	(34.09)	1000m	1:29.47	(35.68)	

2. Uitslag Pupillen 700 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	3 Jurre Valkenburg	HPB	21	I	1:06.73		
2	48 Nick van der Staal	HPB	34	O	1:07.90	PR	
3	29 Lieke Nijboer	DPA	33	I	1:08.75		
4	50 Myrthe Kooiker	DPA	34	I	1:08.89	PR	
5	54 Ilana Hokse	DPC	31	I	1:10.53		
6	13 Esra Alkema	DPC	33	O	1:11.71	PR	
7	113 Ammarens Veldstra	DPB	28	I	1:12.09		
8	10 Femke Hazeveld	DPC	27	O	1:12.72		
9	127 Bjorn Oosterhof	HPA	30	O	1:15.91		
10	80 Matthijs Jacobs-Monsees	HPB	27	I	1:16.08		
11	79 Lieke Van der Valk	DPC	19	O	1:16.65		
12	75 Loes Pragt	DPB	24	I	1:16.86		
13	46 Sophie Kooiker	DPC	25	I	1:17.07		
14	82 Danique Leffertstra	DPB	23	I	1:18.58		
15	99 Lize Boons	DPB	29	O	1:18.66		
16	62 Tiemen de Haan	HPA	29	I	1:20.51		
17	86 Romée Lanser	DPB	24	O	1:21.88		
18	39 Jelte Hagedoorn	HPC	28	O	1:21.98		
19	9 Yfke Vries	DPC	22	O	1:23.55		
20	114 Mara Nossin	DPB	23	O	1:23.80		
21	119 Arjen Zuur	HPC	20	O	1:23.98		
22	98 Lynn Groen	DPB	30	I	1:24.33		
23	59 Jente de Haan	HPA	17	I	1:24.89		
24	42 Nick Peek	HPB	32	O	1:25.28		
25	92 Niels de Jager	HPC	26	I	1:29.08		
26	68 Jelmer Kok	HPB	31	O	1:29.80		
27	100 Lute Lont	HPC	22	I	1:30.89		
28	18 Pim de Vries	HPC	20	I	1:31.44	FL	
29	158 Thijs-Jan Last	HPC	19	I	1:34.68		
30	87 Ela de Groot	DPC	21	O	1:35.36		
31	96 Jonne Pieter Hijlkema	HPA	26	O	1:37.01	FL	
32	7 Benthe De Vries	DPB	32	I	1:43.23		
33	85 Lara De Vries	DPC	25	O	1:46.45	FL	

2. Rituitslag Pupillen 700 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt rd	59 Jente de Haan		HPA			1:24.89	
		Jente de Haan						
		300m	37.83	(37.83)	m			
		700m	1:24.89	(47.06)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl bl							
					m			
					m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt rd	158 Thijs-Jan Last		HPC			1:34.68	
		79 Lieke Van der Valk		DPC			1:16.65	
		Thijs-Jan Last						
		300m	40.86	(40.86)	300m	34.70	(34.70)	
		700m	1:34.68	(53.82)	700m	1:16.65	(41.95)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl bl	18 Pim de Vries		HPC			1:31.44	FL
		119 Arjen Zuur		HPC			1:23.98	
		Pim de Vries						
		300m	47.92	(47.92)	300m	36.75	(36.75)	
		700m	1:31.44	(43.52)	700m	1:23.98	(47.23)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
21	wt rd	3 Jurre Valkenburg		HPB			1:06.73	
		87 Ela de Groot		DPC			1:35.36	
		Jurre Valkenburg						
		300m	30.80	(30.80)	300m	40.55	(40.55)	
		700m	1:06.73	(35.93)	700m	1:35.36	(54.81)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	100 Lute Lont	HPC		1:30.89	
	bl	9 Yfke Vries	DPC		1:23.55	
		<u>Lute Lont</u>			<u>Yfke Vries</u>	
		300m	39.33 (39.33)		300m	37.79 (37.79)
		700m	1:30.89 (51.56)		700m	1:23.55 (45.76)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	82 Danique Leffertstra	DPB		1:18.58	
	rd	114 Mara Nossin	DPB		1:23.80	
		<u>Danique Leffertstra</u>			<u>Mara Nossin</u>	
		300m	35.30 (35.30)		300m	36.74 (36.74)
		700m	1:18.58 (43.28)		700m	1:23.80 (47.06)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	75 Loes Pragt	DPB		1:16.86	
	bl	86 Roméé Lanser	DPB		1:21.88	
		<u>Loes Pragt</u>			<u>Roméé Lanser</u>	
		300m	35.06 (35.06)		300m	37.35 (37.35)
		700m	1:16.86 (41.80)		700m	1:21.88 (44.53)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	46 Sophie Kooiker	DPC		1:17.07	
	rd	85 Lara De Vries	DPC		1:46.45	FL
		<u>Sophie Kooiker</u>			<u>Lara De Vries</u>	
		300m	34.38 (34.38)		300m	41.15 (41.15)
		700m	1:17.07 (42.69)		700m	1:46.45 (65.30)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	92 Niels de Jager	HPC		1:29.08	
	bl	96 Jonne Pieter Hijlkema	HPA		1:37.01	FL
		<u>Niels de Jager</u>			<u>Jonne Pieter Hijlkema</u>	
		300m	38.54 (38.54)		300m	38.69 (38.69)
		700m	1:29.08 (50.54)		700m	1:37.01 (58.32)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
27	wt	80	Matthijs Jacobs-Monsees		HPB				1:16.08	
	rd	10	Femke Hazeveld		DPC				1:12.72	
		<u>Matthijs Jacobs-Monsees</u>				<u>Femke Hazeveld</u>				
		300m	34.06	(34.06)	300m	32.79	(32.79)			
		700m	1:16.08	(42.02)	700m	1:12.72	(39.93)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
28	gl	113	Ammarens Veldstra		DPB				1:12.09	
	bl	39	Jelte Hagedoorn		HPC				1:21.98	
		<u>Ammarens Veldstra</u>				<u>Jelte Hagedoorn</u>				
		300m	32.90	(32.90)	300m	36.64	(36.64)			
		700m	1:12.09	(39.19)	700m	1:21.98	(45.34)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
29	wt	62	Tiemen de Haan		HPA				1:20.51	
	rd	99	Lize Boons		DPB				1:18.66	
		<u>Tiemen de Haan</u>				<u>Lize Boons</u>				
		300m	36.28	(36.28)	300m	35.64	(35.64)			
		700m	1:20.51	(44.23)	700m	1:18.66	(43.02)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
30	gl	98	Lynn Groen		DPB				1:24.33	
	bl	127	Bjorn Oosterhof		HPA				1:15.91	
		<u>Lynn Groen</u>				<u>Bjorn Oosterhof</u>				
		300m	37.09	(37.09)	300m	33.60	(33.60)			
		700m	1:24.33	(47.24)	700m	1:15.91	(42.31)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
31	wt	54	Ilana Hokse		DPC				1:10.53	
	rd	68	Jelmer Kok		HPB				1:29.80	
		<u>Ilana Hokse</u>				<u>Jelmer Kok</u>				
		300m	32.20	(32.20)	300m	38.07	(38.07)			
		700m	1:10.53	(38.33)	700m	1:29.80	(51.73)			

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
32	gl	7 Benthe De Vries		DPB			1:43.23	
	bl	42 Nick Peek		HPB			1:25.28	
		Benthe De Vries			Nick Peek			
		300m	44.75	(44.75)	300m	37.91	(37.91)	
		700m	1:43.23	(58.48)	700m	1:25.28	(47.37)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
33	wt	29 Lieke Nijboer		DPA		1:08.57	1:08.75	
	rd	13 Esra Alkema		DPC		1:12.62	1:11.71	PR
		Lieke Nijboer			Esra Alkema			
		300m	31.59	(31.59)	300m	33.41	(33.41)	
		700m	1:08.75	(37.16)	700m	1:11.71	(38.30)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
34	gl	50 Myrthe Kooiker		DPA		1:11.74	1:08.89	PR
	bl	48 Nick van der Staal		HPB		1:12.72	1:07.90	PR
		Myrthe Kooiker			Nick van der Staal			
		300m	31.48	(31.48)	300m	31.09	(31.09)	
		700m	1:08.89	(37.41)	700m	1:07.90	(36.81)	

3. Uitslag Junioren C en ouder 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	154 Niek Bijma	HB2	63	I	2:00.81		
2	151 Wessel Wijnja	HSB	63	O	2:06.67		
3	34 Tosca Mulder	DN2	62	I	2:08.12		
4	20 Wester van der Heide	HB1	60	O	2:09.17	PR	
5	49 Geert Fekken	H50	61	O	2:10.06		
6	146 Jente Kiwiet	HB1	59	I	2:11.01	PR	
7	109 Kenzo Hanse	HB1	57	O	2:12.06	PR	
8	91 Stefan Huizinga	HA1	58	I	2:12.08	PR	
9	25 Anton Boersma	HC1	60	I	2:12.91		
10	64 Mats Rabbinge	HB1	54	O	2:15.55	PR	
11	139 Stijn Bakker	HB1	57	I	2:16.24		
12	61 Atte de Haan	HB2	59	O	2:17.28		
13	104 Jim Bergkamp	HC2	56	I	2:17.38	PR	
14	131 Wessel Jacobs-Monsees	HA1	61	I	2:18.19		
15	78 Sverre Jens Wolters	HC1	41	I	2:19.09		
16	140 Teun Rota	HB2	40	I	2:19.56		
17	107 Ties Buijert	HB1	54	I	2:19.79	PR	
18	51 Tobias Pleij	HC1	42	I	2:20.29		
19	8 Cerinthe De Jonge	DN1	56	O	2:21.01		
	44 Rixt Bijlsma	DC1	55	I	2:21.01	PR	
21	118 Amber Feller	DB1	55	O	2:21.25	PR	
22	60 Ties Mercur	HC1	37	I	2:21.32		
23	105 Daan Westra	HC1	53	I	2:23.54	PR	
24	157 Menthe Pietersma	DC1	52	I	2:23.66	PR	
25	12 Eline Teeninga	DC2	53	O	2:24.66		
26	41 Foske Bouma	DB1	50	I	2:27.03		
27	14 Maud de Vries	DC1	52	O	2:28.63		
28	57 Brent Movrin	HB2	42	O	2:28.79		
29	108 Marlies de Jong	D60	49	I	2:29.56		
30	106 Jelka Kootstra	DC2	51	I	2:30.00		
31	23 Esmee Soet	DC2	46	O	2:30.77	PR	
32	2 Joas van der Vaart	HC1	49	O	2:30.80	PR	
33	6 Fimme van Dijk	HC1	43	O	2:31.19		
34	43 Vera Nijboer	DC2	48	I	2:31.49	PR	
35	81 Gijs Dalstra	HC2	43	I	2:34.23	HT	
36	37 Nienke Valkenburg	DA1	50	O	2:35.07		
37	5 Silke Vries	DC1	48	O	2:35.48	PR	
38	126 Andrea de Jong	DC1	35	I	2:36.35		

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	110 Jildou de Haan	DC2	46	I	2:38.14	PR	
40	150 Jefta Pierik	HB2	47	I	2:39.53	PR	
41	149 Joas van Wijngaarden	HC1	40	O	2:40.11		
42	153 Niels de Leeuw	HC2	39	O	2:41.73		
43	103 Froukje Leffertstra	DC2	38	I	2:42.08		
44	120 Feya Hollak	DC1	45	I	2:46.67		
45	101 Rianne van der Meulen	DC1	37	O	2:47.21		
46	138 Ilona Borger	DC1	38	O	2:48.78		
47	83 Sybrich Buisman	DC1	41	O	2:49.41	FL	
48	164 Wytske Huitema	DB2	44	O	2:54.12	PR	
49	137 Liza Smalbrugge	DC2	44	I	3:02.14	HT FL	
50	111 Femke van Beuzekom	DB2	45	O	3:07.59		
	35 Tieme Bouma	HC1	39	I	DNF		
	90 Jeroen Langeegger	HC2	51	O	DNF		
	115 Isa Steegstra	DA2	58	O	DNS		
	133 Dyon Talsma	HN4	62	O	DNS		
	52 Lisanne Bloem	DC2			WDR		

3. Rituitslag Junioren C en ouder 1500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
35	wt rd	126	Andrea de Jong		DC1		2:36.35	

Andrea de Jong

300m	33.00	(33.00)	m
700m	1:13.21	(40.21)	
1100m	1:54.94	(41.73)	
1500m	2:36.35	(41.41)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
36	gl bl							

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
37	wt	60	Ties Mercur		HC1		2:21.32	
	rd	101	Rianne van der Meulen		DC1		2:47.21	
		Ties Mercur			Rianne van der Meulen			
		300m	30.92	(30.92)	300m	34.74	(34.74)	
		700m	1:07.38	(36.46)	700m	1:17.15	(42.41)	
		1100m	1:44.97	(37.59)	1100m	2:01.75	(44.60)	
		1500m	2:21.32	(36.35)	1500m	2:47.21	(45.46)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
38	gl	103	Froukje Leffertstra		DC2		2:42.08	
	bl	138	Ilona Borger		DC1		2:48.78	
		Froukje Leffertstra			Ilona Borger			
		300m	34.10	(34.10)	300m	35.20	(35.20)	
		700m	1:15.74	(41.64)	700m	1:18.10	(42.90)	
		1100m	1:59.57	(43.83)	1100m	2:02.69	(44.59)	
		1500m	2:42.08	(42.51)	1500m	2:48.78	(46.09)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
39	wt	35 Tieme Bouma	HC1			DNF
	rd	153 Niels de Leeuw	HC2			2:41.73

Tieme Bouma

300m	31.72	(31.72)
700m	44.21	(12.49)
1100m	56.70	(12.49)
1500m	1:09.19	(12.49)

Niels de Leeuw

300m	33.22	(33.22)
700m	1:13.39	(40.17)
1100m	1:56.23	(42.84)
1500m	2:41.73	(45.50)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	140 Teun Rota	HB2			2:19.56
	bl	149 Joas van Wijngaarden	HC1			2:40.11

Teun Rota

300m	30.26	(30.26)
700m	1:05.75	(35.49)
1100m	1:42.21	(36.46)
1500m	2:19.56	(37.35)

Joas van Wijngaarden

300m	32.93	(32.93)
700m	1:13.72	(40.79)
1100m	1:57.21	(43.49)
1500m	2:40.11	(42.90)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
41	wt	78 Sverre Jens Wolters	HC1			2:19.09
	rd	83 Sybrich Buisman	DC1			2:49.41 FL

Sverre Jens Wolters

300m	28.88	(28.88)
700m	1:05.09	(36.21)
1100m	1:42.05	(36.96)
1500m	2:19.09	(37.04)

Sybrich Buisman

300m	45.37	(45.37)
700m	1:28.77	(43.40)
1100m	2:10.06	(41.29)
1500m	2:49.41	(39.35)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
42	gl	51 Tobias Pleij	HC1			2:20.29
	bl	57 Brent Movrin	HB2			2:28.79

Tobias Pleij

300m	30.10	(30.10)
700m	1:06.12	(36.02)
1100m	1:43.31	(37.19)
1500m	2:20.29	(36.98)

Brent Movrin

300m	30.45	(30.45)
700m	1:05.87	(35.42)
1100m	1:47.65	(41.78)
1500m	2:28.79	(41.14)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
43	wt	81 Gijs Dalstra	HC2			2:34.23	HT
	rd	6 Fimme van Dijk	HC1			2:31.19	
		<u>Gijs Dalstra</u>			<u>Fimme van Dijk</u>		
		300m	33.14	(33.14)	300m	31.96	(31.96)
		700m	1:12.73	(39.59)	700m	1:11.49	(39.53)
		1100m	1:52.90	(40.17)	1100m	1:51.91	(40.42)
		1500m	2:34.23	(41.33)	1500m	2:31.19	(39.28)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
44	gl	137 Liza Smalbrugge	DC2			3:02.14	HT FL
	bl	164 Wytske Huitema	DB2		3:09.73	2:54.12	PR
		<u>Liza Smalbrugge</u>			<u>Wytske Huitema</u>		
		300m	46.34	(46.34)	300m	35.72	(35.72)
		700m	1:29.11	(42.77)	700m	1:20.66	(44.94)
		1100m	2:14.99	(45.88)	1100m	2:07.52	(46.86)
		1500m	3:02.14	(47.15)	1500m	2:54.12	(46.60)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
45	wt	120 Feya Hollak	DC1			2:46.67	
	rd	111 Femke van Beuzekom	DB2			3:07.59	
		<u>Feya Hollak</u>			<u>Femke van Beuzekom</u>		
		300m	34.04	(34.04)	300m	38.63	(38.63)
		700m	1:17.83	(43.79)	700m	1:26.90	(48.27)
		1100m	2:02.81	(44.98)	1100m	2:17.03	(50.13)
		1500m	2:46.67	(43.86)	1500m	3:07.59	(50.56)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
46	gl	110 Jildou de Haan	DC2		2:40.67	2:38.14	PR
	bl	23 Esmee Soet	DC2		2:40.37	2:30.77	PR
		<u>Jildou de Haan</u>			<u>Esmee Soet</u>		
		300m	32.08	(32.08)	300m	31.67	(31.67)
		700m	1:11.50	(39.42)	700m	1:09.54	(37.87)
		1100m	1:55.37	(43.87)	1100m	1:49.97	(40.43)
		1500m	2:38.14	(42.77)	1500m	2:30.77	(40.80)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
47	wt	150 Jefta Pierik	HB2	2:40.44	2:39.53	PR
	rd	52 Lisanne Bloem	DC2	2:40.94	WDR	

Jefta Pierik

300m	33.37	(33.37)
700m	1:14.00	(40.63)
1100m	1:56.73	(42.73)
1500m	2:39.53	(42.80)

Lisanne Bloem

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
48	gl	43 Vera Nijboer	DC2	2:34.35	2:31.49	PR
	bl	5 Silke Vries	DC1	2:38.26	2:35.48	PR

Vera Nijboer

300m	32.42	(32.42)
700m	1:09.88	(37.46)
1100m	1:49.81	(39.93)
1500m	2:31.49	(41.68)

Silke Vries

300m	33.28	(33.28)
700m	1:12.21	(38.93)
1100m	1:53.58	(41.37)
1500m	2:35.48	(41.90)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
49	wt	108 Marlies de Jong	D60	2:22.42	2:29.56	
	rd	2 Joas van der Vaart	HC1	2:32.97	2:30.80	PR

Marlies de Jong

300m	31.58	(31.58)
700m	1:08.86	(37.28)
1100m	1:48.39	(39.53)
1500m	2:29.56	(41.17)

Joas van der Vaart

300m	31.86	(31.86)
700m	1:09.98	(38.12)
1100m	1:50.17	(40.19)
1500m	2:30.80	(40.63)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
50	gl	41 Foske Bouma	DB1	2:26.01	2:27.03	
	bl	37 Nienke Valkenburg	DA1	2:26.92	2:35.07	

Foske Bouma

300m	31.63	(31.63)
700m	1:08.49	(36.86)
1100m	1:47.23	(38.74)
1500m	2:27.03	(39.80)

Nienke Valkenburg

300m	31.41	(31.41)
700m	1:09.85	(38.44)
1100m	1:51.68	(41.83)
1500m	2:35.07	(43.39)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
51	wt	106 Jelka Kootstra	DC2	2:28.02	2:30.00	
	rd	90 Jeroen Langegger	HC2	2:28.07	DNF	
		<u>Jelka Kootstra</u>				
		300m	30.12 (30.12)			
		700m	1:06.51 (36.39)			
		1100m	1:46.80 (40.29)			
		1500m	2:30.00 (43.20)			
		<u>Jeroen Langegger</u>				
		300m	29.29 (29.29)			
		700m	1:04.75 (35.46)			
		1100m	1:42.84 (38.09)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
52	gl	157 Menthe Pietersma	DC1	2:24.54	2:23.66	PR
	bl	14 Maud de Vries	DC1	2:23.53	2:28.63	
		<u>Menthe Pietersma</u>				
		300m	30.53 (30.53)			
		700m	1:06.66 (36.13)			
		1100m	1:45.10 (38.44)			
		1500m	2:23.66 (38.56)			
		<u>Maud de Vries</u>				
		300m	31.60 (31.60)			
		700m	1:08.74 (37.14)			
		1100m	1:48.34 (39.60)			
		1500m	2:28.63 (40.29)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
53	wt	105 Daan Westra	HC1	2:25.09	2:23.54	PR
	rd	12 Eline Teeninga	DC2	2:24.34	2:24.66	
		<u>Daan Westra</u>				
		300m	30.23 (30.23)			
		700m	1:05.28 (35.05)			
		1100m	1:43.19 (37.91)			
		1500m	2:23.54 (40.35)			
		<u>Eline Teeninga</u>				
		300m	30.01 (30.01)			
		700m	1:05.98 (35.97)			
		1100m	1:44.88 (38.90)			
		1500m	2:24.66 (39.78)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
54	gl	107 Ties Buijert	HB1	2:22.07	2:19.79	PR
	bl	64 Mats Rabbinge	HB1	2:22.80	2:15.55	PR
		<u>Ties Buijert</u>				
		300m	29.36 (29.36)			
		700m	1:04.48 (35.12)			
		1100m	1:41.96 (37.48)			
		1500m	2:19.79 (37.83)			
		<u>Mats Rabbinge</u>				
		300m	29.22 (29.22)			
		700m	1:02.59 (33.37)			
		1100m	1:38.61 (36.02)			
		1500m	2:15.55 (36.94)			

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
55	wt	44 Rixt Bijlsma	DC1	2:21.04	2:21.01	PR
	rd	118 Amber Feller	DB1	2:21.63	2:21.25	PR

Rixt Bijlsma

300m	29.71	(29.71)
700m	1:06.02	(36.31)
1100m	1:44.02	(38.00)
1500m	2:21.01	(36.99)

Amber Feller

300m	30.10	(30.10)
700m	1:05.85	(35.75)
1100m	1:43.45	(37.60)
1500m	2:21.25	(37.80)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
56	gl	104 Jim Bergkamp	HC2	2:17.62	2:17.38	PR
	bl	8 Cerinthe De Jonge	DN1	2:14.61	2:21.01	

Jim Bergkamp

300m	29.07	(29.07)
700m	1:03.66	(34.59)
1100m	1:40.05	(36.39)
1500m	2:17.38	(37.33)

Cerinthe De Jonge

300m	28.26	(28.26)
700m	1:01.69	(33.43)
1100m	1:39.84	(38.15)
1500m	2:21.01	(41.17)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
57	wt	139 Stijn Bakker	HB1	2:15.82	2:16.24	
	rd	109 Kenzo Hanse	HB1	2:14.70	2:12.06	PR

Stijn Bakker

300m	30.06	(30.06)
700m	1:04.25	(34.19)
1100m	1:39.90	(35.65)
1500m	2:16.24	(36.34)

Kenzo Hanse

300m	28.13	(28.13)
700m	1:00.92	(32.79)
1100m	1:36.00	(35.08)
1500m	2:12.06	(36.06)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
58	gl	91 Stefan Huizinga	HA1	2:12.27	2:12.08	PR
	bl	115 Isa Steegstra	DA2	2:14.23	DNS	

Stefan Huizinga

300m	28.61	(28.61)
700m	1:01.56	(32.95)
1100m	1:36.08	(34.52)
1500m	2:12.08	(36.00)

Isa Steegstra

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
59	wt	146	Jente Kiwiet		HB1	2:11.52	2:11.01	PR
	rd	61	Atte de Haan		HB2	2:13.69	2:17.28	
		<u>Jente Kiwiet</u>			<u>Atte de Haan</u>			
		300m	27.89	(27.89)	300m	28.66	(28.66)	
		700m	1:00.01	(32.12)	700m	1:02.72	(34.06)	
		1100m	1:34.90	(34.89)	1100m	1:38.77	(36.05)	
		1500m	2:11.01	(36.11)	1500m	2:17.28	(38.51)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
60	gl	25	Anton Boersma		HC1	2:11.02	2:12.91	
	bl	20	Wester van der Heide		HB1	2:09.25	2:09.17	PR
		<u>Anton Boersma</u>			<u>Wester van der Heide</u>			
		300m	28.02	(28.02)	300m	26.82	(26.82)	
		700m	1:00.42	(32.40)	700m	58.87	(32.05)	
		1100m	1:35.61	(35.19)	1100m	1:33.64	(34.77)	
		1500m	2:12.91	(37.30)	1500m	2:09.17	(35.53)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
61	wt	131	Wessel Jacobs-Monsees		HA1	2:10.30	2:18.19	
	rd	49	Geert Fekken		H50	2:08.99	2:10.06	
		<u>Wessel Jacobs-Monsees</u>			<u>Geert Fekken</u>			
		300m	30.38	(30.38)	300m	28.01	(28.01)	
		700m	1:04.75	(34.37)	700m	1:00.75	(32.74)	
		1100m	1:40.67	(35.92)	1100m	1:34.55	(33.80)	
		1500m	2:18.19	(37.52)	1500m	2:10.06	(35.51)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
62	gl	34	Tosca Mulder		DN2	2:07.10	2:08.12	
	bl	133	Dyon Talsma		HN4	1:54.46	DNS	
		<u>Tosca Mulder</u>			<u>Dyon Talsma</u>			
		300m	27.11	(27.11)				
		700m	57.92	(30.81)				
		1100m	1:31.55	(33.63)				
		1500m	2:08.12	(36.57)				

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info		
63	wt	154	Niek Bijma		HB2		1:58.03	2:00.81		
	rd	151	Wessel Wijnja		HSB		2:05.76	2:06.67		
			Niek Bijma				Wessel Wijnja			
			300m	25.38	(25.38)	300m			27.96	(27.96)
			700m	54.30	(28.92)	700m			59.39	(31.43)
			1100m	1:25.37	(31.07)	1100m			1:32.68	(33.29)
			1500m	2:00.81	(35.44)	1500m			2:06.67	(33.99)

4. Uitslag Junioren C en ouder 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	148 Jesse van Buren	HA1	71	O	4:05.05		
2	145 Mats Westra	HA1	70	O	4:08.40		
3	160 Amitesh Mishra	HSA	70	I	4:10.70	PR	
4	135 Anton van der Tol	HB1	71	I	4:27.56		
5	152 Mart Sypersma	HB1	68	I	4:28.63		
6	97 Robbin de Jager	HA1	69	I	4:35.70		
7	74 Jade Zijlstra	DB1	66	I	4:41.19	PR	
8	142 Rosa-Lynn Compagner	DB1	69	O	4:41.90	PR	
9	161 Sven Burghoorn	HB1	65	I	4:42.98		
10	129 Sem de Vries	HB2	66	O	4:51.18	PR	
11	143 Janette de Groot-Bron	D45	67	O	4:52.38	PR	
12	144 Mike Egberts	H45	64	I	4:56.54		
13	53 Freya Goerres	DB2	65	O	4:57.24	PR	
14	132 Piet Siemonsma	H70	67	I	4:59.88		
15	130 Corien de Jong	DA2	68	O	5:04.18		

4. Rituitslag Junioren C en ouder 3000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
64	wt rd	144 Mike Egberts	H45	4:43.51	4:56.54

Mike Egberts

Distance	Time	PR	Info
200m	23.92	(23.92)	m
600m	1:00.32	(36.40)	
1000m	1:37.52	(37.20)	
1400m	2:16.01	(38.49)	
1800m	2:54.72	(38.71)	
2200m	3:33.92	(39.20)	
2600m	4:15.03	(41.11)	
3000m	4:56.54	(41.51)	

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
65	gl	161 Sven Burghoorn	HB1		4:42.98
	bl	53 Freya Goerres	DB2	5:00.54	4:57.24 PR

Sven Burghoorn

Distance	Time	PR	Info
200m	19.74	(19.74)	
600m	52.96	(33.22)	
1000m	1:28.02	(35.06)	
1400m	2:04.42	(36.40)	
1800m	2:42.40	(37.98)	
2200m	3:22.11	(39.71)	
2600m	4:03.14	(41.03)	
3000m	4:42.98	(39.84)	

Freya Goerres

Distance	Time	PR	Info
200m	22.65	(22.65)	
600m	59.07	(36.42)	
1000m	1:37.46	(38.39)	
1400m	2:16.65	(39.19)	
1800m	2:56.88	(40.23)	
2200m	3:37.15	(40.27)	
2600m	4:17.45	(40.30)	
3000m	4:57.24	(39.79)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
66	wt	74 Jade Zijlstra	DB1	4:55.60	4:41.19	PR
	rd	129 Sem de Vries	HB2	4:55.63	4:51.18	PR

Jade Zijlstra

200m	22.12	(22.12)
600m	56.10	(33.98)
1000m	1:31.75	(35.65)
1400m	2:08.57	(36.82)
1800m	2:45.79	(37.22)
2200m	3:23.84	(38.05)
2600m	4:02.54	(38.70)
3000m	4:41.19	(38.65)

Sem de Vries

200m	22.26	(22.26)
600m	58.71	(36.45)
1000m	1:37.02	(38.31)
1400m	2:16.00	(38.98)
1800m	2:55.05	(39.05)
2200m	3:34.43	(39.38)
2600m	4:13.03	(38.60)
3000m	4:51.18	(38.15)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
67	gl	132 Piet Siemonsma	H70	4:26.35	4:59.88	
	bl	143 Janette de Groot-Bron	D45	4:53.12	4:52.38	PR

Piet Siemonsma

200m	23.13	(23.13)
600m	1:00.52	(37.39)
1000m	1:39.07	(38.55)
1400m	2:19.36	(40.29)
1800m	2:59.45	(40.09)
2200m	3:39.21	(39.76)
2600m	4:19.81	(40.60)
3000m	4:59.88	(40.07)

Janette de Groot-Bron

200m	23.40	(23.40)
600m	1:00.10	(36.70)
1000m	1:38.55	(38.45)
1400m	2:17.09	(38.54)
1800m	2:56.01	(38.92)
2200m	3:34.75	(38.74)
2600m	4:13.51	(38.76)
3000m	4:52.38	(38.87)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
68	wt	152 Mart Sypersma	HB1	4:27.70	4:28.63
	rd	130 Corien de Jong	DA2	4:52.75	5:04.18

Mart Sypersma

200m	20.84	(20.84)
600m	55.34	(34.50)
1000m	1:30.54	(35.20)
1400m	2:05.70	(35.16)
1800m	2:40.69	(34.99)
2200m	3:15.68	(34.99)
2600m	3:51.39	(35.71)
3000m	4:28.63	(37.24)

Corien de Jong

200m	22.72	(22.72)
600m	58.87	(36.15)
1000m	1:36.82	(37.95)
1400m	2:16.38	(39.56)
1800m	2:57.29	(40.91)
2200m	3:39.36	(42.07)
2600m	4:22.29	(42.93)
3000m	5:04.18	(41.89)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
69	gl	97 Robbin de Jager	HA1	4:34.72	4:35.70
	bl	142 Rosa-Lynn Compagner	DB1	4:51.57	4:41.90 PR

Robbin de Jager

200m	21.33	(21.33)
600m	55.49	(34.16)
1000m	1:30.03	(34.54)
1400m	2:05.69	(35.66)
1800m	2:42.50	(36.81)
2200m	3:19.91	(37.41)
2600m	3:57.89	(37.98)
3000m	4:35.70	(37.81)

Rosa-Lynn Compagner

200m	21.78	(21.78)
600m	56.26	(34.48)
1000m	1:31.89	(35.63)
1400m	2:08.01	(36.12)
1800m	2:45.49	(37.48)
2200m	3:23.62	(38.13)
2600m	4:08.83	(45.21)
3000m	4:41.90	(33.07)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
70	wt	160	Amitesh Mishra		HSA	4:25.68	4:10.70	PR
	rd	145	Mats Westra		HA1	4:07.61	4:08.40	
			Amitesh Mishra				Mats Westra	
		200m	20.50	(20.50)		200m	20.13	(20.13)
		600m	52.58	(32.08)		600m	51.81	(31.68)
		1000m	1:25.51	(32.93)		1000m	1:23.48	(31.67)
		1400m	1:58.10	(32.59)		1400m	1:55.33	(31.85)
		1800m	2:31.20	(33.10)		1800m	2:27.52	(32.19)
		2200m	3:03.92	(32.72)		2200m	3:00.34	(32.82)
		2600m	3:37.17	(33.25)		2600m	3:33.99	(33.65)
		3000m	4:10.70	(33.53)		3000m	4:08.40	(34.41)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
71	gl	135	Anton van der Tol		HB1	4:26.27	4:27.56	
	bl	148	Jesse van Buren		HA1	4:03.83	4:05.05	
			Anton van der Tol				Jesse van Buren	
		200m	20.87	(20.87)		200m	20.51	(20.51)
		600m	52.66	(31.79)		600m	50.61	(30.10)
		1000m	1:25.97	(33.31)		1000m	1:21.49	(30.88)
		1400m	2:00.91	(34.94)		1400m	1:53.00	(31.51)
		1800m	2:36.56	(35.65)		1800m	2:24.77	(31.77)
		2200m	3:13.57	(37.01)		2200m	2:57.60	(32.83)
		2600m	3:50.91	(37.34)		2600m	3:31.20	(33.60)
		3000m	4:27.56	(36.65)		3000m	4:05.05	(33.85)

5. Uitslag Junioren B en ouder 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	155 Colin Breed	HA1	72	I	6:41.48		
2	159 Michiel Kok	HSA	73	I	6:56.94	PR	
3	156 Berend Lange	HB2	73	O	7:05.88		

5. Rituitslag Junioren B en ouder 5000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
72	wt rd	155 Colin Breed		HA1			6:41.48	
		Colin Breed						
		200m	19.31	(19.31)			m	
		600m	49.20	(29.89)				
		1000m	1:20.02	(30.82)				
		1400m	1:51.23	(31.21)				
		1800m	2:22.63	(31.40)				
		2200m	2:54.38	(31.75)				
		2600m	3:26.15	(31.77)				
		3000m	3:58.14	(31.99)				
		3400m	4:30.32	(32.18)				
		3800m	5:02.64	(32.32)				
		4200m	5:35.28	(32.64)				
		4600m	6:07.93	(32.65)				
		5000m	6:41.48	(33.55)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
73	gl	159 Michiel Kok		HSA		7:00.91	6:56.94	PR	
	bl	156 Berend Lange		HB2			7:05.88		
		Michiel Kok				Berend Lange			
		200m	21.17	(21.17)	200m	19.49	(19.49)		
		600m	53.14	(31.97)	600m	50.60	(31.11)		
		1000m	1:25.56	(32.42)	1000m	1:22.64	(32.04)		
		1400m	1:58.28	(32.72)	1400m	1:54.71	(32.07)		
		1800m	2:31.13	(32.85)	1800m	2:27.48	(32.77)		
		2200m	3:04.04	(32.91)	2200m	3:00.05	(32.57)		
		2600m	3:37.12	(33.08)	2600m	3:33.19	(33.14)		
		3000m	4:10.26	(33.14)	3000m	4:07.16	(33.97)		
		3400m	4:43.47	(33.21)	3400m	4:41.93	(34.77)		
		3800m	5:16.71	(33.24)	3800m	5:17.38	(35.45)		
		4200m	5:49.88	(33.17)	4200m	5:53.23	(35.85)		
		4600m	6:23.10	(33.22)	4600m	6:29.08	(35.85)		
		5000m	6:56.94	(33.84)	5000m	7:05.88	(36.80)		