

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	6 Hein Otterspeer	HSB	4	O	35.14		
2	4 Janno Botman	HSA	2	I	35.17		
3	10 Tim Prins	HN1	3	O	35.22	PR	
4	22 Sebas Diniz	HN3	2	O	35.49		
5	5 Louis Hollaar	HSA	4	I	35.62		
6	26 Rem de Hair	HN4	6	O	35.70		
7	25 Mika van Essen	HSA	6	I	36.08		
8	21 Gijs Esders	HSB	3	I	36.25		
9	29 Matthieu Hollaar	HN2	5	O	36.31	PR	
	54 Tom Egbertsen	HN1	7	I	36.31	PR	
11	59 Mats van den Bos	HA2	8	I	36.35		
12	57 Ties van Seumeren	HA2	5	I	36.61	PR	
13	44 Swen Halferkamps	HA2	7	O	36.73	PR	
14	43 Bryant Boogert	HA2	12	I	37.31		
15	36 Tijs van Gennip	HA1	9	I	37.37		
16	51 Joep Stubbe	HA2	13	O	37.44	PR	
17	65 Tygo Kompier	HA1	10	I	37.49		
18	55 Jesper van Mieghem	HA2	8	O	37.64		
19	119 Jelmer Hendriks	HN2	13	I	37.67	PR	
20	40 Geophrey Coenraad	HB2	14	O	37.85	PR	
21	83 Ruben Ligtenberg	HN2	12	O	37.89		
22	72 Jack Boekema	HC2	19	I	38.04		
23	53 Matthé Pronk	HN1	14	I	38.10		
24	2 Marrit Fledderus	DN4	11	I	38.17		
25	60 Yoeri van Bostelen	HA2	15	I	38.26		
26	1 Femke Kok	DN4	11	O	38.28		
27	61 Mathijs Molenaar	HA1	19	O	38.33		
28	47 Tom Nijdam	HN1	15	O	38.34		
29	46 Sille Hut	HA2	16	I	38.35		
30	81 Lars Woelders	HN3	17	O	38.58		
31	24 Pien Smit	DN1	18	I	38.75		
32	86 Jeroen Janissen	HSA	9	O	38.79		
33	84 Jorian ten Cate	HN2	16	O	38.82		
34	42 Rinse Franken	HA1	22	O	38.88		
35	62 Jasper van der Marel	HA2	21	O	38.98	PR	
36	69 Olaf Vunderink	HA1	17	I	39.12		
37	96 Rutger Verhoeff	HA1	20	O	39.16		
38	27 Ramona Westerhuis	DN2	18	O	39.17		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
39	41 Eise van Schijndel	HA1	21	I	39.20	
	71 Philip Diniz	HB1	20	I	39.20	
41	110 Thomas van Berkel	HA2	24	I	39.42	
42	70 Bodhi Smeele	HB2	24	O	39.65 PR	
43	99 Julian Kant	HB2	25	I	40.17	
44	95 Bram ten Berge	HA1	26	O	40.19	
45	94 Ibe Hoedeman	HA1	25	O	40.62	
46	32 Paulien Verhaar	DSA	23	O	41.02	
47	50 Sterre van Schaik	DA2	28	I	41.20	
48	67 Patricia Koot	DA2	27	O	41.27	
49	115 Ramzi Coenraad	HC1	29	I	41.55 PR	
50	38 Janine Garretsen	DB2	27	I	41.57 PR	
51	68 Elanne de Vries	DA1	30	I	41.69	
52	63 Milou de Lange	DA1	30	O	41.71	
53	93 Lianne van Gammeren	DA1	31	O	41.99	
54	66 Emma Noz	DA2	34	O	42.18 PR	
55	101 Lucas Fabrie	HB1	29	O	42.24	
56	58 Tess Postma	DA2	32	I	42.40	
57	37 Evi de Ruijter	DB2	33	O	42.75	
58	106 Mark Ooijevaar	H40	22	I	43.03	
59	73 Fleur Smits	DB2	33	I	43.04	
60	118 Esmée Brommer	DN1	31	I	43.05	
61	107 Sharissa Oussoren	DB2	35	O	43.19	
62	114 Laurens de Putter	HC2	40	I	43.30 PR	
63	39 Maud Biezen	DB2	35	I	43.59	
64	31 Esmee Visser	DSA	28	O	44.03	
65	113 Maud Groenen	DC2	38	O	44.92 PR	
66	112 Viviana Rodriguez Rojas	DSB	34	I	45.24	
67	98 Melle Boeijen	DB2	37	O	45.31	
68	117 Martha Trude Brehmer	DC1	37	I	46.27	
	20 Pien Hersman	DN1	23	I	DNF	
	111 Daan Segers	HB1	26	I	DNF	
	97 Sara van Leeuwen	DA1	36	O	DNF	
	116 Youssra Pals	DC2	38	I	DNF	
	75 Nathan Pijl	HB2	10	O	DQ	
	7 Mats Siemons	HN2			WDR	
	11 Jenning de Boo	HN1			WDR	
	64 Susanne Prins	DA2			WDR	
	74 Ilse Bierma	DB2			WDR	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 1. Rituitslag 500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	7 <b>Mats Siemons</b>	HN2	35.51		<b>WDR</b>
	rd	11 <b>Jenning de Boo</b>	HN1	35.82		<b>WDR</b>
		<u>Mats Siemons</u>			<u>Jenning de Boo</u>	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	4 <b>Janno Botman</b>	HSA	34.61		<b>35.17</b>
	bl	22 <b>Sebas Diniz</b>	HN3	34.84		<b>35.49</b>
		<u>Janno Botman</u>			<u>Sebas Diniz</u>	
		100m 9.86 (9.86)		100m 9.87 (9.87)		
		500m 35.17 (25.31)		500m 35.49 (25.62)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	21 <b>Gijs Esders</b>	HSB	34.99		<b>36.25</b>
	rd	10 <b>Tim Prins</b>	HN1	35.70		<b>35.22 PR</b>
		<u>Gijs Esders</u>			<u>Tim Prins</u>	
		100m 10.13 (10.13)		100m 9.95 (9.95)		
		500m 36.25 (26.12)		500m 35.22 (25.27)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	5 <b>Louis Hollaar</b>	HSA	35.29		<b>35.62</b>
	bl	6 <b>Hein Otterspeer</b>	HSB	34.36		<b>35.14</b>
		<u>Louis Hollaar</u>			<u>Hein Otterspeer</u>	
		100m 10.16 (10.16)		100m 9.98 (9.98)		
		500m 35.62 (25.46)		500m 35.14 (25.16)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	57 <b>Ties van Seumeren</b>	HA2	36.62		<b>36.61 PR</b>
	rd	29 <b>Matthieu Hollaar</b>	HN2	36.68		<b>36.31 PR</b>
		<u>Ties van Seumeren</u>			<u>Matthieu Hollaar</u>	
		100m 10.45 (10.45)		100m 10.26 (10.26)		
		500m 36.61 (26.16)		500m 36.31 (26.05)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	25	<b>Mika van Essen</b>		HSA	35.33	<b>36.08</b>	
	bl	26	<b>Rem de Hair</b>		HN4	35.46	<b>35.70</b>	
		<b>Mika van Essen</b>			<b>Rem de Hair</b>			
		100m	10.19	(10.19)	100m	9.90	(9.90)	
		500m	36.08	(25.89)	500m	35.70	(25.80)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	54	<b>Tom Egbertsen</b>		HN1	36.70	<b>36.31</b>	PR
	rd	44	<b>Swen Halferkamps</b>		HA2	36.78	<b>36.73</b>	PR
		<b>Tom Egbertsen</b>			<b>Swen Halferkamps</b>			
		100m	10.27	(10.27)	100m	10.19	(10.19)	
		500m	36.31	(26.04)	500m	36.73	(26.54)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	59	<b>Mats van den Bos</b>		HA2	36.20	<b>36.35</b>	
	bl	55	<b>Jesper van Mieghem</b>		HA2	36.91	<b>37.64</b>	
		<b>Mats van den Bos</b>			<b>Jesper van Mieghem</b>			
		100m	10.13	(10.13)	100m	10.37	(10.37)	
		500m	36.35	(26.22)	500m	37.64	(27.27)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	36	<b>Tijs van Gennip</b>		HA1	37.26	<b>37.37</b>	
	rd	86	<b>Jeroen Janissen</b>		HSA	37.64	<b>38.79</b>	
		<b>Tijs van Gennip</b>			<b>Jeroen Janissen</b>			
		100m	10.45	(10.45)	100m	10.99	(10.99)	
		500m	37.37	(26.92)	500m	38.79	(27.80)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	65	<b>Tygo Kompier</b>		HA1	37.39	<b>37.49</b>	
	bl	75	<b>Nathan Pijl</b>		HB2	37.33	<b>DQ</b>	
		<b>Tygo Kompier</b>			<b>Nathan Pijl</b>			
		100m	10.51	(10.51)				
		500m	37.49	(26.98)				

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	2	<b>Marrit Fledderus</b>		DN4	37.51	<b>38.17</b>	
	rd	1	<b>Femke Kok</b>		DN4	36.96	<b>38.28</b>	
		<b>Marrit Fledderus</b>			<b>Femke Kok</b>			
		100m	10.74	(10.74)	100m	10.56	(10.56)	
		500m	38.17	(27.43)	500m	38.28	(27.72)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	43	<b>Bryant Boogert</b>		HA2	37.06	<b>37.31</b>	
	bl	83	<b>Ruben Ligtenberg</b>		HN2	37.60	<b>37.89</b>	
		<b>Bryant Boogert</b>			<b>Ruben Ligtenberg</b>			
		100m	10.35	(10.35)	100m	10.68	(10.68)	
		500m	37.31	(26.96)	500m	37.89	(27.21)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	119	<b>Jelmer Hendriks</b>		HN2	37.69	<b>37.67</b>	PR
	rd	51	<b>Joep Stubbe</b>		HA2	37.54	<b>37.44</b>	PR
		<b>Jelmer Hendriks</b>			<b>Joep Stubbe</b>			
		100m	10.45	(10.45)	100m	10.38	(10.38)	
		500m	37.67	(27.22)	500m	37.44	(27.06)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	53	<b>Matthé Pronk</b>		HN1	37.92	<b>38.10</b>	
	bl	40	<b>Geophrey Coenraad</b>		HB2	37.96	<b>37.85</b>	PR
		<b>Matthé Pronk</b>			<b>Geophrey Coenraad</b>			
		100m	10.81	(10.81)	100m	10.40	(10.40)	
		500m	38.10	(27.29)	500m	37.85	(27.45)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	60	<b>Yoeri van Bostelen</b>		HA2	37.90	<b>38.26</b>	
	rd	47	<b>Tom Nijdam</b>		HN1	38.08	<b>38.34</b>	
		<b>Yoeri van Bostelen</b>			<b>Tom Nijdam</b>			
		100m	10.77	(10.77)	100m	10.87	(10.87)	
		500m	38.26	(27.49)	500m	38.34	(27.47)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
16	gl	46	<b>Sille Hut</b>		HA2			37.98	<b>38.35</b>	
	bl	84	<b>Jorian ten Cate</b>		HN2			37.97	<b>38.82</b>	
		<b>Sille Hut</b>			<b>Jorian ten Cate</b>					
		100m	10.64	(10.64)	100m	11.06	(11.06)			
		500m	38.35	(27.71)	500m	38.82	(27.76)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
17	wt	69	<b>Olaf Vunderink</b>		HA1			38.41	<b>39.12</b>	
	rd	81	<b>Lars Woelders</b>		HN3			38.21	<b>38.58</b>	
		<b>Olaf Vunderink</b>			<b>Lars Woelders</b>					
		100m	10.87	(10.87)	100m	10.93	(10.93)			
		500m	39.12	(28.25)	500m	38.58	(27.65)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
18	gl	24	<b>Pien Smit</b>		DN1			38.46	<b>38.75</b>	
	bl	27	<b>Ramona Westerhuis</b>		DN2			38.56	<b>39.17</b>	
		<b>Pien Smit</b>			<b>Ramona Westerhuis</b>					
		100m	10.83	(10.83)	100m	10.86	(10.86)			
		500m	38.75	(27.92)	500m	39.17	(28.31)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
19	wt	72	<b>Jack Boekema</b>		HC2			38.02	<b>38.04</b>	
	rd	61	<b>Mathijs Molenaar</b>		HA1			37.38	<b>38.33</b>	
		<b>Jack Boekema</b>			<b>Mathijs Molenaar</b>					
		100m	10.48	(10.48)	100m	10.72	(10.72)			
		500m	38.04	(27.56)	500m	38.33	(27.61)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
20	gl	71	<b>Philip Diniz</b>		HB1			38.97	<b>39.20</b>	
	bl	96	<b>Rutger Verhoeff</b>		HA1			38.76	<b>39.16</b>	
		<b>Philip Diniz</b>			<b>Rutger Verhoeff</b>					
		100m	10.94	(10.94)	100m	10.71	(10.71)			
		500m	39.20	(28.26)	500m	39.16	(28.45)			

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
21	wt	41 <b>Eise van Schijndel</b>	HA1		38.93	<b>39.20</b>	
	rd	62 <b>Jasper van der Marel</b>	HA2		39.13	<b>38.98</b>	PR
		<b>Eise van Schijndel</b>		<b>Jasper van der Marel</b>			
		100m	11.02	(11.02)	100m	10.96	(10.96)
		500m	39.20	(28.18)	500m	38.98	(28.02)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
22	gl	106 <b>Mark Ooijsaar</b>	H40		39.43	<b>43.03</b>	
	bl	42 <b>Rinse Franken</b>	HA1		38.52	<b>38.88</b>	
		<b>Mark Ooijsaar</b>		<b>Rinse Franken</b>			
		100m	12.24	(12.24)	100m	10.96	(10.96)
		500m	43.03	(30.79)	500m	38.88	(27.92)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
23	wt	20 <b>Pien Hersman</b>	DN1		38.43	<b>DNF</b>	
	rd	32 <b>Paulien Verhaar</b>	DSA		39.85	<b>41.02</b>	
		<b>Pien Hersman</b>		<b>Paulien Verhaar</b>			
		100m	10.85	(10.85)	100m	11.26	(11.26)
					500m	41.02	(29.76)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
24	gl	110 <b>Thomas van Berkel</b>	HA2		38.79	<b>39.42</b>	
	bl	70 <b>Bodhi Smeele</b>	HB2		39.74	<b>39.65</b>	PR
		<b>Thomas van Berkel</b>		<b>Bodhi Smeele</b>			
		100m	10.88	(10.88)	100m	10.95	(10.95)
		500m	39.42	(28.54)	500m	39.65	(28.70)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
25	wt	99 <b>Julian Kant</b>	HB2		39.96	<b>40.17</b>	
	rd	94 <b>Ibe Hoedeman</b>	HA1		40.47	<b>40.62</b>	
		<b>Julian Kant</b>		<b>Ibe Hoedeman</b>			
		100m	10.97	(10.97)	100m	10.98	(10.98)
		500m	40.17	(29.20)	500m	40.62	(29.64)

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
26	gl	111	<b>Daan Segers</b>		HB1			41.10		<b>DNF</b>
	bl	95	<b>Bram ten Berge</b>		HA1			39.58		<b>40.19</b>
		<b>Daan Segers</b>			<b>Bram ten Berge</b>					
		100m	11.35	(11.35)	100m	10.92	(10.92)			
		500m			500m	40.19	(29.27)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
27	wt	38	<b>Janine Garretsen</b>		DB2			41.57		<b>41.57</b> PR
	rd	67	<b>Patricia Koot</b>		DA2			41.18		<b>41.27</b>
		<b>Janine Garretsen</b>			<b>Patricia Koot</b>					
		100m	11.64	(11.64)	100m	11.60	(11.60)			
		500m	41.57	(29.93)	500m	41.27	(29.67)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
28	gl	50	<b>Sterre van Schaik</b>		DA2			40.85		<b>41.20</b>
	bl	31	<b>Esmee Visser</b>		DSA			41.42		<b>44.03</b>
		<b>Sterre van Schaik</b>			<b>Esmee Visser</b>					
		100m	11.35	(11.35)	100m	12.32	(12.32)			
		500m	41.20	(29.85)	500m	44.03	(31.71)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
29	wt	115	<b>Ramzi Coenraad</b>		HC1			41.72		<b>41.55</b> PR
	rd	101	<b>Lucas Fabrie</b>		HB1			42.05		<b>42.24</b>
		<b>Ramzi Coenraad</b>			<b>Lucas Fabrie</b>					
		100m	11.13	(11.13)	100m	11.27	(11.27)			
		500m	41.55	(30.42)	500m	42.24	(30.97)			
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
30	gl	68	<b>Elanne de Vries</b>		DA1			41.47		<b>41.69</b>
	bl	63	<b>Milou de Lange</b>		DA1			41.62		<b>41.71</b>
		<b>Elanne de Vries</b>			<b>Milou de Lange</b>					
		100m	11.52	(11.52)	100m	11.78	(11.78)			
		500m	41.69	(30.17)	500m	41.71	(29.93)			



# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
31	wt	118	<b>Esmée Brommer</b>		DN1			42.78	<b>43.05</b>		
	rd	93	<b>Lianne van Gammeren</b>		DA1			41.69	<b>41.99</b>		
		<u>Esmée Brommer</u>			<u>Lianne van Gammeren</u>						
		100m	12.02	(12.02)	100m	11.50	(11.50)				
		500m	43.05	(31.03)	500m	41.99	(30.49)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
32	gl	58	<b>Tess Postma</b>		DA2			41.50	<b>42.40</b>		
	bl	64	<b>Susanne Prins</b>		DA2			42.51	<b>WDR</b>		
		<u>Tess Postma</u>			<u>Susanne Prins</u>						
		100m	11.70	(11.70)							
		500m	42.40	(30.70)							
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
33	wt	73	<b>Fleur Smits</b>		DB2			42.14	<b>43.04</b>		
	rd	37	<b>Evi de Ruijter</b>		DB2			41.92	<b>42.75</b>		
		<u>Fleur Smits</u>			<u>Evi de Ruijter</u>						
		100m	11.86	(11.86)	100m	11.76	(11.76)				
		500m	43.04	(31.18)	500m	42.75	(30.99)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
34	gl	112	<b>Viviana Rodriguez Rojas</b>		DSB			42.94	<b>45.24</b>		
	bl	66	<b>Emma Noz</b>		DA2			42.25	<b>42.18</b>	PR	
		<u>Viviana Rodriguez Rojas</u>			<u>Emma Noz</u>						
		100m	12.57	(12.57)	100m	11.77	(11.77)				
		500m	45.24	(32.67)	500m	42.18	(30.41)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
35	wt	39	<b>Maud Biezen</b>		DB2			42.33	<b>43.59</b>		
	rd	107	<b>Sharissa Oussoren</b>		DB2			42.70	<b>43.19</b>		
		<u>Maud Biezen</u>			<u>Sharissa Oussoren</u>						
		100m	11.99	(11.99)	100m	11.83	(11.83)				
		500m	43.59	(31.60)	500m	43.19	(31.36)				

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
36	gl	74 Ilse Bierma	DB2	43.18		<b>WDR</b>
	bl	97 Sara van Leeuwen	DA1	43.90		<b>DNF</b>
		<u>Ilse Bierma</u>				<u>Sara van Leeuwen</u>

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
37	wt	117 Martha Trude Brehmer	DC1	46.26		<b>46.27</b>
	rd	98 Melle Boeijen	DB2	44.06		<b>45.31</b>
		<u>Martha Trude Brehmer</u>				<u>Melle Boeijen</u>
		100m 12.56 (12.56)		100m 12.10 (12.10)		
		500m 46.27 (33.71)		500m 45.31 (33.21)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
38	gl	116 Youssra Pals	DC2	46.22		<b>DNF</b>
	bl	113 Maud Groenen	DC2	45.30		<b>44.92 PR</b>
		<u>Youssra Pals</u>				<u>Maud Groenen</u>
		100m 12.61 (12.61)		100m 11.76 (11.76)		
				500m 44.92 (33.16)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
39	wt					
	rd					
		<u>m</u>				<u>m</u>

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	114 Laurens de Putter	HC2	43.54		<b>43.30 PR</b>
	bl					
		<u>Laurens de Putter</u>				<u>m</u>
		100m 11.79 (11.79)				
		500m 43.30 (31.51)				

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 2. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	14 Remo Slotegraaf	HN3	1	O	1:48.89		
2	83 Ruben Ligtenberg	HN2	1	I	1:51.86		
3	86 Jeroen Janissen	HSA	2	O	1:52.04		
4	84 Jorian ten Cate	HN2	2	I	1:52.08		
5	55 Jesper van Mieghem	HA2	5	I	1:52.63	PR	
6	53 Matthé Pronk	HN1	3	O	1:53.13		
7	75 Nathan Pijl	HB2	6	I	1:54.16	PR	
8	47 Tom Nijdam	HN1	6	O	1:54.98		
9	46 Silje Hut	HA2	5	O	1:55.09		
10	43 Bryant Boogert	HA2	3	I	1:56.77		
11	16 Joy Beune	DSA	4	I	1:57.25		
12	72 Jack Boekema	HC2	10	O	1:57.29	PR	
13	30 Esther Kiel	DSA	4	O	1:58.95		
14	71 Philip Diniz	HB1	7	I	2:00.38		
15	18 Jade Groenewoud	DN1	8	O	2:01.25		
16	96 Rutger Verhoeff	HA1	10	I	2:02.00		
17	95 Bram ten Berge	HA1	7	O	2:02.30	PR	
18	99 Julian Kant	HB2	9	O	2:02.45	PR	
19	32 Paulien Verhaar	DSA	11	O	2:02.54		
20	94 Ibe Hoedeman	HA1	9	I	2:03.89	PR	
21	31 Esmee Visser	DSA	8	I	2:06.53		
22	66 Emma Noz	DA2	11	I	2:06.92		
23	37 Evi de Ruijter	DB2	14	I	2:08.04		
24	63 Milou de Lange	DA1	12	I	2:09.57	PR	
25	114 Laurens de Putter	HC2	12	O	2:10.22	PR	
26	101 Lucas Fabrie	HB1	15	O	2:11.57	PR	
27	93 Lianne van Gammeren	DA1	13	O	2:11.68	PR	
28	115 Ramzi Coenraad	HC1	13	I	2:12.31	PR	
29	73 Fleur Smits	DB2	15	I	2:14.76		
30	97 Sara van Leeuwen	DA1	14	O	2:19.37	PR	
31	98 Melle Boeijen	DB2	16	I	2:20.78		
32	113 Maud Groenen	DC2	17	O	2:20.87	PR	
33	117 Martha Trude Brehmer	DC1	16	O	2:22.25	PR	
34	116 Youssra Pals	DC2	17	I	2:29.52		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 2. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	83	<b>Ruben Ligtenberg</b>		HN2		1:50.86	<b>1:51.86</b>	
	rd	14	<b>Remo Slotegraaf</b>		HN3		1:47.15	<b>1:48.89</b>	
		<b>Ruben Ligtenberg</b>			<b>Remo Slotegraaf</b>				
		300m	25.13	(25.13)	300m	24.93	(24.93)		
		700m	52.47	(27.34)	700m	51.74	(26.81)		
		1100m	1:21.23	(28.76)	1100m	1:19.66	(27.92)		
		1500m	1:51.86	(30.63)	1500m	1:48.89	(29.23)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	84	<b>Jorian ten Cate</b>		HN2		1:52.04	<b>1:52.08</b>	
	bl	86	<b>Jeroen Janissen</b>		HSA		1:49.06	<b>1:52.04</b>	
		<b>Jorian ten Cate</b>			<b>Jeroen Janissen</b>				
		300m	25.45	(25.45)	300m	25.45	(25.45)		
		700m	53.09	(27.64)	700m	53.20	(27.75)		
		1100m	1:21.84	(28.75)	1100m	1:22.09	(28.89)		
		1500m	1:52.08	(30.24)	1500m	1:52.04	(29.95)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	43	<b>Bryant Boogert</b>		HA2		1:55.67	<b>1:56.77</b>	
	rd	53	<b>Matthé Pronk</b>		HN1		1:52.10	<b>1:53.13</b>	
		<b>Bryant Boogert</b>			<b>Matthé Pronk</b>				
		300m	24.11	(24.11)	300m	24.91	(24.91)		
		700m	52.02	(27.91)	700m	52.24	(27.33)		
		1100m	1:22.71	(30.69)	1100m	1:21.68	(29.44)		
		1500m	1:56.77	(34.06)	1500m	1:53.13	(31.45)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	16	<b>Joy Beune</b>		DSA		1:52.78	<b>1:57.25</b>	
	bl	30	<b>Esther Kiel</b>		DSA		1:57.69	<b>1:58.95</b>	
		<b>Joy Beune</b>			<b>Esther Kiel</b>				
		300m	26.84	(26.84)	300m	26.59	(26.59)		
		700m	55.40	(28.56)	700m	55.59	(29.00)		
		1100m	1:25.47	(30.07)	1100m	1:26.19	(30.60)		
		1500m	1:57.25	(31.78)	1500m	1:58.95	(32.76)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	55	<b>Jesper van Mieghem</b>		HA2	1:56.48	<b>1:52.63</b>	PR
	rd	46	<b>Sille Hut</b>		HA2	1:52.56	<b>1:55.09</b>	
		<u>Jesper van Mieghem</u>			<u>Sille Hut</u>			
		300m	24.34	(24.34)	300m	24.95	(24.95)	
		700m	51.50	(27.16)	700m	52.83	(27.88)	
		1100m	1:20.77	(29.27)	1100m	1:22.64	(29.81)	
		1500m	1:52.63	(31.86)	1500m	1:55.09	(32.45)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	75	<b>Nathan Pijl</b>		HB2	1:56.01	<b>1:54.16</b>	PR
	bl	47	<b>Tom Nijdam</b>		HN1	1:54.25	<b>1:54.98</b>	
		<u>Nathan Pijl</u>			<u>Tom Nijdam</u>			
		300m	24.73	(24.73)	300m	25.08	(25.08)	
		700m	52.64	(27.91)	700m	52.81	(27.73)	
		1100m	1:22.31	(29.67)	1100m	1:22.70	(29.89)	
		1500m	1:54.16	(31.85)	1500m	1:54.98	(32.28)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	71	<b>Philip Diniz</b>		HB1	1:58.10	<b>2:00.38</b>	
	rd	95	<b>Bram ten Berge</b>		HA1	2:04.50	<b>2:02.30</b>	PR
		<u>Philip Diniz</u>			<u>Bram ten Berge</u>			
		300m	26.15	(26.15)	300m	26.17	(26.17)	
		700m	55.62	(29.47)	700m	56.98	(30.81)	
		1100m	1:26.96	(31.34)	1100m	1:28.96	(31.98)	
		1500m	2:00.38	(33.42)	1500m	2:02.30	(33.34)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	31	<b>Esmee Visser</b>		DSA	1:57.69	<b>2:06.53</b>	
	bl	18	<b>Jade Groenewoud</b>		DN1	1:58.16	<b>2:01.25</b>	
		<u>Esmee Visser</u>			<u>Jade Groenewoud</u>			
		300m	28.98	(28.98)	300m	27.44	(27.44)	
		700m	1:00.89	(31.91)	700m	57.63	(30.19)	
		1100m	1:33.31	(32.42)	1100m	1:28.80	(31.17)	
		1500m	2:06.53	(33.22)	1500m	2:01.25	(32.45)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	94	<b>Ibe Hoedeman</b>		HA1	2:05.21	<b>2:03.89</b>	PR
	rd	99	<b>Julian Kant</b>		HB2	2:03.20	<b>2:02.45</b>	PR
		<b>Ibe Hoedeman</b>			<b>Julian Kant</b>			
		300m	26.35	(26.35)	300m	27.06	(27.06)	
		700m	56.92	(30.57)	700m	57.48	(30.42)	
		1100m	1:28.90	(31.98)	1100m	1:29.45	(31.97)	
		1500m	2:03.89	(34.99)	1500m	2:02.45	(33.00)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	96	<b>Rutger Verhoeff</b>		HA1	2:01.22	<b>2:02.00</b>	
	bl	72	<b>Jack Boekema</b>		HC2	2:02.25	<b>1:57.29</b>	PR
		<b>Rutger Verhoeff</b>			<b>Jack Boekema</b>			
		300m	25.73	(25.73)	300m	24.69	(24.69)	
		700m	54.87	(29.14)	700m	52.79	(28.10)	
		1100m	1:27.01	(32.14)	1100m	1:23.71	(30.92)	
		1500m	2:02.00	(34.99)	1500m	1:57.29	(33.58)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	66	<b>Emma Noz</b>		DA2	2:06.88	<b>2:06.92</b>	
	rd	32	<b>Paulien Verhaar</b>		DSA	1:58.69	<b>2:02.54</b>	
		<b>Emma Noz</b>			<b>Paulien Verhaar</b>			
		300m	27.69	(27.69)	300m	27.05	(27.05)	
		700m	58.04	(30.35)	700m	57.15	(30.10)	
		1100m	1:31.01	(32.97)	1100m	1:29.07	(31.92)	
		1500m	2:06.92	(35.91)	1500m	2:02.54	(33.47)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	63	<b>Milou de Lange</b>		DA1	2:10.11	<b>2:09.57</b>	PR
	bl	114	<b>Laurens de Putter</b>		HC2	2:23.26	<b>2:10.22</b>	PR
		<b>Milou de Lange</b>			<b>Laurens de Putter</b>			
		300m	28.54	(28.54)	300m	28.69	(28.69)	
		700m	1:00.78	(32.24)	700m	1:00.93	(32.24)	
		1100m	1:34.53	(33.75)	1100m	1:35.10	(34.17)	
		1500m	2:09.57	(35.04)	1500m	2:10.22	(35.12)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	115 <b>Ramzi Coenraad</b>	HC1	2:24.76	<b>2:12.31</b>	PR
	rd	93 <b>Lianne van Gammeren</b>	DA1	2:12.26	<b>2:11.68</b>	PR
		<b>Ramzi Coenraad</b>			<b>Lianne van Gammeren</b>	
		300m 27.78 (27.78)		300m 28.33 (28.33)		
		700m 1:01.82 (34.04)		700m 1:01.68 (33.35)		
		1100m 1:36.83 (35.01)		1100m 1:36.54 (34.86)		
		1500m 2:12.31 (35.48)		1500m 2:11.68 (35.14)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	37 <b>Evi de Ruijter</b>	DB2	2:05.46	<b>2:08.04</b>	
	bl	97 <b>Sara van Leeuwen</b>	DA1	2:24.98	<b>2:19.37</b>	PR
		<b>Evi de Ruijter</b>			<b>Sara van Leeuwen</b>	
		300m 28.16 (28.16)		300m 28.77 (28.77)		
		700m 59.98 (31.82)		700m 1:02.49 (33.72)		
		1100m 1:33.38 (33.40)		1100m 1:39.34 (36.85)		
		1500m 2:08.04 (34.66)		1500m 2:19.37 (40.03)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	73 <b>Fleur Smits</b>	DB2	2:13.20	<b>2:14.76</b>	
	rd	101 <b>Lucas Fabrie</b>	HB1	2:17.39	<b>2:11.57</b>	PR
		<b>Fleur Smits</b>			<b>Lucas Fabrie</b>	
		300m 28.22 (28.22)		300m 27.39 (27.39)		
		700m 1:01.04 (32.82)		700m 1:00.51 (33.12)		
		1100m 1:36.41 (35.37)		1100m 1:35.46 (34.95)		
		1500m 2:14.76 (38.35)		1500m 2:11.57 (36.11)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	98 <b>Melle Boeijen</b>	DB2	2:19.33	<b>2:20.78</b>	
	bl	117 <b>Martha Trude Brehmer</b>	DC1	2:29.58	<b>2:22.25</b>	PR
		<b>Melle Boeijen</b>			<b>Martha Trude Brehmer</b>	
		300m 29.51 (29.51)		300m 30.29 (30.29)		
		700m 1:04.43 (34.92)		700m 1:05.79 (35.50)		
		1100m 1:42.13 (37.70)		1100m 1:43.89 (38.10)		
		1500m 2:20.78 (38.65)		1500m 2:22.25 (38.36)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
17	wt	116	<b>Youssra Pals</b>		DC2			2:29.04	<b>2:29.52</b>
	rd	113	<b>Maud Groenen</b>		DC2			2:27.63	<b>2:20.87</b> PR
		<b>Youssra Pals</b>				<b>Maud Groenen</b>			
		300m	30.16	(30.16)		300m	29.02	(29.02)	
		700m	1:06.64	(36.48)		700m	1:04.66	(35.64)	
		1100m	1:46.84	(40.20)		1100m	1:42.21	(37.55)	
		1500m	2:29.52	(42.68)		1500m	2:20.87	(38.66)	



# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 3. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	8 Kjeld Nuis	HSB	1	I	1:08.52		
2	5 Louis Hollaar	HSA	2	O	1:09.50		
3	3 Wesly Dijs	HSA	2	I	1:09.97		
4	4 Janno Botman	HSA	1	O	1:10.02		
5	9 Stefan Westenbroek	HN3	3	I	1:10.03		
6	21 Gijs Esders	HSB	3	O	1:10.06		
7	23 Armand Broos	HN4	4	O	1:11.42		
8	57 Ties van Seumeren	HA2	6	O	1:12.09	PR	
9	54 Tom Egbertsen	HN1	5	O	1:13.19		
10	103 Ward Dielissen	HA2	6	I	1:13.52		
11	51 Joep Stubbe	HA2	7	O	1:13.62	PR	
12	65 Tygo Kompier	HA1	8	I	1:13.83	PR	
13	60 Yoeri van Bostelen	HA2	7	I	1:14.37	PR	
14	119 Jelmer Hendriks	HN2	4	I	1:16.24		
15	61 Mathijs Molenaar	HA1	9	I	1:16.49		
16	1 Femke Kok	DN4	5	I	1:16.80		
17	70 Bodhi Smeele	HB2	9	O	1:17.27	PR	
18	67 Patricia Koot	DA2	11	I	1:21.79		
19	50 Sterre van Schaik	DA2	11	O	1:24.24		
20	58 Tess Postma	DA2	12	O	1:24.82		
21	68 Elanne de Vries	DA1	13	I	1:25.05		
22	112 Viviana Rodriguez Rojas	DSB	13	O	1:30.30		
	27 Ramona Westerhuis	DN2	10	I	DNF		
	2 Marrit Fledderus	DN4	10	O	DNF		
	59 Mats van den Bos	HA2	8	O	DNS		
	20 Pien Hersman	DN1			WDR		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 3. Rituitslag 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	8	<b>Kjeld Nuis</b>		HSB		1:06.18	<b>1:08.52</b>	
	rd	4	<b>Janno Botman</b>		HSA		1:08.06	<b>1:10.02</b>	
		<b>Kjeld Nuis</b>			<b>Janno Botman</b>				
		200m	16.63	(16.63)	200m	16.70	(16.70)		
		600m	41.96	(25.33)	600m	42.20	(25.50)		
		1000m	1:08.52	(26.56)	1000m	1:10.02	(27.82)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	3	<b>Wesly Dijs</b>		HSA		1:07.86	<b>1:09.97</b>	
	bl	5	<b>Louis Hollaar</b>		HSA		1:08.43	<b>1:09.50</b>	
		<b>Wesly Dijs</b>			<b>Louis Hollaar</b>				
		200m	17.06	(17.06)	200m	17.01	(17.01)		
		600m	42.61	(25.55)	600m	42.52	(25.51)		
		1000m	1:09.97	(27.36)	1000m	1:09.50	(26.98)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	9	<b>Stefan Westenbroek</b>		HN3		1:09.31	<b>1:10.03</b>	
	rd	21	<b>Gijs Esders</b>		HSB		1:08.67	<b>1:10.06</b>	
		<b>Stefan Westenbroek</b>			<b>Gijs Esders</b>				
		200m	16.55	(16.55)	200m	16.91	(16.91)		
		600m	42.08	(25.53)	600m	42.41	(25.50)		
		1000m	1:10.03	(27.95)	1000m	1:10.06	(27.65)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	119	<b>Jelmer Hendriks</b>		HN2		1:15.48	<b>1:16.24</b>	
	bl	23	<b>Armand Broos</b>		HN4		1:09.86	<b>1:11.42</b>	
		<b>Jelmer Hendriks</b>			<b>Armand Broos</b>				
		200m	18.13	(18.13)	200m	16.87	(16.87)		
		600m	45.73	(27.60)	600m	42.73	(25.86)		
		1000m	1:16.24	(30.51)	1000m	1:11.42	(28.69)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	1	<b>Femke Kok</b>		DN4		1:12.87	<b>1:16.80</b>	
	rd	54	<b>Tom Egbertsen</b>		HN1		1:12.46	<b>1:13.19</b>	
		<b>Femke Kok</b>			<b>Tom Egbertsen</b>				
		200m	17.92	(17.92)	200m	17.61	(17.61)		
		600m	45.83	(27.91)	600m	44.21	(26.60)		
		1000m	1:16.80	(30.97)	1000m	1:13.19	(28.98)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	103	<b>Ward Dielissen</b>		HA2		1:12.56	<b>1:13.52</b>	
	bl	57	<b>Ties van Seumeren</b>		HA2		1:14.07	<b>1:12.09</b>	PR
		<b>Ward Dielissen</b>			<b>Ties van Seumeren</b>				
		200m	16.92	(16.92)	200m	17.64	(17.64)		
		600m	43.26	(26.34)	600m	43.96	(26.32)		
		1000m	1:13.52	(30.26)	1000m	1:12.09	(28.13)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	60	<b>Yoeri van Bostelen</b>		HA2		1:15.22	<b>1:14.37</b>	PR
	rd	51	<b>Joep Stubbe</b>		HA2		1:14.44	<b>1:13.62</b>	PR
		<b>Yoeri van Bostelen</b>			<b>Joep Stubbe</b>				
		200m	17.80	(17.80)	200m	17.48	(17.48)		
		600m	45.07	(27.27)	600m	44.40	(26.92)		
		1000m	1:14.37	(29.30)	1000m	1:13.62	(29.22)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	65	<b>Tygo Kompier</b>		HA1		1:16.19	<b>1:13.83</b>	PR
	bl	59	<b>Mats van den Bos</b>		HA2		1:12.70	<b>DNS</b>	
		<b>Tygo Kompier</b>			<b>Mats van den Bos</b>				
		200m	17.61	(17.61)					
		600m	44.78	(27.17)					
		1000m	1:13.83	(29.05)					

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
9	wt	61	<b>Mathijs Molenaar</b>		HA1		1:16.39	<b>1:16.49</b>	
	rd	70	<b>Bodhi Smeele</b>		HB2		1:17.71	<b>1:17.27</b>	PR
		<b>Mathijs Molenaar</b>			<b>Bodhi Smeele</b>				
		200m	17.91	(17.91)	200m	18.42	(18.42)		
		600m	45.94	(28.03)	600m	46.96	(28.54)		
		1000m	1:16.49	(30.55)	1000m	1:17.27	(30.31)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
10	gl	27	<b>Ramona Westerhuis</b>		DN2		1:17.80	<b>DNF</b>	
	bl	2	<b>Marrit Fledderus</b>		DN4		1:14.56	<b>DNF</b>	
		<b>Ramona Westerhuis</b>			<b>Marrit Fledderus</b>				
		200m	18.26	(18.26)	200m	18.04	(18.04)		
		600m	46.84	(28.58)	600m	45.46	(27.42)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
11	wt	67	<b>Patricia Koot</b>		DA2		1:21.17	<b>1:21.79</b>	
	rd	50	<b>Sterre van Schaik</b>		DA2		1:23.52	<b>1:24.24</b>	
		<b>Patricia Koot</b>			<b>Sterre van Schaik</b>				
		200m	19.77	(19.77)	200m	19.76	(19.76)		
		600m	49.66	(29.89)	600m	50.47	(30.71)		
		1000m	1:21.79	(32.13)	1000m	1:24.24	(33.77)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
12	gl	20	<b>Pien Hersman</b>		DN1		1:18.06	<b>WDR</b>	
	bl	58	<b>Tess Postma</b>		DA2		1:22.96	<b>1:24.82</b>	
		<b>Pien Hersman</b>			<b>Tess Postma</b>				
		200m	19.76	(19.76)	200m	19.76	(19.76)		
		600m	50.55	(30.79)	600m	50.55	(30.79)		
		1000m	1:24.82	(34.27)	1000m	1:24.82	(34.27)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
13	wt	68	<b>Elanne de Vries</b>		DA1		1:23.07	<b>1:25.05</b>	
	rd	112	<b>Viviana Rodriguez Rojas</b>		DSB		1:27.56	<b>1:30.30</b>	
		<b>Elanne de Vries</b>			<b>Viviana Rodriguez Rojas</b>				
		200m	19.50	(19.50)	200m	21.62	(21.62)		
		600m	50.56	(31.06)	600m	54.89	(33.27)		
		1000m	1:25.05	(34.49)	1000m	1:30.30	(35.41)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 4. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	12 Patrick Roest	HSA	1	O	6:15.43		
2	13 Marcel Bosker	HSA	2	I	6:20.96		
3	15 Lex Dijkstra	HSA	1	I	6:25.26		
4	19 Stijn van de Bunt	HN1	2	O	6:28.75	PR	
5	79 Jan Hamers	HSA	6	O	6:32.67	PR	
6	90 Daan Berkhout	HN2	3	O	6:40.93	HT	
7	80 Christian Haasjes	HN3	10	O	6:44.56		
8	76 Indra Médard	HSA	8	I	6:44.91	PR	
9	91 Joost de Jong	HN3	6	I	6:46.21	PR	
10	120 Chiel Smit	HSA	10	I	6:48.67	PR	
11	56 Chris Brommersma	HA2	8	O	6:56.31		
12	28 Sanne in 't Hof	DSA	4	I	6:56.51	HT	
13	106 Mark Ooijevaar	H40	5	I	6:57.24		
14	108 Menno Mudde	HSA	7	I	7:14.42	PR	
15	89 Eline Jansen	DN3	4	O	7:15.37		
16	109 Jens Klootwijk	HN1	7	O	7:26.62	PR	
	77 Klaas Poortinga	HN4	5	O	DQ		
	88 Arjen van Damme	HN2	3	I	DNS		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 4. Rituitslag 5000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	15	<b>Lex Dijkstra</b>		HSA		6:19.79	<b>6:25.26</b>	
	rd	12	<b>Patrick Roest</b>		HSA		6:03.70	<b>6:15.43</b>	
		<b>Lex Dijkstra</b>			<b>Patrick Roest</b>				
		200m	19.09	(19.09)	200m	19.09	(19.09)		
		600m	49.58	(30.49)	600m	48.53	(29.44)		
		1000m	1:20.03	(30.45)	1000m	1:18.30	(29.77)		
		1400m	1:50.38	(30.35)	1400m	1:47.92	(29.62)		
		1800m	2:20.47	(30.09)	1800m	2:17.72	(29.80)		
		2200m	2:50.74	(30.27)	2200m	2:47.25	(29.53)		
		2600m	3:20.95	(30.21)	2600m	3:16.88	(29.63)		
		3000m	3:51.28	(30.33)	3000m	3:46.37	(29.49)		
		3400m	4:21.64	(30.36)	3400m	4:15.99	(29.62)		
		3800m	4:52.25	(30.61)	3800m	4:45.59	(29.60)		
		4200m	5:23.10	(30.85)	4200m	5:15.36	(29.77)		
		4600m	5:54.13	(31.03)	4600m	5:45.21	(29.85)		
		5000m	6:25.26	(31.13)	5000m	6:15.43	(30.22)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	13	<b>Marcel Bosker</b>		HSA		6:08.90	<b>6:20.96</b>	
	bl	19	<b>Stijn van de Bunt</b>		HN1		6:34.14	<b>6:28.75</b>	PR
		<b>Marcel Bosker</b>			<b>Stijn van de Bunt</b>				
		200m	19.57	(19.57)	200m	19.66	(19.66)		
		600m	50.23	(30.66)	600m	49.64	(29.98)		
		1000m	1:20.64	(30.41)	1000m	1:19.71	(30.07)		
		1400m	1:50.32	(29.68)	1400m	1:49.92	(30.21)		
		1800m	2:20.47	(30.15)	1800m	2:20.26	(30.34)		
		2200m	2:50.77	(30.30)	2200m	2:50.41	(30.15)		
		2600m	3:20.85	(30.08)	2600m	3:20.78	(30.37)		
		3000m	3:51.07	(30.22)	3000m	3:51.40	(30.62)		
		3400m	4:21.03	(29.96)	3400m	4:22.13	(30.73)		
		3800m	4:50.98	(29.95)	3800m	4:53.14	(31.01)		
		4200m	5:21.17	(30.19)	4200m	5:24.59	(31.45)		
		4600m	5:51.20	(30.03)	4600m	5:56.45	(31.86)		
		5000m	6:20.96	(29.76)	5000m	6:28.75	(32.30)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	88 Arjen van Damme			HN2	6:48.69		<b>DNS</b>
	rd	90 Daan Berkhout			HN2	6:43.05		<b>6:40.93</b> HT
		<u>Arjen van Damme</u>			<u>Daan Berkhout</u>			
		200m	37.95	(37.95)	200m	18.94	(18.94)	
					600m	49.84	(30.90)	
					1000m	1:21.06	(31.22)	
					1400m	1:51.81	(30.75)	
					1800m	2:22.56	(30.75)	
					2200m	2:53.68	(31.12)	
					2600m	3:25.22	(31.54)	
					3000m	3:57.10	(31.88)	
					3400m	4:28.98	(31.88)	
					3800m	5:01.24	(32.26)	
					4200m	5:34.36	(33.12)	
					4600m	6:07.72	(33.36)	
					5000m	6:40.93	(33.21)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	28 Sanne in 't Hof			DSA	6:47.28		<b>6:56.51</b> HT
	bl	89 Eline Jansen			DN3	7:11.99		<b>7:15.37</b>
		<u>Sanne in 't Hof</u>			<u>Eline Jansen</u>			
		200m	21.09	(21.09)	200m	21.43	(21.43)	
		600m	53.45	(32.36)	600m	54.52	(33.09)	
		1000m	1:26.81	(33.36)	1000m	1:26.77	(32.25)	
		1400m	2:00.41	(33.60)	1400m	2:02.13	(35.36)	
		1800m	2:33.98	(33.57)	1800m	2:36.06	(33.93)	
		2200m	3:07.48	(33.50)	2200m	3:09.88	(33.82)	
		2600m	3:40.63	(33.15)	2600m	3:44.05	(34.17)	
		3000m	4:13.04	(32.41)	3000m	4:18.45	(34.40)	
		3400m	4:45.51	(32.47)	3400m	4:53.18	(34.73)	
		3800m	5:18.01	(32.50)	3800m	5:28.19	(35.01)	
		4200m	5:50.41	(32.40)	4200m	6:03.55	(35.36)	
		4600m	6:23.31	(32.90)	4600m	6:39.23	(35.68)	
		5000m	6:56.51	(33.20)	5000m	7:15.37	(36.14)	



# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	106 <b>Mark Ooijevaar</b>	H40	6:24.56	<b>6:57.24</b>	
	rd	77 <b>Klaas Poortinga</b>	HN4	7:00.43	<b>DQ</b>	
<b>Mark Ooijevaar</b>			<b>Klaas Poortinga</b>			
		200m	21.47 (21.47)			
		600m	53.69 (32.22)			
		1000m	1:26.16 (32.47)			
		1400m	1:58.94 (32.78)			
		1800m	2:31.66 (32.72)			
		2200m	3:04.66 (33.00)			
		2600m	3:37.75 (33.09)			
		3000m	4:11.01 (33.26)			
		3400m	4:44.30 (33.29)			
		3800m	5:17.55 (33.25)			
		4200m	5:50.68 (33.13)			
		4600m	6:23.89 (33.21)			
		5000m	6:57.24 (33.35)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	91 <b>Joost de Jong</b>	HN3	6:50.20	<b>6:46.21</b>	PR
	bl	79 <b>Jan Hamers</b>	HSA	6:49.56	<b>6:32.67</b>	PR
<b>Joost de Jong</b>			<b>Jan Hamers</b>			
		200m	19.47 (19.47)	200m	19.56 (19.56)	
		600m	50.52 (31.05)	600m	49.77 (30.21)	
		1000m	1:21.73 (31.21)	1000m	1:21.24 (31.47)	
		1400m	1:53.18 (31.45)	1400m	1:52.28 (31.04)	
		1800m	2:24.87 (31.69)	1800m	2:23.31 (31.03)	
		2200m	2:56.57 (31.70)	2200m	2:54.25 (30.94)	
		2600m	3:28.82 (32.25)	2600m	3:25.06 (30.81)	
		3000m	4:01.21 (32.39)	3000m	3:56.06 (31.00)	
		3400m	4:33.93 (32.72)	3400m	4:27.08 (31.02)	
		3800m	5:06.92 (32.99)	3800m	4:58.13 (31.05)	
		4200m	5:40.03 (33.11)	4200m	5:29.64 (31.51)	
		4600m	6:13.19 (33.16)	4600m	6:01.13 (31.49)	
		5000m	6:46.21 (33.02)	5000m	6:32.67 (31.54)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	108	<b>Menno Mudde</b>		HSA	7:16.32	<b>7:14.42</b>	PR
	rd	109	<b>Jens Klootwijk</b>		HN1	7:30.68	<b>7:26.62</b>	PR
		<b>Menno Mudde</b>			<b>Jens Klootwijk</b>			
		200m	20.52	(20.52)	200m	21.01	(21.01)	
		600m	53.81	(33.29)	600m	55.24	(34.23)	
		1000m	1:28.13	(34.32)	1000m	1:29.70	(34.46)	
		1400m	2:02.01	(33.88)	1400m	2:04.71	(35.01)	
		1800m	2:36.25	(34.24)	1800m	2:39.84	(35.13)	
		2200m	3:10.96	(34.71)	2200m	3:15.39	(35.55)	
		2600m	3:46.04	(35.08)	2600m	3:51.30	(35.91)	
		3000m	4:19.66	(33.62)	3000m	4:26.83	(35.53)	
		3400m	4:54.67	(35.01)	3400m	5:01.83	(35.00)	
		3800m	5:29.21	(34.54)	3800m	5:37.42	(35.59)	
		4200m	6:04.00	(34.79)	4200m	6:13.53	(36.11)	
		4600m	6:39.52	(35.52)	4600m	6:49.89	(36.36)	
		5000m	7:14.42	(34.90)	5000m	7:26.62	(36.73)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	76	<b>Indra Médard</b>		HSA	7:14.73	<b>6:44.91</b>	PR
	bl	56	<b>Chris Brommersma</b>		HA2		<b>6:56.31</b>	
		<b>Indra Médard</b>			<b>Chris Brommersma</b>			
		200m	20.31	(20.31)	200m	22.04	(22.04)	
		600m	52.15	(31.84)	600m	54.68	(32.64)	
		1000m	1:24.25	(32.10)	1000m	1:26.49	(31.81)	
		1400m	1:55.77	(31.52)	1400m	1:58.57	(32.08)	
		1800m	2:27.25	(31.48)	1800m	2:30.75	(32.18)	
		2200m	2:58.89	(31.64)	2200m	3:03.11	(32.36)	
		2600m	3:30.54	(31.65)	2600m	3:35.17	(32.06)	
		3000m	4:02.78	(32.24)	3000m	4:07.27	(32.10)	
		3400m	4:33.74	(30.96)	3400m	4:39.74	(32.47)	
		3800m	5:06.12	(32.38)	3800m	5:12.83	(33.09)	
		4200m	5:38.98	(32.86)	4200m	5:46.63	(33.80)	
		4600m	6:12.21	(33.23)	4600m	6:20.96	(34.33)	
		5000m	6:44.91	(32.70)	5000m	6:56.31	(35.35)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt rd				
	m				
		m			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl bl	120 80	<b>Chiel Smit</b> <b>Christian Haasjes</b>	HSA HN3	6:49.10 <b>6:48.67</b> PR <b>6:44.56</b>

## Chiel Smit

200m	19.64	(19.64)
600m	50.79	(31.15)
1000m	1:22.57	(31.78)
1400m	1:54.45	(31.88)
1800m	2:26.25	(31.80)
2200m	2:58.11	(31.86)
2600m	3:30.26	(32.15)
3000m	4:02.86	(32.60)
3400m	4:35.55	(32.69)
3800m	5:08.78	(33.23)
4200m	5:41.99	(33.21)
4600m	6:15.29	(33.30)
5000m	6:48.67	(33.38)

## Christian Haasjes

200m	20.17	(20.17)
600m	51.38	(31.21)
1000m	1:23.29	(31.91)
1400m	1:55.09	(31.80)
1800m	2:27.54	(32.45)
2200m	2:59.06	(31.52)
2600m	3:31.10	(32.04)
3000m	4:03.17	(32.07)
3400m	4:35.57	(32.40)
3800m	5:07.95	(32.38)
4200m	5:40.79	(32.84)
4600m	6:12.80	(32.01)
5000m	6:44.56	(31.76)

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 5. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	87 Yves Vergeer	HN4	1	I	3:48.81		
2	82 Stefan Wolffenbuttel	HSB	5	O	3:54.25	PR	
3	33 Joël Bom	HA2	2	O	3:54.63	PR	
4	81 Lars Woelders	HN3	1	O	3:55.18		
5	62 Jasper van der Marel	HA2	4	O	3:56.65	PR	
6	85 Wisse Slendebroek	HA2	2	I	3:58.08		
7	69 Olaf Vunderink	HA1	5	I	4:00.69	PR	
8	36 Tijs van Gennip	HA1	7	I	4:00.75	PR	
9	41 Eise van Schijndel	HA1	7	O	4:02.31	HT PR	
10	42 Rinse Franken	HA1	6	O	4:02.48	PR	
11	110 Thomas van Berkel	HA2	3	I	4:03.69		
12	35 Niels de Kruijk	HA1	3	O	4:04.58		
13	52 Yanick de Hoogd	HA2	6	I	4:05.08	PR	
14	40 Geophrey Coenraad	HB2	8	O	4:12.05		
15	17 Robin Groot	DN4	4	I	4:14.43		
16	49 Sofia Schilder	DA1	8	I	4:21.58	PR	
17	48 Veerle van Koppen	DN1	9	I	4:22.34	PR	
18	34 Lotte Groenen	DA2	10	O	4:26.71		
19	111 Daan Segers	HB1	9	O	4:28.06	PR	
20	121 Lars Mans	HB1	13	I	4:31.07	PR	
21	39 Maud Biezen	DB2	10	I	4:33.56	PR	
22	45 Jasmijn Veenhuis	DB2	11	I	4:34.01	PR	
23	118 Esmée Brommer	DN1	12	O	4:34.63		
24	104 Quinty van Klink	DN4	11	O	4:49.07		
25	38 Janine Garretsen	DB2	13	O	4:49.10		
26	92 Bo Mengerink	DA2	12	I	4:54.22		
	102 Jasper Krommenhoek	HN1				WDR	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

## 5. Rituitslag 3000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	87	<b>Yves Vergeer</b>		HN4		3:44.38	<b>3:48.81</b>	
	rd	81	<b>Lars Woelders</b>		HN3		3:49.32	<b>3:55.18</b>	
		<b>Yves Vergeer</b>			<b>Lars Woelders</b>				
		200m	19.08	(19.08)	200m	19.41	(19.41)		
		600m	48.41	(29.33)	600m	48.84	(29.43)		
		1000m	1:17.70	(29.29)	1000m	1:18.25	(29.41)		
		1400m	1:47.45	(29.75)	1400m	1:48.12	(29.87)		
		1800m	2:17.26	(29.81)	1800m	2:19.13	(31.01)		
		2200m	2:47.31	(30.05)	2200m	2:50.31	(31.18)		
		2600m	3:17.67	(30.36)	2600m	3:22.49	(32.18)		
		3000m	3:48.81	(31.14)	3000m	3:55.18	(32.69)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	85	<b>Wisse Slendebroek</b>		HA2		3:57.82	<b>3:58.08</b>	
	bl	33	<b>Joël Bom</b>		HA2		3:57.11	<b>3:54.63</b>	PR
		<b>Wisse Slendebroek</b>			<b>Joël Bom</b>				
		200m	20.00	(20.00)	200m	19.63	(19.63)		
		600m	50.64	(30.64)	600m	49.77	(30.14)		
		1000m	1:21.62	(30.98)	1000m	1:19.94	(30.17)		
		1400m	1:52.85	(31.23)	1400m	1:50.12	(30.18)		
		1800m	2:24.00	(31.15)	1800m	2:20.70	(30.58)		
		2200m	2:55.21	(31.21)	2200m	2:51.32	(30.62)		
		2600m	3:26.56	(31.35)	2600m	3:22.57	(31.25)		
		3000m	3:58.08	(31.52)	3000m	3:54.63	(32.06)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	110	<b>Thomas van Berkel</b>		HA2			4:02.38	<b>4:03.69</b>
	rd	35	<b>Niels de Kruijk</b>		HA1			4:01.56	<b>4:04.58</b>
		<b>Thomas van Berkel</b>				<b>Niels de Kruijk</b>			
		200m	19.38	(19.38)		200m	18.75	(18.75)	
		600m	50.72	(31.34)		600m	48.60	(29.85)	
		1000m	1:22.41	(31.69)		1000m	1:18.76	(30.16)	
		1400m	1:54.27	(31.86)		1400m	1:49.83	(31.07)	
		1800m	2:26.09	(31.82)		1800m	2:22.10	(32.27)	
		2200m	2:58.15	(32.06)		2200m	2:55.93	(33.83)	
		2600m	3:30.66	(32.51)		2600m	3:30.14	(34.21)	
		3000m	4:03.69	(33.03)		3000m	4:04.58	(34.44)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	17	<b>Robin Groot</b>		DN4			4:04.38	<b>4:14.43</b>
	bl	62	<b>Jasper van der Marel</b>		HA2			3:56.81	<b>3:56.65</b> PR
		<b>Robin Groot</b>				<b>Jasper van der Marel</b>			
		200m	20.31	(20.31)		200m	19.55	(19.55)	
		600m	51.98	(31.67)		600m	49.48	(29.93)	
		1000m	1:24.02	(32.04)		1000m	1:19.48	(30.00)	
		1400m	1:56.70	(32.68)		1400m	1:49.79	(30.31)	
		1800m	2:30.08	(33.38)		1800m	2:20.81	(31.02)	
		2200m	3:04.20	(34.12)		2200m	2:52.45	(31.64)	
		2600m	3:39.05	(34.85)		2600m	3:24.39	(31.94)	
		3000m	4:14.43	(35.38)		3000m	3:56.65	(32.26)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	69	<b>Olaf Vunderink</b>		HA1		4:05.79	<b>4:00.69</b>	PR
	rd	82	<b>Stefan Wolffenbuttel</b>		HSB		4:03.73	<b>3:54.25</b>	PR
		<b>Olaf Vunderink</b>			<b>Stefan Wolffenbuttel</b>				
		200m	19.86	(19.86)	200m	20.21	(20.21)		
		600m	50.14	(30.28)	600m	50.32	(30.11)		
		1000m	1:20.63	(30.49)	1000m	1:20.70	(30.38)		
		1400m	1:51.62	(30.99)	1400m	1:51.14	(30.44)		
		1800m	2:23.21	(31.59)	1800m	2:21.80	(30.66)		
		2200m	2:55.08	(31.87)	2200m	2:52.48	(30.68)		
		2600m	3:27.47	(32.39)	2600m	3:23.13	(30.65)		
		3000m	4:00.69	(33.22)	3000m	3:54.25	(31.12)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	52	<b>Yanick de Hoogd</b>		HA2		4:08.81	<b>4:05.08</b>	PR
	bl	42	<b>Rinse Franken</b>		HA1		4:02.55	<b>4:02.48</b>	PR
		<b>Yanick de Hoogd</b>			<b>Rinse Franken</b>				
		200m	19.48	(19.48)	200m	19.51	(19.51)		
		600m	50.38	(30.90)	600m	50.61	(31.10)		
		1000m	1:21.32	(30.94)	1000m	1:21.85	(31.24)		
		1400m	1:52.76	(31.44)	1400m	1:53.49	(31.64)		
		1800m	2:24.62	(31.86)	1800m	2:25.12	(31.63)		
		2200m	2:56.89	(32.27)	2200m	2:56.72	(31.60)		
		2600m	3:30.13	(33.24)	2600m	3:29.28	(32.56)		
		3000m	4:05.08	(34.95)	3000m	4:02.48	(33.20)		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	36	<b>Tijs van Gennip</b>		HA1		4:13.59	<b>4:00.75</b>	PR
	rd	41	<b>Eise van Schijndel</b>		HA1		4:06.46	<b>4:02.31</b>	HT PR
		<b>Tijs van Gennip</b>				<b>Eise van Schijndel</b>			
		200m	19.40	(19.40)		200m	4:02.31	(242.31)	
		600m	49.51	(30.11)					
		1000m	1:19.88	(30.37)					
		1400m	1:50.89	(31.01)					
		1800m	2:22.67	(31.78)					
		2200m	2:54.92	(32.25)					
		2600m	3:27.57	(32.65)					
		3000m	4:00.75	(33.18)					

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	49	<b>Sofia Schilder</b>		DA1		4:30.37	<b>4:21.58</b>	PR
	bl	40	<b>Geophrey Coenraad</b>		HB2		4:06.92	<b>4:12.05</b>	
		<b>Sofia Schilder</b>				<b>Geophrey Coenraad</b>			
		200m	20.54	(20.54)		200m	19.82	(19.82)	
		600m	53.02	(32.48)		600m	51.45	(31.63)	
		1000m	1:26.12	(33.10)		1000m	1:24.61	(33.16)	
		1400m	2:00.19	(34.07)		1400m	1:57.92	(33.31)	
		1800m	2:35.09	(34.90)		1800m	2:31.66	(33.74)	
		2200m	3:08.00	(32.91)		2200m	3:05.50	(33.84)	
		2600m	3:42.13	(34.13)		2600m	3:38.39	(32.89)	
		3000m	4:21.58	(39.45)		3000m	4:12.05	(33.66)	



# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	48	<b>Veerle van Koppen</b>		DN1	4:22.87	<b>4:22.34</b>	PR
	rd	111	<b>Daan Segers</b>		HB1	4:31.17	<b>4:28.06</b>	PR
		<b>Veerle van Koppen</b>			<b>Daan Segers</b>			
		200m	21.19	(21.19)	200m	20.53	(20.53)	
		600m	54.28	(33.09)	600m	54.08	(33.55)	
		1000m	1:27.71	(33.43)	1000m	1:29.50	(35.42)	
		1400m	2:01.94	(34.23)	1400m	2:04.68	(35.18)	
		1800m	2:36.42	(34.48)	1800m	2:40.30	(35.62)	
		2200m	3:11.30	(34.88)	2200m	3:16.08	(35.78)	
		2600m	3:46.59	(35.29)	2600m	3:51.98	(35.90)	
		3000m	4:22.34	(35.75)	3000m	4:28.06	(36.08)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	39	<b>Maud Biezen</b>		DB2	4:38.41	<b>4:33.56</b>	PR
	bl	34	<b>Lotte Groenen</b>		DA2	4:20.61	<b>4:26.71</b>	
		<b>Maud Biezen</b>			<b>Lotte Groenen</b>			
		200m	21.83	(21.83)	200m	20.44	(20.44)	
		600m	56.08	(34.25)	600m	52.38	(31.94)	
		1000m	1:31.21	(35.13)	1000m	1:25.84	(33.46)	
		1400m	2:07.19	(35.98)	1400m	2:00.60	(34.76)	
		1800m	2:43.29	(36.10)	1800m	2:36.45	(35.85)	
		2200m	3:20.38	(37.09)	2200m	3:12.80	(36.35)	
		2600m	3:57.26	(36.88)	2600m	3:49.99	(37.19)	
		3000m	4:33.56	(36.30)	3000m	4:26.71	(36.72)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
11	wt	45	<b>Jasmijn Veenhuis</b>		DB2			4:34.10	<b>4:34.01</b> PR
	rd	104	<b>Quinty van Klink</b>		DN4			4:32.22	<b>4:49.07</b>
		<b>Jasmijn Veenhuis</b>				<b>Quinty van Klink</b>			
		200m	21.03	(21.03)		200m	22.10	(22.10)	
		600m	55.11	(34.08)		600m	56.77	(34.67)	
		1000m	1:30.16	(35.05)		1000m	1:33.47	(36.70)	
		1400m	2:05.84	(35.68)		1400m	2:11.40	(37.93)	
		1800m	2:42.43	(36.59)		1800m	2:50.25	(38.85)	
		2200m	3:19.65	(37.22)		2200m	3:29.39	(39.14)	
		2600m	3:57.30	(37.65)		2600m	4:08.92	(39.53)	
		3000m	4:34.01	(36.71)		3000m	4:49.07	(40.15)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
12	gl	92	<b>Bo Mengerink</b>		DA2			4:45.18	<b>4:54.22</b>
	bl	118	<b>Esmée Brommer</b>		DN1			4:31.93	<b>4:34.63</b>
		<b>Bo Mengerink</b>				<b>Esmée Brommer</b>			
		200m	21.99	(21.99)		200m	21.79	(21.79)	
		600m	58.08	(36.09)		600m	56.60	(34.81)	
		1000m	1:34.94	(36.86)		1000m	1:32.21	(35.61)	
		1400m	2:13.08	(38.14)		1400m	2:08.14	(35.93)	
		1800m	2:52.79	(39.71)		1800m	2:44.30	(36.16)	
		2200m	3:33.27	(40.48)		2200m	3:20.74	(36.44)	
		2600m	4:13.94	(40.67)		2600m	3:57.51	(36.77)	
		3000m	4:54.22	(40.28)		3000m	4:34.63	(37.12)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams

Thialf - Heerenveen

7 oktober 2023

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	121 <b>Lars Mans</b>	HB1	4:49.42	<b>4:31.07</b>	PR
	rd	38 <b>Janine Garretsen</b>	DB2	4:47.01	<b>4:49.10</b>	
		<u>Lars Mans</u>			<u>Janine Garretsen</u>	
		200m 19.95 (19.95)		200m 21.66 (21.66)		
		600m 52.78 (32.83)		600m 55.93 (34.27)		
		1000m 1:26.91 (34.13)		1000m 1:32.00 (36.07)		
		1400m 2:02.80 (35.89)		1400m 2:09.39 (37.39)		
		1800m 2:39.24 (36.44)		1800m 2:47.46 (38.07)		
		2200m 3:15.86 (36.62)		2200m 3:26.72 (39.26)		
		2600m 3:53.33 (37.47)		2600m 4:07.29 (40.57)		
		3000m 4:31.07 (37.74)		3000m 4:49.10 (41.81)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	102 <b>Jasper Krommenhoek</b>	HN1	3:52.07	<b>WDR</b>	
	bl					
		<u>Jasper Krommenhoek</u>				
				m		