

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK

## AR/S

Thialf - Heerenveen

### 1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	30 <b>Jenning de Boo</b>	HN2	1	I	<b>34.43</b>		
2	29 <b>Tim Prins</b>	HN2	1	O	<b>34.73</b>		
3	24 <b>Janno Botman</b>	HSA	5	O	<b>34.81</b>		
4	28 <b>Stefan Westenbroek</b>	HN4	2	I	<b>34.84</b>		
5	18 <b>Mats van den Bos</b>	HN1	3	I	<b>34.86</b>	PR	
6	17 <b>Dai Dai N'tab</b>	HSA	4	I	<b>34.93</b>		
7	16 <b>Kayo Vos</b>	HN3	3	O	<b>34.95</b>	PR	
8	53 <b>Armand Broos</b>	HSA	4	O	<b>35.13</b>	PR	
9	1 <b>Joep Wennemars</b>	HN3	6	I	<b>35.19</b>		
10	4 <b>Tijmen Snel</b>	HSA	2	O	<b>35.26</b>		
11	54 <b>Mika van Essen</b>	HSA	5	I	<b>35.38</b>		
12	56 <b>Rem de Hair</b>	HSA	7	O	<b>35.60</b>		
13	10 <b>Jarle Gerrits</b>	HN4	6	O	<b>35.67</b>		
14	49 <b>Sven Kemp</b>	HSA	8	I	<b>35.71</b>		
15	72 <b>Niklas Reinders</b>	HN1	9	I	<b>35.83</b>		
16	48 <b>Ted Dalrymple</b>	HN2	7	I	<b>36.16</b>		
17	117 <b>Robbe Beelen</b>	HN3	10	O	<b>36.24</b>		
18	59 <b>Bryant Boogert</b>	HN1	9	O	<b>36.25</b>		
19	61 <b>Swen Halferkamps</b>	HN1	12	I	<b>36.32</b>	PR	
20	68 <b>Yoeri van Bostelen</b>	HN1	11	I	<b>36.38</b>	PR	
21	41 <b>Rinze Bart de Glee</b>	HN2	12	O	<b>36.49</b>		
22	39 <b>Max Bergsma</b>	HN2	10	I	<b>36.52</b>		
23	90 <b>Jim Dhore</b>	HSA	11	O	<b>36.57</b>		
24	55 <b>Jesper van Mieghem</b>	HN1	8	O	<b>36.65</b>		
25	91 <b>Stein de Wit</b>	HN2	13	O	<b>36.77</b>		
26	89 <b>Yanick de Hoogd</b>	HN1	17	O	<b>36.99</b>	PR	
27	97 <b>Roel Regts</b>	HA2	14	I	<b>37.14</b>		
28	80 <b>Laurens Bergé</b>	HN1	13	I	<b>37.20</b>		
29	9 <b>Freek van der Ham</b>	HN1	24	O	<b>37.27</b>	PR	
30	20 <b>Femke Kok</b>	DSA	14	O	<b>37.45</b>		
31	88 <b>Bram van Essen</b>	HN4	16	O	<b>37.57</b>		
32	70 <b>Colin Breed</b>	HA1	16	I	<b>37.60</b>		
33	44 <b>Jornt Dijk</b>	HSA	23	I	<b>37.63</b>	PR	
34	98 <b>Remon Tamminga</b>	HA2	22	I	<b>37.66</b>	PR	
35	21 <b>Marrit Fledderus</b>	DSA	20	I	<b>37.69</b>		
36	82 <b>Thomas van Berkel</b>	HN1	28	O	<b>37.76</b>	PR	
37	74 <b>Sem Bodewes</b>	HN1	20	O	<b>37.78</b>	PR	
38	87 <b>Niek Bijma</b>	HB2	22	O	<b>37.86</b>	PR	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
39	15 Pien Hersman	DN2	24	I	37.92 PR	
40	73 Rutger Jansma	HB2	18	I	37.95	
41	114 Dione Voskamp	DSA	18	O	38.01	
42	113 Jutta Leerdam	DSA	17	I	38.09	
43	11 Remco Stam	HN2	26	I	38.29	
44	22 Antoinette Rijpma - de Jong	DSA	25	I	38.38	
45	125 Kars Jansman	HSA	15	I	38.55	
46	19 Michelle de Jong	DSA	19	O	38.56	
47	34 Pien Smit	DN2	21	O	38.58	
48	6 Chloé Hoogendoorn	DN1	21	I	38.71	
49	66 Taeke Jongbloed	HB2	30	O	38.85 PR	
50	35 Sylke Kas	DN4	27	I	38.86	
51	100 Rutger Verhoeff	HA2	26	O	38.90	
52	50 Sacha van der Weide	DN4	23	O	38.96	
53	101 Lucas Fabrie	HB2	29	I	39.10	
54	43 Jasper Krommenhoek	HN2	28	I	39.37	
55	37 Myrthe de Boer	DN4	29	O	39.42	
56	7 Meike Veen	DN1	30	I	39.47	
57	86 Jonathan Schildermans	HSA	31	O	39.48	
58	52 Yasmine Bouaziz	DN2	32	O	39.59	
59	58 Amber Duizendstraat	DN3	27	O	39.66	
60	13 Joy Beune	DSA	25	O	39.86	
61	46 Kim Talsma	DSA	31	I	40.01	
62	14 Robin Groot	DSA	36	O	40.04	
63	106 Isa Leroy	DA2	35	I	40.24 PR	
64	95 Sterre van Schaik	DN1	32	I	40.33 PR	
65	83 Sep de Kraker	HC1	35	O	40.63 PR	
66	92 Marieke de Vries	DN1	37	O	40.72 PR	
67	93 Jildou Schaaf	DN2	38	I	40.83	
68	96 Sietske van der Meer	DN2	36	I	40.96	
69	108 Lieke Hoogendoorn	DA2	34	O	41.00	
70	107 Rosalie van Vliet	DA2	33	O	41.10	
71	81 Julia Pereira de Vos	DA2	40	I	41.13 PR	
72	111 Yael Prenger	DN3	37	I	41.16	
73	71 Elbrich Nicolay	DA2	39	O	41.41 PR	
74	63 Evi de Ruijter	DA1	40	O	41.68 PR	
75	47 Hilde Noppert	DSA	39	I	41.77	
76	77 Sylvia de Vries	DN1	41	I	42.87	
77	67 Ymke Wubben	DB2	41	O	43.33	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
78	85 Carlijn te Poele	DC1	42	O	44.09	PR	
79	112 Youssra Pals	DB1	43	O	44.92	PR	
80	79 Helena Oryshchyn	DB2	42	I	45.77		
81	102 Lonneke Merkk	DB2	43	I	46.18		
82	84 Hiba Pals	DC1	44	O	46.69	PR	
83	124 Yasmine Pals	DB1	44	I	47.13	PR	
	122 Jens Halfweeg	HA1	15	O	DNF		
	94 Sofie Bouw	DN1			WDR		

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	30	<b>Jenning de Boo</b>		HN2		34.21	<b>34.43</b>	
	rd	29	<b>Tim Prins</b>		HN2		34.64	<b>34.73</b>	
		<u>Jenning de Boo</u>			<u>Tim Prins</u>				
		100m	9.73	(9.73)	100m	9.80	(9.80)		
		500m	34.43	(24.70)	500m	34.73	(24.93)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	28	<b>Stefan Westenbroek</b>		HN4		34.39	<b>34.84</b>	
	bl	4	<b>Tijmen Snel</b>		HSA		34.82	<b>35.26</b>	
		<u>Stefan Westenbroek</u>			<u>Tijmen Snel</u>				
		100m	9.73	(9.73)	100m	9.80	(9.80)		
		500m	34.84	(25.11)	500m	35.26	(25.46)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	18	<b>Mats van den Bos</b>		HN1		35.10	<b>34.86</b>	PR
	rd	16	<b>Kayo Vos</b>		HN3		35.07	<b>34.95</b>	PR
		<u>Mats van den Bos</u>			<u>Kayo Vos</u>				
		100m	9.80	(9.80)	100m	9.81	(9.81)		
		500m	34.86	(25.06)	500m	34.95	(25.14)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	17	<b>Dai Dai N'tab</b>		HSA		34.15	<b>34.93</b>	
	bl	53	<b>Armand Broos</b>		HSA		35.18	<b>35.13</b>	PR
		<u>Dai Dai N'tab</u>			<u>Armand Broos</u>				
		100m	9.96	(9.96)	100m	9.96	(9.96)		
		500m	34.93	(24.97)	500m	35.13	(25.17)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	54	<b>Mika van Essen</b>		HSA		35.25	<b>35.38</b>	
	rd	24	<b>Janno Botman</b>		HSA		34.35	<b>34.81</b>	
		<u>Mika van Essen</u>			<u>Janno Botman</u>				
		100m	10.01	(10.01)	100m	9.74	(9.74)		
		500m	35.38	(25.37)	500m	34.81	(25.07)		

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	1	<b>Joep Wennemars</b>		HN3	34.76	<b>35.19</b>	
	bl	10	<b>Jarle Gerrits</b>		HN4	35.13	<b>35.67</b>	
		<b>Joep Wennemars</b>			<b>Jarle Gerrits</b>			
		100m	10.01	(10.01)	100m	10.09	(10.09)	
		500m	35.19	(25.18)	500m	35.67	(25.58)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	48	<b>Ted Dalrymple</b>		HN2	35.79	<b>36.16</b>	
	rd	56	<b>Rem de Hair</b>		HSA	35.26	<b>35.60</b>	
		<b>Ted Dalrymple</b>			<b>Rem de Hair</b>			
		100m	10.24	(10.24)	100m	9.92	(9.92)	
		500m	36.16	(25.92)	500m	35.60	(25.68)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	49	<b>Sven Kemp</b>		HSA	35.45	<b>35.71</b>	
	bl	55	<b>Jesper van Mieghem</b>		HN1	35.84	<b>36.65</b>	
		<b>Sven Kemp</b>			<b>Jesper van Mieghem</b>			
		100m	9.95	(9.95)	100m	10.19	(10.19)	
		500m	35.71	(25.76)	500m	36.65	(26.46)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	72	<b>Niklas Reinders</b>		HN1	35.62	<b>35.83</b>	
	rd	59	<b>Bryant Boogert</b>		HN1	35.68	<b>36.25</b>	
		<b>Niklas Reinders</b>			<b>Bryant Boogert</b>			
		100m	10.35	(10.35)	100m	10.12	(10.12)	
		500m	35.83	(25.48)	500m	36.25	(26.13)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	39	<b>Max Bergsma</b>		HN2	35.96	<b>36.52</b>	
	bl	117	<b>Robbe Beelen</b>		HN3	36.10	<b>36.24</b>	
		<b>Max Bergsma</b>			<b>Robbe Beelen</b>			
		100m	10.13	(10.13)	100m	10.20	(10.20)	
		500m	36.52	(26.39)	500m	36.24	(26.04)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
11	wt	68	<b>Yoeri van Bostelen</b>		HN1			36.54	<b>36.38</b>	PR	
	rd	90	<b>Jim Dhore</b>		HSA			35.79	<b>36.57</b>		
		<u>Yoeri van Bostelen</u>			<u>Jim Dhore</u>						
		100m	10.27	(10.27)	100m	9.93	(9.93)				
		500m	36.38	(26.11)	500m	36.57	(26.64)				
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
12	gl	61	<b>Swen Halferkamps</b>		HN1			36.33	<b>36.32</b>	PR	
	bl	41	<b>Rinze Bart de Glee</b>		HN2			36.21	<b>36.49</b>		
		<u>Swen Halferkamps</u>			<u>Rinze Bart de Glee</u>						
		100m	10.09	(10.09)	100m	10.17	(10.17)				
		500m	36.32	(26.23)	500m	36.49	(26.32)				
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
13	wt	80	<b>Laurens Bergé</b>		HN1			37.14	<b>37.20</b>		
	rd	91	<b>Stein de Wit</b>		HN2			36.28	<b>36.77</b>		
		<u>Laurens Bergé</u>			<u>Stein de Wit</u>						
		100m	10.24	(10.24)	100m	10.40	(10.40)				
		500m	37.20	(26.96)	500m	36.77	(26.37)				
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
14	gl	97	<b>Roel Regts</b>		HA2			37.12	<b>37.14</b>		
	bl	20	<b>Femke Kok</b>		DSA			36.83	<b>37.45</b>		
		<u>Roel Regts</u>			<u>Femke Kok</u>						
		100m	10.12	(10.12)	100m	10.39	(10.39)				
		500m	37.14	(27.02)	500m	37.45	(27.06)				
<hr/>											
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
15	wt	125	<b>Kars Jansman</b>		HSA			37.60	<b>38.55</b>		
	rd	122	<b>Jens Halfweeg</b>		HA1			37.44	<b>DNF</b>		
		<u>Kars Jansman</u>			<u>Jens Halfweeg</u>						
		100m	10.99	(10.99)	100m	10.49	(10.49)				
		500m	38.55	(27.56)							

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
16	gl	70	<b>Colin Breed</b>		HA1	37.39	<b>37.60</b>	
	bl	88	<b>Bram van Essen</b>		HN4	36.67	<b>37.57</b>	
		<b>Colin Breed</b>			<b>Bram van Essen</b>			
		100m	10.44	(10.44)	100m	10.55	(10.55)	
		500m	37.60	(27.16)	500m	37.57	(27.02)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	113	<b>Jutta Leerdam</b>		DSA	37.14	<b>38.09</b>	
	rd	89	<b>Yanick de Hoogd</b>		HN1	37.01	<b>36.99</b>	PR
		<b>Jutta Leerdam</b>			<b>Yanick de Hoogd</b>			
		100m	10.73	(10.73)	100m	10.33	(10.33)	
		500m	38.09	(27.36)	500m	36.99	(26.66)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl	73	<b>Rutger Jansma</b>		HB2	37.64	<b>37.95</b>	
	bl	114	<b>Dione Voskamp</b>		DSA	37.53	<b>38.01</b>	
		<b>Rutger Jansma</b>			<b>Dione Voskamp</b>			
		100m	10.56	(10.56)	100m	10.54	(10.54)	
		500m	37.95	(27.39)	500m	38.01	(27.47)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt							
	rd	19	<b>Michelle de Jong</b>		DSA	37.48	<b>38.56</b>	
					<b>Michelle de Jong</b>			
		m			100m	10.70	(10.70)	
					500m	38.56	(27.86)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	21	<b>Marrit Fledderus</b>		DSA	37.51	<b>37.69</b>	
	bl	74	<b>Sem Bodewes</b>		HN1	37.87	<b>37.78</b>	PR
		<b>Marrit Fledderus</b>			<b>Sem Bodewes</b>			
		100m	10.65	(10.65)	100m	10.65	(10.65)	
		500m	37.69	(27.04)	500m	37.78	(27.13)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
21	wt	6	<b>Chloé Hoogendoorn</b>		DN1	38.18	<b>38.71</b>	
	rd	34	<b>Pien Smit</b>		DN2	38.24	<b>38.58</b>	
		<b>Chloé Hoogendoorn</b>			<b>Pien Smit</b>			
		100m	10.79	(10.79)	100m	10.75	(10.75)	
		500m	38.71	(27.92)	500m	38.58	(27.83)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
22	gl	98	<b>Remon Tamminga</b>		HA2	37.98	<b>37.66</b>	PR
	bl	87	<b>Niek Bijma</b>		HB2	38.08	<b>37.86</b>	PR
		<b>Remon Tamminga</b>			<b>Niek Bijma</b>			
		100m	10.38	(10.38)	100m	10.35	(10.35)	
		500m	37.66	(27.28)	500m	37.86	(27.51)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
23	wt	44	<b>Jornt Dijk</b>		HSA	37.70	<b>37.63</b>	PR
	rd	50	<b>Sacha van der Weide</b>		DN4	38.68	<b>38.96</b>	
		<b>Jornt Dijk</b>			<b>Sacha van der Weide</b>			
		100m	10.47	(10.47)	100m	10.71	(10.71)	
		500m	37.63	(27.16)	500m	38.96	(28.25)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
24	gl	15	<b>Pien Hersman</b>		DN2	38.15	<b>37.92</b>	PR
	bl	9	<b>Freek van der Ham</b>		HN1	37.31	<b>37.27</b>	PR
		<b>Pien Hersman</b>			<b>Freek van der Ham</b>			
		100m	10.63	(10.63)	100m	10.43	(10.43)	
		500m	37.92	(27.29)	500m	37.27	(26.84)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
25	wt	22	<b>Antoinette Rijpma - de Jong</b>		DSA	38.22	<b>38.38</b>	
	rd	13	<b>Joy Beune</b>		DSA	38.69	<b>39.86</b>	
		<b>Antoinette Rijpma - de Jong</b>			<b>Joy Beune</b>			
		100m	10.73	(10.73)	100m	11.35	(11.35)	
		500m	38.38	(27.65)	500m	39.86	(28.51)	



# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
26	gl	11	<b>Remco Stam</b>		HN2	37.80	<b>38.29</b>	
	bl	100	<b>Rutger Verhoeff</b>		HA2	38.35	<b>38.90</b>	
		<u>Remco Stam</u>			<u>Rutger Verhoeff</u>			
		100m	11.03	(11.03)	100m	10.64	(10.64)	
		500m	38.29	(27.26)	500m	38.90	(28.26)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
27	wt	35	<b>Sylke Kas</b>		DN4	38.71	<b>38.86</b>	
	rd	58	<b>Amber Duizendstraal</b>		DN3	38.81	<b>39.66</b>	
		<u>Sylke Kas</u>			<u>Amber Duizendstraal</u>			
		100m	10.91	(10.91)	100m	11.06	(11.06)	
		500m	38.86	(27.95)	500m	39.66	(28.60)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
28	gl	43	<b>Jasper Krommenhoek</b>		HN2	38.48	<b>39.37</b>	
	bl	82	<b>Thomas van Berkel</b>		HN1	38.06	<b>37.76</b>	PR
		<u>Jasper Krommenhoek</u>			<u>Thomas van Berkel</u>			
		100m	11.33	(11.33)	100m	10.49	(10.49)	
		500m	39.37	(28.04)	500m	37.76	(27.27)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
29	wt	101	<b>Lucas Fabrie</b>		HB2	39.01	<b>39.10</b>	
	rd	37	<b>Myrthe de Boer</b>		DN4	38.82	<b>39.42</b>	
		<u>Lucas Fabrie</u>			<u>Myrthe de Boer</u>			
		100m	10.63	(10.63)	100m	11.13	(11.13)	
		500m	39.10	(28.47)	500m	39.42	(28.29)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
30	gl	7	<b>Meike Veen</b>		DN1	39.11	<b>39.47</b>	
	bl	66	<b>Taeke Jongbloed</b>		HB2	39.33	<b>38.85</b>	PR
		<u>Meike Veen</u>			<u>Taeke Jongbloed</u>			
		100m	11.31	(11.31)	100m	11.05	(11.05)	
		500m	39.47	(28.16)	500m	38.85	(27.80)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
31	wt	46	<b>Kim Talsma</b>		DSA	39.64	<b>40.01</b>	
	rd	86	<b>Jonathan Schildermans</b>		HSA	38.29	<b>39.48</b>	
		<u>Kim Talsma</u>			<u>Jonathan Schildermans</u>			
		100m	11.27	(11.27)	100m	11.05	(11.05)	
		500m	40.01	(28.74)	500m	39.48	(28.43)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
32	gl	95	<b>Sterre van Schaik</b>		DN1	40.39	<b>40.33</b>	PR
	bl	52	<b>Yasmine Bouaziz</b>		DN2	39.15	<b>39.59</b>	
		<u>Sterre van Schaik</u>			<u>Yasmine Bouaziz</u>			
		100m	11.01	(11.01)	100m	10.73	(10.73)	
		500m	40.33	(29.32)	500m	39.59	(28.86)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
33	wt							
	rd	107	<b>Rosalie van Vliet</b>		DA2	40.70	<b>41.10</b>	
		<u>Rosalie van Vliet</u>						
		m			100m	11.35	(11.35)	
					500m	41.10	(29.75)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
34	gl	94	<b>Sofie Bouw</b>		DN1	40.44	<b>WDR</b>	
	bl	108	<b>Lieke Hoogendoorn</b>		DA2	40.59	<b>41.00</b>	
		<u>Sofie Bouw</u>			<u>Lieke Hoogendoorn</u>			
					100m	11.29	(11.29)	
					500m	41.00	(29.71)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
35	wt	106	<b>Isa Leroy</b>		DA2	40.84	<b>40.24</b>	PR
	rd	83	<b>Sep de Kraker</b>		HC1	40.87	<b>40.63</b>	PR
		<u>Isa Leroy</u>			<u>Sep de Kraker</u>			
		100m	11.07	(11.07)	100m	11.21	(11.21)	
		500m	40.24	(29.17)	500m	40.63	(29.42)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
36	gl	96	<b>Sietske van der Meer</b>		DN2	40.13	<b>40.96</b>	
	bl	14	<b>Robin Groot</b>		DSA	39.30	<b>40.04</b>	
		<b>Sietske van der Meer</b>			<b>Robin Groot</b>			
		100m	11.38	(11.38)	100m	11.26	(11.26)	
		500m	40.96	(29.58)	500m	40.04	(28.78)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
37	wt	111	<b>Yael Prenger</b>		DN3	40.46	<b>41.16</b>	
	rd	92	<b>Marieke de Vries</b>		DN1	41.03	<b>40.72</b>	PR
		<b>Yael Prenger</b>			<b>Marieke de Vries</b>			
		100m	11.53	(11.53)	100m	11.34	(11.34)	
		500m	41.16	(29.63)	500m	40.72	(29.38)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
38	gl	93	<b>Jildou Schaaf</b>		DN2	40.70	<b>40.83</b>	
	bl							
		<b>Jildou Schaaf</b>						
		100m	11.52	(11.52)	m			
		500m	40.83	(29.31)				
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
39	wt	47	<b>Hilde Noppert</b>		DSA	41.36	<b>41.77</b>	
	rd	71	<b>Elbrich Nicolay</b>		DA2	41.46	<b>41.41</b>	PR
		<b>Hilde Noppert</b>			<b>Elbrich Nicolay</b>			
		100m	11.76	(11.76)	100m	11.44	(11.44)	
		500m	41.77	(30.01)	500m	41.41	(29.97)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	81	<b>Julia Pereira de Vos</b>		DA2	41.26	<b>41.13</b>	PR
	bl	63	<b>Evi de Ruijter</b>		DA1	41.78	<b>41.68</b>	PR
		<b>Julia Pereira de Vos</b>			<b>Evi de Ruijter</b>			
		100m	11.14	(11.14)	100m	11.69	(11.69)	
		500m	41.13	(29.99)	500m	41.68	(29.99)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
41	wt	77	<b>Sylvia de Vries</b>		DN1	42.07	<b>42.87</b>	
	rd	67	<b>Ymke Wubben</b>		DB2	42.72	<b>43.33</b>	
		<u>Sylvia de Vries</u>			<u>Ymke Wubben</u>			
		100m	12.13	(12.13)	100m	12.10	(12.10)	
		500m	42.87	(30.74)	500m	43.33	(31.23)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
42	gl	79	<b>Helena Oryshchyn</b>		DB2	45.14	<b>45.77</b>	
	bl	85	<b>Carlijn te Poele</b>		DC1	44.35	<b>44.09</b>	PR
		<u>Helena Oryshchyn</u>			<u>Carlijn te Poele</u>			
		100m	12.08	(12.08)	100m	11.81	(11.81)	
		500m	45.77	(33.69)	500m	44.09	(32.28)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
43	wt	102	<b>Lonneke Merkx</b>		DB2	45.24	<b>46.18</b>	
	rd	112	<b>Youssra Pals</b>		DB1	45.01	<b>44.92</b>	PR
		<u>Lonneke Merkx</u>			<u>Youssra Pals</u>			
		100m	12.52	(12.52)	100m	12.21	(12.21)	
		500m	46.18	(33.66)	500m	44.92	(32.71)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
44	gl	124	<b>Yasmine Pals</b>		DB1	47.48	<b>47.13</b>	PR
	bl	84	<b>Hiba Pals</b>		DC1	47.29	<b>46.69</b>	PR
		<u>Yasmine Pals</u>			<u>Hiba Pals</u>			
		100m	12.67	(12.67)	100m	12.69	(12.69)	
		500m	47.13	(34.46)	500m	46.69	(34.00)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK

## AR/S

Thialf - Heerenveen

### 2. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	27 Kjeld Nuis	HSB	2	I	1:08.08		
2	26 Mats Siemons	HN3	3	O	1:09.17	PR	
3	5 Merijn Scheperkamp	HSA	1	O	1:09.35		
4	8 Sijmen Egberts	HN2	3	I	1:09.99	PR	
5	62 Niels de Kruijk	HA2	7	I	1:11.41	PR	
6	110 Arjen Boersma	HA1	5	I	1:11.49	PR	
7	40 Hidde Westra	HN2	4	I	1:11.96	PR	
8	89 Yanick de Hoogd	HN1	10	I	1:12.62	PR	
9	121 Tim Hoogkamer	HSA	4	O	1:12.66		
10	97 Roel Regts	HA2	8	I	1:13.38	PR	
11	88 Bram van Essen	HN4	8	O	1:13.48		
12	80 Laurens Bergé	HN1	6	O	1:13.61		
13	61 Swen Halferkamps	HN1	10	O	1:13.62	PR	
14	120 Gijs Kamp	HN2	5	O	1:14.54		
15	82 Thomas van Berkel	HN1	20	O	1:15.05	PR	
16	122 Jens Halfweeg	HA1	9	I	1:16.14	PR	
17	98 Remon Tamminga	HA2	12	I	1:17.37		
18	100 Rutger Verhoeff	HA2	11	O	1:18.06		
19	86 Jonathan Schildermans	HSA	17	O	1:18.61		
20	57 Leonie Bats	DN4	12	O	1:19.69		
21	116 Fran Vanhoutte	DN3	13	O	1:19.82		
22	51 Romée Ebbinge	DSA	13	I	1:20.16		
23	115 Naomi Verkerk	DSA	9	O	1:20.24		
24	107 Rosalie van Vliet	DA2	15	I	1:20.25	PR	
25	111 Yael Prenger	DN3	16	I	1:20.81		
26	93 Jildou Schaaf	DN2	14	I	1:21.41		
27	94 Sofie Bouw	DN1	17	I	1:22.32		
28	81 Julia Pereira de Vos	DA2	18	O	1:22.79	PR	
29	64 Janine Garretsen	DA1	18	I	1:23.50		
30	67 Ymke Wubben	DB2	19	O	1:25.57		
31	112 Youssra Pals	DB1	20	I	1:29.92	PR	
	25 Hein Otterspeer	HSB	2	O	DNF		
	113 Jutta Leerdam	DSA	7	O	DNF		
	118 Isabel Grevelt	DN4	11	I	DNF		
	91 Stein de Wit	HN2			WDR		
	96 Sietske van der Meer	DN2			WDR		
	95 Sterre van Schaik	DN1			WDR		



# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	110	<b>Arjen Boersma</b>		HA1	1:12.83	<b>1:11.49</b>	PR
	rd	120	<b>Gijs Kamp</b>		HN2	1:12.47	<b>1:14.54</b>	
		<u>Arjen Boersma</u>			<u>Gijs Kamp</u>			
		200m	17.36	(17.36)	200m	17.04	(17.04)	
		600m	43.78	(26.42)	600m	43.67	(26.63)	
		1000m	1:11.49	(27.71)	1000m	1:14.54	(30.87)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	91	<b>Stein de Wit</b>		HN2	1:12.31	<b>WDR</b>	
	bl	80	<b>Laurens Bergé</b>		HN1	1:12.83	<b>1:13.61</b>	
		<u>Stein de Wit</u>			<u>Laurens Bergé</u>			
		200m			200m	17.21	(17.21)	
		600m			600m	44.17	(26.96)	
		1000m			1000m	1:13.61	(29.44)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	62	<b>Niels de Kruijk</b>		HA2	1:11.98	<b>1:11.41</b>	PR
	rd	113	<b>Jutta Leerdam</b>		DSA	1:11.84	<b>DNF</b>	
		<u>Niels de Kruijk</u>			<u>Jutta Leerdam</u>			
		200m	16.69	(16.69)	200m	17.89	(17.89)	
		600m	42.82	(26.13)	600m	44.90	(27.01)	
		1000m	1:11.41	(28.59)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	97	<b>Roel Regts</b>		HA2	1:14.28	<b>1:13.38</b>	PR
	bl	88	<b>Bram van Essen</b>		HN4	1:12.81	<b>1:13.48</b>	
		<u>Roel Regts</u>			<u>Bram van Essen</u>			
		200m	17.41	(17.41)	200m	17.59	(17.59)	
		600m	44.59	(27.18)	600m	44.44	(26.85)	
		1000m	1:13.38	(28.79)	1000m	1:13.48	(29.04)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	122	<b>Jens Halfweeg</b>		HA1	1:16.33	<b>1:16.14</b>	PR
	rd	115	<b>Naomi Verkerk</b>		DSA	1:15.32	<b>1:20.24</b>	
		<b>Jens Halfweeg</b>			<b>Naomi Verkerk</b>			
		200m	17.59	(17.59)	200m	18.47	(18.47)	
		600m	45.39	(27.80)	600m	46.51	(28.04)	
		1000m	1:16.14	(30.75)	1000m	1:20.24	(33.73)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	89	<b>Yanick de Hoogd</b>		HN1	1:13.08	<b>1:12.62</b>	PR
	bl	61	<b>Swen Halferkamps</b>		HN1	1:14.33	<b>1:13.62</b>	PR
		<b>Yanick de Hoogd</b>			<b>Swen Halferkamps</b>			
		200m	17.45	(17.45)	200m	17.14	(17.14)	
		600m	44.15	(26.70)	600m	43.71	(26.57)	
		1000m	1:12.62	(28.47)	1000m	1:13.62	(29.91)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	118	<b>Isabel Grevelt</b>		DN4	1:13.78	<b>DNF</b>	
	rd	100	<b>Rutger Verhoeff</b>		HA2	1:16.53	<b>1:18.06</b>	
		<b>Isabel Grevelt</b>			<b>Rutger Verhoeff</b>			
		200m	18.72	(18.72)	200m	18.21	(18.21)	
		600m	46.59	(27.87)	600m	46.77	(28.56)	
					1000m	1:18.06	(31.29)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	98	<b>Remon Tamminga</b>		HA2	1:17.08	<b>1:17.37</b>	
	bl	57	<b>Leonie Bats</b>		DN4	1:16.73	<b>1:19.69</b>	
		<b>Remon Tamminga</b>			<b>Leonie Bats</b>			
		200m	18.00	(18.00)	200m	19.36	(19.36)	
		600m	46.14	(28.14)	600m	48.30	(28.94)	
		1000m	1:17.37	(31.23)	1000m	1:19.69	(31.39)	



# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
13	wt	51	<b>Romée Ebbinge</b>		DSA	1:18.74	<b>1:20.16</b>	
	rd	116	<b>Fran Vanhoutte</b>		DN3	1:18.88	<b>1:19.82</b>	
		<b>Romée Ebbinge</b>			<b>Fran Vanhoutte</b>			
		200m	19.27	(19.27)	200m	18.77	(18.77)	
		600m	48.55	(29.28)	600m	48.05	(29.28)	
		1000m	1:20.16	(31.61)	1000m	1:19.82	(31.77)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
14	gl	93	<b>Jildou Schaaf</b>		DN2	1:20.99	<b>1:21.41</b>	
	bl							
		<b>Jildou Schaaf</b>						
		200m	19.32	(19.32)	m			
		600m	49.06	(29.74)				
		1000m	1:21.41	(32.35)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
15	wt	107	<b>Rosalie van Vliet</b>		DA2	1:20.49	<b>1:20.25</b>	PR
	rd	96	<b>Sietske van der Meer</b>		DN2	1:20.95	<b>WDR</b>	
		<b>Rosalie van Vliet</b>			<b>Sietske van der Meer</b>			
		200m	19.29	(19.29)				
		600m	49.12	(29.83)				
		1000m	1:20.25	(31.13)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
16	gl	111	<b>Yael Prenger</b>		DN3	1:20.64	<b>1:20.81</b>	
	bl	95	<b>Sterre van Schaik</b>		DN1	1:21.43	<b>WDR</b>	
		<b>Yael Prenger</b>			<b>Sterre van Schaik</b>			
		200m	19.60	(19.60)				
		600m	49.08	(29.48)				
		1000m	1:20.81	(31.73)				

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	94 <b>Sofie Bouw</b>	DN1		1:22.10	<b>1:22.32</b>	
	rd	86 <b>Jonathan Schildermans</b>	HSA		1:15.89	<b>1:18.61</b>	
		<b>Sofie Bouw</b>			<b>Jonathan Schildermans</b>		
		200m	18.83	(18.83)	200m	18.73	(18.73)
		600m	49.07	(30.24)	600m	47.62	(28.89)
		1000m	1:22.32	(33.25)	1000m	1:18.61	(30.99)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
18	gl	64 <b>Janine Garretsen</b>	DA1		1:22.09	<b>1:23.50</b>	
	bl	81 <b>Julia Pereira de Vos</b>	DA2		1:23.44	<b>1:22.79</b>	PR
		<b>Janine Garretsen</b>			<b>Julia Pereira de Vos</b>		
		200m	19.52	(19.52)	200m	19.44	(19.44)
		600m	49.79	(30.27)	600m	49.87	(30.43)
		1000m	1:23.50	(33.71)	1000m	1:22.79	(32.92)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
19	wt	67 <b>Ymke Wubben</b>	DB2		1:24.90	<b>1:25.57</b>	
	rd						
		<b>Ymke Wubben</b>					
		m	200m	20.47	(20.47)		
			600m	51.58	(31.11)		
			1000m	1:25.57	(33.99)		

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	112 <b>Youssra Pals</b>	DB1		1:30.66	<b>1:29.92</b>	PR
	bl	82 <b>Thomas van Berkel</b>	HN1		1:16.88	<b>1:15.05</b>	PR
		<b>Youssra Pals</b>			<b>Thomas van Berkel</b>		
		200m	20.88	(20.88)	200m	18.01	(18.01)
		600m	54.06	(33.18)	600m	45.84	(27.83)
		1000m	1:29.92	(35.86)	1000m	1:15.05	(29.21)

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 3. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	109 Ede Kortlever	HA1	2	O	6:43.67		
2	76 Loek van Vilsteren	HN2	2	I	6:52.08		

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 3. Rituitslag 5000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd				
	m	m			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl bl	76 Loek van Vilsteren 109 Ede Kortlever	HN2 HA1	6:50.03 6:40.27	<b>6:52.08</b> <b>6:43.67</b>

### Loek van Vilsteren

200m	19.15	(19.15)
600m	50.49	(31.34)
1000m	1:21.99	(31.50)
1400m	1:53.96	(31.97)
1800m	2:26.13	(32.17)
2200m	2:58.37	(32.24)
2600m	3:30.64	(32.27)
3000m	4:03.21	(32.57)
3400m	4:36.07	(32.86)
3800m	5:09.58	(33.51)
4200m	5:43.42	(33.84)
4600m	6:17.36	(33.94)
5000m	6:52.08	(34.72)

### Ede Kortlever

200m	20.04	(20.04)
600m	50.53	(30.49)
1000m	1:20.92	(30.39)
1400m	1:51.40	(30.48)
1800m	2:21.97	(30.57)
2200m	2:52.75	(30.78)
2600m	3:23.95	(31.20)
3000m	3:55.71	(31.76)
3400m	4:28.05	(32.34)
3800m	5:00.97	(32.92)
4200m	5:34.77	(33.80)
4600m	6:09.16	(34.39)
5000m	6:43.67	(34.51)

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 4. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	31 Patrick Roest	HSA	2	O	3:44.67		
2	42 Marwin Talsma	HSA	1	O	3:48.02		
3	123 Yves Vergeer	HSA	2	I	3:48.05		
4	33 Gert Wierda	HN3	1	I	3:52.42		
5	75 Sem Spruit	HB2	3	O	3:56.07		
6	105 Max Eppinga	HA2	5	I	4:11.11	PR	
7	36 Jade Groenewoud	DN2	6	I	4:11.34		
8	12 Angel Daleman	DA1	3	I	4:14.29		
9	38 Patricia Koot	DN1	8	I	4:23.42		
	103 Leander Korevaar	HB1	8	O	DNF		
	104 Boaz Buter	HA2	5	O	DQ		

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 4. Rituitslag 3000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	33	<b>Gert Wierda</b>		HN3		3:42.63	<b>3:52.42</b>	
	rd	42	<b>Marwin Talsma</b>		HSA		3:44.51	<b>3:48.02</b>	

### Gert Wierda

200m	19.56	(19.56)
600m	49.56	(30.00)
1000m	1:19.41	(29.85)
1400m	1:49.46	(30.05)
1800m	2:19.81	(30.35)
2200m	2:50.30	(30.49)
2600m	3:21.01	(30.71)
3000m	3:52.42	(31.41)

### Marwin Talsma

200m	19.71	(19.71)
600m	49.70	(29.99)
1000m	1:19.79	(30.09)
1400m	1:49.28	(29.49)
1800m	2:18.61	(29.33)
2200m	2:48.03	(29.42)
2600m	3:17.85	(29.82)
3000m	3:48.02	(30.17)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	123	<b>Yves Vergeer</b>		HSA		3:44.38	<b>3:48.05</b>	
	bl	31	<b>Patrick Roest</b>		HSA		3:35.49	<b>3:44.67</b>	

### Yves Vergeer

200m	18.65	(18.65)
600m	47.82	(29.17)
1000m	1:17.15	(29.33)
1400m	1:46.66	(29.51)
1800m	2:16.31	(29.65)
2200m	2:46.04	(29.73)
2600m	3:16.56	(30.52)
3000m	3:48.05	(31.49)

### Patrick Roest

200m	19.16	(19.16)
600m	48.12	(28.96)
1000m	1:17.11	(28.99)
1400m	1:46.16	(29.05)
1800m	2:15.24	(29.08)
2200m	2:44.38	(29.14)
2600m	3:13.93	(29.55)
3000m	3:44.67	(30.74)

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	12 <b>Angel Daleman</b>		DA1		4:11.75	<b>4:14.29</b>	
	rd	75 <b>Sem Spruit</b>		HB2		3:51.04	<b>3:56.07</b>	
		<b>Angel Daleman</b>			<b>Sem Spruit</b>			
		200m	19.42	(19.42)	200m	19.03	(19.03)	
		600m	50.40	(30.98)	600m	48.75	(29.72)	
		1000m	1:22.51	(32.11)	1000m	1:19.33	(30.58)	
		1400m	1:55.75	(33.24)	1400m	1:50.00	(30.67)	
		1800m	2:29.64	(33.89)	1800m	2:20.82	(30.82)	
		2200m	3:04.38	(34.74)	2200m	2:51.87	(31.05)	
		2600m	3:39.33	(34.95)	2600m	3:23.81	(31.94)	
		3000m	4:14.29	(34.96)	3000m	3:56.07	(32.26)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl							
	bl							

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	105 <b>Max Eppinga</b>		HA2		4:17.93	<b>4:11.11</b>	PR
	rd	104 <b>Boaz Buter</b>		HA2		4:15.27	<b>DQ</b>	
		<b>Max Eppinga</b>			<b>Boaz Buter</b>			
		200m	19.85	(19.85)	200m	19.90	(19.90)	
		600m	51.35	(31.50)	600m	49.92	(30.02)	
		1000m	1:23.11	(31.76)	1000m	1:21.54	(31.62)	
		1400m	1:55.78	(32.67)	1400m	1:54.66	(33.12)	
		1800m	2:28.90	(33.12)	1800m	2:28.52	(33.86)	
		2200m	3:02.58	(33.68)	2200m	3:02.94	(34.42)	
		2600m	3:36.71	(34.13)	2600m	3:37.88	(34.94)	
		3000m	4:11.11	(34.40)	3000m	4:13.18	(35.30)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl bl	36 Jade Groenewoud		DN2		4:07.07	<b>4:11.34</b>	
		<b>Jade Groenewoud</b>						
		200m	19.88	(19.88)			m	
		600m	50.48	(30.60)				
		1000m	1:22.27	(31.79)				
		1400m	1:55.02	(32.75)				
		1800m	2:28.32	(33.30)				
		2200m	3:02.19	(33.87)				
		2600m	3:36.43	(34.24)				
		3000m	4:11.34	(34.91)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt rd							
							m	
							m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	38 Patricia Koot		DN1		4:18.94	<b>4:23.42</b>	
	bl	103 Leander Korevaar		HB1		4:36.20	<b>DNF</b>	
		<b>Patricia Koot</b>			<b>Leander Korevaar</b>			
		200m	20.48	(20.48)	200m	21.60	(21.60)	
		600m	52.98	(32.50)	600m	56.05	(34.45)	
		1000m	1:26.36	(33.38)	1000m	1:30.27	(34.22)	
		1400m	2:00.42	(34.06)	1400m	2:04.90	(34.63)	
		1800m	2:35.34	(34.92)	1800m	2:40.49	(35.59)	
		2200m	3:10.75	(35.41)	2200m	3:17.69	(37.20)	
		2600m	3:47.04	(36.29)	2600m	3:56.49	(38.80)	
		3000m	4:23.42	(36.38)				



# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 5. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	43 Jasper Krommenhoek	HN2	1	I	1:50.23		
2	44 Jornt Dijk	HSA	2	O	1:50.76	PR	
3	68 Yoeri van Bostelen	HN1	2	I	1:52.19	PR	
4	59 Bryant Boogert	HN1	1	O	1:52.36		
5	70 Colin Breed	HA1	3	O	1:53.20	PR	
6	65 Geophrey Coenraad	HA1	4	O	1:53.63		
7	74 Sem Bodewes	HN1	3	I	1:54.42	PR	
8	73 Rutger Jansma	HB2	4	I	1:55.33	PR	
9	66 Taeke Jongbloed	HB2	7	I	1:57.55	PR	
10	3 Suzanne Schulting	DSA	5	O	1:58.41		
11	78 Luke Zeliff	HA2	7	O	2:00.12		
12	63 Evi de Ruijter	DA1	8	O	2:03.07	PR	
13	87 Niek Bijma	HB2	5	I	2:03.48		
14	106 Isa Leroy	DA2	9	I	2:03.90	PR	
15	108 Lieke Hoogendoorn	DA2	6	I	2:04.52		
16	47 Hilde Noppert	DSA	8	I	2:04.60	PR	
17	101 Lucas Fabrie	HB2	6	O	2:04.92		
18	77 Sylvia de Vries	DN1	9	O	2:04.99	PR	
19	83 Sep de Kraker	HC1	11	O	2:06.50		
20	71 Elbrich Nicolay	DA2	10	O	2:11.96		
21	85 Carlijn te Poele	DC1	10	I	2:17.65	PR	
22	102 Lonneke Merkx	DB2	11	I	2:22.79		
23	84 Hiba Pals	DC1	12	I	2:28.08	PR	
24	124 Yasmine Pals	DB1	12	O	2:30.27	PR	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 5. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	43	<b>Jasper Krommenhoek</b>		HN2	1:49.34	<b>1:50.23</b>	
	rd	59	<b>Bryant Boogert</b>		HN1	1:51.40	<b>1:52.36</b>	
		<b>Jasper Krommenhoek</b>			<b>Bryant Boogert</b>			
		300m	26.01	(26.01)	300m	23.59	(23.59)	
		700m	53.47	(27.46)	700m	50.58	(26.99)	
		1100m	1:21.36	(27.89)	1100m	1:20.24	(29.66)	
		1500m	1:50.23	(28.87)	1500m	1:52.36	(32.12)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	68	<b>Yoeri van Bostelen</b>		HN1	1:53.00	<b>1:52.19</b>	PR
	bl	44	<b>Jornt Dijk</b>		HSA	1:51.56	<b>1:50.76</b>	PR
		<b>Yoeri van Bostelen</b>			<b>Jornt Dijk</b>			
		300m	23.89	(23.89)	300m	24.97	(24.97)	
		700m	51.16	(27.27)	700m	52.42	(27.45)	
		1100m	1:20.74	(29.58)	1100m	1:20.99	(28.57)	
		1500m	1:52.19	(31.45)	1500m	1:50.76	(29.77)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	74	<b>Sem Bodewes</b>		HN1	1:55.61	<b>1:54.42</b>	PR
	rd	70	<b>Colin Breed</b>		HA1	1:54.63	<b>1:53.20</b>	PR
		<b>Sem Bodewes</b>			<b>Colin Breed</b>			
		300m	25.18	(25.18)	300m	24.91	(24.91)	
		700m	53.52	(28.34)	700m	53.05	(28.14)	
		1100m	1:23.10	(29.58)	1100m	1:22.78	(29.73)	
		1500m	1:54.42	(31.32)	1500m	1:53.20	(30.42)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	73	<b>Rutger Jansma</b>		HB2	1:56.14	<b>1:55.33</b>	PR
	bl	65	<b>Geophrey Coenraad</b>		HA1	1:52.86	<b>1:53.63</b>	
		<b>Rutger Jansma</b>			<b>Geophrey Coenraad</b>			
		300m	25.61	(25.61)	300m	24.57	(24.57)	
		700m	54.51	(28.90)	700m	52.22	(27.65)	
		1100m	1:24.21	(29.70)	1100m	1:22.18	(29.96)	
		1500m	1:55.33	(31.12)	1500m	1:53.63	(31.45)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	87 <b>Niek Bijma</b>		HB2		1:58.03	<b>2:03.48</b>	
	rd	3 <b>Suzanne Schulting</b>		DSA		1:57.02	<b>1:58.41</b>	
		<b>Niek Bijma</b>			<b>Suzanne Schulting</b>			
		300m	24.97	(24.97)	300m	24.77	(24.77)	
		700m	53.74	(28.77)	700m	52.86	(28.09)	
		1100m	1:25.80	(32.06)	1100m	1:23.82	(30.96)	
		1500m	2:03.48	(37.68)	1500m	1:58.41	(34.59)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	108 <b>Lieke Hoogendoorn</b>		DA2		2:02.58	<b>2:04.52</b>	
	bl	101 <b>Lucas Fabrie</b>		HB2		2:02.77	<b>2:04.92</b>	
		<b>Lieke Hoogendoorn</b>			<b>Lucas Fabrie</b>			
		300m	26.95	(26.95)	300m	26.58	(26.58)	
		700m	57.62	(30.67)	700m	57.71	(31.13)	
		1100m	1:30.06	(32.44)	1100m	1:30.72	(33.01)	
		1500m	2:04.52	(34.46)	1500m	2:04.92	(34.20)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	66 <b>Taeke Jongbloed</b>		HB2		1:58.37	<b>1:57.55</b>	PR
	rd	78 <b>Luke Zeliff</b>		HA2		1:57.22	<b>2:00.12</b>	
		<b>Taeke Jongbloed</b>			<b>Luke Zeliff</b>			
		300m	25.99	(25.99)	300m	25.80	(25.80)	
		700m	54.58	(28.59)	700m	54.91	(29.11)	
		1100m	1:24.94	(30.36)	1100m	1:26.38	(31.47)	
		1500m	1:57.55	(32.61)	1500m	2:00.12	(33.74)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	47 <b>Hilde Noppert</b>		DSA		2:04.62	<b>2:04.60</b>	PR
	bl	63 <b>Evi de Ruijter</b>		DA1		2:05.34	<b>2:03.07</b>	PR
		<b>Hilde Noppert</b>			<b>Evi de Ruijter</b>			
		300m	27.48	(27.48)	300m	27.20	(27.20)	
		700m	58.05	(30.57)	700m	57.36	(30.16)	
		1100m	1:30.42	(32.37)	1100m	1:29.16	(31.80)	
		1500m	2:04.60	(34.18)	1500m	2:03.07	(33.91)	

# Trainingwedstrijd KNSB- en topteams/deeln. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	106 <b>Isa Leroy</b>	DA2	2:04.93	<b>2:03.90</b>	PR
	rd	77 <b>Sylvia de Vries</b>	DN1	2:05.15	<b>2:04.99</b>	PR

### Isa Leroy

300m	26.70	(26.70)
700m	56.96	(30.26)
1100m	1:29.16	(32.20)
1500m	2:03.90	(34.74)

### Sylvia de Vries

300m	27.81	(27.81)
700m	58.49	(30.68)
1100m	1:30.65	(32.16)
1500m	2:04.99	(34.34)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	85 <b>Carlijn te Poele</b>	DC1	2:19.17	<b>2:17.65</b>	PR
	bl	71 <b>Elbrich Nicolay</b>	DA2	2:05.53	<b>2:11.96</b>	

### Carlijn te Poele

300m	28.71	(28.71)
700m	1:02.96	(34.25)
1100m	1:39.39	(36.43)
1500m	2:17.65	(38.26)

### Elbrich Nicolay

300m	28.13	(28.13)
700m	1:00.43	(32.30)
1100m	1:35.36	(34.93)
1500m	2:11.96	(36.60)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	102 <b>Lonneke Merkx</b>	DB2	2:19.43	<b>2:22.79</b>	
	rd	83 <b>Sep de Kraker</b>	HC1	2:06.36	<b>2:06.50</b>	

### Lonneke Merkx

300m	30.56	(30.56)
700m	1:06.13	(35.57)
1100m	1:43.66	(37.53)
1500m	2:22.79	(39.13)

### Sep de Kraker

300m	27.23	(27.23)
700m	58.22	(30.99)
1100m	1:31.75	(33.53)
1500m	2:06.50	(34.75)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	84 <b>Hiba Pals</b>	DC1	2:30.03	<b>2:28.08</b>	PR
	bl	124 <b>Yasmine Pals</b>	DB1	2:32.81	<b>2:30.27</b>	PR

### Hiba Pals

300m	30.89	(30.89)
700m	1:07.77	(36.88)
1100m	1:47.23	(39.46)
1500m	2:28.08	(40.85)

### Yasmine Pals

300m	31.11	(31.11)
700m	1:08.36	(37.25)
1100m	1:49.00	(40.64)
1500m	2:30.27	(41.27)