

1. Uitslag Pupillen DEF 100 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	96 Meyke de Haan	DPE	10	I	13.72		
2	31 Tim Nijboer	HPD	10	O	13.73	PR	
3	24 Doutzen Geertje Ferbeek	DPD	9	O	13.74	PR	
4	2 Michella De Jong	DPD	9	I	14.12		
5	23 Norah Müller	DPD	8	O	14.15	PR	
6	34 Hylke van der Heide	HPE	6	I	14.24	PR	
7	94 Damon Meester	HPD	8	I	14.50	PR	
8	28 Ingmar Leffertstra	HPD	7	I	14.62	PR	
9	78 Sven Adema	HPD	5	O	15.00		
10	35 Pim Oostenveld	HPE	1	I	15.14		
11	118 Lieke Zonderland	DPF	3	I	15.31	PR	
12	7 Marrit Brandsma	DPD	7	O	15.42		
13	45 Elvyra Koning	DPE	6	O	15.43		
14	33 Eline Pouwels	DPD	5	I	15.77		
15	41 Eline de Jager	DPE	4	O	15.81		
16	125 Nienke Dekens	DPE	3	O	15.94		
17	97 Rixt De Bruin	DPF	4	I	17.50		
18	77 Mirthe Adema	DPF	1	O	19.06	PR	

1. Rituitslag Pupillen DEF 100 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	35	Pim Oostenveld		HPE		15.14	
	rd	77	Mirthe Adema		DPF	19.18	19.06	PR
		Pim Oostenveld			Mirthe Adema			
		100m	15.14	(15.14)	100m	19.06	(19.06)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl							
	bl							
		m			m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	118	Lieke Zonderland		DPF	15.51	15.31	PR
	rd	125	Nienke Dekens		DPE	15.49	15.94	
		Lieke Zonderland			Nienke Dekens			
		100m	15.31	(15.31)	100m	15.94	(15.94)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	97	Rixt De Bruin		DPF	16.60	17.50	
	bl	41	Eline de Jager		DPE	15.73	15.81	
		Rixt De Bruin			Eline de Jager			
		100m	17.50	(17.50)	100m	15.81	(15.81)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	33	Eline Pouwels		DPD	15.06	15.77	
	rd	78	Sven Adema		HPD	14.89	15.00	
		Eline Pouwels			Sven Adema			
		100m	15.77	(15.77)	100m	15.00	(15.00)	

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	34	Hylke van der Heide		HPE	14.87	14.24	PR
	bl	45	Elvyra Koning		DPE	15.41	15.43	
			Hylke van der Heide		Elvyra Koning			
			100m	14.24	(14.24)	100m	15.43	(15.43)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	28	Ingmar Leffertstra		HPD	14.63	14.62	PR
	rd	7	Marrit Brandsma		DPD	14.76	15.42	
			Ingmar Leffertstra		Marrit Brandsma			
			100m	14.62	(14.62)	100m	15.42	(15.42)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	94	Damon Meester		HPD	14.70	14.50	PR
	bl	23	Norah Müller		DPD	14.26	14.15	PR
			Damon Meester		Norah Müller			
			100m	14.50	(14.50)	100m	14.15	(14.15)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	2	Michella De Jong		DPD	13.96	14.12	
	rd	24	Doutzen Geertje Ferbeek		DPD	13.80	13.74	PR
			Michella De Jong		Doutzen Geertje Ferbeek			
			100m	14.12	(14.12)	100m	13.74	(13.74)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	96	Meyke de Haan		DPE	13.68	13.72	
	bl	31	Tim Nijboer		HPD	13.74	13.73	PR
			Meyke de Haan		Tim Nijboer			
			100m	13.72	(13.72)	100m	13.73	(13.73)

2. Uitslag Pupillen BC 100 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	136 Silke Meems	DPB	32	I	11.91	PR	
2	98 Silvan Stroetinga	HPC	31	O	12.36	PR	
3	115 Fenna Mozes	DPB	31	I	12.42		
4	129 Lasse Kolder	HPC	32	O	12.57		
5	18 Marijn Elling	HPC	29	O	12.84		
	29 Philip Aalberts	HPB	29	I	12.84		
7	40 Niels de Jager	HPB	30	I	12.89	PR	
8	82 Marieke Doetjes	DPC	27	I	13.04	PR	
	46 Merle Bandsma	DPB	27	O	13.04		
10	3 Sylvan Radewalt	HPC	30	O	13.19		
11	43 Pim de Vries	HPB	28	O	13.45		
12	10 Julia Prins	DPB	23	I	13.49	PR	
13	117 Jelco Dijkstra	HPB	26	O	13.56	PR	
14	107 Nina Kok	DPB	28	I	13.77		
	42 Lauren De Jong	DPC	25	O	13.77		
16	104 Lara De Vries	DPB	24	I	13.81	PR	
17	22 Fardou Bijlsma	DPB	26	I	14.00		
18	119 Flow Ganzevoort	DPC	25	I	14.03		
19	19 Elske de Vries	DPC	23	O	14.05		
20	95 Yntze de Haan	HPC	24	O	14.10	PR	
21	127 Stella Kluwer	DPB	22	I	15.18		
22	124 Annegien Dekens	DPC	22	O	15.34		
	85 Jelle Zijlstra	HPB				WDR	

2. Rituitslag Pupillen BC 100 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
21	wt rd	85 Jelle Zijlstra	HPB	15.02		WDR
		<u>Jelle Zijlstra</u>				
					m	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	127 Stella Kluwer	DPB	14.89	15.18	
	bl	124 Annegien Dekens	DPC		15.34	
		<u>Stella Kluwer</u>				
		100m	15.18	(15.18)		
		<u>Annegien Dekens</u>				
		100m	15.34	(15.34)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	10 Julia Prins	DPB	13.98	13.49	PR
	rd	19 Elske de Vries	DPC	13.79	14.05	
		<u>Julia Prins</u>				
		100m	13.49	(13.49)		
		<u>Elske de Vries</u>				
		100m	14.05	(14.05)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	104 Lara De Vries	DPB	14.11	13.81	PR
	bl	95 Yntze de Haan	HPC	14.75	14.10	PR
		<u>Lara De Vries</u>				
		100m	13.81	(13.81)		
		<u>Yntze de Haan</u>				
		100m	14.10	(14.10)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	119 Flow Ganzevoort	DPC	13.65	14.03	
	rd	42 Lauren De Jong	DPC	13.55	13.77	
		<u>Flow Ganzevoort</u>				
		100m	14.03	(14.03)		
		<u>Lauren De Jong</u>				
		100m	13.77	(13.77)		

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	22 Fardou Bijlsma	DPB	13.71	14.00	
	bl	117 Jelco Dijkstra	HPB	13.63	13.56	PR
		Fardou Bijlsma			Jelco Dijkstra	
		100m 14.00 (14.00)			100m 13.56 (13.56)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
27	wt	82 Marieke Doetjes	DPC	13.44	13.04	PR
	rd	46 Merle Bandsma	DPB	13.01	13.04	
		Marieke Doetjes			Merle Bandsma	
		100m 13.04 (13.04)			100m 13.04 (13.04)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
28	gl	107 Nina Kok	DPB	13.44	13.77	
	bl	43 Pim de Vries	HPB	13.37	13.45	
		Nina Kok			Pim de Vries	
		100m 13.77 (13.77)			100m 13.45 (13.45)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
29	wt	29 Philip Aalberts	HPB	12.77	12.84	
	rd	18 Marijn Elling	HPC	12.69	12.84	
		Philip Aalberts			Marijn Elling	
		100m 12.84 (12.84)			100m 12.84 (12.84)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
30	gl	40 Niels de Jager	HPB	13.00	12.89	PR
	bl	3 Sylvan Radewalt	HPC	12.89	13.19	
		Niels de Jager			Sylvan Radewalt	
		100m 12.89 (12.89)			100m 13.19 (13.19)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
31	wt	115 Fenna Mozes	DPB	12.18	12.42	
	rd	98 Silvan Stroetinga	HPC	12.47	12.36	PR
		Fenna Mozes			Silvan Stroetinga	
		100m 12.42 (12.42)			100m 12.36 (12.36)	

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
32	gl	136	Silke Meems		DPB	12.00	11.91	PR
	bl	129	Lasse Kolder		HPC	12.39	12.57	
		Silke Meems			Lasse Kolder			
		100m	11.91	(11.91)	100m	12.57	(12.57)	

3. Uitslag Pupillen A en Junioren C 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	16 Hidde Salomons	HC1	49	O	43.76	PR	
2	112 Jolieke Zijlstra	DPA	46	I	45.21	PR	
3	6 Derek Graansma	HC1	48	O	45.68		
4	69 Sybrich Buisman	DC2	47	O	45.95		
5	11 Carlien Van den Heuvel	DC2	45	O	46.34		
6	14 Kaya van Otterlo	DC1	48	I	46.35		
7	21 Jesper ten Bloemendaal	HC1	46	O	46.58	PR	
8	113 Bente Dam	DC1	47	I	46.65		
9	44 Amber Soet	DC1	45	I	47.29		
10	79 Nouk van het Erve	DC1	44	I	47.44		
11	73 Julia Boersma	DPA	43	O	47.48	PR	
12	116 Krijn Dekens	HC1	44	O	47.87	PR	
13	87 Niels Schurer	HC1	41	I	48.01	PR	
14	13 Isa van Zellingen	DC1	42	O	48.41	PR	
15	134 Verena Jansen	DC2	43	I	48.68		
16	135 Ingmar Jansen	HPA	42	I	49.16		
17	32 Lieke Nijboer	DC1	41	O	49.30		
18	114 Amelie Brons	DC2	40	I	49.58	PR	
19	128 Alissa Albada	DC2	40	O	50.34	PR	
20	27 Danique Leffertstra	DPA	39	O	50.51		
21	106 Myrthe Zwaagstra	DPA	38	I	51.58	PR	
22	17 Lize Boons	DPA	37	I	52.19	PR	
23	110 Jonne Pieter Hijlkema	HC1	39	I	52.21		
24	111 Ilona Borger	DC2	38	O	52.75		
25	38 Jurre van Dijk	HPA	35	O	54.42		
26	102 Lars van der Horst	HC1	36	O	55.92		
27	126 Geert Dekens	HPA	33	I	58.04	PR	
28	133 Jelte Steenhuisen	HPA	36	I	58.24	PR	
29	109 Julia Kuiper	DC1	35	I	1:04.82		
30	1 Lynn van Baaren	DC1	50	I	1:18.70	FL	
	103 Mirna van der Terp	DC1	37	O	DNS		
	5 Allard van der Ende	HC1	49	I	DNS		
	8 Jolien Hazeveld	DC1	50	O	DNS		

3. Rituitslag Pupillen A en Junioren C 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
33	wt rd	126	Geert Dekens		HPA	1:02.34	58.04	PR
		Geert Dekens						
		100m	14.49	(14.49)		m		
		500m	58.04	(43.55)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
34	gl bl							
			m		m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
35	wt rd	109	Julia Kuiper		DC1	53.83	1:04.82	
		38	Jurre van Dijk		HPA	53.41	54.42	
		Julia Kuiper		Jurre van Dijk				
		100m	13.20	(13.20)	100m	14.36	(14.36)	
		500m	1:04.82	(51.62)	500m	54.42	(40.06)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
36	gl bl	133	Jelte Steenhuisen		HPA	58.55	58.24	PR
		102	Lars van der Horst		HC1	55.14	55.92	
		Jelte Steenhuisen		Lars van der Horst				
		100m	14.30	(14.30)	100m	13.86	(13.86)	
		500m	58.24	(43.94)	500m	55.92	(42.06)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
37	wt rd	17	Lize Boons		DPA	52.35	52.19	PR
		103	Mirna van der Terp		DC1	52.97	DNS	
		Lize Boons		Mirna van der Terp				
		100m	13.57	(13.57)				
		500m	52.19	(38.62)				

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
38	gl	106	Myrthe Zwaagstra		DPA	51.74	51.58	PR
	bl	111	Ilona Borger		DC2	51.95	52.75	
			Myrthe Zwaagstra				Ilona Borger	
			100m	13.42	(13.42)	100m	13.63	(13.63)
			500m	51.58	(38.16)	500m	52.75	(39.12)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
39	wt	110	Jonne Pieter Hijlkema		HC1	51.57	52.21	
	rd	27	Danique Leffertstra		DPA	50.00	50.51	
			Jonne Pieter Hijlkema				Danique Leffertstra	
			100m	13.50	(13.50)	100m	12.85	(12.85)
			500m	52.21	(38.71)	500m	50.51	(37.66)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
40	gl	114	Amelie Brons		DC2	50.18	49.58	PR
	bl	128	Alissa Albada		DC2	51.53	50.34	PR
			Amelie Brons				Alissa Albada	
			100m	13.35	(13.35)	100m	13.64	(13.64)
			500m	49.58	(36.23)	500m	50.34	(36.70)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
41	wt	87	Niels Schurer		HC1	48.65	48.01	PR
	rd	32	Lieke Nijboer		DC1	48.46	49.30	
			Niels Schurer				Lieke Nijboer	
			100m	12.89	(12.89)	100m	13.35	(13.35)
			500m	48.01	(35.12)	500m	49.30	(35.95)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
42	gl	135	Ingmar Jansen		HPA	48.83	49.16	
	bl	13	Isa van Zellingen		DC1	48.95	48.41	PR
			Ingmar Jansen				Isa van Zellingen	
			100m	13.07	(13.07)	100m	13.15	(13.15)
			500m	49.16	(36.09)	500m	48.41	(35.26)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
43	wt	134	Verena Jansen		DC2		48.12	48.68
	rd	73	Julia Boersma		DPA		48.16	47.48 PR
			Verena Jansen				Julia Boersma	
			100m	12.99	(12.99)	100m 12.63 (12.63)		
			500m	48.68	(35.69)	500m 47.48 (34.85)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
44	gl	79	Nouk van het Erve		DC1		47.01	47.44
	bl	116	Krijn Dekens		HC1		48.03	47.87 PR
			Nouk van het Erve				Krijn Dekens	
			100m	12.95	(12.95)	100m 13.01 (13.01)		
			500m	47.44	(34.49)	500m 47.87 (34.86)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
45	wt	44	Amber Soet		DC1		46.77	47.29
	rd	11	Carlien Van den Heuvel		DC2		46.17	46.34
			Amber Soet				Carlien Van den Heuvel	
			100m	12.48	(12.48)	100m 12.55 (12.55)		
			500m	47.29	(34.81)	500m 46.34 (33.79)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
46	gl	112	Jolieke Zijlstra		DPA		46.47	45.21 PR
	bl	21	Jesper ten Bloemendaal		HC1		46.80	46.58 PR
			Jolieke Zijlstra				Jesper ten Bloemendaal	
			100m	12.19	(12.19)	100m 12.64 (12.64)		
			500m	45.21	(33.02)	500m 46.58 (33.94)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
47	wt	113	Bente Dam		DC1		45.90	46.65
	rd	69	Sybrich Buisman		DC2		45.94	45.95
			Bente Dam				Sybrich Buisman	
			100m	12.41	(12.41)	100m 12.73 (12.73)		
			500m	46.65	(34.24)	500m 45.95 (33.22)		

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
48	gl	14	Kaya van Otterlo		DC1	45.34	46.35	
	bl	6	Derek Graansma		HC1	45.47	45.68	
			Kaya van Otterlo				Derek Graansma	
			100m	12.04	(12.04)	100m	12.57	(12.57)
			500m	46.35	(34.31)	500m	45.68	(33.11)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
49	wt	5	Allard van der Ende		HC1	42.21	DNS	
	rd	16	Hidde Salomons		HC1	44.22	43.76	PR
			Allard van der Ende				Hidde Salomons	
						100m	11.86	(11.86)
						500m	43.76	(31.90)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
50	gl	1	Lynn van Baaren		DC1	44.52	1:18.70	FL
	bl	8	Jolien Hazeveld		DC1	44.70	DNS	
			Lynn van Baaren				Jolien Hazeveld	
			100m	12.18	(12.18)			
			500m	1:18.70	(66.52)			

4. Uitslag 2e jaars C junioren en ouder 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	70 Zeger Berends	HB2	71	O	4:04.24	PR	
2	123 Ruud de Groot	HB1	70	O	4:08.58	PR	
3	60 Luca Stroetinga	HB1	71	I	4:14.35	PR	
4	105 Jelmer Tasma	HB1	68	O	4:14.36	PR	
5	52 Colin de Velde	HB1	68	I	4:15.56	PR	
6	49 Tijn Bijma	HB1	70	I	4:15.57	PR	
7	56 Jan Aesge van der Meer	HC2	59	O	4:16.30		
8	62 Ryan Draaisma	HC2	69	O	4:25.19		
9	91 Ties Mercur	HC2	67	I	4:30.03	PR	
10	80 Eline Teeninga	DB1	65	I	4:32.58	PR	
11	53 Anton Boersma	HC2	69	I	4:33.24	PR	
12	67 Mats Rabbinge	HB2	66	O	4:36.86	PR	
13	137 Bianca van der Meer	DN4	63	O	4:37.45		
14	48 Menthe Pietersma	DC2	67	O	4:38.09	PR	
15	90 Noortje Kappers	DC2	65	O	4:40.19	PR	
16	89 Wytse Hamstra	HC2	58	O	4:41.04		
17	92 Thijs Jorritsma	HB1	64	O	4:42.72	PR	
18	51 Maud de Vries	DC2	60	O	4:46.18	PR	
19	71 Joas van der Vaart	HC2	63	I	4:46.66	PR	
20	59 Tieme Bouma	HC2	59	I	4:47.42		
21	122 Roos de Vrieze	DA1	62	O	4:48.32	PR	
22	120 Gerianne Kromkamp	DB1	61	O	4:58.10	PR	
23	64 Britt Steg	DA1	62	I	4:59.95		
24	101 Sanne Beintema	DA2	61	I	5:00.30	PR	
25	47 Esmee Soet	DB1	60	I	5:02.80	PR	
26	36 Antje Ypma	DC2	58	I	5:03.00		
	83 Rixt Bijlsma	DC2	64	I	DQ	T09	
	72 Kyra Kamstra	DB1				WDR	

T09 - Hinderen tijdens het wisselen (254.6)

4. Rituitslag 2e jaars C junioren en ouder 3000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
58	wt	36	Antje Ypma		DC2		5:03.00	
	rd	89	Wytse Hamstra		HC2		4:41.04	
			Antje Ypma				Wytse Hamstra	
		200m	23.14	(23.14)	200m	22.06	(22.06)	
		600m	1:01.72	(38.58)	600m	58.02	(35.96)	
		1000m	1:40.64	(38.92)	1000m	1:35.40	(37.38)	
		1400m	2:20.29	(39.65)	1400m	2:12.90	(37.50)	
		1800m	3:00.96	(40.67)	1800m	2:49.94	(37.04)	
		2200m	3:41.69	(40.73)	2200m	3:27.41	(37.47)	
		2600m	4:22.92	(41.23)	2600m	4:04.86	(37.45)	
		3000m	5:03.00	(40.08)	3000m	4:41.04	(36.18)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
59	gl	59	Tieme Bouma		HC2		4:47.42	
	bl	56	Jan Aesge van der Meer		HC2		4:16.30	
			Tieme Bouma				Jan Aesge van der Meer	
		200m	21.82	(21.82)	200m	19.98	(19.98)	
		600m	56.99	(35.17)	600m	52.83	(32.85)	
		1000m	1:34.35	(37.36)	1000m	1:26.63	(33.80)	
		1400m	2:12.82	(38.47)	1400m	2:00.86	(34.23)	
		1800m	2:51.15	(38.33)	1800m	2:34.78	(33.92)	
		2200m	3:29.84	(38.69)	2200m	3:08.84	(34.06)	
		2600m	4:08.69	(38.85)	2600m	3:42.40	(33.56)	
		3000m	4:47.42	(38.73)	3000m	4:16.30	(33.90)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
60	wt	47 Esmee Soet	DB1	5:05.33	5:02.80	PR
	rd	51 Maud de Vries	DC2	4:58.36	4:46.18	PR

Esmee Soet

200m	22.56	(22.56)
600m	58.26	(35.70)
1000m	1:36.20	(37.94)
1400m	2:16.20	(40.00)
1800m	2:57.24	(41.04)
2200m	3:38.81	(41.57)
2600m	4:20.90	(42.09)
3000m	5:02.80	(41.90)

Maud de Vries

200m	21.89	(21.89)
600m	55.77	(33.88)
1000m	1:32.02	(36.25)
1400m	2:09.23	(37.21)
1800m	2:47.23	(38.00)
2200m	3:26.11	(38.88)
2600m	4:05.94	(39.83)
3000m	4:46.18	(40.24)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
61	gl	101 Sanne Beintema	DA2	5:13.41	5:00.30	PR
	bl	120 Gerianne Kromkamp	DB1	5:00.49	4:58.10	PR

Sanne Beintema

200m	23.19	(23.19)
600m	59.47	(36.28)
1000m	1:37.53	(38.06)
1400m	2:17.02	(39.49)
1800m	2:57.88	(40.86)
2200m	3:38.96	(41.08)
2600m	4:19.98	(41.02)
3000m	5:00.30	(40.32)

Gerianne Kromkamp

200m	23.53	(23.53)
600m	59.56	(36.03)
1000m	1:37.51	(37.95)
1400m	2:16.54	(39.03)
1800m	2:56.78	(40.24)
2200m	3:37.16	(40.38)
2600m	4:17.79	(40.63)
3000m	4:58.10	(40.31)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
62	wt	64 Britt Steg	DA1	4:52.43	4:59.95
	rd	122 Roos de Vrieze	DA1	4:52.48	4:48.32 PR

Britt Steg

200m	21.76	(21.76)
600m	55.82	(34.06)
1000m	1:32.39	(36.57)
1400m	2:11.10	(38.71)
1800m	2:51.69	(40.59)
2200m	3:33.70	(42.01)
2600m	4:16.42	(42.72)
3000m	4:59.95	(43.53)

Roos de Vrieze

200m	21.49	(21.49)
600m	55.47	(33.98)
1000m	1:31.77	(36.30)
1400m	2:09.84	(38.07)
1800m	2:48.86	(39.02)
2200m	3:28.66	(39.80)
2600m	4:09.01	(40.35)
3000m	4:48.32	(39.31)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
63	gl	71 Joas van der Vaart	HC2	4:55.23	4:46.66 PR
	bl	137 Bianca van der Meer	DN4	4:36.72	4:37.45

Joas van der Vaart

200m	21.17	(21.17)
600m	55.73	(34.56)
1000m	1:31.77	(36.04)
1400m	2:09.15	(37.38)
1800m	2:47.42	(38.27)
2200m	3:26.38	(38.96)
2600m	4:06.19	(39.81)
3000m	4:46.66	(40.47)

Bianca van der Meer

200m	21.39	(21.39)
600m	55.01	(33.62)
1000m	1:30.04	(35.03)
1400m	2:06.55	(36.51)
1800m	2:44.19	(37.64)
2200m	3:22.30	(38.11)
2600m	4:00.07	(37.77)
3000m	4:37.45	(37.38)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
64	wt	83 Rixt Bijlsma	DC2	4:48.33	DQ ^{T09}
	rd	92 Thijs Jorritsma	HB1	4:44.44	4:42.72 PR

Rixt Bijlsma

Thijs Jorritsma

200m	22.41	(22.41)
600m	56.87	(34.46)
1000m	1:32.85	(35.98)
1400m	2:10.12	(37.27)
1800m	2:47.96	(37.84)
2200m	3:25.93	(37.97)
2600m	4:04.79	(38.86)
3000m	4:42.72	(37.93)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
65	gl	80 Eline Teeninga	DB1	4:48.65	4:32.58 PR
	bl	90 Noortje Kappers	DC2	4:46.40	4:40.19 PR

Eline Teeninga

Noortje Kappers

200m	21.48	(21.48)	200m	21.06	(21.06)
600m	54.39	(32.91)	600m	53.12	(32.06)
1000m	1:29.04	(34.65)	1000m	1:27.52	(34.40)
1400m	2:05.02	(35.98)	1400m	2:04.48	(36.96)
1800m	2:41.46	(36.44)	1800m	2:42.13	(37.65)
2200m	3:18.22	(36.76)	2200m	3:20.26	(38.13)
2600m	3:55.31	(37.09)	2600m	3:59.69	(39.43)
3000m	4:32.58	(37.27)	3000m	4:40.19	(40.50)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
66	wt	72 Kyra Kamstra	DB1	4:37.75	WDR
	rd	67 Mats Rabbinge	HB2	4:43.10	4:36.86 PR

Kyra Kamstra

Mats Rabbinge

200m	20.55	(20.55)
600m	54.32	(33.77)
1000m	1:29.62	(35.30)
1400m	2:05.93	(36.31)
1800m	2:42.56	(36.63)
2200m	3:20.18	(37.62)
2600m	3:58.44	(38.26)
3000m	4:36.86	(38.42)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
67	gl	91 Ties Mercuur	HC2	4:43.90	4:30.03 PR
	bl	48 Menthe Pietersma	DC2	4:41.00	4:38.09 PR

Ties Mercuur

Menthe Pietersma

200m	21.83	(21.83)	200m	21.79	(21.79)
600m	56.24	(34.41)	600m	54.94	(33.15)
1000m	1:31.66	(35.42)	1000m	1:29.18	(34.24)
1400m	2:07.27	(35.61)	1400m	2:05.21	(36.03)
1800m	2:43.10	(35.83)	1800m	2:42.58	(37.37)
2200m	3:18.67	(35.57)	2200m	3:20.63	(38.05)
2600m	3:54.75	(36.08)	2600m	3:59.59	(38.96)
3000m	4:30.03	(35.28)	3000m	4:38.09	(38.50)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
68	wt	52 Colin de Velde	HB1	4:24.28	4:15.56	PR
	rd	105 Jelmer Tasma	HB1	4:21.06	4:14.36	PR

Colin de Velde

200m	19.40	(19.40)
600m	51.61	(32.21)
1000m	1:24.67	(33.06)
1400m	1:58.31	(33.64)
1800m	2:32.13	(33.82)
2200m	3:06.28	(34.15)
2600m	3:40.55	(34.27)
3000m	4:15.56	(35.01)

Jelmer Tasma

200m	20.46	(20.46)
600m	53.11	(32.65)
1000m	1:26.10	(32.99)
1400m	1:59.78	(33.68)
1800m	2:33.06	(33.28)
2200m	3:06.63	(33.57)
2600m	3:40.50	(33.87)
3000m	4:14.36	(33.86)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
69	gl	53 Anton Boersma	HC2	4:36.84	4:33.24	PR
	bl	62 Ryan Draaisma	HC2	4:19.77	4:25.19	

Anton Boersma

200m	20.21	(20.21)
600m	52.89	(32.68)
1000m	1:27.65	(34.76)
1400m	2:03.48	(35.83)
1800m	2:39.70	(36.22)
2200m	3:15.95	(36.25)
2600m	3:53.77	(37.82)
3000m	4:33.24	(39.47)

Ryan Draaisma

200m	19.87	(19.87)
600m	52.16	(32.29)
1000m	1:26.01	(33.85)
1400m	2:00.21	(34.20)
1800m	2:34.88	(34.67)
2200m	3:10.52	(35.64)
2600m	3:47.17	(36.65)
3000m	4:25.19	(38.02)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
70	wt	49 Tijn Bijma	HB1		4:18.83	4:15.57	PR
	rd	123 Ruud de Groot	HB1		4:17.30	4:08.58	PR
		Tijn Bijma			Ruud de Groot		
		200m	19.38	(19.38)	200m	19.98	(19.98)
		600m	51.10	(31.72)	600m	50.68	(30.70)
		1000m	1:23.35	(32.25)	1000m	1:23.15	(32.47)
		1400m	1:56.38	(33.03)	1400m	1:55.49	(32.34)
		1800m	2:30.04	(33.66)	1800m	2:28.46	(32.97)
		2200m	3:04.18	(34.14)	2200m	3:01.61	(33.15)
		2600m	3:39.73	(35.55)	2600m	3:34.92	(33.31)
		3000m	4:15.57	(35.84)	3000m	4:08.58	(33.66)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
71	gl	60 Luca Stroetinga	HB1		4:17.92	4:14.35	PR
	bl	70 Zeger Berends	HB2		4:06.60	4:04.24	PR
		Luca Stroetinga			Zeger Berends		
		200m	20.05	(20.05)	200m	19.96	(19.96)
		600m	51.85	(31.80)	600m	50.18	(30.22)
		1000m	1:24.28	(32.43)	1000m	1:21.14	(30.96)
		1400m	1:57.01	(32.73)	1400m	1:52.85	(31.71)
		1800m	2:30.04	(33.03)	1800m	2:25.04	(32.19)
		2200m	3:04.01	(33.97)	2200m	2:57.70	(32.66)
		2600m	3:38.52	(34.51)	2600m	3:30.86	(33.16)
		3000m	4:14.35	(35.83)	3000m	4:04.24	(33.38)

T09 - Hinderen tijdens het wisselen (254.6)

5. Uitslag B-junioren en ouder 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	131 Pieter-Jorn Gemser	H45	75	O	7:04.70		
2	65 Christian Groenhof	HA2	74	I	7:19.27		
3	86 Jelte Hellinga	HA1	73	O	7:23.55		
4	81 Kenzo Hanse	HB2	73	I	7:27.79		
5	99 Sem de Vries	HA1	74	O	8:22.72	PR	
6	108 Jim Bergkamp	HB1	75	I	8:32.26		
7	68 Marije Elferink-Gemser	D50	72	I	8:52.41		

5. Rituitslag B-junioren en ouder 5000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
72	wt rd	68 Marije Elferink-Gemser	D50		8:52.41	
Marije Elferink-Gemser						
		200m	25.79 (25.79)			m
		600m	1:05.42 (39.63)			
		1000m	1:46.30 (40.88)			
		1400m	2:27.39 (41.09)			
		1800m	3:08.26 (40.87)			
		2200m	3:49.63 (41.37)			
		2600m	4:31.38 (41.75)			
		3000m	5:13.56 (42.18)			
		3400m	5:58.31 (44.75)			
		3800m	6:42.18 (43.87)			
		4200m	7:25.47 (43.29)			
		4600m	8:09.10 (43.63)			
		5000m	8:52.41 (43.31)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
73	gl	81 Kenzo Hanse	HB2		7:27.79	
	bl	86 Jelte Hellinga	HA1		7:23.55	
Kenzo Hanse			Jelte Hellinga			
		200m	20.46 (20.46)	200m	20.27 (20.27)	
		600m	54.21 (33.75)	600m	53.06 (32.79)	
		1000m	1:28.19 (33.98)	1000m	1:26.92 (33.86)	
		1400m	2:02.80 (34.61)	1400m	2:00.64 (33.72)	
		1800m	2:37.45 (34.65)	1800m	2:34.50 (33.86)	
		2200m	3:12.94 (35.49)	2200m	3:08.77 (34.27)	
		2600m	3:49.07 (36.13)	2600m	3:43.82 (35.05)	
		3000m	4:25.48 (36.41)	3000m	4:19.34 (35.52)	
		3400m	5:01.82 (36.34)	3400m	4:55.65 (36.31)	
		3800m	5:38.50 (36.68)	3800m	5:32.12 (36.47)	
		4200m	6:15.20 (36.70)	4200m	6:08.54 (36.42)	
		4600m	6:52.14 (36.94)	4600m	6:45.71 (37.17)	
		5000m	7:27.79 (35.65)	5000m	7:23.55 (37.84)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
74	wt	65 Christian Groenhof			HA2	7:11.50	7:19.27	
	rd	99 Sem de Vries			HA1	8:30.61	8:22.72	PR
		Christian Groenhof			Sem de Vries			
		200m	20.68	(20.68)	200m	22.55	(22.55)	
		600m	54.95	(34.27)	600m	1:00.47	(37.92)	
		1000m	1:29.42	(34.47)	1000m	1:40.24	(39.77)	
		1400m	2:03.78	(34.36)	1400m	2:20.27	(40.03)	
		1800m	2:38.31	(34.53)	1800m	2:59.83	(39.56)	
		2200m	3:12.65	(34.34)	2200m	3:40.08	(40.25)	
		2600m	3:47.10	(34.45)	2600m	4:20.78	(40.70)	
		3000m	4:21.80	(34.70)	3000m	5:00.89	(40.11)	
		3400m	4:56.79	(34.99)	3400m	5:40.83	(39.94)	
		3800m	5:31.66	(34.87)	3800m	6:21.47	(40.64)	
		4200m	6:07.00	(35.34)	4200m	7:02.35	(40.88)	
		4600m	6:42.97	(35.97)	4600m	7:42.85	(40.50)	
		5000m	7:19.27	(36.30)	5000m	8:22.72	(39.87)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
75	gl	108 Jim Bergkamp			HB1		8:32.26	
	bl	131 Pieter-Jorn Gemser			H45	7:00.29	7:04.70	
		Jim Bergkamp			Pieter-Jorn Gemser			
		200m	22.31	(22.31)	200m	21.69	(21.69)	
		600m	59.39	(37.08)	600m	55.47	(33.78)	
		1000m	1:37.56	(38.17)	1000m	1:29.23	(33.76)	
		1400m	2:16.76	(39.20)	1400m	2:02.55	(33.32)	
		1800m	2:56.80	(40.04)	1800m	2:35.93	(33.38)	
		2200m	3:36.89	(40.09)	2200m	3:09.69	(33.76)	
		2600m	4:18.38	(41.49)	2600m	3:43.47	(33.78)	
		3000m	5:00.50	(42.12)	3000m	4:16.80	(33.33)	
		3400m	5:44.28	(43.78)	3400m	4:50.30	(33.50)	
		3800m	6:27.79	(43.51)	3800m	5:23.91	(33.61)	
		4200m	7:10.06	(42.27)	4200m	5:57.71	(33.80)	
		4600m	7:51.27	(41.21)	4600m	6:31.25	(33.54)	
		5000m	8:32.26	(40.99)	5000m	7:04.70	(33.45)	