

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	31 Jenning de Boo	HN1	12	I	34.55	PR	
2	24 Janno Botman	HSA	12	O	34.64		
3	29 Stefan Westenbroek	HN3	11	O	34.72		
4	35 Tijmen Snel	HSA	9	O	35.00		
5	38 Dai Dai N'tab	HSA	9	I	35.03		
6	50 Joep Wennemars	HN2	10	I	35.05	PR	
7	18 Kayo Vos	HN2	8	I	35.22	PR	
8	19 Armand Broos	HN4	7	O	35.23		
9	65 Rem de Hair	HN4	8	O	35.33		
10	45 Jarle Gerrits	HN3	10	O	35.57		
11	47 Sijmen Egberts	HN1	7	I	36.70	PR	
12	42 Jutta Leerdam	DSA	6	O	37.65		
13	57 Dione Voskamp	DSA	5	O	37.80		
14	21 Marrit Fledderus	DN4	5	I	37.83		
15	22 Michelle de Jong	DSA	6	I	37.84		
16	64 Marit van Beijnum	DN4	4	O	38.06	PR	
17	15 Pien Hersman	DN1	2	O	38.15	PR	
18	63 Maud Lugters	DN4	3	O	38.32	PR	
19	43 Antoinette Rijpma - de Jong	DSA	1	O	38.57		
20	48 Myrthe de Boer	DN3	2	I	39.00		
	62 Helga Drost	DSA	4	I	39.00		
22	58 Esther Kiel	DSA	1	I	40.17		
23	76 Anna Marit Sybrandi	DN1	3	I	42.21	PR	
	17 Sebas Diniz	HN3	11	I	DNF		

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	58	Esther Kiel		DSA		39.74	40.17
	rd	43	Antoinette Rijpma - de Jong		DSA		38.38	38.57
		<u>Esther Kiel</u>			<u>Antoinette Rijpma - de Jong</u>			
		100m	11.28	(11.28)	100m	10.86	(10.86)	
		500m	40.17	(28.89)	500m	38.57	(27.71)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	48	Myrthe de Boer		DN3		38.82	39.00
	bl	15	Pien Hersman		DN1		38.43	38.15 PR
		<u>Myrthe de Boer</u>			<u>Pien Hersman</u>			
		100m	11.08	(11.08)	100m	10.52	(10.52)	
		500m	39.00	(27.92)	500m	38.15	(27.63)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	76	Anna Marit Sybrandi		DN1		42.85	42.21 PR
	rd	63	Maud Lugters		DN4		38.35	38.32 PR
		<u>Anna Marit Sybrandi</u>			<u>Maud Lugters</u>			
		100m	12.00	(12.00)	100m	10.68	(10.68)	
		500m	42.21	(30.21)	500m	38.32	(27.64)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	62	Helga Drost		DSA		38.00	39.00
	bl	64	Marit van Beijnum		DN4		38.32	38.06 PR
		<u>Helga Drost</u>			<u>Marit van Beijnum</u>			
		100m	10.84	(10.84)	100m	10.48	(10.48)	
		500m	39.00	(28.16)	500m	38.06	(27.58)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	21	Marrit Fledderus		DN4		37.51	37.83
	rd	57	Dione Voskamp		DSA		37.53	37.80
		<u>Marrit Fledderus</u>			<u>Dione Voskamp</u>			
		100m	10.70	(10.70)	100m	10.56	(10.56)	
		500m	37.83	(27.13)	500m	37.80	(27.24)	

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	22	Michelle de Jong		DSA	37.48	37.84	
	bl	42	Jutta Leerdam		DSA	37.14	37.65	
		Michelle de Jong			Jutta Leerdam			
		100m	10.54	(10.54)	100m	10.62	(10.62)	
		500m	37.84	(27.30)	500m	37.65	(27.03)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	47	Sijmen Egberts		HN1	37.31	36.70	PR
	rd	19	Armand Broos		HN4	35.21	35.23	
		Sijmen Egberts			Armand Broos			
		100m	10.26	(10.26)	100m	9.96	(9.96)	
		500m	36.70	(26.44)	500m	35.23	(25.27)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	18	Kayo Vos		HN2	35.25	35.22	PR
	bl	65	Rem de Hair		HN4	35.26	35.33	
		Kayo Vos			Rem de Hair			
		100m	9.94	(9.94)	100m	9.80	(9.80)	
		500m	35.22	(25.28)	500m	35.33	(25.53)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	38	Dai Dai N'tab		HSA	34.15	35.03	
	rd	35	Tijmen Snel		HSA	34.82	35.00	
		Dai Dai N'tab			Tijmen Snel			
		100m	9.82	(9.82)	100m	9.84	(9.84)	
		500m	35.03	(25.21)	500m	35.00	(25.16)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	50	Joep Wennemars		HN2	35.11	35.05	PR
	bl	45	Jarle Gerrits		HN3	35.13	35.57	
		Joep Wennemars			Jarle Gerrits			
		100m	9.95	(9.95)	100m	10.06	(10.06)	
		500m	35.05	(25.10)	500m	35.57	(25.51)	

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
11	wt	17	Sebas Diniz		HN3		34.70		DNF
	rd	29	Stefan Westenbroek		HN3		34.72		34.72
		Sebas Diniz			Stefan Westenbroek				
		100m	9.64	(9.64)	100m	9.61	(9.61)		
					500m	34.72	(25.11)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
12	gl	31	Jenning de Boo		HN1		35.04		34.55 PR
	bl	24	Janno Botman		HSA		34.61		34.64
		Jenning de Boo			Janno Botman				
		100m	9.76	(9.76)	100m	9.68	(9.68)		
		500m	34.55	(24.79)	500m	34.64	(24.96)		

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

2. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	25 Louis Hollaar	HSA	10	I	1:08.28	PR	
2	44 Thomas Krol	HSB	10	O	1:08.34		
3	26 Hein Otterspeer	HSB	12	O	1:08.54		
4	23 Wesly Dijs	HSA	12	I	1:08.57		
5	39 Merijn Scheperkamp	HSA	9	O	1:08.88		
6	30 Tim Prins	HN1	11	O	1:09.07		
7	16 Gijs Esders	HSB	7	I	1:09.21		
8	37 Kai Verbij	HSA	8	O	1:09.23		
9	27 Mats Siemons	HN2	7	O	1:09.87		
10	40 Serge Yoro	HSA	9	I	1:10.36		
11	34 Lex Dijkstra	HSA	8	I	1:11.92		
12	3 Marijke Groenewoud	DSA	5	O	1:13.73	PR	
13	20 Femke Kok	DN4	6	O	1:14.20		
14	1 Elisa Dul	DSA	4	O	1:14.48	PR	
15	6 Melissa Wijfje	DSA	4	I	1:15.53		
16	49 Chloé Hoogendoorn	DN1	5	I	1:16.42		
17	13 Robin Groot	DN4	3	I	1:16.53	PR	
18	46 Merel Conijn	DN3	2	I	1:17.47		
19	14 Jade Groenewoud	DN1	1	I	1:17.81	PR	
20	36 Reina Anema	DSA	1	O	1:18.30		
	61 Pien Smit	DN1	3	O	DNF		
	56 Naomi Verkerk	DSA	6	I	DNF		
	28 Kjeld Nuis	HSB	11	I	DNF		

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

2. Rituitslag 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	14	Jade Groenewoud		DN1		1:18.05	1:17.81	PR
	rd	36	Reina Anema		DSA		1:17.39	1:18.30	

Jade Groenewoud

200m	19.15	(19.15)
600m	47.82	(28.67)
1000m	1:17.81	(29.99)

Reina Anema

200m	19.47	(19.47)
600m	48.47	(29.00)
1000m	1:18.30	(29.83)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	46	Merel Conijn		DN3		1:16.66	1:17.47	
	bl								

Merel Conijn

200m	18.85	(18.85)
600m	47.60	(28.75)
1000m	1:17.47	(29.87)

m

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	13	Robin Groot		DN4		1:17.09	1:16.53	PR
	rd	61	Pien Smit		DN1		1:15.60	DNF	

Robin Groot

200m	18.98	(18.98)
600m	47.25	(28.27)
1000m	1:16.53	(29.28)

Pien Smit

200m	18.37	(18.37)
600m	46.43	(28.06)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	6	Melissa Wijffe		DSA		1:15.05	1:15.53	
	bl	1	Elisa Dul		DSA		1:15.19	1:14.48	PR

Melissa Wijffe

200m	18.79	(18.79)
600m	46.88	(28.09)
1000m	1:15.53	(28.65)

Elisa Dul

200m	18.19	(18.19)
600m	45.59	(27.40)
1000m	1:14.48	(28.89)

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	49	Chloé Hoogendoorn		DN1		1:15.41	1:16.42	
	rd	3	Marijke Groenewoud		DSA		1:15.20	1:13.73	PR
		Chloé Hoogendoorn			Marijke Groenewoud				
		200m	18.43	(18.43)	200m	18.52	(18.52)		
		600m	46.18	(27.75)	600m	45.85	(27.33)		
		1000m	1:16.42	(30.24)	1000m	1:13.73	(27.88)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	56	Naomi Verkerk		DSA		1:15.33	DNF	
	bl	20	Femke Kok		DN4		1:12.87	1:14.20	
		Naomi Verkerk			Femke Kok				
		200m	18.01	(18.01)	200m	17.79	(17.79)		
		600m	45.24	(27.23)	600m	44.81	(27.02)		
					1000m	1:14.20	(29.39)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	16	Gijs Esders		HSB		1:08.67	1:09.21	
	rd	27	Mats Siemons		HN2		1:09.31	1:09.87	
		Gijs Esders			Mats Siemons				
		200m	16.76	(16.76)	200m	16.61	(16.61)		
		600m	42.06	(25.30)	600m	42.06	(25.45)		
		1000m	1:09.21	(27.15)	1000m	1:09.87	(27.81)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	34	Lex Dijkstra		HSA		1:11.69	1:11.92	
	bl	37	Kai Verbij		HSA		1:06.34	1:09.23	
		Lex Dijkstra			Kai Verbij				
		200m	18.05	(18.05)	200m	16.73	(16.73)		
		600m	44.60	(26.55)	600m	42.05	(25.32)		
		1000m	1:11.92	(27.32)	1000m	1:09.23	(27.18)		

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	40	Serge Yoro		HSA	1:08.37	1:10.36	
	rd	39	Merijn Scheperkamp		HSA	1:07.46	1:08.88	
		Serge Yoro			Merijn Scheperkamp			
		200m	17.25	(17.25)	200m	16.35	(16.35)	
		600m	42.71	(25.46)	600m	41.55	(25.20)	
		1000m	1:10.36	(27.65)	1000m	1:08.88	(27.33)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	25	Louis Hollaar		HSA	1:08.43	1:08.28	PR
	bl	44	Thomas Krol		HSB	1:06.25	1:08.34	
		Louis Hollaar			Thomas Krol			
		200m	16.71	(16.71)	200m	16.56	(16.56)	
		600m	41.89	(25.18)	600m	41.60	(25.04)	
		1000m	1:08.28	(26.39)	1000m	1:08.34	(26.74)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	28	Kjeld Nuis		HSB	1:06.18	DNF	
	rd	30	Tim Prins		HN1	1:07.96	1:09.07	
		Kjeld Nuis			Tim Prins			
		200m	16.64	(16.64)	200m	16.52	(16.52)	
		600m	42.01	(25.37)	600m	41.61	(25.09)	
					1000m	1:09.07	(27.46)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	23	Wesly Dijs		HSA	1:07.86	1:08.57	
	bl	26	Hein Otterspeer		HSB	1:06.95	1:08.54	
		Wesly Dijs			Hein Otterspeer			
		200m	16.98	(16.98)	200m	16.71	(16.71)	
		600m	42.24	(25.26)	600m	41.66	(24.95)	
		1000m	1:08.57	(26.33)	1000m	1:08.54	(26.88)	

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

3. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	74 Lars Woelders	HN3	1	I	6:37.83		

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

3. Rituitslag 5000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd Info
1	wt rd	74 Lars Woelders	HN3	6:37.70 6:37.83

Lars Woelders

200m	19.50	(19.50)	m
600m	50.14	(30.64)	
1000m	1:21.06	(30.92)	
1400m	1:52.16	(31.10)	
1800m	2:23.03	(30.87)	
2200m	2:54.07	(31.04)	
2600m	3:25.39	(31.32)	
3000m	3:56.94	(31.55)	
3400m	4:28.71	(31.77)	
3800m	5:00.59	(31.88)	
4200m	5:33.05	(32.46)	
4600m	6:05.53	(32.48)	
5000m	6:37.83	(32.30)	

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

4. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	53 Chris Huizinga	HSA	5	O	3:40.87	PR	
2	41 Beau Snellink	HN4	5	I	3:40.98		
3	32 Marcel Bosker	HSA	8	I	3:42.41		
4	33 Remo Slotegraaf	HN3	7	O	3:42.63	PR	
5	54 Remco Stam	HN1	4	I	3:43.52	PR	
6	52 Kars Jansman	HSA	8	O	3:44.50		
7	4 Tjerk de Boer	HSA	7	I	3:45.23		
8	5 Sjoerd den Hertog	HSB	6	O	3:45.88	PR	
9	9 Daan Gelling	HN4	3	I	3:47.41	PR	
10	8 Gert Wierda	HN2	6	I	3:47.98		
11	10 Jordy Harink	HSA	4	O	3:48.37	PR	
12	55 Mats Stoltenborg	HSB	3	O	3:52.78		
13	66 Sanne in 't Hof	DSA	2	I	4:04.27		
14	7 Arianna Pruisscher	DSA	1	I	4:05.64	PR	
15	73 Angel Daleman	DB2	1	O	4:11.95	TRC	
16	68 Lisan van der Linde	DN2	2	O	4:28.46		

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

4. Rituitslag 3000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	7	Arianna Pruisscher		DSA		4:10.57	4:05.64	PR
	rd	73	Angel Daleman		DB2		4:11.75	4:11.95	TRC

Arianna Pruisscher

200m	21.16	(21.16)
600m	53.12	(31.96)
1000m	1:24.73	(31.61)
1400m	1:56.79	(32.06)
1800m	2:28.82	(32.03)
2200m	3:01.05	(32.23)
2600m	3:33.35	(32.30)
3000m	4:05.64	(32.29)

Angel Daleman

200m	20.36	(20.36)
600m	52.28	(31.92)
1000m	1:24.85	(32.57)
1400m	1:57.65	(32.80)
1800m	2:31.18	(33.53)
2200m	3:04.92	(33.74)
2600m	3:38.79	(33.87)
3000m	4:11.95	(33.16)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	66	Sanne in 't Hof		DSA		4:01.67	4:04.27	
	bl	68	Lisan van der Linde		DN2		4:22.90	4:28.46	

Sanne in 't Hof

200m	20.96	(20.96)
600m	52.02	(31.06)
1000m	1:23.29	(31.27)
1400m	1:55.03	(31.74)
1800m	2:26.96	(31.93)
2200m	2:59.08	(32.12)
2600m	3:31.46	(32.38)
3000m	4:04.27	(32.81)

Lisan van der Linde

200m	21.47	(21.47)
600m	54.08	(32.61)
1000m	1:27.31	(33.23)
1400m	2:00.97	(33.66)
1800m	2:35.52	(34.55)
2200m	3:11.30	(35.78)
2600m	3:49.06	(37.76)
3000m	4:28.46	(39.40)

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	9	Daan Gelling		HN4			3:49.21	3:47.41 PR
	rd	55	Mats Stoltenborg		HSB			3:50.53	3:52.78
		Daan Gelling			Mats Stoltenborg				
		200m	19.32	(19.32)	200m	19.51	(19.51)		
		600m	48.85	(29.53)	600m	48.87	(29.36)		
		1000m	1:18.11	(29.26)	1000m	1:18.98	(30.11)		
		1400m	1:48.03	(29.92)	1400m	1:49.32	(30.34)		
		1800m	2:17.88	(29.85)	1800m	2:19.35	(30.03)		
		2200m	2:47.52	(29.64)	2200m	2:49.78	(30.43)		
		2600m	3:17.36	(29.84)	2600m	3:20.77	(30.99)		
		3000m	3:47.41	(30.05)	3000m	3:52.78	(32.01)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	54	Remco Stam		HN1			3:51.82	3:43.52 PR
	bl	10	Jordy Harink		HSA			3:49.22	3:48.37 PR
		Remco Stam			Jordy Harink				
		200m	19.10	(19.10)	200m	19.97	(19.97)		
		600m	47.94	(28.84)	600m	49.71	(29.74)		
		1000m	1:17.11	(29.17)	1000m	1:19.36	(29.65)		
		1400m	1:46.18	(29.07)	1400m	1:49.03	(29.67)		
		1800m	2:15.13	(28.95)	1800m	2:18.91	(29.88)		
		2200m	2:43.96	(28.83)	2200m	2:48.61	(29.70)		
		2600m	3:13.27	(29.31)	2600m	3:18.23	(29.62)		
		3000m	3:43.52	(30.25)	3000m	3:48.37	(30.14)		

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	41	Beau Snellink		HN4		3:39.91	3:40.98	
	rd	53	Chris Huizinga		HSA		3:42.03	3:40.87	PR
		Beau Snellink			Chris Huizinga				
		200m	18.99	(18.99)	200m	18.95	(18.95)		
		600m	47.78	(28.79)	600m	48.49	(29.54)		
		1000m	1:16.43	(28.65)	1000m	1:17.74	(29.25)		
		1400m	1:45.03	(28.60)	1400m	1:47.26	(29.52)		
		1800m	2:13.64	(28.61)	1800m	2:16.50	(29.24)		
		2200m	2:42.55	(28.91)	2200m	2:45.51	(29.01)		
		2600m	3:11.58	(29.03)	2600m	3:13.06	(27.55)		
		3000m	3:40.98	(29.40)	3000m	3:40.87	(27.81)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	8	Gert Wierda		HN2		3:42.63	3:47.98	
	bl	5	Sjoerd den Hertog		HSB		3:47.26	3:45.88	PR
		Gert Wierda			Sjoerd den Hertog				
		200m	19.03	(19.03)	200m	19.23	(19.23)		
		600m	48.33	(29.30)	600m	48.44	(29.21)		
		1000m	1:18.24	(29.91)	1000m	1:17.89	(29.45)		
		1400m	1:48.34	(30.10)	1400m	1:47.42	(29.53)		
		1800m	2:18.37	(30.03)	1800m	2:17.06	(29.64)		
		2200m	2:48.11	(29.74)	2200m	2:46.75	(29.69)		
		2600m	3:18.06	(29.95)	2600m	3:16.23	(29.48)		
		3000m	3:47.98	(29.92)	3000m	3:45.88	(29.65)		

Trainingwedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
7	wt	4	Tjerk de Boer		HSA		3:44.93	3:45.23	
	rd	33	Remo Slotegraaf		HN3		3:43.96	3:42.63	PR
		Tjerk de Boer			Remo Slotegraaf				
		200m	18.52	(18.52)	200m	19.15	(19.15)		
		600m	47.15	(28.63)	600m	48.51	(29.36)		
		1000m	1:16.24	(29.09)	1000m	1:17.82	(29.31)		
		1400m	1:45.48	(29.24)	1400m	1:47.10	(29.28)		
		1800m	2:14.59	(29.11)	1800m	2:16.33	(29.23)		
		2200m	2:44.05	(29.46)	2200m	2:45.48	(29.15)		
		2600m	3:14.05	(30.00)	2600m	3:13.80	(28.32)		
		3000m	3:45.23	(31.18)	3000m	3:42.63	(28.83)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
8	gl	32	Marcel Bosker		HSA		3:36.33	3:42.41	
	bl	52	Kars Jansman		HSA		3:42.14	3:44.50	
		Marcel Bosker			Kars Jansman				
		200m	18.89	(18.89)	200m	19.25	(19.25)		
		600m	48.37	(29.48)	600m	48.29	(29.04)		
		1000m	1:17.88	(29.51)	1000m	1:17.40	(29.11)		
		1400m	1:47.33	(29.45)	1400m	1:46.80	(29.40)		
		1800m	2:16.48	(29.15)	1800m	2:16.46	(29.66)		
		2200m	2:45.64	(29.16)	2200m	2:45.69	(29.23)		
		2600m	3:13.91	(28.27)	2600m	3:14.93	(29.24)		
		3000m	3:42.41	(28.50)	3000m	3:44.50	(29.57)		

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

5. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	67 Max Douma	HSA	3	O	1:51.54		
2	2 Irene Schouten	DSB	4	O	1:55.65		
3	75 Wisse Slendebroek	HA2	1	I	1:58.90	HT	
4	11 Bente Kerkhoff	DN3	4	I	2:00.77		
5	69 Romée Ebbinge	DSA	2	O	2:01.63	HT PR	
6	70 Esmee Visser	DSA	2	I	2:01.95	HT	
7	76 Anna Marit Sybrandi	DN1	1	O	2:03.23	HT PR	
	12 Joy Beune	DSA	3	I	DNF		

Trainingwedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

22 december 2023

5. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	75	Wisse Slendebroek		HA2	1:58.18		1:58.90	HT
	rd	76	Anna Marit Sybrandi		DN1	2:04.53		2:03.23	HT PR

Wisse Slendebroek

300m	27.18	(27.18)
700m	57.26	(30.08)
1100m	1:27.87	(30.61)
1500m	1:58.90	(31.03)

Anna Marit Sybrandi

300m	27.95	(27.95)
700m	58.86	(30.91)
1100m	1:30.61	(31.75)
1500m	2:03.23	(32.62)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	70	Esmee Visser		DSA	1:57.69		2:01.95	HT
	bl	69	Romée Ebbinge		DSA	2:02.07		2:01.63	HT PR

Esmee Visser

300m	28.51	(28.51)
700m	59.13	(30.62)
1100m	1:30.12	(30.99)
1500m	2:01.95	(31.83)

Romée Ebbinge

300m	26.60	(26.60)
700m	56.36	(29.76)
1100m	1:28.14	(31.78)
1500m	2:01.63	(33.49)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	12	Joy Beune		DSA	1:52.78		DNF	
	rd	67	Max Douma		HSA	1:51.36		1:51.54	

Joy Beune

300m	26.36	(26.36)
700m	54.62	(28.26)
1100m	1:23.82	(29.20)

Max Douma

300m	24.80	(24.80)
700m	52.44	(27.64)
1100m	1:21.02	(28.58)
1500m	1:51.54	(30.52)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	11	Bente Kerkhoff		DN3	1:59.64		2:00.77	
	bl	2	Irene Schouten		DSB	1:52.12		1:55.65	

Bente Kerkhoff

300m	26.82	(26.82)
700m	56.11	(29.29)
1100m	1:27.60	(31.49)
1500m	2:00.77	(33.17)

Irene Schouten

300m	26.16	(26.16)
700m	54.83	(28.67)
1100m	1:24.81	(29.98)
1500m	1:55.65	(30.84)