

1. Uitslag Pupillen AB 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	79 Bernt Hut	HPA	16	I	1:25.13	PR	
2	35 Van Es Sigrïd	DPA	16	O	1:26.41		
3	43 Stevin Visser	HPA	15	O	1:28.91	PR	
4	110 Hidde Salomons	HPA	14	O	1:33.65	PR	
5	82 Jolien Hazeveld	DPA	15	I	1:37.16		
6	97 Jurre Valkenburg	HPB	1	I	1:37.32		
7	50 Lieke Nijboer	DPA	11	O	1:38.17	PR	
8	64 Bente Dam	DPA	13	O	1:38.65	PR	
9	2 Djura Lubbinge	DPA	13	I	1:40.66	PR	
10	25 Lynn van Baaren	DPA	14	I	1:41.21	PR	
11	54 Myrthe Kooiker	DPA	4	O	1:42.61		
12	24 Isa van Zellingen	DPA	3	I	1:42.82		
13	42 Derek Graansma	HPA	7	I	1:43.15	PR	
14	39 Jasmijn Snijder	DPA	12	I	1:43.89	PR	
15	105 Nick van der Staal	HPB	4	I	1:46.24		
16	101 Niels Schurer	HPA	5	O	1:48.47		
17	21 Julia Boersma	DPB	11	I	1:48.51		
18	96 Hessel Hagedoorn	HPA	10	O	1:48.86	PR	
19	84 Larissa Feenstra	DPA	9	O	1:49.64	PR	
20	118 Lara van den Berg	DPA	10	I	1:50.15		
21	5 Myrthe Zwaagstra	DPB	12	O	1:51.03		
22	7 Linn Erdsieck	DPB	9	I	1:51.05	PR	
23	90 Matthijs Jacobs-Monsees	HPB	6	O	1:51.27		
24	98 Mirna van der Terp	DPA	8	O	1:51.98	PR	
25	72 Jurre Van Dijk	HPB	5	I	1:52.08		
26	61 Phylïne Naberman	DPB	8	I	1:52.23	PR	
27	100 Famke Van Deursen	DPA	6	I	1:57.59	PR	
28	122 Mara Nossin	DPB	3	O	1:59.15	HT FL	
29	146 Julia Kuiper	DPA	1	O	2:02.59		
30	11 Ranomi Schaap	DPB	7	O	2:04.16		

1. Rituitslag Pupillen AB 1000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	97	Jurre Valkenburg					1:37.32
	rd	146	Julia Kuiper					2:02.59
		<u>Jurre Valkenburg</u>			<u>Julia Kuiper</u>			
		200m	22.17	(22.17)	200m	25.35	(25.35)	
		600m	59.24	(37.07)	600m	1:12.57	(47.22)	
		1000m	1:37.32	(38.08)	1000m	2:02.59	(50.02)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl							
	bl							
		<u>m</u>			<u>m</u>			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	24	Isa van Zellingen					1:42.82
	rd	122	Mara Nossin					1:59.15 HT FL
		<u>Isa van Zellingen</u>			<u>Mara Nossin</u>			
		200m	23.48	(23.48)	200m	26.03	(26.03)	
		600m	1:01.65	(38.17)	600m	1:10.77	(44.74)	
		1000m	1:42.82	(41.17)	1000m	1:59.15	(48.38)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	105	Nick van der Staal					1:46.24
	bl	54	Myrthe Kooiker					1:42.61
		<u>Nick van der Staal</u>			<u>Myrthe Kooiker</u>			
		200m	22.49	(22.49)	200m	23.04	(23.04)	
		600m	1:02.40	(39.91)	600m	1:01.67	(38.63)	
		1000m	1:46.24	(43.84)	1000m	1:42.61	(40.94)	

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
5	wt	72	Jurre Van Dijk		HPB				1:52.08	
	rd	101	Niels Schurer		HPA				1:48.47	
		<u>Jurre Van Dijk</u>			<u>Niels Schurer</u>					
		200m	25.26	(25.26)	200m	24.67	(24.67)			
		600m	1:08.24	(42.98)	600m	1:04.91	(40.24)			
		1000m	1:52.08	(43.84)	1000m	1:48.47	(43.56)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
6	gl	100	Famke Van Deursen		DPA			2:05.22	1:57.59	PR
	bl	90	Matthijs Jacobs-Monsees		HPB				1:51.27	
		<u>Famke Van Deursen</u>			<u>Matthijs Jacobs-Monsees</u>					
		200m	24.74	(24.74)	200m	24.07	(24.07)			
		600m	1:08.49	(43.75)	600m	1:05.42	(41.35)			
		1000m	1:57.59	(49.10)	1000m	1:51.27	(45.85)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
7	wt	42	Derek Graansma		HPA			1:59.61	1:43.15	PR
	rd	11	Ranomi Schaap		DPB			2:01.97	2:04.16	
		<u>Derek Graansma</u>			<u>Ranomi Schaap</u>					
		200m	23.45	(23.45)	200m	25.72	(25.72)			
		600m	1:03.02	(39.57)	600m	1:12.03	(46.31)			
		1000m	1:43.15	(40.13)	1000m	2:04.16	(52.13)			

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info
8	gl	61	Phyline Naberman		DPB			1:57.60	1:52.23	PR
	bl	98	Mirna van der Terp		DPA			1:55.57	1:51.98	PR
		<u>Phyline Naberman</u>			<u>Mirna van der Terp</u>					
		200m	25.69	(25.69)	200m	26.59	(26.59)			
		600m	1:07.44	(41.75)	600m	1:08.70	(42.11)			
		1000m	1:52.23	(44.79)	1000m	1:51.98	(43.28)			

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	7 Linn Erdsieck	DPB		1:51.64	1:51.05	PR
	rd	84 Larissa Feenstra	DPA		1:50.46	1:49.64	PR
		<u>Linn Erdsieck</u>			<u>Larissa Feenstra</u>		
		200m	25.73	(25.73)	200m	24.79	(24.79)
		600m	1:07.47	(41.74)	600m	1:05.87	(41.08)
		1000m	1:51.05	(43.58)	1000m	1:49.64	(43.77)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	118 Lara van den Berg	DPA		1:50.08	1:50.15	
	bl	96 Hessel Hagedoorn	HPA		1:50.07	1:48.86	PR
		<u>Lara van den Berg</u>			<u>Hessel Hagedoorn</u>		
		200m	24.36	(24.36)	200m	24.07	(24.07)
		600m	1:05.58	(41.22)	600m	1:05.33	(41.26)
		1000m	1:50.15	(44.57)	1000m	1:48.86	(43.53)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	21 Julia Boersma	DPB		1:46.27	1:48.51	
	rd	50 Lieke Nijboer	DPA		1:40.28	1:38.17	PR
		<u>Julia Boersma</u>			<u>Lieke Nijboer</u>		
		200m	23.90	(23.90)	200m	22.77	(22.77)
		600m	1:03.80	(39.90)	600m	59.74	(36.97)
		1000m	1:48.51	(44.71)	1000m	1:38.17	(38.43)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	39 Jasmijn Snijder	DPA		1:47.72	1:43.89	PR
	bl	5 Myrthe Zwaagstra	DPB		1:49.38	1:51.03	
		<u>Jasmijn Snijder</u>			<u>Myrthe Zwaagstra</u>		
		200m	23.71	(23.71)	200m	24.46	(24.46)
		600m	1:03.14	(39.43)	600m	1:06.34	(41.88)
		1000m	1:43.89	(40.75)	1000m	1:51.03	(44.69)

Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
13	wt	2	Djura Lubbinge		DPA			1:42.77	1:40.66	PR	
	rd	64	Bente Dam		DPA			1:38.81	1:38.65	PR	
		<u>Djura Lubbinge</u>			<u>Bente Dam</u>						
		200m	23.34	(23.34)	200m	22.81	(22.81)				
		600m	59.97	(36.63)	600m	59.29	(36.48)				
		1000m	1:40.66	(40.69)	1000m	1:38.65	(39.36)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
14	gl	25	Lynn van Baaren		DPA			1:42.49	1:41.21	PR	
	bl	110	Hidde Salomons		HPA			1:37.93	1:33.65	PR	
		<u>Lynn van Baaren</u>			<u>Hidde Salomons</u>						
		200m	21.64	(21.64)	200m	21.66	(21.66)				
		600m	58.74	(37.10)	600m	56.49	(34.83)				
		1000m	1:41.21	(42.47)	1000m	1:33.65	(37.16)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
15	wt	82	Jolien Hazeveld		DPA			1:37.06	1:37.16		
	rd	43	Stevin Visser		HPA			1:30.14	1:28.91	PR	
		<u>Jolien Hazeveld</u>			<u>Stevin Visser</u>						
		200m	22.51	(22.51)	200m	21.23	(21.23)				
		600m	59.30	(36.79)	600m	54.26	(33.03)				
		1000m	1:37.16	(37.86)	1000m	1:28.91	(34.65)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
16	gl	79	Bernt Hut		HPA			1:29.47	1:25.13	PR	
	bl	35	Van Es Sigrid		DPA			1:23.66	1:26.41		
		<u>Bernt Hut</u>			<u>Van Es Sigrid</u>						
		200m	20.26	(20.26)	200m	20.25	(20.25)				
		600m	51.71	(31.45)	600m	51.66	(31.41)				
		1000m	1:25.13	(33.42)	1000m	1:26.41	(34.75)				

2. Uitslag Pupillen 700 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	38 Silke Meems	DPC	17	O	1:07.67		
2	41 Miriam van Es	DPB	28	I	1:07.96		
3	52 Ilana Hokse	DPC	27	I	1:09.46	PR	
4	88 Esra Alkema	DPC	27	O	1:11.36	PR	
5	33 Jesper ten Bloemendaal	HPA	21	O	1:11.93		
6	69 Anna de Vegt	DPC	19	O	1:12.03		
7	81 Femke Hazeveld	DPC	28	O	1:12.13	PR	
8	28 Renske Kromkamp	DPC	20	I	1:13.66		
9	30 Sophie Kooiker	DPC	26	I	1:15.25	PR	
10	62 Elin de Vries	DPA	19	I	1:16.19		
11	44 Pim de Vries	HPC	25	O	1:16.87	PR	
12	137 Evy Dijkstra	DPB	17	I	1:17.25		
13	32 Romée Lanser	DPB	25	I	1:17.63	PR	
14	123 Lieke Sijbranda	DPC	22	I	1:20.01		
15	74 Nick Peek	HPB	23	I	1:21.30	PR	
16	37 Niels de Jager	HPC	23	O	1:22.98	PR	
17	132 Jente de Haan	HPA	24	I	1:23.27	PR	
18	116 Loïss van der Zwaag	DPB	20	O	1:23.66		
19	9 Yfke Vries	DPC	26	O	1:25.07		
20	102 Jonne Pieter Hijlkema	HPA	22	O	1:26.44	PR	
21	141 Annemare van den Berg	DPA	21	I	1:28.76		
22	76 Ela de Groot	DPC	24	O	1:34.15	PR	

2. Rituitslag Pupillen 700 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	137	Evy Dijkstra		DPB		1:17.25	
	rd	38	Silke Meems		DPC		1:07.67	
		Evy Dijkstra			Silke Meems			
		300m	33.80	(33.80)	300m	30.74	(30.74)	
		700m	1:17.25	(43.45)	700m	1:07.67	(36.93)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl							
	bl							
		m			m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt	62	Elin de Vries		DPA		1:16.19	
	rd	69	Anna de Vegt		DPC		1:12.03	
		Elin de Vries			Anna de Vegt			
		300m	33.54	(33.54)	300m	32.79	(32.79)	
		700m	1:16.19	(42.65)	700m	1:12.03	(39.24)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	28	Renske Kromkamp		DPC		1:13.66	
	bl	116	Loïss van der Zwaag		DPB		1:23.66	
		Renske Kromkamp			Loïss van der Zwaag			
		300m	33.48	(33.48)	300m	36.74	(36.74)	
		700m	1:13.66	(40.18)	700m	1:23.66	(46.92)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
21	wt	141	Annemare van den Berg		DPA		1:28.76	
	rd	33	Jesper ten Bloemendaal		HPA		1:11.93	
		Annemare van den Berg			Jesper ten Bloemendaal			
		300m	38.07	(38.07)	300m	32.67	(32.67)	
		700m	1:28.76	(50.69)	700m	1:11.93	(39.26)	

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
22	gl	123	Lieke Sijbranda		DPC		1:20.01	
	bl	102	Jonne Pieter Hijlkema		HPA	1:37.01	1:26.44	PR
			Lieke Sijbranda				Jonne Pieter Hijlkema	
			300m	35.49	(35.49)	300m	38.56	(38.56)
			700m	1:20.01	(44.52)	700m	1:26.44	(47.88)
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
23	wt	74	Nick Peek		HPB	1:25.01	1:21.30	PR
	rd	37	Niels de Jager		HPC	1:29.08	1:22.98	PR
			Nick Peek				Niels de Jager	
			300m	36.12	(36.12)	300m	37.00	(37.00)
			700m	1:21.30	(45.18)	700m	1:22.98	(45.98)
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
24	gl	132	Jente de Haan		HPA	1:24.89	1:23.27	PR
	bl	76	Ela de Groot		DPC	1:35.36	1:34.15	PR
			Jente de Haan				Ela de Groot	
			300m	37.77	(37.77)	300m	40.82	(40.82)
			700m	1:23.27	(45.50)	700m	1:34.15	(53.33)
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
25	wt	32	Romée Lanser		DPB	1:21.88	1:17.63	PR
	rd	44	Pim de Vries		HPC	1:17.44	1:16.87	PR
			Romée Lanser				Pim de Vries	
			300m	35.21	(35.21)	300m	35.32	(35.32)
			700m	1:17.63	(42.42)	700m	1:16.87	(41.55)
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
26	gl	30	Sophie Kooiker		DPC	1:17.07	1:15.25	PR
	bl	9	Yfke Vries		DPC	1:23.55	1:25.07	
			Sophie Kooiker				Yfke Vries	
			300m	33.03	(33.03)	300m	37.66	(37.66)
			700m	1:15.25	(42.22)	700m	1:25.07	(47.41)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
27	wt	52 Ilana Hokse		DPC		1:10.53	1:09.46	PR
	rd	88 Esra Alkema		DPC		1:11.71	1:11.36	PR
		Ilana Hokse			Esra Alkema			
		300m	31.63	(31.63)	300m	32.81	(32.81)	
		700m	1:09.46	(37.83)	700m	1:11.36	(38.55)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
28	gl	41 Miriam van Es		DPB		1:06.60	1:07.96	
	bl	81 Femke Hazeveld		DPC		1:12.72	1:12.13	PR
		Miriam van Es			Femke Hazeveld			
		300m	30.76	(30.76)	300m	32.67	(32.67)	
		700m	1:07.96	(37.20)	700m	1:12.13	(39.46)	

3. Uitslag Junioren C en ouder 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	150 Tom Nijdam	HN2	56	I	1:55.44		
2	151 Donald Stappenbelt	HN2	55	O	1:59.81		
3	86 Laurens Taekema	H45	55	I	2:07.61		
4	73 Ryan Draaisma	HC1	53	O	2:07.92		
5	119 Nyncke Dijkstra	DN3	54	O	2:08.01	PR	
6	16 Anton Boersma	HC1	51	I	2:10.24		
7	155 Tessa Oudman	DSA	54	I	2:10.52		
8	66 Geert Fekken	H50	52	I	2:11.28		
9	6 Marrit Bosma	DC2	52	O	2:14.46	PR	
10	143 Jim Bergkamp	HC2	50	I	2:15.97	PR	
11	75 Jasper Knulst	H50	50	O	2:16.22		
12	60 Rosa-Lynn Compagner	DB1	51	O	2:16.45		
13	65 Piet Siemonsma	H70	49	I	2:20.65		
14	138 Annamarie Boersma	DSA	47	I	2:21.62	PR	
15	46 Maud de Vries	DC1	47	O	2:23.45	PR	
16	83 Tieme Bouma	HC1	48	I	2:25.61	PR	
17	71 Fimme van Dijk	HC1	46	I	2:26.62	PR	
18	87 Marlies de Jong	D60	48	O	2:26.74		
19	148 Gijs Dalstra	HC2	44	I	2:28.67	PR	
20	104 Brent Movrin	HB2	45	I	2:29.03		
21	70 Marlon van Oosten	DC1	38	O	2:30.79		
22	14 Joas van der Vaart	HC1	45	O	2:31.01		
23	157 Vera Nijboer	DC2	46	O	2:31.68		
24	55 Andrea de Jong	DC1	43	I	2:33.08	PR	
25	56 Gideon Westhoff	HC1	39	O	2:34.49		
26	58 Rhodé Westhoff	DC1	37	O	2:36.39		
27	13 Kevin van Cleef	H40	41	O	2:37.17		
28	94 Jildou de Haan	DC2	44	O	2:37.60	PR	
29	3 Jefta Pierik	HB2	41	I	2:37.87	PR	
30	40 Silke Vries	DC1	43	O	2:38.19		
31	127 Niels de Leeuw	HC2	42	I	2:41.49	PR	
32	53 Feya Hollak	DC1	40	O	2:41.73	PR	
33	130 Marit Veenstra	DA1	39	I	2:42.16	PR	
34	1 Tim Pierik	HC2	38	I	2:47.35		
35	80 Kim Kuiper	DC1	35	I	2:52.59		
36	49 Femke van Beuzekom	DB2	40	I	3:10.60		
37	17 Emma van der Tol	DC1	35	O	3:15.08	FL	
38	92 Frederique Jacobs-Monsees	DB1	37	I	3:30.09		

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
124	Joas van Wijngaarden	HC1				WDR	
107	Sverre Jens Wolters	HC1				WDR	
112	Tosca Mulder	DN2				WDR	
139	Dyon Talsma	HN4				WDR	

3. Rituitslag Junioren C en ouder 1500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
35	wt	80 Kim Kuiper		DC1			2:52.59	
	rd	17 Emma van der Tol		DC1			3:15.08	FL
		Kim Kuiper			Emma van der Tol			
		300m	36.16	(36.16)	300m	35.98	(35.98)	
		700m	1:20.39	(44.23)	700m	1:32.92	(56.94)	
		1100m	2:06.51	(46.12)	1100m	2:20.29	(47.37)	
		1500m	2:52.59	(46.08)	1500m	3:15.08	(54.79)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
36	gl							
	bl							
		m			m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
37	wt	92 Frederique Jacobs-Monsees		DB1			3:30.09	
	rd	58 Rhodé Westhoff		DC1			2:36.39	
		Frederique Jacobs-Monsees			Rhodé Westhoff			
		300m	44.40	(44.40)	300m	33.41	(33.41)	
		700m	1:40.17	(55.77)	700m	1:12.68	(39.27)	
		1100m	2:35.86	(55.69)	1100m	1:54.13	(41.45)	
		1500m	3:30.09	(54.23)	1500m	2:36.39	(42.26)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
38	gl	1 Tim Pierik		HC2			2:47.35	
	bl	70 Marlon van Oosten		DC1			2:30.79	
		Tim Pierik			Marlon van Oosten			
		300m	34.95	(34.95)	300m	31.76	(31.76)	
		700m	1:17.57	(42.62)	700m	1:10.33	(38.57)	
		1100m	2:02.13	(44.56)	1100m	1:50.53	(40.20)	
		1500m	2:47.35	(45.22)	1500m	2:30.79	(40.26)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
39	wt	130 Marit Veenstra	DA1	3:07.41	2:42.16	PR
	rd	56 Gideon Westhoff	HC1		2:34.49	

Marit Veenstra

300m	33.36	(33.36)
700m	1:12.61	(39.25)
1100m	1:55.70	(43.09)
1500m	2:42.16	(46.46)

Gideon Westhoff

300m	32.87	(32.87)
700m	1:12.73	(39.86)
1100m	1:53.83	(41.10)
1500m	2:34.49	(40.66)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	49 Femke van Beuzekom	DB2	3:07.59	3:10.60	
	bl	53 Feya Hollak	DC1	2:46.67	2:41.73	PR

Femke van Beuzekom

300m	39.46	(39.46)
700m	1:28.18	(48.72)
1100m	2:19.53	(51.35)
1500m	3:10.60	(51.07)

Feya Hollak

300m	33.65	(33.65)
700m	1:14.36	(40.71)
1100m	1:57.47	(43.11)
1500m	2:41.73	(44.26)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
41	wt	3 Jefta Pierik	HB2	2:39.53	2:37.87	PR
	rd	13 Kevin van Cleef	H40	2:30.34	2:37.17	

Jefta Pierik

300m	34.13	(34.13)
700m	1:13.74	(39.61)
1100m	1:56.11	(42.37)
1500m	2:37.87	(41.76)

Kevin van Cleef

300m	35.26	(35.26)
700m	1:14.61	(39.35)
1100m	1:55.37	(40.76)
1500m	2:37.17	(41.80)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
42	gl	127 Niels de Leeuw	HC2	2:41.73	2:41.49	PR
	bl	124 Joas van Wijngaarden	HC1	2:40.11	WDR	

Niels de Leeuw

300m	33.73	(33.73)
700m	1:14.71	(40.98)
1100m	1:58.15	(43.44)
1500m	2:41.49	(43.34)

Joas van Wijngaarden

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
43	wt	55	Andrea de Jong		DC1	2:36.35	2:33.08	PR
	rd	40	Silke Vries		DC1	2:35.48	2:38.19	
			Andrea de Jong				Silke Vries	
			300m	32.44	(32.44)	300m	33.43	(33.43)
			700m	1:11.41	(38.97)	700m	1:13.22	(39.79)
			1100m	1:52.27	(40.86)	1100m	1:55.14	(41.92)
			1500m	2:33.08	(40.81)	1500m	2:38.19	(43.05)
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
44	gl	148	Gijs Dalstra		HC2	2:34.23	2:28.67	PR
	bl	94	Jildou de Haan		DC2	2:38.14	2:37.60	PR
			Gijs Dalstra				Jildou de Haan	
			300m	32.12	(32.12)	300m	32.42	(32.42)
			700m	1:08.81	(36.69)	700m	1:11.72	(39.30)
			1100m	1:47.77	(38.96)	1100m	1:55.06	(43.34)
			1500m	2:28.67	(40.90)	1500m	2:37.60	(42.54)
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
45	wt	104	Brent Movrin		HB2	2:28.79	2:29.03	
	rd	14	Joas van der Vaart		HC1	2:30.80	2:31.01	
			Brent Movrin				Joas van der Vaart	
			300m	29.63	(29.63)	300m	31.20	(31.20)
			700m	1:07.15	(37.52)	700m	1:09.29	(38.09)
			1100m	1:47.81	(40.66)	1100m	1:50.00	(40.71)
			1500m	2:29.03	(41.22)	1500m	2:31.01	(41.01)
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
46	gl	71	Fimme van Dijk		HC1	2:31.19	2:26.62	PR
	bl	157	Vera Nijboer		DC2	2:31.49	2:31.68	
			Fimme van Dijk				Vera Nijboer	
			300m	30.86	(30.86)	300m	32.66	(32.66)
			700m	1:08.46	(37.60)	700m	1:10.53	(37.87)
			1100m	1:48.65	(40.19)	1100m	1:50.88	(40.35)
			1500m	2:26.62	(37.97)	1500m	2:31.68	(40.80)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
47	wt	138 Annamarie Boersma	DSA	2:23.54	2:21.62	PR
	rd	46 Maud de Vries	DC1	2:23.53	2:23.45	PR

Annamarie Boersma

300m	30.39	(30.39)
700m	1:04.82	(34.43)
1100m	1:41.97	(37.15)
1500m	2:21.62	(39.65)

Maud de Vries

300m	30.88	(30.88)
700m	1:06.88	(36.00)
1100m	1:44.60	(37.72)
1500m	2:23.45	(38.85)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
48	gl	83 Tieme Bouma	HC1	2:25.86	2:25.61	PR
	bl	87 Marlies de Jong	D60	2:22.42	2:26.74	

Tieme Bouma

300m	30.90	(30.90)
700m	1:07.65	(36.75)
1100m	1:45.93	(38.28)
1500m	2:25.61	(39.68)

Marlies de Jong

300m	31.59	(31.59)
700m	1:07.53	(35.94)
1100m	1:46.31	(38.78)
1500m	2:26.74	(40.43)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
49	wt	65 Piet Siemonsma	H70	2:05.11	2:20.65	
	rd	107 Sverre Jens Wolters	HC1	2:19.09	WDR	

Piet Siemonsma

300m	30.76	(30.76)
700m	1:06.13	(35.37)
1100m	1:43.16	(37.03)
1500m	2:20.65	(37.49)

Sverre Jens Wolters

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
50	gl	143 Jim Bergkamp	HC2	2:17.38	2:15.97	PR
	bl	75 Jasper Knulst	H50	2:11.23	2:16.22	

Jim Bergkamp

300m	28.63	(28.63)
700m	1:03.00	(34.37)
1100m	1:39.06	(36.06)
1500m	2:15.97	(36.91)

Jasper Knulst

300m	29.06	(29.06)
700m	1:02.12	(33.06)
1100m	1:38.20	(36.08)
1500m	2:16.22	(38.02)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
51	wt	16 Anton Boersma	HC1	2:10.13	2:10.24	
	rd	60 Rosa-Lynn Compagner	DB1	2:12.86	2:16.45	
		<u>Anton Boersma</u>			<u>Rosa-Lynn Compagner</u>	
		300m 27.58 (27.58)			300m 29.10 (29.10)	
		700m 59.85 (32.27)			700m 1:03.38 (34.28)	
		1100m 1:33.91 (34.06)			1100m 1:39.40 (36.02)	
		1500m 2:10.24 (36.33)			1500m 2:16.45 (37.05)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
52	gl	66 Geert Fekken	H50	2:08.99	2:11.28	
	bl	6 Marrit Bosma	DC2	2:15.07	2:14.46	PR
		<u>Geert Fekken</u>			<u>Marrit Bosma</u>	
		300m 28.53 (28.53)			300m 28.92 (28.92)	
		700m 1:01.10 (32.57)			700m 1:01.48 (32.56)	
		1100m 1:35.12 (34.02)			1100m 1:36.83 (35.35)	
		1500m 2:11.28 (36.16)			1500m 2:14.46 (37.63)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
53	wt	112 Tosca Mulder	DN2	2:07.01	WDR	
	rd	73 Ryan Draaisma	HC1	2:06.29	2:07.92	
		<u>Tosca Mulder</u>			<u>Ryan Draaisma</u>	
					300m 27.33 (27.33)	
					700m 58.71 (31.38)	
					1100m 1:32.75 (34.04)	
					1500m 2:07.92 (35.17)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
54	gl	155 Tessa Oudman	DSA	2:08.82	2:10.52	
	bl	119 Nyncke Dijkstra	DN3	2:08.08	2:08.01	PR
		<u>Tessa Oudman</u>			<u>Nyncke Dijkstra</u>	
		300m 27.31 (27.31)			300m 28.16 (28.16)	
		700m 58.71 (31.40)			700m 59.81 (31.65)	
		1100m 1:32.88 (34.17)			1100m 1:33.15 (33.34)	
		1500m 2:10.52 (37.64)			1500m 2:08.01 (34.86)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
55	wt	86 Laurens Taekema	H45	2:03.37	2:07.61
	rd	151 Donald Stappenbelt	HN2	1:55.00	1:59.81

Laurens Taekema

300m	27.75	(27.75)
700m	59.29	(31.54)
1100m	1:32.78	(33.49)
1500m	2:07.61	(34.83)

Donald Stappenbelt

300m	25.54	(25.54)
700m	54.18	(28.64)
1100m	1:25.61	(31.43)
1500m	1:59.81	(34.20)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
56	gl	150 Tom Nijdam	HN2	1:54.25	1:55.44
	bl	139 Dyon Talsma	HN4	1:54.46	WDR

Tom Nijdam

300m	25.19	(25.19)
700m	52.88	(27.69)
1100m	1:22.66	(29.78)
1500m	1:55.44	(32.78)

Dyon Talsma

4. Uitslag Junioren C en ouder 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	149 Jesse van Buren	HA1	68	I	4:00.87	PR	
2	135 Arjan Elferink	H50	67	O	4:08.29		
3	152 Julian Kant	HA1	65	O	4:09.03	PR	
4	153 Lars Mans	HB2	68	O	4:13.80	PR	
5	15 Jarno Haitjema	HA1	66	O	4:16.74	PR	
6	22 Anton van der Tol	HB1	66	I	4:16.93	PR	
7	133 Eva-Sofie Elferink	DB1	63	I	4:23.97	PR	
8	156 Vishwaraj Jadeja	HSB	67	I	4:25.19		
9	117 Jade Zijlstra	DB1	63	O	4:27.29	PR	
10	8 Luca Stroetinga	HC2	65	I	4:30.36	PR	
11	27 Doede Wind	H50	64	O	4:32.52		
12	144 Jelmer Tasma	HC2	64	I	4:36.03		
13	10 Corien de Jong	DA2	61	O	4:46.89	PR	
14	111 Freya Goerres	DB2	61	I	4:49.73	PR	
15	18 Kaya Kolder	DC2	62	I	4:53.86	PR	
16	68 Rianne Gerritsen	D40	62	O	4:58.26	PR	
17	154 Lonneke Merckx	DB2	60	I	5:00.32		
18	31 Gerianne Kromkamp	DC2	59	I	5:00.82		
19	115 Andrina Weerman	DSA	60	O	5:10.97		
20	134 Marije Elferink-Gemser	D50	57	I	5:14.08	PR	
21	19 Marriët van der Tol	DA1	58	I	5:17.98		
22	26 Alyne Goerres	DC2	58	O	5:22.54		
23	114 Ulrike Weerman	DSA	59	O	5:36.00		

4. Rituitslag Junioren C en ouder 3000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
57	wt rd	134 Marije Elferink-Gemser	D50	5:26.28	5:14.08 PR

Marije Elferink-Gemser

Distance	Time	PR
200m	26.18	(26.18)
600m	1:06.16	(39.98)
1000m	1:47.16	(41.00)
1400m	2:28.54	(41.38)
1800m	3:09.89	(41.35)
2200m	3:51.20	(41.31)
2600m	4:32.77	(41.57)
3000m	5:14.08	(41.31)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
58	gl	19 Marriët van der Tol	DA1	5:10.67	5:17.98
	bl	26 Alyne Goerres	DC2	5:21.36	5:22.54

Marriët van der Tol

Distance	Time	PR
200m	23.24	(23.24)
600m	1:01.90	(38.66)
1000m	1:42.90	(41.00)
1400m	2:24.84	(41.94)
1800m	3:07.14	(42.30)
2200m	3:50.39	(43.25)
2600m	4:34.20	(43.81)
3000m	5:17.98	(43.78)

Alyne Goerres

Distance	Time	PR
200m	25.14	(25.14)
600m	1:05.67	(40.53)
1000m	1:47.78	(42.11)
1400m	2:30.07	(42.29)
1800m	3:12.51	(42.44)
2200m	3:55.67	(43.16)
2600m	4:39.38	(43.71)
3000m	5:22.54	(43.16)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
59	wt	31 Gerianne Kromkamp	DC2	5:00.49	5:00.82
	rd	114 Ulrike Weerman	DSA	5:11.95	5:36.00

Gerianne Kromkamp

200m	23.01	(23.01)
600m	59.88	(36.87)
1000m	1:38.84	(38.96)
1400m	2:19.76	(40.92)
1800m	3:00.61	(40.85)
2200m	3:41.18	(40.57)
2600m	4:21.66	(40.48)
3000m	5:00.82	(39.16)

Ulrike Weerman

200m	23.67	(23.67)
600m	1:03.89	(40.22)
1000m	1:47.07	(43.18)
1400m	2:31.80	(44.73)
1800m	3:17.51	(45.71)
2200m	4:03.50	(45.99)
2600m	4:49.74	(46.24)
3000m	5:36.00	(46.26)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
60	gl	154 Lonneke Merkx	DB2	4:58.72	5:00.32
	bl	115 Andrina Weerman	DSA	5:09.72	5:10.97

Lonneke Merkx

200m	22.55	(22.55)
600m	59.58	(37.03)
1000m	1:37.70	(38.12)
1400m	2:16.78	(39.08)
1800m	2:56.62	(39.84)
2200m	3:37.16	(40.54)
2600m	4:18.41	(41.25)
3000m	5:00.32	(41.91)

Andrina Weerman

200m	23.97	(23.97)
600m	1:03.72	(39.75)
1000m	1:43.93	(40.21)
1400m	2:24.37	(40.44)
1800m	3:05.45	(41.08)
2200m	3:46.74	(41.29)
2600m	4:28.33	(41.59)
3000m	5:10.97	(42.64)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
61	wt	111 Freya Goerres		DB2		4:53.12	4:49.73	PR
	rd	10 Corien de Jong		DA2		4:52.75	4:46.89	PR
<u>Freya Goerres</u>			<u>Corien de Jong</u>					
		200m	22.20	(22.20)		200m	22.21	(22.21)
		600m	57.83	(35.63)		600m	57.46	(35.25)
		1000m	1:34.46	(36.63)		1000m	1:34.28	(36.82)
		1400m	2:12.23	(37.77)		1400m	2:12.05	(37.77)
		1800m	2:51.00	(38.77)		1800m	2:50.44	(38.39)
		2200m	3:30.02	(39.02)		2200m	3:28.75	(38.31)
		2600m	4:09.86	(39.84)		2600m	4:07.85	(39.10)
		3000m	4:49.73	(39.87)		3000m	4:46.89	(39.04)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
62	gl	18 Kaya Kolder		DC2		4:54.98	4:53.86	PR
	bl	68 Rianne Gerritsen		D40		4:58.91	4:58.26	PR
<u>Kaya Kolder</u>			<u>Rianne Gerritsen</u>					
		200m	22.12	(22.12)		200m	23.28	(23.28)
		600m	56.22	(34.10)		600m	59.17	(35.89)
		1000m	1:32.56	(36.34)		1000m	1:36.65	(37.48)
		1400m	2:11.07	(38.51)		1400m	2:15.61	(38.96)
		1800m	2:50.94	(39.87)		1800m	2:55.36	(39.75)
		2200m	3:31.63	(40.69)		2200m	3:36.10	(40.74)
		2600m	4:12.47	(40.84)		2600m	4:17.33	(41.23)
		3000m	4:53.86	(41.39)		3000m	4:58.26	(40.93)

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
63	wt	133	Eva-Sofie Elferink		DB1		4:27.74	4:23.97 PR
	rd	117	Jade Zijlstra		DB1		4:41.19	4:27.29 PR
			Eva-Sofie Elferink				Jade Zijlstra	
			200m	21.24	(21.24)	200m 22.43 (22.43)		
			600m	54.94	(33.70)	600m 55.17 (32.74)		
			1000m	1:28.89	(33.95)	1000m 1:28.72 (33.55)		
			1400m	2:03.38	(34.49)	1400m 2:03.11 (34.39)		
			1800m	2:38.11	(34.73)	1800m 2:38.41 (35.30)		
			2200m	3:13.42	(35.31)	2200m 3:14.14 (35.73)		
			2600m	3:48.69	(35.27)	2600m 3:50.59 (36.45)		
			3000m	4:23.97	(35.28)	3000m 4:27.29 (36.70)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
64	gl	144	Jelmer Tasma		HC2		4:32.54	4:36.03
	bl	27	Doede Wind		H50		4:32.01	4:32.52
			Jelmer Tasma				Doede Wind	
			200m	21.21	(21.21)	200m 21.57 (21.57)		
			600m	55.47	(34.26)	600m 54.46 (32.89)		
			1000m	1:31.45	(35.98)	1000m 1:28.95 (34.49)		
			1400m	2:08.35	(36.90)	1400m 2:04.80 (35.85)		
			1800m	2:44.74	(36.39)	1800m 2:41.33 (36.53)		
			2200m	3:21.54	(36.80)	2200m 3:17.97 (36.64)		
			2600m	3:58.60	(37.06)	2600m 3:55.05 (37.08)		
			3000m	4:36.03	(37.43)	3000m 4:32.52 (37.47)		

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
65	wt	8 Luca Stroetinga	HC2	4:31.64	4:30.36	PR
	rd	152 Julian Kant	HA1	4:23.33	4:09.03	PR
		<u>Luca Stroetinga</u>			<u>Julian Kant</u>	
		200m	20.08 (20.08)	200m	19.87 (19.87)	
		600m	54.13 (34.05)	600m	51.15 (31.28)	
		1000m	1:28.69 (34.56)	1000m	1:22.74 (31.59)	
		1400m	2:03.74 (35.05)	1400m	1:54.80 (32.06)	
		1800m	2:39.25 (35.51)	1800m	2:27.54 (32.74)	
		2200m	3:15.47 (36.22)	2200m	3:01.01 (33.47)	
		2600m	3:52.53 (37.06)	2600m	3:35.08 (34.07)	
		3000m	4:30.36 (37.83)	3000m	4:09.03 (33.95)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
66	gl	22 Anton van der Tol	HB1	4:26.27	4:16.93	PR
	bl	15 Jarno Haitjema	HA1	4:22.65	4:16.74	PR
		<u>Anton van der Tol</u>			<u>Jarno Haitjema</u>	
		200m	20.26 (20.26)	200m	20.44 (20.44)	
		600m	52.95 (32.69)	600m	52.52 (32.08)	
		1000m	1:26.10 (33.15)	1000m	1:25.33 (32.81)	
		1400m	1:59.84 (33.74)	1400m	1:58.82 (33.49)	
		1800m	2:33.80 (33.96)	1800m	2:33.13 (34.31)	
		2200m	3:08.35 (34.55)	2200m	3:07.62 (34.49)	
		2600m	3:42.75 (34.40)	2600m	3:42.43 (34.81)	
		3000m	4:16.93 (34.18)	3000m	4:16.74 (34.31)	

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
67	wt	156 Vishwaraj Jadeja	HSB		4:19.39	4:25.19
	rd	135 Arjan Elferink	H50		4:01.38	4:08.29

Vishwaraj Jadeja

200m	20.29	(20.29)
600m	53.31	(33.02)
1000m	1:26.56	(33.25)
1400m	2:00.88	(34.32)
1800m	2:35.91	(35.03)
2200m	3:11.68	(35.77)
2600m	3:48.33	(36.65)
3000m	4:25.19	(36.86)

Arjan Elferink

200m	20.62	(20.62)
600m	52.75	(32.13)
1000m	1:24.53	(31.78)
1400m	1:56.61	(32.08)
1800m	2:28.88	(32.27)
2200m	3:01.65	(32.77)
2600m	3:34.77	(33.12)
3000m	4:08.29	(33.52)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
68	gl	149 Jesse van Buren	HA1		4:03.83	4:00.87 PR
	bl	153 Lars Mans	HB2		4:19.57	4:13.80 PR

Jesse van Buren

200m	19.70	(19.70)
600m	49.78	(30.08)
1000m	1:20.59	(30.81)
1400m	1:51.73	(31.14)
1800m	2:23.55	(31.82)
2200m	2:55.51	(31.96)
2600m	3:27.91	(32.40)
3000m	4:00.87	(32.96)

Lars Mans

200m	20.30	(20.30)
600m	52.09	(31.79)
1000m	1:25.11	(33.02)
1400m	1:57.60	(32.49)
1800m	2:30.69	(33.09)
2200m	3:04.65	(33.96)
2600m	3:39.08	(34.43)
3000m	4:13.80	(34.72)

5. Uitslag Junioren B en ouder 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	4 Johan Bouwhuis	HA2	71	I	6:52.30	PR	
2	20 Pieter-Jorn Gemser	H45	71	O	7:03.24		
3	36 Christian Groenhof	HA1	72	O	7:11.50	PR	
4	23 Willem de Vries	HN3	72	I	7:41.38	PR	
5	45 Bianca van der Meer	DN3	70	O	7:51.95	PR	
6	99 Jasmin van der Terp	DA2	69	I	8:05.77	PR	
7	91 Wessel Jacobs-Monsees	HA1	70	I	8:17.34		

5. Rituitslag Junioren B en ouder 5000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
69	wt rd	99 Jasmin van der Terp	DA2	8:17.35	8:05.77 PR

Jasmin van der Terp

Distance	Time	PR
200m	22.55	(22.55)
600m	58.18	(35.63)
1000m	1:34.31	(36.13)
1400m	2:11.02	(36.71)
1800m	2:48.47	(37.45)
2200m	3:26.23	(37.76)
2600m	4:04.40	(38.17)
3000m	4:42.85	(38.45)
3400m	5:22.43	(39.58)
3800m	6:03.10	(40.67)
4200m	6:44.04	(40.94)
4600m	7:25.06	(41.02)
5000m	8:05.77	(40.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
70	gl	91 Wessel Jacobs-Monsees	HA1	8:11.07	8:17.34
	bl	45 Bianca van der Meer	DN3	8:22.47	7:51.95 PR

Wessel Jacobs-Monsees

Distance	Time	PR
200m	22.50	(22.50)
600m	57.24	(34.74)
1000m	1:34.22	(36.98)
1400m	2:11.97	(37.75)
1800m	2:50.29	(38.32)
2200m	3:29.38	(39.09)
2600m	4:08.57	(39.19)
3000m	4:48.62	(40.05)
3400m	5:29.79	(41.17)
3800m	6:11.88	(42.09)
4200m	6:54.38	(42.50)
4600m	7:36.89	(42.51)
5000m	8:17.34	(40.45)

Bianca van der Meer

Distance	Time	PR
200m	22.31	(22.31)
600m	56.91	(34.60)
1000m	1:32.74	(35.83)
1400m	2:09.28	(36.54)
1800m	2:46.40	(37.12)
2200m	3:23.80	(37.40)
2600m	4:01.58	(37.78)
3000m	4:39.84	(38.26)
3400m	5:18.46	(38.62)
3800m	5:57.21	(38.75)
4200m	6:35.69	(38.48)
4600m	7:14.10	(38.41)
5000m	7:51.95	(37.85)

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
71	wt	4 Johan Bouwhuis	HA2		6:54.24	6:52.30	PR
	rd	20 Pieter-Jorn Gemser	H45		7:00.53	7:03.24	
		<u>Johan Bouwhuis</u>			<u>Pieter-Jorn Gemser</u>		
		200m	19.57	(19.57)	200m	21.34	(21.34)
		600m	52.11	(32.54)	600m	54.13	(32.79)
		1000m	1:24.42	(32.31)	1000m	1:27.57	(33.44)
		1400m	1:56.53	(32.11)	1400m	2:00.59	(33.02)
		1800m	2:28.77	(32.24)	1800m	2:33.60	(33.01)
		2200m	3:01.23	(32.46)	2200m	3:06.78	(33.18)
		2600m	3:33.40	(32.17)	2600m	3:39.82	(33.04)
		3000m	4:05.80	(32.40)	3000m	4:13.15	(33.33)
		3400m	4:38.17	(32.37)	3400m	4:47.03	(33.88)
		3800m	5:11.29	(33.12)	3800m	5:21.23	(34.20)
		4200m	5:44.71	(33.42)	4200m	5:55.68	(34.45)
		4600m	6:18.45	(33.74)	4600m	6:29.68	(34.00)
		5000m	6:52.30	(33.85)	5000m	7:03.24	(33.56)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
72	gl	23 Willem de Vries	HN3		7:56.19	7:41.38	PR
	bl	36 Christian Groenhof	HA1		7:17.97	7:11.50	PR
		<u>Willem de Vries</u>			<u>Christian Groenhof</u>		
		200m	20.38	(20.38)	200m	20.71	(20.71)
		600m	54.07	(33.69)	600m	54.37	(33.66)
		1000m	1:29.84	(35.77)	1000m	1:28.74	(34.37)
		1400m	2:06.59	(36.75)	1400m	2:03.15	(34.41)
		1800m	2:43.29	(36.70)	1800m	2:37.46	(34.31)
		2200m	3:20.28	(36.99)	2200m	3:11.98	(34.52)
		2600m	3:57.12	(36.84)	2600m	3:46.48	(34.50)
		3000m	4:34.75	(37.63)	3000m	4:20.78	(34.30)
		3400m	5:12.55	(37.80)	3400m	4:54.67	(33.89)
		3800m	5:49.72	(37.17)	3800m	5:28.31	(33.64)
		4200m	6:26.89	(37.17)	4200m	6:02.11	(33.80)
		4600m	7:04.19	(37.30)	4600m	6:36.45	(34.34)
		5000m	7:41.38	(37.19)	5000m	7:11.50	(35.05)