

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	33 Tao Yang	HSA	8	I	35.31		
2	16 Willard Reinders	HN2	9	I	35.74	PR	
3	17 Sven Kemp	HN4	8	O	35.86		
4	34 Qiurui Feng	HSA	11	O	35.96	RS	
5	11 Matthieu Hollaar	HN2	10	I	36.77		
6	22 Anna Boersma	DN4	10	O	38.39		
7	18 Sacha vander Weide	DN3	7	I	39.04		
8	12 Sylke Kas	DN3	6	O	39.37		
9	5 Ju-Lin de Visser	DN4	1	O	39.54		
10	20 Yasmine Bouaziz	DN1	7	O	39.67		
11	36 Henny de Vries	DN3	4	O	39.95		
12	4 Paulien Verhaar	DSA	6	I	40.35		
13	28 Ramzi Coenraad	HC1	5	O	40.39	PR	
14	26 Laurens de Putter	HC2	5	I	40.75	PR	
15	37 Silke Hijma	DN1	1	I	41.71		
16	35 Sophie Kraaijeveld	DN1	3	O	41.91	PR	
17	27 Maud Groenen	DC2	4	I	43.91	PR	
	30 Youssra Pals	DC2	3	I	DNF		

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	37	<b>Silke Hijma</b>		DN1		41.30	<b>41.71</b>	
	rd	5	<b>Ju-Lin de Visser</b>		DN4		39.43	<b>39.54</b>	
		<u>Silke Hijma</u>			<u>Ju-Lin de Visser</u>				
		100m	11.77	(11.77)	100m	10.99	(10.99)		
		500m	41.71	(29.94)	500m	39.54	(28.55)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl								
	bl								
			m					m	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	30	<b>Youssra Pals</b>		DC2		45.76	<b>DNF</b>	
	rd	35	<b>Sophie Kraaijeveld</b>		DN1		42.02	<b>41.91</b>	PR
		<u>Youssra Pals</u>			<u>Sophie Kraaijeveld</u>				
		100m	12.16	(12.16)	100m	11.89	(11.89)		
					500m	41.91	(30.02)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	27	<b>Maud Groenen</b>		DC2		43.94	<b>43.91</b>	PR
	bl	36	<b>Henny de Vries</b>		DN3		39.68	<b>39.95</b>	
		<u>Maud Groenen</u>			<u>Henny de Vries</u>				
		100m	11.62	(11.62)	100m	11.26	(11.26)		
		500m	43.91	(32.29)	500m	39.95	(28.69)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	26	<b>Laurens de Putter</b>		HC2		41.43	<b>40.75</b>	PR
	rd	28	<b>Ramzi Coenraad</b>		HC1		40.59	<b>40.39</b>	PR
		<u>Laurens de Putter</u>			<u>Ramzi Coenraad</u>				
		100m	11.09	(11.09)	100m	10.83	(10.83)		
		500m	40.75	(29.66)	500m	40.39	(29.56)		

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
6	gl	4	<b>Paulien Verhaar</b>		DSA			39.85	<b>40.35</b>		
	bl	12	<b>Sylke Kas</b>		DN3			38.71	<b>39.37</b>		
		<b>Paulien Verhaar</b>			<b>Sylke Kas</b>						
		100m	11.00	(11.00)	100m	11.06	(11.06)				
		500m	40.35	(29.35)	500m	39.37	(28.31)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
7	wt	18	<b>Sacha vander Weide</b>		DN3			38.70	<b>39.04</b>		
	rd	20	<b>Yasmine Bouaziz</b>		DN1			39.15	<b>39.67</b>		
		<b>Sacha vander Weide</b>			<b>Yasmine Bouaziz</b>						
		100m	10.72	(10.72)	100m	10.85	(10.85)				
		500m	39.04	(28.32)	500m	39.67	(28.82)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
8	gl	33	<b>Tao Yang</b>		HSA				<b>35.31</b>		
	bl	17	<b>Sven Kemp</b>		HN4			35.56	<b>35.86</b>		
		<b>Tao Yang</b>			<b>Sven Kemp</b>						
		100m	9.81	(9.81)	100m	10.11	(10.11)				
		500m	35.31	(25.50)	500m	35.86	(25.75)				

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
9	wt	16	<b>Willard Reinders</b>		HN2			36.30	<b>35.74</b>	PR	
	rd										
		<b>Willard Reinders</b>									
		100m	10.02	(10.02)	m						
		500m	35.74	(25.72)							

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
10	gl	11	<b>Matthieu Hollaar</b>		HN2			36.30	<b>36.77</b>		
	bl	22	<b>Anna Boersma</b>		DN4			38.21	<b>38.39</b>		
		<b>Matthieu Hollaar</b>			<b>Anna Boersma</b>						
		100m	10.36	(10.36)	100m	10.59	(10.59)				
		500m	36.77	(26.41)	500m	38.39	(27.80)				



# Trainingswedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 2. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	2 <b>Marwin Talsma</b>	HSA	1	I	<b>3:46.28</b>		
2	15 <b>Gioya Lancee</b>	DSA	1	O	<b>4:12.10</b>		
3	38 <b>Leon Schot</b>	HA2	2	I	<b>4:19.35</b>		
4	31 <b>Mette ten Cate</b>	DB1	2	O	<b>4:23.02</b>	PR	

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 2. Rituitslag 3000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	2 <b>Marwin Talsma</b>	HSA	3:44.51	<b>3:46.28</b>	
	rd	15 <b>Gioya Lancee</b>	DSA	4:06.25	<b>4:12.10</b>	

### Marwin Talsma

200m	19.41	(19.41)
600m	49.19	(29.78)
1000m	1:18.73	(29.54)
1400m	1:48.56	(29.83)
1800m	2:18.25	(29.69)
2200m	2:47.85	(29.60)
2600m	3:17.14	(29.29)
3000m	3:46.28	(29.14)

### Gioya Lancee

200m	20.68	(20.68)
600m	52.83	(32.15)
1000m	1:25.60	(32.77)
1400m	1:58.63	(33.03)
1800m	2:31.65	(33.02)
2200m	3:04.75	(33.10)
2600m	3:38.01	(33.26)
3000m	4:12.10	(34.09)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	38 <b>Leon Schot</b>	HA2	4:18.32	<b>4:19.35</b>	
	bl	31 <b>Mette ten Cate</b>	DB1	4:34.30	<b>4:23.02</b>	PR

### Leon Schot

200m	20.74	(20.74)
600m	53.22	(32.48)
1000m	1:25.39	(32.17)
1400m	1:58.42	(33.03)
1800m	2:31.81	(33.39)
2200m	3:05.91	(34.10)
2600m	3:41.56	(35.65)
3000m	4:19.35	(37.79)

### Mette ten Cate

200m	20.53	(20.53)
600m	53.32	(32.79)
1000m	1:27.30	(33.98)
1400m	2:01.60	(34.30)
1800m	2:36.15	(34.55)
2200m	3:11.54	(35.39)
2600m	3:47.19	(35.65)
3000m	4:23.02	(35.83)

# Trainingswedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 3. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	8 Jesse de Lange	HN3	1	O	6:53.18		
	32 Hanahati Muramaiti	HSA	1	I	DNF		

# Trainingswedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 3. Rituitslag 5000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	32 Hanahati Muramaiti	HSA	6:20.85		<b>DNF</b>
	rd	8 Jesse de Lange	HN3	6:48.35		<b>6:53.18</b>

### Hanahati Muramaiti

200m	19.45	(19.45)
600m	49.06	(29.61)
1000m	1:19.28	(30.22)
1400m	1:49.61	(30.33)
1800m	2:19.66	(30.05)
2200m	2:49.62	(29.96)
2600m	3:19.70	(30.08)
3000m	3:49.88	(30.18)
3400m	4:20.22	(30.34)

### Jesse de Lange

200m	19.78	(19.78)
600m	51.13	(31.35)
1000m	1:22.89	(31.76)
1400m	1:54.75	(31.86)
1800m	2:26.36	(31.61)
2200m	2:58.35	(31.99)
2600m	3:30.56	(32.21)
3000m	4:03.18	(32.62)
3400m	4:36.17	(32.99)
3800m	5:09.22	(33.05)
4200m	5:42.89	(33.67)
4600m	6:17.55	(34.66)
5000m	6:53.18	(35.63)



# Trainingswedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 4. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	6 Colin James Duivendoorn	HN2	3	I	1:48.86	PR	
2	35 Sophie Kraaijeveld	DN1	3	O	2:01.85	PR	
3	26 Laurens de Putter	HC2	2	O	2:04.74	PR	
4	28 Ramzi Coenraad	HC1	2	I	2:09.71	PR	
5	27 Maud Groenen	DC2	1	I	2:19.13	PR	
6	30 Youssra Pals	DC2	1	O	2:24.41	PR	

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 4. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	27	<b>Maud Groenen</b>		DC2		2:20.87	<b>2:19.13</b>	PR
	rd	30	<b>Youssra Pals</b>		DC2		2:27.50	<b>2:24.41</b>	PR

### Maud Groenen

300m	29.19	(29.19)
700m	1:04.69	(35.50)
1100m	1:41.94	(37.25)
1500m	2:19.13	(37.19)

### Youssra Pals

300m	29.90	(29.90)
700m	1:05.52	(35.62)
1100m	1:44.56	(39.04)
1500m	2:24.41	(39.85)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	28	<b>Ramzi Coenraad</b>		HC1		2:12.31	<b>2:09.71</b>	PR
	bl	26	<b>Laurens de Putter</b>		HC2		2:07.49	<b>2:04.74</b>	PR

### Ramzi Coenraad

300m	27.16	(27.16)
700m	59.68	(32.52)
1100m	1:34.15	(34.47)
1500m	2:09.71	(35.56)

### Laurens de Putter

300m	27.04	(27.04)
700m	58.20	(31.16)
1100m	1:30.99	(32.79)
1500m	2:04.74	(33.75)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	6	<b>Colin James Duivenvoorden</b>		HN2		1:50.99	<b>1:48.86</b>	PR
	rd	35	<b>Sophie Kraaijeveld</b>		DN1		2:02.43	<b>2:01.85</b>	PR

### Colin James Duivenvoorden

300m	24.92	(24.92)
700m	52.37	(27.45)
1100m	1:19.96	(27.59)
1500m	1:48.86	(28.90)

### Sophie Kraaijeveld

300m	27.98	(27.98)
700m	58.45	(30.47)
1100m	1:29.83	(31.38)
1500m	2:01.85	(32.02)

# Trainingswedstrijd topteams/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 5. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	9 Jur Veenje	HN4	4	O	1:10.57	PR	
2	14 Pim Stuij	HN2	4	I	1:11.73		
3	13 Thomas de Lange	HN2	3	I	1:12.14		
4	11 Matthieu Hollaar	HN2	3	O	1:12.36		
5	19 Niels d'Huy	HN3	2	I	1:12.42		
6	25 Mathijs Molenaar	HA1	2	O	1:14.87	PR	
7	37 Silke Hijma	DN1	1	I	1:23.47		

# Trainingswedstrijd topteam/deelnemers NKA

Thialf - Heerenveen

23 december 2023

## 5. Rituitslag 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt rd	37	<b>Silke Hijma</b>		DN1			1:22.30	<b>1:23.47</b>

### Silke Hijma

200m	19.82	(19.82)	m
600m	50.18	(30.36)	
1000m	1:23.47	(33.29)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	19	<b>Niels d'Huy</b>		HN3			1:10.99	<b>1:12.42</b>
	bl	25	<b>Mathijs Molenaar</b>		HA1			1:15.06	<b>1:14.87</b> PR

### Niels d'Huy

200m	17.29	(17.29)
600m	43.48	(26.19)
1000m	1:12.42	(28.94)

### Mathijs Molenaar

200m	17.60	(17.60)
600m	45.12	(27.52)
1000m	1:14.87	(29.75)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	13	<b>Thomas de Lange</b>		HN2			1:11.01	<b>1:12.14</b>
	rd	11	<b>Matthieu Hollaar</b>		HN2			1:10.67	<b>1:12.36</b>

### Thomas de Lange

200m	17.43	(17.43)
600m	43.83	(26.40)
1000m	1:12.14	(28.31)

### Matthieu Hollaar

200m	17.56	(17.56)
600m	44.03	(26.47)
1000m	1:12.36	(28.33)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	14	<b>Pim Stuij</b>		HN2			1:11.54	<b>1:11.73</b>
	bl	9	<b>Jur Veenje</b>		HN4			1:10.65	<b>1:10.57</b> PR

### Pim Stuij

200m	17.07	(17.07)
600m	42.97	(25.90)
1000m	1:11.73	(28.76)

### Jur Veenje

200m	17.24	(17.24)
600m	43.05	(25.81)
1000m	1:10.57	(27.52)