

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 1. Uitslag Jongste pupillen meisjes (300/300) 1e 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	47 Sigrïd van Es	DPC	16	O	29.66		
2	73 Nynke Krol	DPC	16	I	30.37	PR	
3	51 Tirza Stojanovski	DPD	15	O	32.17	PR	
4	66 Lieke Nijboer	DPC	15	I	33.06	PR	
5	42 Jolieke Zijlstra	DPD	13	O	33.71	PR	
6	36 Maartje Wietsma	DPC	13	I	33.75	PR	
7	48 Miriam van Es	DPD	12	I	33.93	PR	
8	34 Myrthe Kooiker	DPC	14	I	34.08	PR	
9	52 Doutzen Wierda	DPC	14	O	34.40		
10	64 Didi Meekma	DPC	11	I	34.91	PR	
11	32 Bente Dam	DPC	9	I	35.29	PR	
12	92 Nienke Reitsma	DPC	8	O	35.60	PR	
13	16 Djura Lubbinge	DPC	10	I	36.00	PR	
14	63 Lotte van der Goot	DPC	11	O	36.38	PR	
15	37 Julia Boersma	DPD	9	O	36.94	PR	
16	78 Lieke Planting	DPC	10	O	37.03	PR	
17	117 Nynke van Stralen	DPC	8	I	37.24	PR	
18	2 Danique Leffertstra	DPD	6	I	37.27	PR	
19	72 Sophie Kooiker	DPE	3	O	39.00	PR	
20	116 Lynn van Baaren	DPC	5	O	39.11	PR	
21	24 Amber Soet	DPC	7	O	39.67		
22	29 Froukje de Vries	DPC	7	I	39.88		
23	89 Tamar Dubbink	DPD	6	O	40.01	PR	
24	84 Lieke Sijbranda	DPE	5	I	40.23	PR	
25	58 Mirna van der Terp	DPC	3	I	40.39	PR	
26	93 Lisette Reitsma	DPE	4	O	41.01	PR	
27	22 Myrthe Zwaagstra	DPD	4	I	41.09	PR	
28	18 Yfke Vries	DPE	2	O	42.66	PR	
29	119 Liselot Toering	DPD	1	I	47.30		
30	114 Esra Alkema	DPE	1	O	53.53	PR	
	97 Silke Dijkstra	DPC	2	I	DNS		
	122 Marit Fokkens	DPC	12	O	DNS		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 1. Rituitslag Jongste pupillen meisjes (300/300) 1e 300 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	119	<b>Liselot Toering</b>		DPD		<b>47.30</b>	
	rd	114	<b>Esra Alkema</b>		DPE	57.37	<b>53.53</b>	PR
		<u>Liselot Toering</u>			<u>Esra Alkema</u>			
		300m	47.30	(47.30)	300m	53.53	(53.53)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	97	<b>Silke Dijkstra</b>		DPC		<b>DNS</b>	
	bl	18	<b>Yfke Vries</b>		DPE	43.22	<b>42.66</b>	PR
		<u>Silke Dijkstra</u>			<u>Yfke Vries</u>			
					300m	42.66	(42.66)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	58	<b>Mirna van der Terp</b>		DPC	41.61	<b>40.39</b>	PR
	rd	72	<b>Sophie Kooiker</b>		DPE	41.26	<b>39.00</b>	PR
		<u>Mirna van der Terp</u>			<u>Sophie Kooiker</u>			
		300m	40.39	(40.39)	300m	39.00	(39.00)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	22	<b>Myrthe Zwaagstra</b>		DPD	43.03	<b>41.09</b>	PR
	bl	93	<b>Lisette Reitsma</b>		DPE	41.54	<b>41.01</b>	PR
		<u>Myrthe Zwaagstra</u>			<u>Lisette Reitsma</u>			
		300m	41.09	(41.09)	300m	41.01	(41.01)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	84	<b>Lieke Sijbranda</b>		DPE	40.54	<b>40.23</b>	PR
	rd	116	<b>Lynn van Baaren</b>		DPC	40.52	<b>39.11</b>	PR
		<u>Lieke Sijbranda</u>			<u>Lynn van Baaren</u>			
		300m	40.23	(40.23)	300m	39.11	(39.11)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	2 <b>Danique Leffertstra</b>	DPD		39.48	<b>37.27</b>	PR
	bl	89 <b>Tamar Dubbink</b>	DPD		40.12	<b>40.01</b>	PR
		<u>Danique Leffertstra</u>		<u>Tamar Dubbink</u>			
		300m	37.27	(37.27)	300m	40.01	(40.01)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	29 <b>Froukje de Vries</b>	DPC		38.00	<b>39.88</b>	
	rd	24 <b>Amber Soet</b>	DPC		39.21	<b>39.67</b>	
		<u>Froukje de Vries</u>		<u>Amber Soet</u>			
		300m	39.88	(39.88)	300m	39.67	(39.67)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	117 <b>Nynke van Stralen</b>	DPC		38.80	<b>37.24</b>	PR
	bl	92 <b>Nienke Reitsma</b>	DPC		38.40	<b>35.60</b>	PR
		<u>Nynke van Stralen</u>		<u>Nienke Reitsma</u>			
		300m	37.24	(37.24)	300m	35.60	(35.60)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	32 <b>Bente Dam</b>	DPC		37.53	<b>35.29</b>	PR
	rd	37 <b>Julia Boersma</b>	DPD		37.58	<b>36.94</b>	PR
		<u>Bente Dam</u>		<u>Julia Boersma</u>			
		300m	35.29	(35.29)	300m	36.94	(36.94)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	16 <b>Djura Lubbinge</b>	DPC		37.93	<b>36.00</b>	PR
	bl	78 <b>Lieke Planting</b>	DPC		37.60	<b>37.03</b>	PR
		<u>Djura Lubbinge</u>		<u>Lieke Planting</u>			
		300m	36.00	(36.00)	300m	37.03	(37.03)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	64 <b>Didi Meekma</b>	DPC		35.01	<b>34.91</b>	PR
	rd	63 <b>Lotte van der Goot</b>	DPC		37.51	<b>36.38</b>	PR
		<u>Didi Meekma</u>		<u>Lotte van der Goot</u>			
		300m	34.91	(34.91)	300m	36.38	(36.38)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	48 <b>Miriam van Es</b>	DPD	35.39	<b>33.93</b>	PR
	bl	122 <b>Marit Fokkens</b>	DPC	37.43	<b>DNS</b>	
		<u>Miriam van Es</u>				<u>Marit Fokkens</u>
		300m	33.93	(33.93)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	36 <b>Maartje Wietsma</b>	DPC	34.48	<b>33.75</b>	PR
	rd	42 <b>Jolieke Zijlstra</b>	DPD	34.66	<b>33.71</b>	PR
		<u>Maartje Wietsma</u>				<u>Jolieke Zijlstra</u>
		300m	33.75	(33.75)	300m	33.71 (33.71)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	34 <b>Myrthe Kooiker</b>	DPC	34.20	<b>34.08</b>	PR
	bl	52 <b>Doutzen Wierda</b>	DPC	33.67	<b>34.40</b>	
		<u>Myrthe Kooiker</u>				<u>Doutzen Wierda</u>
		300m	34.08	(34.08)	300m	34.40 (34.40)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	66 <b>Lieke Nijboer</b>	DPC	33.32	<b>33.06</b>	PR
	rd	51 <b>Tirza Stojanovski</b>	DPD	32.26	<b>32.17</b>	PR
		<u>Lieke Nijboer</u>				<u>Tirza Stojanovski</u>
		300m	33.06	(33.06)	300m	32.17 (32.17)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	73 <b>Nynke Krol</b>	DPC	31.82	<b>30.37</b>	PR
	bl	47 <b>Sigrid van Es</b>	DPC	29.50	<b>29.66</b>	
		<u>Nynke Krol</u>				<u>Sigrid van Es</u>
		300m	30.37	(30.37)	300m	29.66 (29.66)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 2. Uitslag Jongste pupillen jongens (300/300) 1e 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	79 Jurjen Kramer	HPC	27	O	32.45	PR	
2	21 Stevin Visser	HPC	28	I	32.79	PR	
3	43 Allard van der Ende	HPC	27	I	32.96	PR	
4	80 Jurre Valkenburg	HPD	26	I	33.35	PR	
5	59 Berend Zijlstra	HPC	26	O	33.37	PR	
6	88 Hidde Salomons	HPC	25	O	33.55	PR	
7	68 Sverre de Vegt	HPC	28	O	33.88	PR	
8	17 Jurjen Dijkstra	HPC	25	I	35.67		
9	53 Hidde Boskma	HPD	21	I	37.87	PR	
10	142 Niels Schurer	HPC	22	O	38.12	PR	
11	104 Kas Zijlstra	HPC	24	O	38.29	PR	
12	71 Jilles Pietersma	HPC	23	I	38.32		
13	46 Matthijs Jacobs-Monsees	HPD	24	I	38.85		
14	77 Jurre van der Heide	HPC	23	O	38.92		
15	105 Rob Nagelhout	HPD	22	I	42.34	PR	
16	12 David Westhoff	HPF	20	I	45.78	PR	
17	158 Ties Wierda	HPF	17	I	46.39		
18	35 Naut Kuiper	HPF	19	O	46.54		
19	38 Bram Zijlstra	HPF	21	O	47.06		
20	67 Tim Nijboer	HPF	19	I	47.61	PR	
21	87 Lasse Kolder	HPF	20	O	59.85	PR	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 2. Rituitslag Jongste pupillen jongens (300/300) 1e 300 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt rd	158	<b>Ties Wierda</b>		HPF		<b>46.39</b>	
			<b>Ties Wierda</b>					
			300m	46.39	(46.39)		m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl bl							
							m	
							m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt rd	67	<b>Tim Nijboer</b>		HPF	47.73	<b>47.61</b>	PR
		35	<b>Naut Kuiper</b>		HPF	46.38	<b>46.54</b>	
			<b>Tim Nijboer</b>					
			300m	47.61	(47.61)			
			<b>Naut Kuiper</b>					
			300m	46.54	(46.54)			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl bl	12	<b>David Westhoff</b>		HPF	47.49	<b>45.78</b>	PR
		87	<b>Lasse Kolder</b>		HPF	1:06.44	<b>59.85</b>	PR
			<b>David Westhoff</b>					
			300m	45.78	(45.78)			
			<b>Lasse Kolder</b>					
			300m	59.85	(59.85)			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
21	wt rd	53	<b>Hidde Boskma</b>		HPD	39.37	<b>37.87</b>	PR
		38	<b>Bram Zijlstra</b>		HPF	45.88	<b>47.06</b>	
			<b>Hidde Boskma</b>					
			300m	37.87	(37.87)			
			<b>Bram Zijlstra</b>					
			300m	47.06	(47.06)			

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	105	<b>Rob Nagelhout</b>		HPD	42.97	<b>42.34</b>	PR
	bl	142	<b>Niels Schurer</b>		HPC	39.22	<b>38.12</b>	PR
		<u>Rob Nagelhout</u>			<u>Niels Schurer</u>			
		300m	42.34	(42.34)	300m	38.12	(38.12)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	71	<b>Jilles Pietersma</b>		HPC	38.19	<b>38.32</b>	
	rd	77	<b>Jurre van der Heide</b>		HPC	37.90	<b>38.92</b>	
		<u>Jilles Pietersma</u>			<u>Jurre van der Heide</u>			
		300m	38.32	(38.32)	300m	38.92	(38.92)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	46	<b>Matthijs Jacobs-Monsees</b>		HPD	38.47	<b>38.85</b>	
	bl	104	<b>Kas Zijlstra</b>		HPC	39.01	<b>38.29</b>	PR
		<u>Matthijs Jacobs-Monsees</u>			<u>Kas Zijlstra</u>			
		300m	38.85	(38.85)	300m	38.29	(38.29)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	17	<b>Jurjen Dijkstra</b>		HPC	34.66	<b>35.67</b>	
	rd	88	<b>Hidde Salomons</b>		HPC	34.33	<b>33.55</b>	PR
		<u>Jurjen Dijkstra</u>			<u>Hidde Salomons</u>			
		300m	35.67	(35.67)	300m	33.55	(33.55)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	80	<b>Jurre Valkenburg</b>		HPD	34.77	<b>33.35</b>	PR
	bl	59	<b>Berend Zijlstra</b>		HPC	35.74	<b>33.37</b>	PR
		<u>Jurre Valkenburg</u>			<u>Berend Zijlstra</u>			
		300m	33.35	(33.35)	300m	33.37	(33.37)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
27	wt	43	<b>Allard van der Ende</b>		HPC	33.18	<b>32.96</b>	PR
	rd	79	<b>Jurjen Kramer</b>		HPC	32.84	<b>32.45</b>	PR
		<u>Allard van der Ende</u>			<u>Jurjen Kramer</u>			
		300m	32.96	(32.96)	300m	32.45	(32.45)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
28	gl	21 <b>Stevin Visser</b>	HPC	33.28	<b>32.79</b>	PR
	bl	68 <b>Sverre de Vegt</b>	HPC	34.13	<b>33.88</b>	PR
		<u>Stevin Visser</u>				
		300m	32.79 (32.79)			
			<u>Sverre de Vegt</u>			
			300m	33.88 (33.88)		



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 3. Uitslag Oudste pupillen meisjes (300/500) 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	31 Kailey van der Veen	DPA	47	O	28.99		
2	15 Kyra Kamstra	DPA	48	O	29.56	PR	
3	44 Hannah de Vries	DPA	45	O	30.09	PR	
4	28 Jildau de Vries	DPA	48	I	30.16	PR	
5	13 Marrit Bosma	DPA	47	I	30.29	PR	
6	8 Merel Vlug	DPA	46	I	30.45	PR	
7	4 Eline Teeninga	DPA	45	I	30.75		
8	49 Else Marie Boersma	DPA	43	O	30.76	PR	
9	138 Sara van de Pol	DPA	32	O	30.83		
10	74 Sanne Brinksmā	DPA	44	I	31.01	PR	
11	69 Marin Steegstra	DPA	44	O	31.15	PR	
12	81 Antje Ypma	DPB	43	I	32.41		
13	62 Alyne Eelkje Goerres	DPA	42	O	32.53	PR	
14	145 Carlien van den Heuvel	DPB	41	I	32.59	PR	
15	131 Mirte Kingma	DPA	39	O	32.96	PR	
16	70 Menthe Pietersma	DPB	39	I	33.13	PR	
	86 Aimee Prins	DPA	31	I	33.13		
18	111 Karlijn Westra	DPB	37	O	33.24	PR	
19	20 Jildou de Haan	DPA	42	I	34.30		
20	11 Sybrich Hillie Buisman	DPB	40	O	34.77		
21	27 Marije Nieman	DPB	38	I	34.84	PR	
22	3 Lysanne van der Vaart	DPB	38	O	34.91	PR	
23	10 Rhodé Westhoff	DPB	35	I	35.10	PR	
24	19 Frouwkje Dijkstra	DPA	37	I	35.55		
25	25 Esmee Soet	DPA	36	O	35.96	PR	
26	91 Marrit Reitsma	DPB	36	I	36.50	PR	
27	30 Vera Ensing	DPA	34	I	36.96	PR	
28	26 Marije Nieuwland	DPA	33	I	37.53	PR	
29	14 Silke Vries	DPB	35	O	37.84		
30	40 Ilona Borger	DPB	33	O	38.32	PR	
31	85 Emma van der Tol	DPB	34	O	39.99	PR	
32	76 Kim Kuiper	DPB	29	I	40.13		
33	82 Ammarins Toering	DPB	32	I	40.26	PR	
34	107 Silke Bron	DPA	31	O	41.58	PR	
35	57 Keira Wind	DPB	41	O	44.07	FL	
	50 Marlon van Oosten	DPB			WDR		
	65 Vera Nijboer	DPA			WDR		



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
34	gl	30 <b>Vera Ensing</b>	DPA		37.88	<b>36.96</b>	PR
	bl	85 <b>Emma van der Tol</b>	DPB		40.71	<b>39.99</b>	PR
		<u>Vera Ensing</u>			<u>Emma van der Tol</u>		
		300m	36.96	(36.96)	300m	39.99	(39.99)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
35	wt	10 <b>Rhodé Westhoff</b>	DPB		37.39	<b>35.10</b>	PR
	rd	14 <b>Silke Vries</b>	DPB		37.23	<b>37.84</b>	
		<u>Rhodé Westhoff</u>			<u>Silke Vries</u>		
		300m	35.10	(35.10)	300m	37.84	(37.84)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
36	gl	91 <b>Marrit Reitsma</b>	DPB		37.76	<b>36.50</b>	PR
	bl	25 <b>Esmee Soet</b>	DPA		36.17	<b>35.96</b>	PR
		<u>Marrit Reitsma</u>			<u>Esmee Soet</u>		
		300m	36.50	(36.50)	300m	35.96	(35.96)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
37	wt	19 <b>Frouwkje Dijkstra</b>	DPA		35.49	<b>35.55</b>	
	rd	111 <b>Karlijn Westra</b>	DPB		35.61	<b>33.24</b>	PR
		<u>Frouwkje Dijkstra</u>			<u>Karlijn Westra</u>		
		300m	35.55	(35.55)	300m	33.24	(33.24)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
38	gl	27 <b>Marije Nieman</b>	DPB		34.97	<b>34.84</b>	PR
	bl	3 <b>Lysanne van der Vaart</b>	DPB		35.87	<b>34.91</b>	PR
		<u>Marije Nieman</u>			<u>Lysanne van der Vaart</u>		
		300m	34.84	(34.84)	300m	34.91	(34.91)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
39	wt	70 <b>Menthe Pietersma</b>	DPB		33.56	<b>33.13</b>	PR
	rd	131 <b>Mirte Kingma</b>	DPA		33.42	<b>32.96</b>	PR
		<u>Menthe Pietersma</u>			<u>Mirte Kingma</u>		
		300m	33.13	(33.13)	300m	32.96	(32.96)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
40	gl	50 <b>Marlon van Oosten</b>	DPB	34.91		<b>WDR</b>
	bl	11 <b>Sybrich Hillie Buisman</b>	DPB	34.13		<b>34.77</b>
		<u>Marlon van Oosten</u>			<u>Sybrich Hillie Buisman</u>	
				300m	34.77	(34.77)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
41	wt	145 <b>Carlien van den Heuvel</b>	DPB	33.06		<b>32.59</b> PR
	rd	57 <b>Keira Wind</b>	DPB	32.80		<b>44.07</b> FL
		<u>Carlien van den Heuvel</u>			<u>Keira Wind</u>	
		300m	32.59	(32.59)	300m	44.07 (44.07)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
42	gl	20 <b>Jildou de Haan</b>	DPA	32.94		<b>34.30</b>
	bl	62 <b>Alyne Eelkje Goerres</b>	DPA	32.82		<b>32.53</b> PR
		<u>Jildou de Haan</u>			<u>Alyne Eelkje Goerres</u>	
		300m	34.30	(34.30)	300m	32.53 (32.53)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
43	wt	81 <b>Antje Ypma</b>	DPB	31.86		<b>32.41</b>
	rd	49 <b>Else Marie Boersma</b>	DPA	31.66		<b>30.76</b> PR
		<u>Antje Ypma</u>			<u>Else Marie Boersma</u>	
		300m	32.41	(32.41)	300m	30.76 (30.76)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
44	gl	74 <b>Sanne Brinksma</b>	DPA	31.86		<b>31.01</b> PR
	bl	69 <b>Marin Steegstra</b>	DPA	31.56		<b>31.15</b> PR
		<u>Sanne Brinksma</u>			<u>Marin Steegstra</u>	
		300m	31.01	(31.01)	300m	31.15 (31.15)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
45	wt	4 <b>Eline Teeninga</b>	DPA	30.69		<b>30.75</b>
	rd	44 <b>Hannah de Vries</b>	DPA	31.19		<b>30.09</b> PR
		<u>Eline Teeninga</u>			<u>Hannah de Vries</u>	
		300m	30.75	(30.75)	300m	30.09 (30.09)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
46	gl	8 <b>Merel Vlug</b>	DPA	31.15	<b>30.45</b>	PR
	bl	65 <b>Vera Nijboer</b>	DPA	31.26	<b>WDR</b>	
		<u>Merel Vlug</u>			<u>Vera Nijboer</u>	
		300m	30.45	(30.45)		
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
47	wt	13 <b>Marrit Bosma</b>	DPA	30.47	<b>30.29</b>	PR
	rd	31 <b>Kailey van der Veen</b>	DPA	28.76	<b>28.99</b>	
		<u>Marrit Bosma</u>			<u>Kailey van der Veen</u>	
		300m	30.29	(30.29)	300m	28.99 (28.99)
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
48	gl	28 <b>Jildau de Vries</b>	DPA	30.66	<b>30.16</b>	PR
	bl	15 <b>Kyra Kamstra</b>	DPA	29.65	<b>29.56</b>	PR
		<u>Jildau de Vries</u>			<u>Kyra Kamstra</u>	
		300m	30.16	(30.16)	300m	29.56 (29.56)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 4. Uitslag Oudste pupillen jongens (300/500) 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	152 Johannes Hoomans	HPA	60	I	27.11	PR	
2	1 Tijn Bijma	HPA	60	O	29.04	PR	
3	41 Anton Boersma	HPB	59	O	29.54	PR	
4	6 Colin de Velde	HPA	59	I	29.61		
5	160 Jelmer Tasma	HPA	58	I	29.71	PR	
6	56 Luca Stroetinga	HPA	58	O	29.84	PR	
7	23 Rimer Tjoelker	HPA	55	I	30.76	PR	
8	99 Tobias Pleij	HPB	56	O	30.96	PR	
9	123 Tim Postma	HPB	57	O	31.23	PR	
10	60 Ids Hellinga	HPB	56	I	31.32	PR	
11	55 Jan Aesge van der Meer	HPB	55	O	31.69	PR	
12	61 Tieme Bouma	HPB	54	I	32.22	PR	
13	45 Sander Leusink	HPB	57	I	32.48		
14	5 Thijs de Wit	HPA	53	I	33.17	PR	
15	33 Wytse Hamstra	HPB	52	O	33.72	PR	
16	156 Wiek Reen	HPA	49	O	33.87	PR	
17	9 Gideon Westhoff	HPB	53	O	33.95		
18	106 Jurre postma	HPA	52	I	34.33	PR	
19	7 Romke Jepma	HPA	51	I	34.93	PR	
20	120 Rimar Kaper	HPB	49	I	35.43	PR	
21	75 Mika Kammeraat	HPB	51	O	50.33	FL	
	118 Hidde-Jan Poiesz	HPA				WDR	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 4. Rituitslag Oudste pupillen jongens (300/500) 300 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
49	wt	120	<b>Rimar Kaper</b>		HPB	43.39	<b>35.43</b>	PR
	rd	156	<b>Wiek Reen</b>		HPA	35.63	<b>33.87</b>	PR
		<u>Rimar Kaper</u>			<u>Wiek Reen</u>			
		300m	35.43	(35.43)	300m	33.87	(33.87)	

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

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
51	wt	7	<b>Romke Jepma</b>		HPA	35.39	<b>34.93</b>	PR
	rd	75	<b>Mika Kammeraat</b>		HPB	35.05	<b>50.33</b>	FL
		<u>Romke Jepma</u>			<u>Mika Kammeraat</u>			
		300m	34.93	(34.93)	300m	50.33	(50.33)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
52	gl	106	<b>Jurre postma</b>		HPA	35.38	<b>34.33</b>	PR
	bl	33	<b>Wytse Hamstra</b>		HPB	34.80	<b>33.72</b>	PR
		<u>Jurre postma</u>			<u>Wytse Hamstra</u>			
		300m	34.33	(34.33)	300m	33.72	(33.72)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
53	wt	5	<b>Thijs de Wit</b>		HPA	34.57	<b>33.17</b>	PR
	rd	9	<b>Gideon Westhoff</b>		HPB	33.72	<b>33.95</b>	
		<u>Thijs de Wit</u>			<u>Gideon Westhoff</u>			
		300m	33.17	(33.17)	300m	33.95	(33.95)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
54	gl	61 <b>Tieme Bouma</b>	HPB	32.76	<b>32.22</b>	PR
	bl	118 <b>Hidde-Jan Poiesz</b>	HPA	33.34	<b>WDR</b>	
		<u>Tieme Bouma</u>			<u>Hidde-Jan Poiesz</u>	
		300m	32.22 (32.22)			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
55	wt	23 <b>Rimer Tjoelker</b>	HPA	31.66	<b>30.76</b>	PR
	rd	55 <b>Jan Aesge van der Meer</b>	HPB	32.25	<b>31.69</b>	PR
		<u>Rimer Tjoelker</u>			<u>Jan Aesge van der Meer</u>	
		300m	30.76 (30.76)		300m	31.69 (31.69)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
56	gl	60 <b>Ids Hellinga</b>	HPB	31.44	<b>31.32</b>	PR
	bl	99 <b>Tobias Pleij</b>	HPB	31.63	<b>30.96</b>	PR
		<u>Ids Hellinga</u>			<u>Tobias Pleij</u>	
		300m	31.32 (31.32)		300m	30.96 (30.96)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
57	wt	45 <b>Sander Leusink</b>	HPB	31.42	<b>32.48</b>	
	rd	123 <b>Tim Postma</b>	HPB	31.33	<b>31.23</b>	PR
		<u>Sander Leusink</u>			<u>Tim Postma</u>	
		300m	32.48 (32.48)		300m	31.23 (31.23)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
58	gl	160 <b>Jelmer Tasma</b>	HPA	31.03	<b>29.71</b>	PR
	bl	56 <b>Luca Stroetinga</b>	HPA	30.96	<b>29.84</b>	PR
		<u>Jelmer Tasma</u>			<u>Luca Stroetinga</u>	
		300m	29.71 (29.71)		300m	29.84 (29.84)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
59	wt	6 <b>Colin de Velde</b>	HPA	29.45	<b>29.61</b>	
	rd	41 <b>Anton Boersma</b>	HPB	30.21	<b>29.54</b>	PR
		<u>Colin de Velde</u>			<u>Anton Boersma</u>	
		300m	29.61 (29.61)		300m	29.54 (29.54)



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
60	gl	152 <b>Johannes Hoomans</b>	HPA	27.38	<b>27.11</b>	PR
	bl	1 <b>Tijn Bijma</b>	HPA	29.46	<b>29.04</b>	PR
		<u>Johannes Hoomans</u>			<u>Tijn Bijma</u>	
		300m	27.11 (27.11)		300m	29.04 (29.04)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 5. Uitslag Jongste pupillen meisjes (300/300) 2e 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	47 Sigrïd van Es	DPC	76	I	29.32	PR	
2	73 Nynke Krol	DPC	76	O	30.57		
3	51 Tirza Stojanovski	DPD	75	I	32.21		
4	42 Jolieke Zijlstra	DPD	73	I	33.59	PR	
5	66 Lieke Nijboer	DPC	75	O	33.72		
6	64 Didi Meekma	DPC	71	O	34.57	PR	
7	48 Miriam van Es	DPD	72	O	34.72	HT FL	
8	36 Maartje Wietsma	DPC	73	O	34.86		
9	34 Myrthe Kooiker	DPC	74	O	35.28		
10	52 Doutzen Wierda	DPC	74	I	35.30		
11	92 Nienke Reitsma	DPC	68	I	35.75		
12	32 Bente Dam	DPC	69	O	35.86		
13	78 Lieke Planting	DPC	70	I	36.42	PR	
14	63 Lotte van der Goot	DPC	71	I	36.90		
15	37 Julia Boersma	DPD	69	I	37.00		
	16 Djura Lubbinge	DPC	70	O	37.00		
17	116 Lynn van Baaren	DPC	65	I	37.59	PR	
18	72 Sophie Kooiker	DPE	63	I	37.88	PR	
19	117 Nynke van Stralen	DPC	68	O	38.09		
20	2 Danique Leffertstra	DPD	66	O	38.16		
21	24 Amber Soet	DPC	67	I	38.24	PR	
22	29 Froukje de Vries	DPC	67	O	39.19		
23	84 Lieke Sijbranda	DPE	65	O	39.41	PR	
24	89 Tamar Dubbink	DPD	66	I	39.54	PR	
25	22 Myrthe Zwaagstra	DPD	64	O	40.96	PR	
26	93 Lisette Reitsma	DPE	64	I	41.08		
27	58 Mirna van der Terp	DPC	63	O	41.21		
28	18 Yfke Vries	DPE	62	I	43.63		
29	119 Liselot Toering	DPD	61	O	45.32		
30	114 Esra Alkema	DPE	61	I	52.37	PR	
	97 Silke Dijkstra	DPC	62	O	DNS		
	122 Marit Fokkens	DPC	72	I	DNS		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 5. Rituitslag Jongste pupillen meisjes (300/300) 2e 300 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
61	wt	114	<b>Esra Alkema</b>		DPE	57.37	<b>52.37</b>	PR	
	rd	119	<b>Liselot Toering</b>		DPD		<b>45.32</b>		
		<u>Esra Alkema</u>			<u>Liselot Toering</u>				
		300m	52.37	(52.37)	300m	45.32	(45.32)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
62	gl	18	<b>Yfke Vries</b>		DPE	43.22	<b>43.63</b>		
	bl	97	<b>Silke Dijkstra</b>		DPC		<b>DNS</b>		
		<u>Yfke Vries</u>			<u>Silke Dijkstra</u>				
		300m	43.63	(43.63)					

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
63	wt	72	<b>Sophie Kooiker</b>		DPE	41.26	<b>37.88</b>	PR	
	rd	58	<b>Mirna van der Terp</b>		DPC	41.61	<b>41.21</b>		
		<u>Sophie Kooiker</u>			<u>Mirna van der Terp</u>				
		300m	37.88	(37.88)	300m	41.21	(41.21)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
64	gl	93	<b>Lisette Reitsma</b>		DPE	41.54	<b>41.08</b>		
	bl	22	<b>Myrthe Zwaagstra</b>		DPD	43.03	<b>40.96</b>	PR	
		<u>Lisette Reitsma</u>			<u>Myrthe Zwaagstra</u>				
		300m	41.08	(41.08)	300m	40.96	(40.96)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
65	wt	116	<b>Lynn van Baaren</b>		DPC	40.52	<b>37.59</b>	PR	
	rd	84	<b>Lieke Sijbranda</b>		DPE	40.54	<b>39.41</b>	PR	
		<u>Lynn van Baaren</u>			<u>Lieke Sijbranda</u>				
		300m	37.59	(37.59)	300m	39.41	(39.41)		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
66	gl	89 <b>Tamar Dubbink</b>	DPD	40.12	<b>39.54</b>	PR
	bl	2 <b>Danique Leffertstra</b>	DPD	39.48	<b>38.16</b>	
		<u>Tamar Dubbink</u>			<u>Danique Leffertstra</u>	
		300m      39.54    (39.54)			300m      38.16    (38.16)	
		<u>Naam</u>	<u>Cat</u>	<u>PR</u>	<u>Tijd</u>	<u>Info</u>
67	wt	24 <b>Amber Soet</b>	DPC	39.21	<b>38.24</b>	PR
	rd	29 <b>Froukje de Vries</b>	DPC	38.00	<b>39.19</b>	
		<u>Amber Soet</u>			<u>Froukje de Vries</u>	
		300m      38.24    (38.24)			300m      39.19    (39.19)	
		<u>Naam</u>	<u>Cat</u>	<u>PR</u>	<u>Tijd</u>	<u>Info</u>
68	gl	92 <b>Nienke Reitsma</b>	DPC	38.40	<b>35.75</b>	
	bl	117 <b>Nynke van Stralen</b>	DPC	38.80	<b>38.09</b>	
		<u>Nienke Reitsma</u>			<u>Nynke van Stralen</u>	
		300m      35.75    (35.75)			300m      38.09    (38.09)	
		<u>Naam</u>	<u>Cat</u>	<u>PR</u>	<u>Tijd</u>	<u>Info</u>
69	wt	37 <b>Julia Boersma</b>	DPD	37.58	<b>37.00</b>	
	rd	32 <b>Bente Dam</b>	DPC	37.53	<b>35.86</b>	
		<u>Julia Boersma</u>			<u>Bente Dam</u>	
		300m      37.00    (37.00)			300m      35.86    (35.86)	
		<u>Naam</u>	<u>Cat</u>	<u>PR</u>	<u>Tijd</u>	<u>Info</u>
70	gl	78 <b>Lieke Planting</b>	DPC	37.60	<b>36.42</b>	PR
	bl	16 <b>Djura Lubbinge</b>	DPC	37.93	<b>37.00</b>	
		<u>Lieke Planting</u>			<u>Djura Lubbinge</u>	
		300m      36.42    (36.42)			300m      37.00    (37.00)	
		<u>Naam</u>	<u>Cat</u>	<u>PR</u>	<u>Tijd</u>	<u>Info</u>
71	wt	63 <b>Lotte van der Goot</b>	DPC	37.51	<b>36.90</b>	
	rd	64 <b>Didi Meekma</b>	DPC	35.01	<b>34.57</b>	PR
		<u>Lotte van der Goot</u>			<u>Didi Meekma</u>	
		300m      36.90    (36.90)			300m      34.57    (34.57)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
72	gl	122 <b>Marit Fokkens</b>	DPC	37.43		<b>DNS</b>
	bl	48 <b>Miriam van Es</b>	DPD	35.39		<b>34.72</b> HT FL
		<u>Marit Fokkens</u>			<u>Miriam van Es</u>	
					300m	34.72 (34.72)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
73	wt	42 <b>Jolieke Zijlstra</b>	DPD	34.66		<b>33.59</b> PR
	rd	36 <b>Maartje Wietsma</b>	DPC	34.48		<b>34.86</b>
		<u>Jolieke Zijlstra</u>			<u>Maartje Wietsma</u>	
					300m	33.59 (33.59)
					300m	34.86 (34.86)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
74	gl	52 <b>Doutzen Wierda</b>	DPC	33.67		<b>35.30</b>
	bl	34 <b>Myrthe Kooiker</b>	DPC	34.20		<b>35.28</b>
		<u>Doutzen Wierda</u>			<u>Myrthe Kooiker</u>	
					300m	35.30 (35.30)
					300m	35.28 (35.28)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
75	wt	51 <b>Tirza Stojanovski</b>	DPD	32.26		<b>32.21</b>
	rd	66 <b>Lieke Nijboer</b>	DPC	33.32		<b>33.72</b>
		<u>Tirza Stojanovski</u>			<u>Lieke Nijboer</u>	
					300m	32.21 (32.21)
					300m	33.72 (33.72)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
76	gl	47 <b>Sigrid van Es</b>	DPC	29.50		<b>29.32</b> PR
	bl	73 <b>Nynke Krol</b>	DPC	31.82		<b>30.57</b>
		<u>Sigrid van Es</u>			<u>Nynke Krol</u>	
					300m	29.32 (29.32)
					300m	30.57 (30.57)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 6. Uitslag Jongste pupillen jongens (300/300) 2e 300 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	79 Jurjen Kramer	HPC	87	I	32.48		
2	21 Stevin Visser	HPC	88	O	32.75	PR	
3	43 Allard van der Ende	HPC	87	O	33.13		
4	59 Berend Zijlstra	HPC	86	I	33.80		
	68 Sverre de Vegt	HPC	88	I	33.80	PR	
6	80 Jurre Valkenburg	HPD	86	O	33.94		
7	88 Hidde Salomons	HPC	85	I	34.33		
8	17 Jurjen Dijkstra	HPC	85	O	35.50		
9	104 Kas Zijlstra	HPC	84	I	37.56	PR	
10	142 Niels Schurer	HPC	82	I	38.20		
11	71 Jilles Pietersma	HPC	83	O	38.35		
12	77 Jurre van der Heide	HPC	83	I	38.39		
13	53 Hidde Boskma	HPD	81	O	38.79		
14	46 Matthijs Jacobs-Monsees	HPD	84	O	39.48		
15	105 Rob Nagelhout	HPD	82	O	42.37		
16	35 Naut Kuiper	HPF	79	I	45.60	PR	
17	158 Ties Wierda	HPF	77	O	46.24		
18	67 Tim Nijboer	HPF	79	O	47.57	PR	
19	12 David Westhoff	HPF	80	O	47.76		
20	38 Bram Zijlstra	HPF	81	I	47.80		
21	87 Lasse Kolder	HPF	80	I	56.58	HT PR FL	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 6. Rituitslag Jongste pupillen jongens (300/300) 2e 300 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
77	wt rd 158 <b>Ties Wierda</b>	HPF		<b>46.24</b>	
	Ties Wierda				
	m	300m	46.24	(46.24)	

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
78	gl bl				
	m	m			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
79	wt 35 <b>Naut Kuiper</b>	HPF	46.38	<b>45.60</b>	PR
	rd 67 <b>Tim Nijboer</b>	HPF	47.73	<b>47.57</b>	PR
	Naut Kuiper				
	300m	45.60	(45.60)		
	Tim Nijboer				
	300m	47.57	(47.57)		

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
80	gl 87 <b>Lasse Kolder</b>	HPF	1:06.44	<b>56.58</b>	HT PR FL
	bl 12 <b>David Westhoff</b>	HPF	47.49	<b>47.76</b>	
	Lasse Kolder				
	300m	56.58	(56.58)		
	David Westhoff				
	300m	47.76	(47.76)		

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
81	wt 38 <b>Bram Zijlstra</b>	HPF	45.88	<b>47.80</b>	
	rd 53 <b>Hidde Boskma</b>	HPD	39.37	<b>38.79</b>	
	Bram Zijlstra				
	300m	47.80	(47.80)		
	Hidde Boskma				
	300m	38.79	(38.79)		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
82	gl	142	<b>Niels Schurer</b>		HPC	39.22	<b>38.20</b>	
	bl	105	<b>Rob Nagelhout</b>		HPD	42.97	<b>42.37</b>	
		<u>Niels Schurer</u>			<u>Rob Nagelhout</u>			
		300m	38.20	(38.20)	300m	42.37	(42.37)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
83	wt	77	<b>Jurre van der Heide</b>		HPC	37.90	<b>38.39</b>	
	rd	71	<b>Jilles Pietersma</b>		HPC	38.19	<b>38.35</b>	
		<u>Jurre van der Heide</u>			<u>Jilles Pietersma</u>			
		300m	38.39	(38.39)	300m	38.35	(38.35)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
84	gl	104	<b>Kas Zijlstra</b>		HPC	39.01	<b>37.56</b>	PR
	bl	46	<b>Matthijs Jacobs-Monsees</b>		HPD	38.47	<b>39.48</b>	
		<u>Kas Zijlstra</u>			<u>Matthijs Jacobs-Monsees</u>			
		300m	37.56	(37.56)	300m	39.48	(39.48)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
85	wt	88	<b>Hidde Salomons</b>		HPC	34.33	<b>34.33</b>	
	rd	17	<b>Jurjen Dijkstra</b>		HPC	34.66	<b>35.50</b>	
		<u>Hidde Salomons</u>			<u>Jurjen Dijkstra</u>			
		300m	34.33	(34.33)	300m	35.50	(35.50)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
86	gl	59	<b>Berend Zijlstra</b>		HPC	35.74	<b>33.80</b>	
	bl	80	<b>Jurre Valkenburg</b>		HPD	34.77	<b>33.94</b>	
		<u>Berend Zijlstra</u>			<u>Jurre Valkenburg</u>			
		300m	33.80	(33.80)	300m	33.94	(33.94)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
87	wt	79	<b>Jurjen Kramer</b>		HPC	32.84	<b>32.48</b>	
	rd	43	<b>Allard van der Ende</b>		HPC	33.18	<b>33.13</b>	
		<u>Jurjen Kramer</u>			<u>Allard van der Ende</u>			
		300m	32.48	(32.48)	300m	33.13	(33.13)	



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
88	gl	68 <b>Sverre de Vegt</b>	HPC	34.13	<b>33.80</b>	PR
	bl	21 <b>Stevin Visser</b>	HPC	33.28	<b>32.75</b>	PR
		<u>Sverre de Vegt</u>				
		300m	33.80 (33.80)			
			<u>Stevin Visser</u>			
			300m	32.75 (32.75)		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 7. Uitslag Oudste pupillen meisjes (300/500) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	31 Kailey van der Veen	DPA	107	O	45.17		
2	15 Kyra Kamstra	DPA	107	I	46.08	PR	
3	13 Marrit Bosma	DPA	108	O	47.67		
4	44 Hannah de Vries	DPA	103	I	47.73	PR	
5	138 Sara van de Pol	DPA	91	O	47.78		
6	28 Jildau de Vries	DPA	108	I	47.98		
7	8 Merel Vlug	DPA	106	O	48.06	PR	
8	49 Else Marie Boersma	DPA	105	I	48.22	PR	
9	74 Sanne Brinksmma	DPA	106	I	48.72	PR	
	4 Eline Teeninga	DPA	105	O	48.72	PR	
11	69 Marin Steegstra	DPA	104	O	49.76	PR	
12	62 Alyne Eelkje Goerres	DPA	101	O	51.01	PR	
13	131 Mirte Kingma	DPA	100	O	51.74	PR	
14	81 Antje Ypma	DPB	103	O	51.97		
15	70 Menthe Pietersma	DPB	101	I	52.07	PR	
16	145 Carlien van den Heuvel	DPB	102	I	52.55		
17	86 Aimee Prins	DPA	100	I	52.92	PR	
18	20 Jildou de Haan	DPA	102	O	53.07		
19	111 Karlijn Westra	DPB	99	I	54.29	PR	
20	57 Keira Wind	DPB	99	O	54.37		
21	27 Marije Nieman	DPB	98	I	54.70	PR	
22	3 Lysanne van der Vaart	DPB	98	O	56.24	PR	
23	11 Sybrich Hillie Buisman	DPB	97	O	56.42		
24	25 Esmee Soet	DPA	95	O	56.63	PR	
25	19 Frouwkje Dijkstra	DPA	96	O	57.21		
26	10 Rhodé Westhoff	DPB	93	O	57.27	PR	
27	30 Vera Ensing	DPA	95	I	58.56	PR	
28	14 Silke Vries	DPB	96	I	58.81	PR	
29	91 Marrit Reitsma	DPB	91	I	58.90	PR	
30	26 Marije Nieuwland	DPA	94	O	1:00.61	PR	
31	40 Ilona Borger	DPB	93	I	1:00.81	PR	
32	76 Kim Kuiper	DPB	89	I	1:04.69		
33	85 Emma van der Tol	DPB	94	I	1:06.51		
34	82 Ammarins Toering	DPB	92	I	1:06.91		
35	107 Silke Bron	DPA	92	O	1:08.16		
	50 Marlon van Oosten	DPB			WDR		
	65 Vera Nijboer	DPA			WDR		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 7. Rituitslag Oudste pupillen meisjes (300/500) 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
89	wt rd	76 <b>Kim Kuiper</b>		DPB			<b>1:04.69</b>	
		<b>Kim Kuiper</b>						
		100m	15.68	(15.68)	m			
		500m	1:04.69	(49.01)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
90	gl bl							
					m			
					m			

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
91	wt rd	91 <b>Marrit Reitsma</b>		DPB		1:05.44	<b>58.90</b>	PR
		138 <b>Sara van de Pol</b>		DPA			<b>47.78</b>	
		<b>Marrit Reitsma</b>						
		100m	14.69	(14.69)	100m	13.10	(13.10)	
		500m	58.90	(44.21)	500m	47.78	(34.68)	
		<b>Sara van de Pol</b>						
		100m	13.10	(13.10)	500m	47.78	(34.68)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
92	gl bl	82 <b>Ammarins Toering</b>		DPB		1:06.12	<b>1:06.91</b>	
		107 <b>Silke Bron</b>		DPA			<b>1:08.16</b>	
		<b>Ammarins Toering</b>						
		100m	15.33	(15.33)	100m	15.85	(15.85)	
		500m	1:06.91	(51.58)	500m	1:08.16	(52.31)	
		<b>Silke Bron</b>						
		100m	15.85	(15.85)	500m	1:08.16	(52.31)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
93	wt rd	40 <b>Ilona Borger</b>		DPB		1:03.37	<b>1:00.81</b>	PR
		10 <b>Rhodé Westhoff</b>		DPB		1:00.26	<b>57.27</b>	PR
		<b>Ilona Borger</b>						
		100m	14.71	(14.71)	100m	14.42	(14.42)	
		500m	1:00.81	(46.10)	500m	57.27	(42.85)	
		<b>Rhodé Westhoff</b>						
		100m	14.42	(14.42)	500m	57.27	(42.85)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
94	gl	85	<b>Emma van der Tol</b>		DPB	1:05.40	<b>1:06.51</b>	
	bl	26	<b>Marije Nieuwland</b>		DPA	1:00.99	<b>1:00.61</b>	PR
		<u>Emma van der Tol</u>			<u>Marije Nieuwland</u>			
		100m	15.49	(15.49)	100m	15.24	(15.24)	
		500m	1:06.51	(51.02)	500m	1:00.61	(45.37)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
95	wt	30	<b>Vera Ensing</b>		DPA	59.76	<b>58.56</b>	PR
	rd	25	<b>Esmee Soet</b>		DPA	57.24	<b>56.63</b>	PR
		<u>Vera Ensing</u>			<u>Esmee Soet</u>			
		100m	14.65	(14.65)	100m	14.36	(14.36)	
		500m	58.56	(43.91)	500m	56.63	(42.27)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
96	gl	14	<b>Silke Vries</b>		DPB	58.98	<b>58.81</b>	PR
	bl	19	<b>Frouwkje Dijkstra</b>		DPA	56.70	<b>57.21</b>	
		<u>Silke Vries</u>			<u>Frouwkje Dijkstra</u>			
		100m	14.99	(14.99)	100m	14.70	(14.70)	
		500m	58.81	(43.82)	500m	57.21	(42.51)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
97	wt	50	<b>Marlon van Oosten</b>		DPB	55.87	<b>WDR</b>	
	rd	11	<b>Sybrich Hillie Buisman</b>		DPB	56.22	<b>56.42</b>	
		<u>Marlon van Oosten</u>			<u>Sybrich Hillie Buisman</u>			
					100m	14.11	(14.11)	
					500m	56.42	(42.31)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
98	gl	27	<b>Marije Nieman</b>		DPB	55.41	<b>54.70</b>	PR
	bl	3	<b>Lysanne van der Vaart</b>		DPB	56.57	<b>56.24</b>	PR
		<u>Marije Nieman</u>			<u>Lysanne van der Vaart</u>			
		100m	14.35	(14.35)	100m	14.30	(14.30)	
		500m	54.70	(40.35)	500m	56.24	(41.94)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
99	wt	111	<b>Karlijn Westra</b>		DPB	54.70	<b>54.29</b>	PR
	rd	57	<b>Keira Wind</b>		DPB	53.30	<b>54.37</b>	
		<u>Karlijn Westra</u>			<u>Keira Wind</u>			
		100m	13.93	(13.93)	100m	14.04	(14.04)	
		500m	54.29	(40.36)	500m	54.37	(40.33)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
100	gl	86	<b>Aimee Prins</b>		DPA	54.46	<b>52.92</b>	PR
	bl	131	<b>Mirte Kingma</b>		DPA	54.05	<b>51.74</b>	PR
		<u>Aimee Prins</u>			<u>Mirte Kingma</u>			
		100m	13.81	(13.81)	100m	13.46	(13.46)	
		500m	52.92	(39.11)	500m	51.74	(38.28)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
101	wt	70	<b>Menthe Pietersma</b>		DPB	53.17	<b>52.07</b>	PR
	rd	62	<b>Alyne Eelkje Goerres</b>		DPA	51.42	<b>51.01</b>	PR
		<u>Menthe Pietersma</u>			<u>Alyne Eelkje Goerres</u>			
		100m	13.74	(13.74)	100m	13.88	(13.88)	
		500m	52.07	(38.33)	500m	51.01	(37.13)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
102	gl	145	<b>Carlien van den Heuvel</b>		DPB	51.14	<b>52.55</b>	
	bl	20	<b>Jildou de Haan</b>		DPA	51.48	<b>53.07</b>	
		<u>Carlien van den Heuvel</u>			<u>Jildou de Haan</u>			
		100m	13.65	(13.65)	100m	14.11	(14.11)	
		500m	52.55	(38.90)	500m	53.07	(38.96)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
103	wt	44	<b>Hannah de Vries</b>		DPA	49.03	<b>47.73</b>	PR
	rd	81	<b>Antje Ypma</b>		DPB	50.72	<b>51.97</b>	
		<u>Hannah de Vries</u>			<u>Antje Ypma</u>			
		100m	12.66	(12.66)	100m	13.94	(13.94)	
		500m	47.73	(35.07)	500m	51.97	(38.03)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
104	gl	65	<b>Vera Nijboer</b>		DPA	49.12		<b>WDR</b>
	bl	69	<b>Marin Steegstra</b>		DPA	49.96		<b>49.76 PR</b>
		<u>Vera Nijboer</u>			<u>Marin Steegstra</u>			
			100m	13.34	(13.34)			
			500m	49.76	(36.42)			
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
105	wt	49	<b>Else Marie Boersma</b>		DPA	48.98		<b>48.22 PR</b>
	rd	4	<b>Eline Teeninga</b>		DPA	48.92		<b>48.72 PR</b>
		<u>Else Marie Boersma</u>			<u>Eline Teeninga</u>			
			100m	12.86	(12.86)		100m	12.65 (12.65)
			500m	48.22	(35.36)		500m	48.72 (36.07)
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
106	gl	74	<b>Sanne Brinksma</b>		DPA	49.00		<b>48.72 PR</b>
	bl	8	<b>Merel Vlug</b>		DPA	49.02		<b>48.06 PR</b>
		<u>Sanne Brinksma</u>			<u>Merel Vlug</u>			
			100m	13.12	(13.12)		100m	12.67 (12.67)
			500m	48.72	(35.60)		500m	48.06 (35.39)
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
107	wt	15	<b>Kyra Kamstra</b>		DPA	46.36		<b>46.08 PR</b>
	rd	31	<b>Kailey van der Veen</b>		DPA	44.77		<b>45.17</b>
		<u>Kyra Kamstra</u>			<u>Kailey van der Veen</u>			
			100m	12.50	(12.50)		100m	12.50 (12.50)
			500m	46.08	(33.58)		500m	45.17 (32.67)
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
108	gl	28	<b>Jildau de Vries</b>		DPA	47.86		<b>47.98</b>
	bl	13	<b>Marrit Bosma</b>		DPA	47.22		<b>47.67</b>
		<u>Jildau de Vries</u>			<u>Marrit Bosma</u>			
			100m	13.13	(13.13)		100m	12.68 (12.68)
			500m	47.98	(34.85)		500m	47.67 (34.99)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 8. Uitslag Oudste pupillen jongens (300/500) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	152 Johannes Hoomans	HPA	119	I	42.81	PR	
2	1 Tijn Bijma	HPA	120	O	46.23	PR	
3	56 Luca Stroetinga	HPA	120	I	46.24	PR	
4	160 Jelmer Tasma	HPA	118	I	46.28	PR	
5	41 Anton Boersma	HPB	118	O	46.61	PR	
6	6 Colin de Velde	HPA	119	O	46.74	PR	
7	60 Ids Hellinga	HPB	117	O	48.50	PR	
8	23 Rimer Tjoelker	HPA	116	I	48.90	PR	
9	123 Tim Postma	HPB	115	O	49.59	PR	
10	55 Jan Aesge van der Meer	HPB	116	O	50.05	PR	
11	61 Tieme Bouma	HPB	113	I	51.02	PR	
12	99 Tobias Pleij	HPB	117	I	51.03		
13	45 Sander Leusink	HPB	115	I	51.18		
14	9 Gideon Westhoff	HPB	114	I	53.04	PR	
15	33 Wytse Hamstra	HPB	114	O	53.21	PR	
16	5 Thijs de Wit	HPA	111	I	54.74	PR	
17	156 Wiek Reen	HPA	109	I	54.95	PR	
18	106 Jurre postma	HPA	111	O	56.08	PR	
19	7 Romke Jepma	HPA	112	I	56.49	PR	
20	75 Mika Kammeraat	HPB	112	O	56.79	PR	
21	120 Rimar Kaper	HPB	109	O	1:10.45	FL	
	118 Hidde-Jan Poiesz	HPA				WDR	





# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
114	gl	9	<b>Gideon Westhoff</b>		HPB			54.56	<b>53.04</b>	PR	
	bl	33	<b>Wytse Hamstra</b>		HPB			54.62	<b>53.21</b>	PR	
		<u>Gideon Westhoff</u>			<u>Wytse Hamstra</u>						
		100m	13.52	(13.52)	100m	14.36	(14.36)				
		500m	53.04	(39.52)	500m	53.21	(38.85)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
115	wt	45	<b>Sander Leusink</b>		HPB			50.69	<b>51.18</b>		
	rd	123	<b>Tim Postma</b>		HPB			50.43	<b>49.59</b>	PR	
		<u>Sander Leusink</u>			<u>Tim Postma</u>						
		100m	13.30	(13.30)	100m	13.09	(13.09)				
		500m	51.18	(37.88)	500m	49.59	(36.50)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
116	gl	23	<b>Rimer Tjoelker</b>		HPA			49.91	<b>48.90</b>	PR	
	bl	55	<b>Jan Aesge van der Meer</b>		HPB			51.43	<b>50.05</b>	PR	
		<u>Rimer Tjoelker</u>			<u>Jan Aesge van der Meer</u>						
		100m	12.51	(12.51)	100m	13.13	(13.13)				
		500m	48.90	(36.39)	500m	50.05	(36.92)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
117	wt	99	<b>Tobias Pleij</b>		HPB			49.85	<b>51.03</b>		
	rd	60	<b>Ids Hellinga</b>		HPB			49.90	<b>48.50</b>	PR	
		<u>Tobias Pleij</u>			<u>Ids Hellinga</u>						
		100m	13.08	(13.08)	100m	13.19	(13.19)				
		500m	51.03	(37.95)	500m	48.50	(35.31)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
118	gl	160	<b>Jelmer Tasma</b>		HPA			47.97	<b>46.28</b>	PR	
	bl	41	<b>Anton Boersma</b>		HPB			47.81	<b>46.61</b>	PR	
		<u>Jelmer Tasma</u>			<u>Anton Boersma</u>						
		100m	12.62	(12.62)	100m	12.67	(12.67)				
		500m	46.28	(33.66)	500m	46.61	(33.94)				

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
119	wt	152	<b>Johannes Hoomans</b>		HPA	42.84	<b>42.81</b>	PR
	rd	6	<b>Colin de Velde</b>		HPA	47.06	<b>46.74</b>	PR
		<u>Johannes Hoomans</u>			<u>Colin de Velde</u>			
		100m	11.33	(11.33)	100m	12.52	(12.52)	
		500m	42.81	(31.48)	500m	46.74	(34.22)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
120	gl	56	<b>Luca Stroetinga</b>		HPA	47.50	<b>46.24</b>	PR
	bl	1	<b>Tijn Bijma</b>		HPA	46.30	<b>46.23</b>	PR
		<u>Luca Stroetinga</u>			<u>Tijn Bijma</u>			
		100m	12.50	(12.50)	100m	12.24	(12.24)	
		500m	46.24	(33.74)	500m	46.23	(33.99)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 9. Uitslag Junioren C en ouder 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	121 Twan Kok	HN3	140	I	37.98		
2	103 Lars Straver	HA2	138	O	39.32		
3	144 Robbert-Jan van Hardeveld	HB2	139	O	39.41		
4	124 Jurjen Hiemstra	HA1	137	O	39.90		
5	157 Roel Regts	HB2	135	I	41.39		
6	109 Rutmer Burghoorn	HA2	134	O	41.70	PR	
7	95 Jan van der Stouwe	H55	134	I	41.89		
8	139 Marika de Glee	DB1	136	I	41.92		
9	102 Laurens Taekema	H40	136	O	42.46		
10	136 Tijn Borst	DB2	133	I	42.51		
11	133 Mayke Vriesinga	DB2	132	O	43.46		
12	126 Anton van der Tol	HC1	131	O	43.71		
13	155 Tosca Mulder	DA2	133	O	44.07		
14	100 Geert Fekken	H45	131	I	44.12		
15	140 Isa Steegstra	DB2	129	O	44.27		
16	151 Jasper Knulst	H45	132	I	44.76		
17	108 Mike Egberts	H40	130	O	45.07		
18	98 Mettie de Vegt	DSB	129	I	45.21		
19	147 Harmen last	HC2	128	O	46.30	PR	
20	132 Britt Steg	DC2	128	I	46.56	PR	
21	137 Rosa-Lynn Compagner	DC1	125	I	46.75	PR	
22	153 Bjorn Koen	HC2	130	I	46.76		
23	128 Robine Lubbinge	DC1	126	O	46.77	PR	
24	127 Corien de Jong	DB2	127	I	46.94		
25	125 Marriët van der Tol	DB1	127	O	47.24		
26	130 Jade Zijlstra	DC1	126	I	47.25		
27	90 Amber Feller	DC1	124	O	47.34		
28	146 Nienke Valkenburg	DB1	125	O	47.64		
29	94 Paulisca Groenhof	DA1	123	O	48.59		
30	129 Sybrich Westra	DB2	123	I	48.78		
31	154 Jasper Thomas Spijksma	HB1	121	O	49.17	PR	
32	135 Mats Rabbinge	HC1	124	I	49.37		
33	134 Foske Bouma	DC1	122	O	50.92		
34	148 Jan Boelen	H75	121	I	51.01		
	141 Paul Groenewoud	HA2	138	I	DNF		
	149 Jan Meersma	HC1	122	I	DQ		
	159 Tessa Oudman	DN4	135	O	DNS		
	115 Eelke Hessel Westra	HA2			WDR		

Scheidsrechter:

Assistent:

Starter:

Van 23-1-2023 18:30:00 tot 23-1-2023 21:22:20

Print: 23-1-2025 22:06:17

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
101	Jesse de Lange	HN2				WDR	
113	Willem Bekkema	HA2				WDR	

Scheidsrechter:

Assistent:

Starter:

Van 23-1-2023 18:30:00 tot 23-1-2023 21:22:20

Print: 23-1-2025 22:06:17

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 9. Rituitslag Junioren C en ouder 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
121	wt	148	<b>Jan Boelen</b>		H75	45.20	<b>51.01</b>	
	rd	154	<b>Jasper Thomas Spijksma</b>		HB1	50.41	<b>49.17</b>	PR
			<b>Jan Boelen</b>				<b>Jasper Thomas Spijksma</b>	
			100m	13.33	(13.33)	100m	13.32	(13.32)
			500m	51.01	(37.68)	500m	49.17	(35.85)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
122	gl	149	<b>Jan Meersma</b>		HC1	1:04.53	<b>DQ</b>	
	bl	134	<b>Foske Bouma</b>		DC1	50.26	<b>50.92</b>	
			<b>Jan Meersma</b>				<b>Foske Bouma</b>	
			100m	13.45	(13.45)	100m	13.07	(13.07)
			500m	54.94	(41.49)	500m	50.92	(37.85)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
123	wt	129	<b>Sybrich Westra</b>		DB2	47.04	<b>48.78</b>	
	rd	94	<b>Paulisca Groenhof</b>		DA1	48.40	<b>48.59</b>	
			<b>Sybrich Westra</b>				<b>Paulisca Groenhof</b>	
			100m	12.93	(12.93)	100m	12.53	(12.53)
			500m	48.78	(35.85)	500m	48.59	(36.06)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
124	gl	135	<b>Mats Rabbinge</b>		HC1	49.14	<b>49.37</b>	
	bl	90	<b>Amber Feller</b>		DC1	47.32	<b>47.34</b>	
			<b>Mats Rabbinge</b>				<b>Amber Feller</b>	
			100m	12.73	(12.73)	100m	12.59	(12.59)
			500m	49.37	(36.64)	500m	47.34	(34.75)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
125	wt	137	<b>Rosa-Lynn Compagner</b>		DC1	46.86	<b>46.75</b>	PR
	rd	146	<b>Nienke Valkenburg</b>		DB1	46.38	<b>47.64</b>	
			<b>Rosa-Lynn Compagner</b>				<b>Nienke Valkenburg</b>	
			100m	12.70	(12.70)	100m	12.57	(12.57)
			500m	46.75	(34.05)	500m	47.64	(35.07)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
126	gl	130	<b>Jade Zijlstra</b>		DC1	46.75	<b>47.25</b>	
	bl	128	<b>Robine Lubbinge</b>		DC1	46.99	<b>46.77</b>	PR
		<u>Jade Zijlstra</u>			<u>Robine Lubbinge</u>			
		100m	12.80	(12.80)	100m	12.17	(12.17)	
		500m	47.25	(34.45)	500m	46.77	(34.60)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
127	wt	127	<b>Corien de Jong</b>		DB2	46.58	<b>46.94</b>	
	rd	125	<b>Marriët van der Tol</b>		DB1	46.58	<b>47.24</b>	
		<u>Corien de Jong</u>			<u>Marriët van der Tol</u>			
		100m	12.50	(12.50)	100m	12.76	(12.76)	
		500m	46.94	(34.44)	500m	47.24	(34.48)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
128	gl	132	<b>Britt Steg</b>		DC2	46.64	<b>46.56</b>	PR
	bl	147	<b>Harmen last</b>		HC2	46.53	<b>46.30</b>	PR
		<u>Britt Steg</u>			<u>Harmen last</u>			
		100m	12.81	(12.81)	100m	12.36	(12.36)	
		500m	46.56	(33.75)	500m	46.30	(33.94)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
129	wt	98	<b>Mettie de Vegt</b>		DSB	44.72	<b>45.21</b>	
	rd	140	<b>Isa Steegstra</b>		DB2	44.25	<b>44.27</b>	
		<u>Mettie de Vegt</u>			<u>Isa Steegstra</u>			
		100m	12.69	(12.69)	100m	11.96	(11.96)	
		500m	45.21	(32.52)	500m	44.27	(32.31)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
130	gl	153	<b>Bjorn Koen</b>		HC2	46.06	<b>46.76</b>	
	bl	108	<b>Mike Egberts</b>		H40	42.60	<b>45.07</b>	
		<u>Bjorn Koen</u>			<u>Mike Egberts</u>			
		100m	12.21	(12.21)	100m	12.48	(12.48)	
		500m	46.76	(34.55)	500m	45.07	(32.59)	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
131	wt	100	<b>Geert Fekken</b>		H45			42.66	<b>44.12</b>		
	rd	126	<b>Anton van der Tol</b>		HC1			43.06	<b>43.71</b>		
		<u>Geert Fekken</u>			<u>Anton van der Tol</u>						
		100m	12.22	(12.22)	100m	11.99	(11.99)				
		500m	44.12	(31.90)	500m	43.71	(31.72)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
132	gl	151	<b>Jasper Knulst</b>		H45			43.50	<b>44.76</b>		
	bl	133	<b>Mayke Vriesinga</b>		DB2			42.99	<b>43.46</b>		
		<u>Jasper Knulst</u>			<u>Mayke Vriesinga</u>						
		100m	11.93	(11.93)	100m	11.77	(11.77)				
		500m	44.76	(32.83)	500m	43.46	(31.69)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
133	wt	136	<b>Tijn Borst</b>		DB2			42.41	<b>42.51</b>		
	rd	155	<b>Tosca Mulder</b>		DA2			42.56	<b>44.07</b>		
		<u>Tijn Borst</u>			<u>Tosca Mulder</u>						
		100m	11.78	(11.78)	100m	12.03	(12.03)				
		500m	42.51	(30.73)	500m	44.07	(32.04)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
134	gl	95	<b>Jan van der Stouwe</b>		H55			39.24	<b>41.89</b>		
	bl	109	<b>Rutmer Burghoorn</b>		HA2			42.04	<b>41.70</b>	PR	
		<u>Jan van der Stouwe</u>			<u>Rutmer Burghoorn</u>						
		100m	11.42	(11.42)	100m	11.66	(11.66)				
		500m	41.89	(30.47)	500m	41.70	(30.04)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
135	wt	157	<b>Roel Regts</b>		HB2			41.39	<b>41.39</b>		
	rd	159	<b>Tessa Oudman</b>		DN4			41.02	<b>DNS</b>		
		<u>Roel Regts</u>			<u>Tessa Oudman</u>						
		100m	11.05	(11.05)							
		500m	41.39	(30.34)							

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
136	gl	139	<b>Marika de Glee</b>		DB1			41.64	<b>41.92</b>		
	bl	102	<b>Laurens Taekema</b>		H40			41.13	<b>42.46</b>		
		<u>Marika de Glee</u>			<u>Laurens Taekema</u>						
		100m	11.48	(11.48)	100m	11.63	(11.63)				
		500m	41.92	(30.44)	500m	42.46	(30.83)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
137	wt	115	<b>Eelke Hessel Westra</b>		HA2			39.87	<b>WDR</b>		
	rd	124	<b>Jurjen Hiemstra</b>		HA1			39.17	<b>39.90</b>		
		<u>Eelke Hessel Westra</u>			<u>Jurjen Hiemstra</u>						
		100m			100m	11.00	(11.00)				
		500m			500m	39.90	(28.90)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
138	gl	141	<b>Paul Groenewoud</b>		HA2			39.52	<b>DNF</b>		
	bl	103	<b>Lars Straver</b>		HA2			38.85	<b>39.32</b>		
		<u>Paul Groenewoud</u>			<u>Lars Straver</u>						
		100m	11.67	(11.67)	100m	10.91	(10.91)				
		500m			500m	39.32	(28.41)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
139	wt	101	<b>Jesse de Lange</b>		HN2			37.90	<b>WDR</b>		
	rd	144	<b>Robbert-Jan van Hardeveld</b>		HB2			38.76	<b>39.41</b>		
		<u>Jesse de Lange</u>			<u>Robbert-Jan van Hardeveld</u>						
		100m			100m	10.79	(10.79)				
		500m			500m	39.41	(28.62)				
		Naam			Cat			PR	Tijd	Info	
140	gl	121	<b>Twan Kok</b>		HN3			37.48	<b>37.98</b>		
	bl	113	<b>Willem Bekkema</b>		HA2			37.64	<b>WDR</b>		
		<u>Twan Kok</u>			<u>Willem Bekkema</u>						
		100m	10.23	(10.23)							
		500m	37.98	(27.75)							



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 11. Uitslag Junioren C en ouder (500/1500) 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	102 Laurens Taekema	H40	150	O	2:07.14		
2	159 Tessa Oudman	DN4	150	I	2:11.32		
3	100 Geert Fekken	H45	147	I	2:11.90		
4	126 Anton van der Tol	HC1	148	I	2:13.70		
5	108 Mike Egberts	H40	147	O	2:18.69		
6	137 Rosa-Lynn Compagner	DC1	146	I	2:21.42	PR	
7	130 Jade Zijlstra	DC1	148	O	2:22.24		
8	132 Britt Steg	DC2	145	I	2:25.88		
9	90 Amber Feller	DC1	144	O	2:28.11	PR	
10	127 Corien de Jong	DB2	145	O	2:28.21		
11	153 Bjorn Koen	HC2	146	O	2:28.37	PR	
12	125 Marriët van der Tol	DB1	144	I	2:28.57	PR	
13	128 Robine Lubbinge	DC1	143	I	2:29.14	PR	
14	147 Harmen last	HC2	141	I	2:29.56	PR	
15	129 Sybrich Westra	DB2	143	O	2:32.91		
16	154 Jasper Thomas Spijksma	HB1	141	O	2:34.29		
	101 Jesse de Lange	HN2				WDR	
	115 Eelke Hessel Westra	HA2				WDR	

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 11. Rituitslag Junioren C en ouder (500/1500) 1500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
141	wt	147	<b>Harmen last</b>		HC2	2:45.78	<b>2:29.56</b>	PR
	rd	154	<b>Jasper Thomas Spijksma</b>		HB1		<b>2:34.29</b>	
			<b>Harmen last</b>				<b>Jasper Thomas Spijksma</b>	
			300m	32.02	(32.02)	300m	32.45	(32.45)
			700m	1:10.55	(38.53)	700m	1:11.73	(39.28)
			1100m	1:49.85	(39.30)	1100m	1:52.94	(41.21)
			1500m	2:29.56	(39.71)	1500m	2:34.29	(41.35)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
142	gl							
	bl							
			m				m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
143	wt	128	<b>Robine Lubbinge</b>		DC1	2:32.36	<b>2:29.14</b>	PR
	rd	129	<b>Sybrich Westra</b>		DB2	2:29.36	<b>2:32.91</b>	
			<b>Robine Lubbinge</b>				<b>Sybrich Westra</b>	
			300m	31.46	(31.46)	300m	31.75	(31.75)
			700m	1:10.19	(38.73)	700m	1:09.07	(37.32)
			1100m	1:49.93	(39.74)	1100m	1:49.78	(40.71)
			1500m	2:29.14	(39.21)	1500m	2:32.91	(43.13)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
144	gl	125	<b>Marriët van der Tol</b>		DB1	2:29.08	<b>2:28.57</b>	PR
	bl	90	<b>Amber Feller</b>		DC1	2:28.89	<b>2:28.11</b>	PR
			<b>Marriët van der Tol</b>				<b>Amber Feller</b>	
			300m	30.97	(30.97)	300m	31.56	(31.56)
			700m	1:07.97	(37.00)	700m	1:08.17	(36.61)
			1100m	1:47.64	(39.67)	1100m	1:47.59	(39.42)
			1500m	2:28.57	(40.93)	1500m	2:28.11	(40.52)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
145	wt	132 <b>Britt Steg</b>	DC2		2:25.77	<b>2:25.88</b>	
	rd	127 <b>Corien de Jong</b>	DB2		2:26.07	<b>2:28.21</b>	
		<b>Britt Steg</b>			<b>Corien de Jong</b>		
		300m	30.62	(30.62)	300m	31.10	(31.10)
		700m	1:06.47	(35.85)	700m	1:09.38	(38.28)
		1100m	1:45.26	(38.79)	1100m	1:48.60	(39.22)
		1500m	2:25.88	(40.62)	1500m	2:28.21	(39.61)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
146	gl	137 <b>Rosa-Lynn Compagner</b>	DC1		2:26.27	<b>2:21.42</b>	PR
	bl	153 <b>Bjorn Koen</b>	HC2		2:28.70	<b>2:28.37</b>	PR
		<b>Rosa-Lynn Compagner</b>			<b>Bjorn Koen</b>		
		300m	30.44	(30.44)	300m	30.77	(30.77)
		700m	1:06.96	(36.52)	700m	1:08.79	(38.02)
		1100m	1:44.21	(37.25)	1100m	1:49.92	(41.13)
		1500m	2:21.42	(37.21)	1500m	2:28.37	(38.45)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
147	wt	100 <b>Geert Fekken</b>	H45		2:09.39	<b>2:11.90</b>	
	rd	108 <b>Mike Egberts</b>	H40		2:10.55	<b>2:18.69</b>	
		<b>Geert Fekken</b>			<b>Mike Egberts</b>		
		300m	28.20	(28.20)	300m	30.05	(30.05)
		700m	1:01.36	(33.16)	700m	1:04.25	(34.20)
		1100m	1:35.90	(34.54)	1100m	1:40.36	(36.11)
		1500m	2:11.90	(36.00)	1500m	2:18.69	(38.33)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
148	gl	126 <b>Anton van der Tol</b>	HC1		2:13.49	<b>2:13.70</b>	
	bl	130 <b>Jade Zijlstra</b>	DC1		2:21.59	<b>2:22.24</b>	
		<b>Anton van der Tol</b>			<b>Jade Zijlstra</b>		
		300m	28.66	(28.66)	300m	30.96	(30.96)
		700m	1:01.83	(33.17)	700m	1:05.89	(34.93)
		1100m	1:37.25	(35.42)	1100m	1:43.26	(37.37)
		1500m	2:13.70	(36.45)	1500m	2:22.24	(38.98)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
149	wt	101 <b>Jesse de Lange</b>	HN2	1:51.59		<b>WDR</b>
	rd	115 <b>Eelke Hessel Westra</b>	HA2	2:01.57		<b>WDR</b>
		Jesse de Lange				Eelke Hessel Westra

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
150	gl	159 <b>Tessa Oudman</b>	DN4	2:08.82		<b>2:11.32</b>
	bl	102 <b>Laurens Taekema</b>	H40	2:03.37		<b>2:07.14</b>
		<b>Tessa Oudman</b>				<b>Laurens Taekema</b>
		300m      27.29    (27.29)		300m      27.37    (27.37)		
		700m      58.15    (30.86)		700m      58.27    (30.90)		
		1100m     1:32.65   (34.50)		1100m     1:31.61   (33.34)		
		1500m     2:11.32   (38.67)		1500m     2:07.14   (35.53)		

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

Thialf - Heerenveen

## 12. Uitslag Junioren C en ouder (500/1000) 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	144 Robbert-Jan van Hardeveld	HB2	161	O	1:18.21		
2	124 Jurjen Hiemstra	HA1	161	I	1:18.54		
3	103 Lars Straver	HA2	160	O	1:18.78	PR	
4	141 Paul Groenewoud	HA2	159	I	1:21.82		
5	157 Roel Regts	HB2	157	I	1:22.47	PR	
6	109 Rutmer Burghoorn	HA2	159	O	1:23.45	PR	
7	139 Marika de Glee	DB1	160	I	1:24.57		
8	95 Jan van der Stouwe	H55	158	I	1:24.99		
9	136 Tijn Borst	DB2	158	O	1:25.01	PR	
10	133 Mayke Vriesinga	DB2	155	O	1:28.26		
11	98 Mettie de Vegt	DSB	155	I	1:28.36		
12	151 Jasper Knulst	H45	156	I	1:30.52		
13	94 Paulisca Groenhof	DA1	153	I	1:39.66		
14	134 Foske Bouma	DC1	154	I	1:41.42	PR	
15	148 Jan Boelen	H75	153	O	1:44.01		
16	135 Mats Rabbinge	HC1	151	O	1:50.19		
17	149 Jan Meersma	HC1	151	I	1:54.54		
	140 Isa Steegstra	DB2	156	O	DNF		
	146 Nienke Valkenburg	DB1	154	O	DQ		
	155 Tosca Mulder	DA2			WDR		
	113 Willem Bekkema	HA2			WDR		
	121 Twan Kok	HN3			WDR		



# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
155	wt	98 <b>Mettie de Vegt</b>	DSB		1:26.83	<b>1:28.36</b>	
	rd	133 <b>Mayke Vriesinga</b>	DB2		1:27.27	<b>1:28.26</b>	
		<u>Mettie de Vegt</u>			<u>Mayke Vriesinga</u>		
		200m	21.39	(21.39)	200m	20.43	(20.43)
		600m	54.25	(32.86)	600m	53.25	(32.82)
		1000m	1:28.36	(34.11)	1000m	1:28.26	(35.01)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
156	gl	151 <b>Jasper Knulst</b>	H45		1:26.15	<b>1:30.52</b>	
	bl	140 <b>Isa Steegstra</b>	DB2		1:29.18	<b>DNF</b>	
		<u>Jasper Knulst</u>			<u>Isa Steegstra</u>		
		200m	21.08	(21.08)			
		600m	54.27	(33.19)			
		1000m	1:30.52	(36.25)			

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
157	wt	157 <b>Roel Regts</b>	HB2		1:24.88	<b>1:22.47</b>	PR
	rd	155 <b>Tosca Mulder</b>	DA2		1:24.97	<b>WDR</b>	
		<u>Roel Regts</u>			<u>Tosca Mulder</u>		
		200m	19.04	(19.04)			
		600m	50.03	(30.99)			
		1000m	1:22.47	(32.44)			

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
158	gl	95 <b>Jan van der Stouwe</b>	H55		1:17.12	<b>1:24.99</b>	
	bl	136 <b>Tijn Borst</b>	DB2		1:25.77	<b>1:25.01</b>	PR
		<u>Jan van der Stouwe</u>			<u>Tijn Borst</u>		
		200m	19.90	(19.90)	200m	20.10	(20.10)
		600m	51.17	(31.27)	600m	51.02	(30.92)
		1000m	1:24.99	(33.82)	1000m	1:25.01	(33.99)

# FryslanCup - Pupillen + Gewestelijke wedstr. A jun en ouder, 23-01-2023

## Thialf - Heerenveen

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
159	wt	141 <b>Paul Groenewoud</b>	HA2		1:19.63	<b>1:21.82</b>	
	rd	109 <b>Rutmer Burghoorn</b>	HA2		1:23.80	<b>1:23.45</b>	PR
		<u>Paul Groenewoud</u>			<u>Rutmer Burghoorn</u>		
		200m	18.70	(18.70)	200m	19.57	(19.57)
		600m	48.52	(29.82)	600m	50.04	(30.47)
		1000m	1:21.82	(33.30)	1000m	1:23.45	(33.41)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
160	gl	139 <b>Marika de Glee</b>	DB1		1:24.09	<b>1:24.57</b>	
	bl	103 <b>Lars Straver</b>	HA2		1:19.08	<b>1:18.78</b>	PR
		<u>Marika de Glee</u>			<u>Lars Straver</u>		
		200m	19.72	(19.72)	200m	18.41	(18.41)
		600m	50.95	(31.23)	600m	47.25	(28.84)
		1000m	1:24.57	(33.62)	1000m	1:18.78	(31.53)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
161	wt	124 <b>Jurjen Hiemstra</b>	HA1		1:16.49	<b>1:18.54</b>	
	rd	144 <b>Robbert-Jan van Hardeveld</b>	HB2		1:16.93	<b>1:18.21</b>	
		<u>Jurjen Hiemstra</u>			<u>Robbert-Jan van Hardeveld</u>		
		200m	18.48	(18.48)	200m	18.33	(18.33)
		600m	47.15	(28.67)	600m	47.20	(28.87)
		1000m	1:18.54	(31.39)	1000m	1:18.21	(31.01)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
162	gl	113 <b>Willem Bekkema</b>	HA2		1:18.80	<b>WDR</b>	
	bl	121 <b>Twan Kok</b>	HN3		1:16.95	<b>WDR</b>	
		<u>Willem Bekkema</u>			<u>Twan Kok</u>		