

Trainingswedstrijd topteam

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	13 Stefan Westenbroek	HN3	4	O	34.99		
2	12 Mats Siemons	HN2	3	O	35.33	PR	
3	32 Stein de Wit	HN1	4	I	36.35		
4	15 Lex Dijkstra	HSA	2	O	37.54		
5	14 Remo Slotegraaf	HN3	3	I	37.67		
6	11 Michelle de Jong	DSA	2	I	37.93		
7	28 Maud Lugters	DN4	1	O	38.65		
8	27 Pien Smit	DN1	1	I	38.88		

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	27	Pien Smit		DN1		38.46	38.88	
	rd	28	Maud Lugters		DN4		38.35	38.65	
		Pien Smit				Maud Lugters			
		100m	10.98	(10.98)		100m	10.93	(10.93)	
		500m	38.88	(27.90)		500m	38.65	(27.72)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	11	Michelle de Jong		DSA		37.48	37.93	
	bl	15	Lex Dijkstra		HSA		37.37	37.54	
		Michelle de Jong				Lex Dijkstra			
		100m	10.62	(10.62)		100m	10.75	(10.75)	
		500m	37.93	(27.31)		500m	37.54	(26.79)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	14	Remo Slotegraaf		HN3		37.10	37.67	
	rd	12	Mats Siemons		HN2		35.51	35.33	PR
		Remo Slotegraaf				Mats Siemons			
		100m	10.88	(10.88)		100m	9.92	(9.92)	
		500m	37.67	(26.79)		500m	35.33	(25.41)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	32	Stein de Wit		HN1		36.28	36.35	
	bl	13	Stefan Westenbroek		HN3		34.72	34.99	
		Stein de Wit				Stefan Westenbroek			
		100m	10.34	(10.34)		100m	9.75	(9.75)	
		500m	36.35	(26.01)		500m	34.99	(25.24)	

Trainingswedstrijd topteam

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

2. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	19 Tjerk de Boer	HSA	6	O	3:44.93	PR	
2	20 Sjoerd den Hertog	HSB	3	I	3:47.26	PR	
3	23 Gert Wierda	HN2	5	I	3:47.27		
4	7 Sijmen Egberts	HN1	6	I	3:48.67		
5	24 Daan Gelling	HN4	4	O	3:49.21	PR	
6	6 Jarle Gerrits	HN3	3	O	3:49.58	PR	
7	5 Joep Wennemars	HN2	5	O	3:49.91		
8	10 Zeno de Ponti	HN3	4	I	3:50.42	PR	
9	4 Serge Yoro	HSA	1	O	3:50.78	PR	
10	8 Chloé Hoogendoorn	DN1	2	I	4:12.50	PR	
11	26 Sophie Kraaijeveld	DN1	1	I	4:16.65		
	22 Arianna Pruisscher	DSA	2	O	DQ		

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

2. Rituitslag 3000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	26	Sophie Kraaijeveld		DN1	4:10.39		4:16.65	
	rd	4	Serge Yoro		HSA	4:11.36		3:50.78	PR
		Sophie Kraaijeveld			Serge Yoro				
		200m	21.59	(21.59)	200m	19.02	(19.02)		
		600m	54.37	(32.78)	600m	48.00	(28.98)		
		1000m	1:27.22	(32.85)	1000m	1:17.69	(29.69)		
		1400m	2:00.31	(33.09)	1400m	1:47.89	(30.20)		
		1800m	2:33.96	(33.65)	1800m	2:18.12	(30.23)		
		2200m	3:08.00	(34.04)	2200m	2:48.54	(30.42)		
		2600m	3:42.33	(34.33)	2600m	3:19.37	(30.83)		
		3000m	4:16.65	(34.32)	3000m	3:50.78	(31.41)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	8	Chloé Hoogendoorn		DN1	4:15.68		4:12.50	PR
	bl	22	Arianna Pruisscher		DSA	4:10.57		DQ	
		Chloé Hoogendoorn			Arianna Pruisscher				
		200m	20.52	(20.52)	200m	21.52	(21.52)		
		600m	52.74	(32.22)	600m	53.82	(32.30)		
		1000m	1:24.85	(32.11)	1000m	1:26.82	(33.00)		
		1400m	1:57.55	(32.70)	1400m	1:59.90	(33.08)		
		1800m	2:30.63	(33.08)	1800m	2:33.33	(33.43)		
		2200m	3:03.71	(33.08)	2200m	3:07.03	(33.70)		
		2600m	3:37.70	(33.99)	2600m	3:40.71	(33.68)		
		3000m	4:12.50	(34.80)	3000m	4:14.65	(33.94)		

Trainingswedstrijd topteam

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
3	wt	20	Sjoerd den Hertog		HSB		3:50.01	3:47.26	PR
	rd	6	Jarle Gerrits		HN3		3:53.74	3:49.58	PR
			Sjoerd den Hertog						
			200m	19.28	(19.28)		200m	18.14	(18.14)
			600m	49.05	(29.77)		600m	47.01	(28.87)
			1000m	1:18.85	(29.80)		1000m	1:16.59	(29.58)
			1400m	1:48.74	(29.89)		1400m	1:46.05	(29.46)
			1800m	2:18.57	(29.83)		1800m	2:15.87	(29.82)
			2200m	2:48.49	(29.92)		2200m	2:46.13	(30.26)
			2600m	3:18.02	(29.53)		2600m	3:17.27	(31.14)
			3000m	3:47.26	(29.24)		3000m	3:49.58	(32.31)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
4	gl	10	Zeno de Ponti		HN3		3:52.19	3:50.42	PR
	bl	24	Daan Gelling		HN4		3:50.89	3:49.21	PR
			Zeno de Ponti						
			200m	19.72	(19.72)		200m	19.99	(19.99)
			600m	49.42	(29.70)		600m	49.59	(29.60)
			1000m	1:19.15	(29.73)		1000m	1:19.24	(29.65)
			1400m	1:49.21	(30.06)		1400m	1:48.68	(29.44)
			1800m	2:19.50	(30.29)		1800m	2:18.44	(29.76)
			2200m	2:49.77	(30.27)		2200m	2:48.50	(30.06)
			2600m	3:19.93	(30.16)		2600m	3:18.73	(30.23)
			3000m	3:50.42	(30.49)		3000m	3:49.21	(30.48)

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
5	wt	23	Gert Wierda		HN2		3:42.63	3:47.27	
	rd	5	Joep Wennemars		HN2		3:48.59	3:49.91	
		Gert Wierda			Joep Wennemars				
		200m	19.39	(19.39)	200m	18.86	(18.86)		
		600m	48.70	(29.31)	600m	47.95	(29.09)		
		1000m	1:18.15	(29.45)	1000m	1:17.52	(29.57)		
		1400m	1:47.91	(29.76)	1400m	1:47.15	(29.63)		
		1800m	2:17.86	(29.95)	1800m	2:17.09	(29.94)		
		2200m	2:47.79	(29.93)	2200m	2:47.40	(30.31)		
		2600m	3:17.30	(29.51)	2600m	3:18.14	(30.74)		
		3000m	3:47.27	(29.97)	3000m	3:49.91	(31.77)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
6	gl	7	Sijmen Egberts		HN1		3:45.17	3:48.67	
	bl	19	Tjerk de Boer		HSA		3:45.20	3:44.93	PR
		Sijmen Egberts			Tjerk de Boer				
		200m	18.60	(18.60)	200m	18.77	(18.77)		
		600m	48.07	(29.47)	600m	48.07	(29.30)		
		1000m	1:17.40	(29.33)	1000m	1:17.64	(29.57)		
		1400m	1:47.04	(29.64)	1400m	1:47.00	(29.36)		
		1800m	2:16.42	(29.38)	1800m	2:16.29	(29.29)		
		2200m	2:46.20	(29.78)	2200m	2:45.13	(28.84)		
		2600m	3:16.91	(30.71)	2600m	3:14.65	(29.52)		
		3000m	3:48.67	(31.76)	3000m	3:44.93	(30.28)		

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

3. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	2 Jorrit Bergsma	HSB	1	I	6:14.78		
2	3 Beau Snellink	HN4	1	O	6:17.23		
3	1 Kars Jansman	HSA	2	O	6:17.79		
4	34 Yves Vergeer	HN4	2	I	6:27.25	PR	

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

3. Rituitslag 5000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	2	Jorrit Bergsma		HSB	6:06.93		6:14.78	
	rd	3	Beau Snellink		HN4	6:09.58		6:17.23	
		Jorrit Bergsma			Beau Snellink				
		200m	19.17	(19.17)	200m	19.78	(19.78)		
		600m	48.18	(29.01)	600m	49.56	(29.78)		
		1000m	1:17.33	(29.15)	1000m	1:18.89	(29.33)		
		1400m	1:46.44	(29.11)	1400m	1:48.23	(29.34)		
		1800m	2:15.74	(29.30)	1800m	2:17.73	(29.50)		
		2200m	2:45.17	(29.43)	2200m	2:47.29	(29.56)		
		2600m	3:14.66	(29.49)	2600m	3:16.79	(29.50)		
		3000m	3:44.28	(29.62)	3000m	3:46.29	(29.50)		
		3400m	4:13.93	(29.65)	3400m	4:15.80	(29.51)		
		3800m	4:43.77	(29.84)	3800m	4:45.56	(29.76)		
		4200m	5:13.83	(30.06)	4200m	5:15.69	(30.13)		
		4600m	5:44.14	(30.31)	4600m	5:46.19	(30.50)		
		5000m	6:14.78	(30.64)	5000m	6:17.23	(31.04)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	34	Yves Vergeer		HN4	6:27.92		6:27.25	PR
	bl	1	Kars Jansman		HSA	6:15.14		6:17.79	
		Yves Vergeer			Kars Jansman				
		200m	18.97	(18.97)	200m	19.67	(19.67)		
		600m	48.66	(29.69)	600m	49.18	(29.51)		
		1000m	1:19.08	(30.42)	1000m	1:18.63	(29.45)		
		1400m	1:49.59	(30.51)	1400m	1:48.50	(29.87)		
		1800m	2:20.08	(30.49)	1800m	2:18.31	(29.81)		
		2200m	2:50.42	(30.34)	2200m	2:47.94	(29.63)		
		2600m	3:20.92	(30.50)	2600m	3:17.66	(29.72)		
		3000m	3:51.40	(30.48)	3000m	3:47.39	(29.73)		
		3400m	4:21.99	(30.59)	3400m	4:17.27	(29.88)		
		3800m	4:52.67	(30.68)	3800m	4:47.29	(30.02)		
		4200m	5:23.70	(31.03)	4200m	5:17.42	(30.13)		
		4600m	5:55.02	(31.32)	4600m	5:47.49	(30.07)		
		5000m	6:27.25	(32.23)	5000m	6:17.79	(30.30)		

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

4. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	33 Matthieu Hollaar	HN2	2	I	1:50.10	PR	
2	17 Irene Schouten	DSB	1	I	1:57.29		
3	25 Bente Kerkhoff	DN3	1	O	1:59.64	PR	

Trainingswedstrijd topteam

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

4. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	17	Irene Schouten		DSB		1:52.12	1:57.29
	rd	25	Bente Kerkhoff		DN3		2:01.18	1:59.64 PR

Irene Schouten

300m	26.45	(26.45)
700m	55.96	(29.51)
1100m	1:25.95	(29.99)
1500m	1:57.29	(31.34)

Bente Kerkhoff

300m	26.83	(26.83)
700m	56.20	(29.37)
1100m	1:27.14	(30.94)
1500m	1:59.64	(32.50)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	33	Matthieu Hollaar		HN2		1:50.73	1:50.10 PR
	bl							

Matthieu Hollaar

300m	24.69	(24.69)
700m	51.89	(27.20)
1100m	1:19.98	(28.09)
1500m	1:50.10	(30.12)

m

Trainingswedstrijd topteams

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

5. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	18 Marijke Groenewoud	DSA	1	I	1:15.76		
2	16 Elisa Dul	DSA	1	O	1:16.31		
3	21 Melissa Wijfje	DSA	2	O	1:17.10		
4	9 Merel Conijn	DN3	2	I	1:19.76		

Trainingswedstrijd topteam

Thialf - Heerenveen

10 november 2023

5. Rituitslag 1000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	18	Marijke Groenewoud		DSA		1:15.20	1:15.76	
	rd	16	Elisa Dul		DSA		1:15.19	1:16.31	

Marijke Groenewoud

200m	18.84	(18.84)
600m	47.08	(28.24)
1000m	1:15.76	(28.68)

Elisa Dul

200m	18.71	(18.71)
600m	47.00	(28.29)
1000m	1:16.31	(29.31)

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	9	Merel Conijn		DN3		1:16.66	1:19.76	
	bl	21	Melissa Wijffe		DSA		1:15.05	1:17.10	

Merel Conijn

200m	19.31	(19.31)
600m	48.85	(29.54)
1000m	1:19.76	(30.91)

Melissa Wijffe

200m	19.11	(19.11)
600m	47.66	(28.55)
1000m	1:17.10	(29.44)