

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs.

## NK AR/S

Thialf - Heerenveen

### 1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	26 Tim Hoogkamer	HSA	7	I	36.35	PR	
2	25 Gijs Kamp	HN2	7	O	36.59		
3	23 Jort de Gans	HN1	8	O	37.55		
4	22 Niels van Reeuwijk	HN1	8	I	37.95		
5	20 Jelle Koeleman	HN2	5	I	38.20		
6	2 Marijke Groenewoud	DSA	6	O	39.19		
7	15 Marwin Talsma	HSA	6	I	39.33		
8	1 Elisa Dul	DSA	3	O	39.84		
9	5 Merel Conijn	DN4	4	I	40.27		
10	21 Sofie Bouw	DN1	4	O	40.40	PR	
11	4 Melissa Wijffe	DSA	3	I	40.48		
12	16 Naomi van der Werf	DSA	2	I	41.42		
13	17 Vera van Ditshuizen	DN3	1	I	41.84		
14	13 Evelien Vijn	DN3	2	O	42.15		
	3 Tjerk de Boer	HSA			WDR		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs.

## NK AR/S

Thialf - Heerenveen

### 1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	17	<b>Vera van Ditshuizen</b>		DN3	41.40	<b>41.84</b>	
	rd							

#### Vera van Ditshuizen

100m	11.66	(11.66)	m
500m	41.84	(30.18)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	16	<b>Naomi van der Werf</b>		DSA	40.41	<b>41.42</b>	
	bl	13	<b>Evelien Vijn</b>		DN3	40.63	<b>42.15</b>	

#### Naomi van der Werf

100m	11.50	(11.50)
500m	41.42	(29.92)

#### Evelien Vijn

100m	11.74	(11.74)
500m	42.15	(30.41)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	4	<b>Melissa Wijffe</b>		DSA	38.83	<b>40.48</b>	
	rd	1	<b>Elisa Dul</b>		DSA	38.66	<b>39.84</b>	

#### Melissa Wijffe

100m	11.46	(11.46)
500m	40.48	(29.02)

#### Elisa Dul

100m	11.22	(11.22)
500m	39.84	(28.62)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	5	<b>Merel Conijn</b>		DN4	39.17	<b>40.27</b>	
	bl	21	<b>Sofie Bouw</b>		DN1	40.44	<b>40.40</b>	PR

#### Merel Conijn

100m	11.43	(11.43)
500m	40.27	(28.84)

#### Sofie Bouw

100m	11.11	(11.11)
500m	40.40	(29.29)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	20	<b>Jelle Koeleman</b>		HN2	37.64	<b>38.20</b>	
	rd	3	<b>Tjerk de Boer</b>		HSA	36.17	<b>WDR</b>	

#### Jelle Koeleman

100m	10.43	(10.43)
500m	38.20	(27.77)

#### Tjerk de Boer

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	15 <b>Marwin Talsma</b>		HSA		37.96	<b>39.33</b>	
	bl	2 <b>Marijke Groenewoud</b>		DSA		38.57	<b>39.19</b>	
		<b>Marwin Talsma</b>		<b>Marijke Groenewoud</b>				
		100m	11.15	(11.15)	100m	11.09	(11.09)	
		500m	39.33	(28.18)	500m	39.19	(28.10)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	26 <b>Tim Hoogkamer</b>		HSA		36.39	<b>36.35</b>	PR
	rd	25 <b>Gijs Kamp</b>		HN2		35.75	<b>36.59</b>	
		<b>Tim Hoogkamer</b>		<b>Gijs Kamp</b>				
		100m	10.05	(10.05)	100m	10.06	(10.06)	
		500m	36.35	(26.30)	500m	36.59	(26.53)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	22 <b>Niels van Reeuwijk</b>		HN1		37.46	<b>37.95</b>	
	bl	23 <b>Jort de Gans</b>		HN1		37.26	<b>37.55</b>	
		<b>Niels van Reeuwijk</b>		<b>Jort de Gans</b>				
		100m	10.64	(10.64)	100m	10.77	(10.77)	
		500m	37.95	(27.31)	500m	37.55	(26.78)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 2. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	8 Mats Bendijk	HA2	1	I	6:25.15	PR	
2	11 Sil van der Veen	HA2	4	I	6:31.25		
3	9 Mika Kolder	HA2	3	I	6:32.18	PR	
4	19 Mathijs van Zwieten	HN4	2	O	6:40.92		
5	10 Sietse de Vries	HA2	4	O	6:50.76		
6	12 Niels Meijer	HN3	2	I	7:02.66		
7	18 Jasper Tinga	HN2	3	O	7:04.71		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs.

## NK AR/S

Thialf - Heerenveen

### 2. Rituitslag 5000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd Info
1	wt rd 8 <b>Mats Bendijk</b>	HA2	7:05.22	<b>6:25.15</b> PR

#### Mats Bendijk

Distance	Time	PR	Info
200m	18.59	(18.59)	m
600m	47.85	(29.26)	
1000m	1:17.94	(30.09)	
1400m	1:47.94	(30.00)	
1800m	2:18.10	(30.16)	
2200m	2:48.52	(30.42)	
2600m	3:19.05	(30.53)	
3000m	3:49.60	(30.55)	
3400m	4:20.38	(30.78)	
3800m	4:51.25	(30.87)	
4200m	5:22.36	(31.11)	
4600m	5:53.55	(31.19)	
5000m	6:25.15	(31.60)	

	Naam	Cat	PR	Tijd Info
2	gl 12 <b>Niels Meijer</b>	HN3	7:02.01	<b>7:02.66</b>
	bl 19 <b>Mathijs van Zwieten</b>	HN4	6:34.64	<b>6:40.92</b>

#### Niels Meijer

Distance	Time	PR	Info
200m	20.01	(20.01)	
600m	52.14	(32.13)	
1000m	1:24.98	(32.84)	
1400m	1:58.19	(33.21)	
1800m	2:31.35	(33.16)	
2200m	3:04.75	(33.40)	
2600m	3:38.42	(33.67)	
3000m	4:12.16	(33.74)	
3400m	4:45.93	(33.77)	
3800m	5:20.21	(34.28)	
4200m	5:54.57	(34.36)	
4600m	6:28.67	(34.10)	
5000m	7:02.66	(33.99)	

#### Mathijs van Zwieten

Distance	Time	PR	Info
200m	19.12	(19.12)	
600m	49.69	(30.57)	
1000m	1:21.04	(31.35)	
1400m	1:52.41	(31.37)	
1800m	2:23.69	(31.28)	
2200m	2:54.99	(31.30)	
2600m	3:26.86	(31.87)	
3000m	3:58.62	(31.76)	
3400m	4:30.88	(32.26)	
3800m	5:03.56	(32.68)	
4200m	5:36.29	(32.73)	
4600m	6:08.68	(32.39)	
5000m	6:40.92	(32.24)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

## Thialf - Heerenveen

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
3	wt	9	<b>Mika Kolder</b>		HA2	6:41.17	<b>6:32.18</b>	PR	
	rd	18	<b>Jasper Tinga</b>		HN2	6:41.29	<b>7:04.71</b>		
			<b>Mika Kolder</b>				<b>Jasper Tinga</b>		
			200m	19.16	(19.16)	200m	20.52	(20.52)	
			600m	49.23	(30.07)	600m	52.55	(32.03)	
			1000m	1:19.48	(30.25)	1000m	1:25.33	(32.78)	
			1400m	1:50.03	(30.55)	1400m	1:58.23	(32.90)	
			1800m	2:20.71	(30.68)	1800m	2:31.48	(33.25)	
			2200m	2:51.51	(30.80)	2200m	3:04.72	(33.24)	
			2600m	3:22.35	(30.84)	2600m	3:38.46	(33.74)	
			3000m	3:53.32	(30.97)	3000m	4:12.22	(33.76)	
			3400m	4:24.25	(30.93)	3400m	4:45.76	(33.54)	
			3800m	4:55.56	(31.31)	3800m	5:20.17	(34.41)	
			4200m	5:27.21	(31.65)	4200m	5:54.75	(34.58)	
			4600m	5:59.43	(32.22)	4600m	6:29.91	(35.16)	
			5000m	6:32.18	(32.75)	5000m	7:04.71	(34.80)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
4	gl	11	<b>Sil van der Veen</b>		HA2	6:29.36	<b>6:31.25</b>		
	bl	10	<b>Sietse de Vries</b>		HA2	6:43.69	<b>6:50.76</b>		
			<b>Sil van der Veen</b>				<b>Sietse de Vries</b>		
			200m	20.26	(20.26)	200m	20.47	(20.47)	
			600m	50.78	(30.52)	600m	51.81	(31.34)	
			1000m	1:21.20	(30.42)	1000m	1:23.61	(31.80)	
			1400m	1:51.89	(30.69)	1400m	1:55.68	(32.07)	
			1800m	2:22.56	(30.67)	1800m	2:27.78	(32.10)	
			2200m	2:53.40	(30.84)	2200m	2:59.87	(32.09)	
			2600m	3:24.29	(30.89)	2600m	3:32.35	(32.48)	
			3000m	3:55.17	(30.88)	3000m	4:05.06	(32.71)	
			3400m	4:26.41	(31.24)	3400m	4:38.10	(33.04)	
			3800m	4:57.51	(31.10)	3800m	5:11.37	(33.27)	
			4200m	5:28.75	(31.24)	4200m	5:44.39	(33.02)	
			4600m	5:59.96	(31.21)	4600m	6:17.52	(33.13)	
			5000m	6:31.25	(31.29)	5000m	6:50.76	(33.24)	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 3. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	6 Jorrit Bergsma	HSB	1	O	3:45.21		
2	20 Jelle Koeleman	HN2	1	I	3:57.02		

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 3. Rituitslag 3000 meter

---

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	20 Jelle Koeleman	HN2	3:52.60	<b>3:57.02</b>	
	rd	6 Jorrit Bergsma	HSB	3:39.79	<b>3:45.21</b>	

---

### Jelle Koeleman

200m	19.37	(19.37)
600m	50.51	(31.14)
1000m	1:21.64	(31.13)
1400m	1:52.28	(30.64)
1800m	2:22.77	(30.49)
2200m	2:53.20	(30.43)
2600m	3:24.34	(31.14)
3000m	3:57.02	(32.68)

---

### Jorrit Bergsma

200m	19.52	(19.52)
600m	48.77	(29.25)
1000m	1:18.61	(29.84)
1400m	1:48.42	(29.81)
1800m	2:18.04	(29.62)
2200m	2:47.29	(29.25)
2600m	3:16.26	(28.97)
3000m	3:45.21	(28.95)

---



# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 4. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	22 Niels van Reeuwijk	HN1	4	I	1:53.47		
2	23 Jort de Gans	HN1	3	I	1:54.89		
3	2 Marijke Groenewoud	DSA	3	O	1:55.77		
4	5 Merel Conijn	DN4	2	O	2:05.23		
5	7 Patricia Koot	DN1	1	I	2:06.92		
	1 Elisa Dul	DSA				WDR	
	3 Tjerk de Boer	HSA				WDR	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs.

## NK AR/S

Thialf - Heerenveen

### 4. Rituitslag 1500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
1	wt rd	7 <b>Patricia Koot</b>	DN1	2:02.93	<b>2:06.92</b>

#### Patricia Koot

300m	27.56	(27.56)	m
700m	58.28	(30.72)	
1100m	1:31.36	(33.08)	
1500m	2:06.92	(35.56)	

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
2	gl	1 <b>Elisa Dul</b>	DSA	1:54.41	<b>WDR</b>
	bl	5 <b>Merel Conijn</b>	DN4	1:55.95	<b>2:05.23</b>

#### Elisa Dul

#### Merel Conijn

300m	26.84	(26.84)
700m	57.72	(30.88)
1100m	1:31.05	(33.33)
1500m	2:05.23	(34.18)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
3	wt	23 <b>Jort de Gans</b>	HN1	1:54.55	<b>1:54.89</b>
	rd	2 <b>Marijke Groenewoud</b>	DSA	1:53.17	<b>1:55.77</b>

#### Jort de Gans

#### Marijke Groenewoud

300m	24.62	(24.62)	300m	26.14	(26.14)
700m	52.44	(27.82)	700m	54.98	(28.84)
1100m	1:22.57	(30.13)	1100m	1:25.05	(30.07)
1500m	1:54.89	(32.32)	1500m	1:55.77	(30.72)

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
4	gl	22 <b>Niels van Reeuwijk</b>	HN1	1:50.72	<b>1:53.47</b>
	bl	3 <b>Tjerk de Boer</b>	HSA	1:46.51	<b>WDR</b>

#### Niels van Reeuwijk

#### Tjerk de Boer

300m	25.08	(25.08)
700m	52.91	(27.83)
1100m	1:22.15	(29.24)
1500m	1:53.47	(31.32)

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 5. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	24 Jasper Sinke	HN3	3	O	1:14.46		
2	4 Melissa Wijffe	DSA	4	I	1:18.89		
3	16 Naomi van der Werf	DSA	3	I	1:20.99		
4	17 Vera van Ditshuizen	DN3	1	O	1:22.74		
5	27 Amy van der Meer	DN4	1	I	1:23.49		
	14 Gioya Lancee	DSA				WDR	

# Trainingswedstrijd KNSB- en topteams/deelnrs. NK AR/S

Thialf - Heerenveen

## 5. Rituitslag 1000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	27 <b>Amy van der Meer</b>	DN4	1:21.18	<b>1:23.49</b>	
	rd	17 <b>Vera van Ditshuizen</b>	DN3	1:20.88	<b>1:22.74</b>	

### Amy van der Meer

200m	19.21	(19.21)
600m	49.86	(30.65)
1000m	1:23.49	(33.63)

### Vera van Ditshuizen

200m	19.79	(19.79)
600m	50.40	(30.61)
1000m	1:22.74	(32.34)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl					
	bl					

m

m

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	16 <b>Naomi van der Werf</b>	DSA	1:19.39	<b>1:20.99</b>	
	rd	24 <b>Jasper Sinke</b>	HN3	1:12.63	<b>1:14.46</b>	

### Naomi van der Werf

200m	19.54	(19.54)
600m	49.37	(29.83)
1000m	1:20.99	(31.62)

### Jasper Sinke

200m	17.10	(17.10)
600m	44.17	(27.07)
1000m	1:14.46	(30.29)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	4 <b>Melissa Wijffe</b>	DSA	1:15.05	<b>1:18.89</b>	
	bl	14 <b>Gioya Lancee</b>	DSA	1:16.03	<b>WDR</b>	

### Melissa Wijffe

200m	19.22	(19.22)
600m	48.58	(29.36)
1000m	1:18.89	(30.31)

### Gioya Lancee