

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 1
29-5-2022

Dames, 1500m vrije slag

Junioren 3 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 3 en 4					
1.	Britt Colijn	ZV New Wave Almere	20:33.75	200700544	20:00.22
	100m: 1:15.43	1:15.43	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:35.25	1:19.82	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 10:38.72	1100m:	1500m: 20:00.22
	400m: 5:16.00			1200m:	
2.	Pascalie Smal	Daw	NT	200802958	20:51.28
	100m: 1:16.84	1:16.84	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:39.64	1:22.80	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 11:03.71	1100m:	1500m: 20:51.28
	400m: 5:26.64			1200m:	
3.	Libhin Boon	Daw	23:02.52	200701792	21:02.02
	100m: 1:15.85	1:15.85	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:39.24	1:23.39	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 11:18.26	1100m:	1500m: 21:02.02
	400m: 5:30.21			1200m:	
4.	Tara de Jong	Daw	20:58.36	200701574	21:27.48
	100m: 1:18.93	1:18.93	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:42.87	1:23.94	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 11:20.54	1100m:	1500m: 21:27.48
	400m: 5:34.02			1200m:	
5.	Kim van Wijk	WZ&PC Purmerend	NT	200702536	22:35.75
	100m: 1:24.32	1:24.32	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:56.00	1:31.68	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 12:06.80	1100m:	1500m: 22:35.75
	400m: 6:00.28			1200m:	
6.	Rowan Hayes	De Dolfijn	NT	200801200	22:41.18
	100m: 1:24.31	1:24.31	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:56.42	1:32.11	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 12:11.68	1100m:	1500m: 22:41.18
	400m: 6:01.98			1200m:	
7.	Lena van Rooden	ZPC Watervlo	NT	200801952	24:06.63
	100m: 1:27.62	1:27.62	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:05.08	1:37.46	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 14:34.42	1100m:	1500m: 24:06.63
	400m: 8:04.71			1200m:	
8.	Myrthe van de Weerd	ZPC Watervlo	NT	200704644	27:18.44
	100m: 1:33.91	1:33.91	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:21.73	1:47.82	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 14:24.98	1100m:	1500m: 27:18.44
	400m: 7:02.31			1200m:	
AFGEM	Eline van Rijn	Daw	NT	200700918	
Jeugd 1 en 2					
1.	Zoë Prins	Daw	NT	200603812	20:26.29
	100m: 1:17.13	1:17.13	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:40.08	1:22.95	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 10:56.95	1100m:	1500m: 20:26.29
	400m: 5:27.07			1200m:	
2.	Linde van Wijngaarden	De Dolfijn	20:19.90	200601372	20:32.27
	100m: 1:17.68	1:17.68	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:40.47	1:22.79	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 10:58.43	1100m:	1500m: 20:32.27
	400m: 5:26.48			1200m:	
3.	Lizzy Walter	ZPC Watervlo	NT	200601612	24:51.89
	100m: 1:27.14	1:27.14	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:05.11	1:37.97	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 13:03.46	1100m:	1500m: 24:51.89
	400m: 6:24.53			1200m:	
Senioren 1 en ouder					
1.	Lobke Wilmink	Zpch	20:01.78	200303764	20:57.50
	100m: 1:18.70	1:18.70	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:42.38	1:23.68	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	800m: 11:12.37	1100m:	1500m: 20:57.50
	400m: 5:32.66			1200m:	

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 1, Dames, 1500m vrije slag, Senioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
2.	Danielle Thuijs	Zpch	23:15.45	200305302	21:10.08
	100m: 1:18.33	1:18.33	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:42.34	1:24.01	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:10.08
	400m: 5:33.03		800m: 11:13.94	1200m:	

Programmanr. 2
29-5-2022

Heren, 1500m vrije slag

Junioren 3 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 3 en 4					
1.	Lou van Leeuwen	De Dolfijn	19:21.89	200702779	19:20.60
	100m: 1:10.10	1:10.10	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:26.93	1:16.83	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:20.60
	400m: 5:03.46		800m: 10:14.51	1200m:	
2.	Vincent Schweitzer	Daw	20:00.93	200601857	19:50.81
	100m: 1:12.53	1:12.53	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:30.43	1:17.90	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:50.81
	400m: 5:09.50		800m: 10:32.25	1200m:	
3.	Lars Kool	Daw	22:25.88	200700511	20:00.80
	100m: 1:12.53	1:12.53	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:31.22	1:18.69	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:00.80
	400m: 5:09.94		800m: 10:33.40	1200m:	

Jeugd 1 en 2

1.	Dimitri Lans	ZV New Wave Almere	19:30.99	200401325	20:48.27
	100m: 1:16.33	1:16.33	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:38.78	1:22.45	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:48.27
	400m: 5:27.78		800m: 11:05.40	1200m:	
2.	Joost Bergsma	ZPC Watervlo	NT	200503653	22:02.81
	100m: 1:18.93	1:18.93	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:45.20	1:26.27	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:02.81
	400m: 5:43.80		800m: 11:38.86	1200m:	

Senioren 1 en ouder

1.	Colin Degenaaars	Zpch	20:05.58	199505951	S14	20:19.22	596
	100m: 1:14.19	1:14.19	500m:	900m:		1300m:	
	200m: 2:34.84	1:20.65	600m:	1000m:		1400m:	
	300m:		700m:	1100m:		1500m: 20:19.22	
	400m: 5:18.84		800m: 10:49.19	1200m:			
2.	Ruud Holswilder	Zpch	NT	197800435		20:37.00	
	100m: 1:09.57	1:09.57	500m:	900m:		1300m:	
	200m: 2:28.07	1:18.50	600m:	1000m:		1400m:	
	300m:		700m:	1100m:		1500m: 20:37.00	
	400m: 5:11.18		800m: 10:48.44	1200m:			

Programmanr. 3
29-5-2022

200m wisselslag

Miniores 3 en 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m
1.	Luuk Hoogland	Zv de Ham	NT	201200939			3:32.20
2.	Liva van Groningen	WZ&PC Purmerend	NT	201200280			3:36.73
3.	Theo Castro Aslan	ZV De Zaan	NT	201200843			4:04.22

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 4
29-5-2022

Meisjes, 200m wisselslag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	100m	200m
1.	Nynke Muntinga	Zpch	3:12.11	201100060	3:11.26			3:11.26

Programmanr. 5
29-5-2022

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	100m	200m
1.	Baris Tomu	Zpch	3:10.75	201000869	3:12.46			3:12.46
2.	Thijmen Huitema	Zv de Ham	3:19.81	201000817	3:27.00			3:27.00
3.	Laurens Steenaart	Zpch	3:33.88	201100829	3:27.81			3:27.81
4.	Kris Noordover	Kzc	NT	201000433	3:29.83			3:29.83
5.	D. van Basten Batenburg	Zv de Ham	3:48.12	201101265	3:54.49			3:54.49
6.	Tijn Tesselaar	De Reuring	NT	201002997	4:06.66			4:06.66

Programmanr. 6
29-5-2022

Dames, 400m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	100m	200m	300m	400m
Junioren										
1.	Rafaela Mulders	De Reuring	5:32.27	200701398	5:38.57		1:16.29			5:38.57
	50m: 1:16.29		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	5:38.57		
2.	Aukje Grijseels	ZV New Wave Almere	6:12.61	200701208	5:48.51		1:16.34			5:48.51
	50m: 1:16.34		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	5:48.51		
3.	Jenny Muntinga	Zpch	NT	200900450	5:58.28		1:22.63			5:58.28
	50m: 1:22.63		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	5:58.28		
4.	Mirre van Wijngaarden	De Dolfijn	6:05.23	200800262	6:05.21		1:23.42			6:05.21
	50m: 1:23.42		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:05.21		
5.	Bette Peetoom	Daw	7:29.37	200801808	6:16.75		1:24.94			6:16.75
	50m: 1:24.94		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:16.75		
6.	Marre Rademaker	De Reuring	6:48.66	200801792	6:17.78		1:38.10			6:17.78
	50m: 1:38.10		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:17.78		
7.	Linou van Kampen	Zpch	NT	201000594	6:25.59		1:34.53			6:25.59
	50m: 1:34.53		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:25.59		
8.	Kirsten Hartwijk	WZ&PC Purmerend	NT	200704194	6:32.29		1:33.47			6:32.29
	50m: 1:33.47		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:32.29		
9.	Dewi ten Have	Zpch	NT	200703738	6:35.11		1:37.59			6:35.11
	50m: 1:37.59		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:35.11		
10.	Dana Halff	Zv de Ham	NT	201000392	7:22.76		1:55.81			7:22.76
	50m: 1:55.81		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	7:22.76		

Jeugd 1 en 2

1.	Isabella Grijseels	ZV New Wave Almere	5:40.53	200502678	6:12.54		1:26.06			6:12.54
	50m: 1:26.06		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:12.54		
2.	Maartje Schuurmans	ZPC Watervlo	NT	200604598	6:31.73		1:25.85			6:31.73
	50m: 1:25.85		150m: 200m:		250m: 300m:		350m: 400m:	6:31.73		

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 6, Dames, 400m wisselslag

Senioren 1 en ouder

1. Lianne Dekker	Daw		NT 200305438	6:30.33		1:30.03			6:30.33
50m:		150m:		250m:		350m:			
100m:	1:30.03	200m:		300m:		400m:	6:30.33		
2. Melissa Vallinga	ZV De Zaan		5:59.23 200001676	6:32.79		1:25.02			6:32.79
50m:		150m:		250m:		350m:			
100m:	1:25.02	200m:		300m:		400m:	6:32.79		

Programmanr. 7
29-5-2022

Heren, 400m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
Junioren								
1. Rens Noordover	Kzc		NT 200800237	5:34.49		1:15.93		5:34.49
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:15.93	200m:		300m:		400m:	5:34.49	
2. Jelte de Jong	Zpch		NT 200900975	5:43.63		1:21.91		5:43.63
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:21.91	200m:		300m:		400m:	5:43.63	
3. Mike Hilders	De Dolfijn		NT 200900281	6:03.18		1:19.16		6:03.18
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:19.16	200m:		300m:		400m:	6:03.18	
4. Hessel Tijben	ZV De Zaan		6:52.93 200600375	6:37.00		1:36.25		6:37.00
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:36.25	200m:		300m:		400m:	6:37.00	
DIS Finn Hilders	De Dolfijn	6:05.18	200900283					
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>								

Senioren 1 en ouder

1. Remco de Heij	Zpch		5:00.34 200200161	5:25.53		1:11.58		5:25.53
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:11.58	200m:		300m:		400m:	5:25.53	

Programmanr. 8
29-5-2022

400m vrije slag

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
1. Zendé Rensch	Daw		NT 201200647	6:39.75		1:35.22	3:21.25	6:39.75
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:35.22	200m:	3:21.25	300m:		400m:	6:39.75	
2. Luuk Hoogland	Zv de Ham		NT 201200939	6:40.08		1:36.43	3:20.01	6:40.08
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:36.43	200m:	3:20.01	300m:		400m:	6:40.08	
3. Liva van Groningen	WZ&PC Purmerend		NT 201200280	7:11.66		1:42.89	3:34.44	7:11.66
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:42.89	200m:	3:34.44	300m:		400m:	7:11.66	
4. Thijmen Dijkstra	ZV De Zaan		NT 201200845	7:25.39		1:44.80	3:39.75	7:25.39
50m:		150m:		250m:		350m:		
100m:	1:44.80	200m:	3:39.75	300m:		400m:	7:25.39	

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 9
29-5-2022

Meisjes, 800m vrije slag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Nynke Muntinga	Zpch	NT 201100060	13:06.06	
	100m: 1:31.45	1:31.45	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:12.52	1:41.07	400m: 6:37.92	800m: 13:06.06	

Programmanr. 10
29-5-2022

Jongens, 800m vrije slag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Mauro Bedeke	Daw	NT 201000537	12:09.87	
	100m: 1:22.72	1:22.72	300m: 500m:	700m:	
	200m: 2:54.30	1:31.58	400m: 6:02.88	800m: 12:09.87	
2.	Baris Tomu	Zpch	NT 201000869	12:41.51	
	100m: 1:27.25	1:27.25	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:05.16	1:37.91	400m: 6:21.82	800m: 12:41.51	
3.	Kris Noordover	Kzc	NT 201000433	12:48.19	
	100m: 1:25.87	1:25.87	300m: 500m:	700m:	
	200m: 4:39.76	3:13.89	400m: 7:58.97	800m: 12:48.19	
4.	Franzi Ziegler	Daw	NT 201100891	13:26.31	
	100m: 1:29.65	1:29.65	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:10.34	1:40.69	400m: 6:37.54	800m: 13:26.31	
5.	Ivan Half	Zv de Ham	NT 201100479	13:51.54	
	100m: 1:30.18	1:30.18	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:15.67	1:45.49	400m: 6:50.21	800m: 13:51.54	
6.	Laurens Steenaart	Zpch	NT 201100829	14:09.16	
	100m: 1:36.48	1:36.48	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:25.16	1:48.68	400m: 7:03.31	800m: 14:09.16	
7.	Maxwell Russel	Zpch	NT 201002715	14:09.97	
	100m: 1:35.05	1:35.05	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:18.72	1:43.67	400m: 6:57.62	800m: 14:09.97	
8.	Mees Kooij	Daw	NT 201000909	14:28.52	
	100m: 1:39.21	1:39.21	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:31.38	1:52.17	400m: 7:18.95	800m: 14:28.52	

Programmanr. 11
29-5-2022

Meisjes, 1500m vrije slag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Madeleine Bertram	WZ&PC Purmerend	NT 200900516	20:07.26	
	100m: 1:13.72	1:13.72	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:33.19	1:19.47	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:13.47		700m: 1100m:	1500m: 20:07.26	
	400m: 5:13.47		800m: 10:40.97	1200m:	
2.	Amber Kunst	Daw	NT 200900680	20:23.91	
	100m: 1:13.19	1:13.19	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:33.96	1:20.77	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:16.33		700m: 1100m:	1500m: 20:23.91	
	400m: 5:16.33		800m: 10:44.40	1200m:	
3.	Dante van Meene	Daw	NT 200900678	22:15.35	
	100m: 1:21.34	1:21.34	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:52.25	1:30.91	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:57.70		700m: 1100m:	1500m: 22:15.35	
	400m: 5:57.70		800m: 12:00.54	1200m:	
4.	Aimee Bijker	ZPC Watervlo	NT 200903018	24:13.66	
	100m: 1:27.88	1:27.88	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:05.17	1:37.29	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 6:24.66		700m: 1100m:	1500m: 24:13.66	
	400m: 6:24.66		800m: 12:59.45	1200m:	
5.	Ashley Zechner	Daw	NT 201000774	25:05.86	
	100m: 1:31.05	1:31.05	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:12.11	1:41.06	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 6:34.97		700m: 1100m:	1500m: 25:05.86	
	400m: 6:34.97		800m: 13:26.09	1200m:	

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 11, Meisjes, 1500m vrije slag, Junioren 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Wieke Dekker	De Dolfijn	NT 201002020	25:10.12	
	100m: 1:28.51	1:28.51	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:07.87	1:39.36	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 25:10.12	
	400m: 6:30.11	800m: 13:19.96	1200m:		
7.	Yuna van den Idsert	Daw	NT 201001196	27:06.19	
	100m: 1:34.61	1:34.61	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:19.86	1:45.25	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 27:06.19	
	400m: 6:56.52	800m: 14:19.06	1200m:		

Programmanr. 12
29-5-2022

Jongens, 1500m vrije slag

Junioren 1 en 2
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Jelte de Jong	Zpch	19:59.12 200900975	19:51.77	
	100m: 1:14.80	1:14.80	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:36.38	1:21.58	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 19:51.77	
	400m: 5:20.61	800m: 10:42.55	1200m:		
2.	Finn Hilders	De Dolfijn	19:50.95 200900283	19:52.06	
	100m: 1:14.98	1:14.98	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:37.21	1:22.23	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 19:52.06	
	400m: 5:21.19	800m: 10:43.69	1200m:		
3.	Colin Koridon	WZ&PC Purmerend	NT 200900039	21:22.72	
	100m: 1:21.49	1:21.49	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:47.24	1:25.75	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 21:22.72	
	400m: 5:41.31	800m: 11:27.44	1200m:		
4.	Mika Hebing	WZ&PC Purmerend	NT 200800027	22:19.15	
	100m: 1:20.28	1:20.28	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:49.53	1:29.25	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 22:19.15	
	400m: 5:50.03	800m: 11:59.18	1200m:		
5.	Joshua van den Idsert	Daw	NT 200801919	22:19.57	
	100m: 1:20.57	1:20.57	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:48.90	1:28.33	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 22:19.57	
	400m: 5:49.43	800m: 11:52.31	1200m:		
6.	Figo van Duuren	Zpch	NT 200800391	23:09.71	
	100m: 1:29.16	1:29.16	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:02.98	1:33.82	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:09.71	
	400m: 6:13.38	800m: 12:30.71	1200m:		
7.	Jens de Mayer	De Reuring	NT 200900775	23:10.63	
	100m: 1:23.31	1:23.31	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:54.31	1:31.00	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:10.63	
	400m: 5:59.25	800m: 12:12.60	1200m:		
8.	Julian Kragten	ZPC Watervlo	NT 200900695	23:21.84	
	100m: 1:23.10	1:23.10	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:53.27	1:30.17	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:21.84	
	400m: 5:57.60	800m: 12:17.56	1200m:		
9.	Lucas Schouten	Zpch	NT 200901925	23:29.52	
	100m: 1:26.02	1:26.02	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:02.14	1:36.12	600m: 1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	1100m:	1500m: 23:29.52	
	400m: 6:08.01	800m: 12:26.11	1200m:		
AFGEM	Ousayd Chahboun	ZV De Zaan	NT 200900199		

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 13
29-5-2022

Dames, 2000m vrije slag

Junioren 3 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 3 en 4					
1.	Rafaëla Mulders	De Reuring	NT 200701398	26:36.09	
	100m: 1:11.09	1:11.09 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:29.16	1:18.07 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:25.53	1300m:	1800m:	
	400m: 5:08.31	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 19:57.13	2000m: 26:36.09	
2.	Ayse Mayda	ZV De Zaan	NT 200800514	30:52.93	
	100m: 1:22.53	1:22.53 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:54.00	1:31.47 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 12:15.58	1300m:	1800m:	
	400m: 6:00.58	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 23:11.28	2000m: 30:52.93	

Jeugd 1 en 2

1.	Robin Spreeuw	Zpch	26:22.83 200501262	27:14.86	
	100m: 1:12.10	1:12.10 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:30.73	1:18.63 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:34.97	1300m:	1800m:	
	400m: 5:11.14	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:15.75	2000m: 27:14.86	
2.	Jasmijn van Genderen	WZ&PC Purmerend	NT 200500656	28:05.69	
	100m: 1:08.41	1:08.41 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:25.79	1:17.38 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:39.82	1300m:	1800m:	
	400m: 5:06.22	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:47.69	2000m: 28:05.69	
3.	Merel Bijker	ZPC Watervlo	NT 200604896	32:36.85	
	100m: 1:30.18	1:30.18 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 3:09.41	1:39.23 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 13:10.07	1300m:	1800m:	
	400m: 6:31.10	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 24:39.34	2000m: 32:36.85	

Senioren 1 en ouder

1.	Melissa Vallinga	ZV De Zaan	NT 200001676	32:09.16	
	100m: 1:24.59	1:24.59 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:57.95	1:33.36 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 12:33.04	1300m:	1800m:	
	400m: 6:07.63	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 23:58.68	2000m: 32:09.16	

Programmanr. 14
29-5-2022

Heren, 2000m vrije slag

Junioren 3 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 3 en 4					
1.	Bram Loots	Kzc	NT 200700197	23:10.45	
	100m: 1:03.45	1:03.45 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:12.60	1:09.15 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 9:11.37	1300m:	1800m:	
	400m: 4:31.73	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 17:24.92	2000m: 23:10.45	
2.	Tijn Hilders	De Dolfijn	NT 200700027	24:48.87	
	100m: 1:09.22	1:09.22 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:24.94	1:15.72 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 9:55.30	1300m:	1800m:	
	400m: 4:56.15	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 18:36.15	2000m: 24:48.87	
3.	Duncan Koridon	WZ&PC Purmerend	NT 200600085	27:26.06	
	100m: 1:14.51	1:14.51 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:35.56	1:21.05 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 10:54.00	1300m:	1800m:	
	400m: 5:21.48	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:37.81	2000m: 27:26.06	

LAC-wedstrijd DAW (50m)
Alkmaar, 29-5-2022

Programmanr. 14, Jongens, 2000m vrije slag, Junioren 3 en 4

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
4.	Jidde Rademaker	De Reuring	NT 200603619	27:57.13	
	100m: 1:11.16	1:11.16	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:33.30	1:22.14	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 10:58.10	1300m:	
	400m: 5:20.61		900m:	1400m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:00.78	1800m:	
				1900m:	
				2000m: 27:57.13	
5.	Hessel Tijben	ZV De Zaan	NT 200600375	32:06.40	
	100m: 1:27.17	1:27.17	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:04.94	1:37.77	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 12:54.28	1300m:	
	400m: 6:20.52		900m:	1400m:	
	500m:	1000m:	1500m: 24:23.09	1800m:	
				1900m:	
				2000m: 32:06.40	

Jeugd 1 en 2

1.	Jacco Baaleman	De Reuring	NT 200500657	28:12.55	
	100m: 1:12.81	1:12.81	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:36.29	1:23.48	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 11:06.19	1300m:	
	400m: 5:25.41		900m:	1400m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:08.14	1800m:	
				1900m:	
				2000m: 28:12.55	

Senioren 1 en ouder

1.	Colin Degenaars	Zpch	26:30.86 199505951	S14	27:41.07
	100m: 1:16.06	1:16.06	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:39.84	1:23.78	700m: 1200m:	1700m:	
	300m:		800m: 11:04.67	1300m:	
	400m: 5:28.89		900m:	1400m:	
	500m:	1000m:	1500m: 20:50.81	1800m:	
				1900m:	
				2000m: 27:41.07	