

## Zpch

## Provinciale Kampioenschappen Sprint NH

Hoofddorp (NED) 21-/22-1-2023

## PR lijst

**Clubrecord 800 vrij:** Jelte heeft zijn tijd 9:42.97 Naar: 9:39.98  
**Clubrecord 1500 vrij:** verbeterd van: 18:13.85 18:04.71

## Uitslag overzicht Lange baan (50m)

Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	oude PR.	Tijd	
Bloemsma Brian	09:	100 vlinderslag		1:35.27	1:34.08	PR.
		400 wisselslag	6	--:--	6:16.30	PR.
Degenaaers Colin	95:	50 vrije slag		27.97	33.65	
		100 vrije slag		1:03.06	1:12.08	
		200 vrije slag		2:18.78	2:33.76	
		400 vrije slag		4:55.75	5:16.71	
		800 vrije slag		10:46.14	10:46.30	
		1500 vrije slag	9	20:05.58	20:15.60	
		100 vlinderslag		1:10.63	1:16.29	
		400 wisselslag	3	5:49.25	5:57.84	
van Duuren Figo	08:	50 vrije slag		32.24	35.88	
		100 vrije slag		1:15.63	1:16.53	
		200 vrije slag		2:44.73	2:39.72	PR.
		400 vrije slag		6:13.38	5:27.89	PR.
		800 vrije slag		12:30.71	10:59.24	PR.
		1500 vrije slag	10	23:09.71	20:28.90	PR. vd week! 2:40.81 minuten!
ten Have Dewi	07:	100 vlinderslag		1:37.59	1:25.21	PR.
		400 wisselslag	8	6:35.11	6:08.20	PR.
de Jong Alysha	04:	50 vrije slag		30.97	31.92	
		100 vrije slag		1:01.52	1:06.91	
		200 vrije slag		2:16.42	2:18.51	
		400 vrije slag		4:42.67	4:44.64	
		800 vrije slag		9:33.59	9:39.11	
		1500 vrije slag	3	18:13.78	18:12.98	PR.
		100 vlinderslag		1:08.53	1:12.13	
		400 wisselslag	2	5:22.87	5:21.72	PR.
de Jong Jelte	09:	50 vrije slag		30.87	31.40	
		100 vrije slag		1:04.61	1:06.19	
		200 vrije slag		2:14.73	2:18.84	
		400 vrije slag		4:49.25	4:46.12	PR.
		800 vrije slag		10:26.51	9:39.98	PR.   CR!
		1500 vrije slag	4	19:31.49	18:04.71	PR.   CR!
Muntinga Jenny	09:	100 vlinderslag		1:18.22	1:18.54	
		400 wisselslag	3	5:49.30	5:43.07	PR.
Muntinga Nynke	11:	100 vlinderslag		1:35.02	1:34.64	PR.
		400 wisselslag	9	--:--	6:40.94	PR.
Russel Maxwell	10:	50 vrije slag		33.58	40.02	
		100 vrije slag		1:15.59	1:26.03	
		200 vrije slag		2:45.40	2:59.99	
		400 vrije slag		6:57.62	6:14.43	PR.
		800 vrije slag		14:09.97	12:48.10	PR.
		1500 vrije slag	17	--:--	24:02.11	PR.
Schouten Lucas	09:	100 vlinderslag		--:--	1:29.81	PR.
		400 wisselslag	4	--:--	6:06.54	PR.
Steenart Laurens	11:	50 vrije slag		--:--	43.04	PR.
		100 vrije slag		1:36.48	1:31.78	PR.
		200 vrije slag		3:25.16	3:13.12	PR.
		400 vrije slag		7:03.31	6:43.88	PR.
		800 vrije slag	2	14:09.16	13:30.74	PR.
Tomu Baris	10:	50 vrije slag		31.32	35.62	
		100 vrije slag		1:09.72	1:15.16	
		200 vrije slag		2:32.08	2:37.50	
		400 vrije slag		5:22.92	5:26.95	
		800 vrije slag		12:41.51	11:22.32	PR.
		1500 vrije slag	11	--:--	21:31.18	PR.