

LAC deel 4
Hoofddorp, 21-4-2024

Programmanr. 1
21-4-2024 - 14:00

Dames, 800m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Mila Oomens	Niemo Barracuda	10:18.83	200700016	9:52.94
	100m: 1:11.50 200m: 2:26.95	1:11.50 300m: 1:15.45 400m: 4:56.36	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 9:52.94	
2.	Jenny Muntinga	Zpch	10:33.09	200900450	9:59.93
	100m: 1:10.92 200m: 2:26.13	1:10.92 300m: 1:15.21 400m: 5:00.13	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 9:59.93	
3.	Linou van Kampen	Zpch	10:17.30	201000594	10:08.95
	100m: 1:11.13 200m: 2:27.19	1:11.13 300m: 1:16.06 400m: 5:01.63	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 10:08.95	
4.	Odenza Soselisa	Blue Marlins	10:41.67	201101780	10:24.34
	100m: 1:11.91 200m: 2:31.37	1:11.91 300m: 1:19.46 400m: 5:10.06	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 10:24.34	
5.	Nynke Muntinga	Zpch	12:06.30	201100060	11:20.81
	100m: 1:17.86 200m: 2:43.86	1:17.86 300m: 1:26.00 400m: 5:38.76	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:20.81	
6.	Demi Bos	Niemo Barracuda	12:07.84	201001282	11:25.33
	100m: 1:16.81 200m: 2:42.33	1:16.81 300m: 1:25.52 400m: 5:41.46	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:25.33	
7.	Roubin van Kampen	Zpch	NT	201200370	11:32.24
	100m: 1:24.89 200m: 2:55.68	1:24.89 300m: 1:30.79 400m: 5:51.59	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:32.24	
8.	Kristien Peeters	ZVL-1886 Center	11:00.00	199706672	11:39.45
	100m: 1:15.13 200m: 2:35.81	1:15.13 300m: 1:20.68 400m: 5:28.34	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:39.45	
9.	Floortje Bakker	Blue Marlins	12:00.61	201101124	11:39.90
	100m: 1:22.22 200m: 2:49.94	1:22.22 300m: 1:27.72 400m: 5:47.09	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:39.90	
10.	Noëmi Kroon	Zpch	11:52.72	201000596	11:44.88
	100m: 1:23.28 200m: 2:51.90	1:23.28 300m: 1:28.62 400m: 5:51.46	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:44.88	
11.	Kamila Makhmadiyarova	Blue Marlins	11:30.09	201103178	11:48.69
	100m: 1:25.53 200m: 2:55.43	1:25.53 300m: 1:29.90 400m: 5:58.82	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 11:48.69	
12.	Aryana Franks	ZVL-1886 Center	13:42.05	201002088	13:21.65
	100m: 1:30.53 200m: 3:12.61	1:30.53 300m: 1:42.08 400m: 6:45.43	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 13:21.65	
13.	Sarah Posthoorn	Blue Marlins	NT	200902252	13:30.04
	100m: 1:39.31 200m: 3:26.00	1:39.31 300m: 1:46.69 400m: 6:51.20	500m: 500m: 600m: 600m:	700m: 700m: 800m: 13:30.04	
AFGEM	Cynthia van Veen	ZVL-1886 Center	12:27.72	199606736	

Programmanr. 2
21-4-2024 - 14:40

Heren, 1500m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Borys Rudman	Blue Marlins	15:44.07	200504479	16:15.40
	100m: 59.37 200m: 2:03.08 300m: 3:00m: 400m: 4:12.52	59.37 500m: 1:03.71 600m: 700m: 800m: 8:35.09	900m: 900m: 1000m: 1000m: 1100m: 1100m: 1200m: 1200m:	1300m: 1300m: 1400m: 1400m: 1500m: 16:15.40	
2.	Boele Böhm	Blue Marlins	18:38.89	200700739	16:36.84
	100m: 1:00.77 200m: 2:05.10 300m: 300m: 400m: 4:16.05	1:00.77 500m: 1:04.33 600m: 700m: 800m: 8:44.53	900m: 900m: 1000m: 1000m: 1100m: 1100m: 1200m: 1200m:	1300m: 1300m: 1400m: 1400m: 1500m: 16:36.84	
3.	Jelte de Jong	Zpch	16:52.16	200900975	16:50.91
	100m: 1:02.58 200m: 2:08.97 300m: 300m: 400m: 4:23.83	1:02.58 500m: 1:06.39 600m: 700m: 800m: 8:55.50	900m: 900m: 1000m: 1000m: 1100m: 1100m: 1200m: 1200m:	1300m: 1300m: 1400m: 1400m: 1500m: 16:50.91	
4.	Aidan van der Stelt	Blue Marlins	17:41.77	200900901	18:10.44
	100m: 1:06.94 200m: 2:19.26 300m: 300m: 400m: 4:44.94	1:06.94 500m: 1:12.32 600m: 700m: 800m: 800m:	900m: 9:37.87 1000m: 1000m: 1100m: 1100m: 1200m: 1200m:	1300m: 1300m: 1400m: 1400m: 1500m: 18:10.44	

LAC deel 4
Hoofddorp, 21-4-2024

Programmanr. 2, Heren, 1500m vrije slag, Junioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
5.	Colin Degenaars	Zpch	19:48.64	199505951	S14	19:58.84 627
	100m: 1:12.93	1:12.93	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.42	1:19.49	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:58.84	
	400m: 5:12.71		800m: 10:39.97	1200m:		
6.	Lev Rudman	Blue Marlins	21:06.81	201102343		20:16.94
	100m: 1:16.07	1:16.07	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:38.84	1:22.77	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:16.94	
	400m: 5:25.40		800m: 10:58.25	1200m:		
7.	Maxwell Russel	Zpch	22:42.07	201002715		20:30.09
	100m: 1:15.27	1:15.27	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:37.66	1:22.39	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:30.09	
	400m: 5:24.41		800m: 10:58.47	1200m:		
8.	Joep Lindhout	Niemo Barracuda	NT	201100873		21:18.73
	100m: 1:18.88	1:18.88	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:44.80	1:25.92	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:18.73	
	400m: 5:32.82		800m: 11:16.83	1200m:		
9.	Jaysley Brouwn	Niemo Barracuda	NT	201101033		22:37.12
	100m: 1:25.06	1:25.06	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:55.42	1:30.36	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:37.12	
	400m: 5:57.20		800m: 12:01.71	1200m:		
10.	Kaj van der Ham	ZVL-1886 Center	22:30.00	201100325		22:43.84
	100m: 1:19.97	1:19.97	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:52.19	1:32.22	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:43.84	
	400m: 5:54.40		800m: 12:06.39	1200m:		
11.	Teun Evers	ZVL-1886 Center	23:30.00	201101965		22:56.63
	100m: 1:23.74	1:23.74	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:54.44	1:30.70	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:56.63	
	400m: 6:01.60		800m: 12:14.24	1200m:		
AFGEM	Joshua Roozenburg	Zpch	NT	201101905		

Programmanr. 3
21-4-2024 - 15:50

Dames, 1500m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Milou Filemon	Blue Marlins	NT	201100078		19:12.02
	100m: 1:08.85	1:08.85	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:23.15	1:14.30	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:12.02	
	400m: 4:53.70		800m: 10:03.44	1200m:		
2.	Rozalia Diederiks	ZVL-1886 Center	20:00.00	201100904		19:37.31
	100m: 1:15.65	1:15.65	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:33.95	1:18.30	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:37.31	
	400m: 5:13.58		800m: 10:34.34	1200m:		
3.	Valerie Bakker	ZVL-1886 Center	22:43.81	200103672		21:42.22
	100m: 1:20.53	1:20.53	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:47.24	1:26.71	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:42.22	
	400m: 5:42.21		800m: 11:32.58	1200m:		
DIS	Lynn Walter	Niemo Barracuda	24:18.56	201000394		
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>					
AFGEM	Floortje Bakker	Blue Marlins	NT	201101124		

LAC deel 4
Hoofddorp, 21-4-2024

Programmanr. 4
21-4-2024 - 16:15

Dames, 2000m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Alysha de Jong	Zpch	24:42.02	200400086	24:01.49
	100m: 1:04.48	1:04.48	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:15.20	1:10.72	700m:	1200m:	1700m:
	300m: 4:38.10		800m: 9:29.17	1300m:	1800m:
	400m:		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 18:00.90	2000m: 24:01.49
2.	Anouchka Bos	Niemo Barracuda	25:29.98	200501528	24:59.18
	100m: 1:11.76	1:11.76	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:26.85	1:15.09	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 9:59.48	1300m:	1800m:
	400m: 4:57.31		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 18:47.32	2000m: 24:59.18
3.	Jenny Muntinga	Zpch	NT	200900450	26:59.21
	100m: 1:16.62	1:16.62	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:38.24	1:21.62	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:50.78	1300m:	1800m:
	400m: 5:23.28		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:24.68	2000m: 26:59.21
4.	Marijke Kommers	Niemo Barracuda	27:09.14	199305334	27:13.30
	100m: 1:16.32	1:16.32	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:38.03	1:21.71	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:51.43	1300m:	1800m:
	400m: 5:20.44		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:24.55	2000m: 27:13.30
5.	Danielle Thuijs	Zpch	NT	200305302	27:28.22
	100m: 1:16.45	1:16.45	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:38.08	1:21.63	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:51.70	1300m:	1800m:
	400m: 5:20.51		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:36.93	2000m: 27:28.22
6.	Dewi ten Have	Zpch	NT	200703738	27:48.25
	100m: 1:16.58	1:16.58	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:38.37	1:21.79	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:02.72	1300m:	1800m:
	400m: 5:24.72		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:03.62	2000m: 27:48.25
7.	Wictoria Diederiks	ZVL-1886 Center	29:30.00	200900758	28:07.93
	100m: 1:16.63	1:16.63	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:39.34	1:22.71	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:05.52	1300m:	1800m:
	400m: 5:26.83		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:06.08	2000m: 28:07.93
8.	Guusje Winkel	Zpch	NT	200704012	29:08.97
	100m: 1:19.02	1:19.02	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:45.53	1:26.51	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:34.09	1300m:	1800m:
	400m: 5:40.89		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:58.77	2000m: 29:08.97
9.	Lonneke Graansma	ZVL-1886 Center	29:00.00	199900936	29:12.47
	100m: 1:19.29	1:19.29	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:45.94	1:26.65	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:34.18	1300m:	1800m:
	400m: 5:41.04		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:58.99	2000m: 29:12.47
10.	Anne van Lith	ZVL-1886 Center	30:30.00	201001000	30:07.65
	100m: 1:20.48	1:20.48	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:50.40	1:29.92	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:59.12	1300m:	1800m:
	400m: 5:54.59		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 22:47.80	2000m: 30:07.65

LAC deel 4
Hoofddorp, 21-4-2024

Programmanr. 5
21-4-2024 - 17:15

Heren, 2000m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Gijs Hartwijk	ZVL-1886 Center	24:00.00	200800573	22:58.20
	100m: 1:05.15	1:05.15	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:14.13	1:08.98	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 9:05.30	1300m:	1800m:
	400m: 4:31.28		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 17:12.03	2000m: 22:58.20
2.	Guus Hoogduin	ZVL-1886 Center	23:35.94	200201069	23:24.56
	100m: 1:04.36	1:04.36	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:11.99	1:07.63	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 9:05.33	1300m:	1800m:
	400m: 4:29.75		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 17:24.91	2000m: 23:24.56
3.	Mark Hensen	Niemo Barracuda	25:00.00	197900497	24:53.72
	100m: 1:11.11	1:11.11	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:26.95	1:15.84	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 9:57.90	1300m:	1800m:
	400m: 4:57.85		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 18:41.80	2000m: 24:53.72
4.	Figo van Duuren	Zpch	NT	200800391	25:19.36
	100m: 1:12.36	1:12.36	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:28.28	1:15.92	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:09.78	1300m:	1800m:
	400m: 5:01.36		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 19:12.03	2000m: 25:19.36
5.	Eli Shields	Niemo Barracuda	NT	201000407	25:19.44
	100m: 1:13.27	1:13.27	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:30.76	1:17.49	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:15.67	1300m:	1800m:
	400m: 5:05.04		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 19:09.48	2000m: 25:19.44
6.	Dax van den Nouland	Blue Marlins	NT	201000071	25:20.36
	100m: 1:12.01	1:12.01	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:29.17	1:17.16	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:10.22	1300m:	1800m:
	400m: 5:03.26		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 19:04.45	2000m: 25:20.36
7.	Rein Stael	ZVL-1886 Center	25:00.00	200800463	26:10.38
	100m: 1:09.15	1:09.15	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:25.53	1:16.38	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:18.25	1300m:	1800m:
	400m: 5:02.11		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 19:37.33	2000m: 26:10.38
8.	Jochem Evers	ZVL-1886 Center	28:30.00	200903423	27:01.08
	100m: 1:15.44	1:15.44	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:37.08	1:21.64	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:50.72	1300m:	1800m:
	400m: 5:22.16		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:21.46	2000m: 27:01.08
9.	Colin Degenaars	Zpch	26:02.78	199505951	S14 27:02.49
	100m: 1:14.05	1:14.05	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:34.48	1:20.43	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:45.06	1300m:	1800m:
	400m: 5:16.11		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:21.97	2000m: 27:02.49
10.	Reinier Velthuijs	Niemo Barracuda	27:47.96	200503537	27:15.61
	100m: 1:12.84	1:12.84	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:31.39	1:18.55	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 10:41.64	1300m:	1800m:
	400m: 5:13.11		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 20:19.61	2000m: 27:15.61
11.	Thijs Bijman	Niemo Barracuda	NT	200901111	28:08.94
	100m: 1:15.27	1:15.27	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:36.28	1:21.01	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:02.09	1300m:	1800m:
	400m: 5:21.89		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:11.23	2000m: 28:08.94
12.	Lars Barendrecht	Niemo Barracuda	NT	200800587	28:58.92
	100m: 1:17.20	1:17.20	600m:	1100m:	1600m:
	200m: 2:42.19	1:24.99	700m:	1200m:	1700m:
	300m:		800m: 11:17.58	1300m:	1800m:
	400m: 5:35.01		900m:	1400m:	1900m:
	500m:		1000m:	1500m: 21:32.33	2000m: 28:58.92

LAC deel 4
Hoofddorp, 21-4-2024

Programmanr. 5, Heren, 2000m vrije slag, Junioren 1 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
13.	Mitchell van Dijk	Niemo Barracuda	NT 200800577	29:00.59	
	100m: 1:14.39	1:14.39 600m:	1100m:	1600m:	
	200m: 2:38.31	1:23.92 700m:	1200m:	1700m:	
	300m:	800m: 11:24.82	1300m:	1800m:	
	400m: 5:31.57	900m:	1400m:	1900m:	
	500m:	1000m:	1500m: 21:46.77	2000m: 29:00.59	
AFGEM	Boyd Delsaerd	Blue Marlins	NT 200704051		
AFGEM	Marc Hoogendam	Blue Marlins	NT 199007713		

Programmanr. 6
21-4-2024 - 18:40

Dames, 400m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Alysha de Jong	Zpch	5:10.33 200400086	5:12.73	
	50m: 32.49	32.49 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:12.52	40.03 200m:	300m:	400m: 5:12.73	
2.	Kamila Makhmadiyarova	Blue Marlins	6:15.31 201103178	6:14.17	
	50m: 39.81	39.81 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:28.57	48.76 200m:	300m:	400m: 6:14.17	
3.	Sarah Posthoorn	Blue Marlins	NT 200902252	7:44.67	
	50m: 54.10	54.10 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:56.06	1:01.96 200m:	300m:	400m: 7:44.67	
DIS	Mila Oomens	Niemo Barracuda	5:16.14 200700016		
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>				
DIS	Ilse Hagman	Zpch	NT 201200532		
	<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht.</i>				
AFGEM	Odenza Soselisa	Blue Marlins	5:38.39 201101780		

Programmanr. 7
21-4-2024 - 18:55

Heren, 400m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Jesse van der Meij	ZVL-1886 Center	5:12.03 200600841	4:59.69	
	50m: 31.13	31.13 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:07.96	36.83 200m:	300m:	400m: 4:59.69	
2.	Mark Hensen	Niemo Barracuda	4:58.52 197900497	5:14.59	
	50m: 33.16	33.16 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:12.00	38.84 200m:	300m:	400m: 5:14.59	
3.	Roemer Bindels	Blue Marlins	NT 201003335	5:39.50	
	50m: 35.80	35.80 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:19.33	43.53 200m:	300m:	400m: 5:39.50	
4.	Laurens Steenaart	Zpch	6:19.41 201100829	6:13.73	
	50m: 41.26	41.26 150m:	250m:	350m:	
	100m: 1:33.44	52.18 200m:	300m:	400m: 6:13.73	