

Programmanr. 1
29-12-2016 - 13:15

Jongens, 200m schoolslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1. Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	3:11.07	200501787	3:08.30	42.57	1:30.68	2:19.96	3:08.30
2. Jip Bakker	SG FZC54-De Vikings	3:27.07	200600287	3:11.80	44.54	1:34.21	2:23.31	3:11.80
3. Senna Hof	isis	NT	200600761	3:20.34	47.13	1:40.36	2:32.06	3:20.34
4. Wouter Sies	TriVia	3:23.53	200500369	3:21.75	44.57	1:35.88	2:29.13	3:21.75
5. Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	3:38.50	200500231	3:40.73	49.70	1:46.64	2:43.90	3:40.73
6. Jelte de Boer	SG. Bolsward-Workum	NT	200700345	3:45.78	51.46	1:47.63	2:47.66	3:45.78
7. Jorn Kroes	ZPCA Eemsrobben (SG)	NT	200600049	3:45.81	53.58	1:52.67	2:52.51	3:45.81
8. Christiaan Steneker	Orca	NT	200700925	3:51.30	51.93	1:50.51	2:51.83	3:51.30
9. Daniël Malda	Orca	NT	200700281	3:53.22	52.33	1:53.74	2:55.09	3:53.22

Programmanr. 2
29-12-2016 - 13:24

Meisjes, 200m schoolslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1. Jennifer Veldhuisen	Kon AZ 1870	3:20.01	200502500	3:12.47	43.35	1:32.71	2:23.15	3:12.47
2. Sterre van der Wal	SG Middelse-Skelp	3:32.90	200502356	3:19.81	43.24	1:35.15	2:28.43	3:19.81
3. Sara Korthuis	TriVia	3:32.42	200600494	3:27.84	46.11	1:39.26	2:33.76	3:27.84
4. Fleur Bos	Orca	3:27.44	200500674	3:32.57	47.89	1:42.01	2:38.95	3:32.57
5. Charley Blide	ZPC Hoogeveen	3:37.68	200600164	3:32.75	47.95	1:42.82	2:39.05	3:32.75
6. Maud de Wildt	Oeza	3:44.82	200501974	3:37.55	50.26	1:45.64	2:42.29	3:37.55
7. Monique Tienstra	TriVia	3:56.33	200600354	3:43.17	50.48	1:47.73	2:46.17	3:43.17
8. Madelief de Waal	Orca	NT	200501312	3:46.20	50.80	1:48.96	2:49.65	3:46.20
9. Aafke Tassenaar	Orca	NT	200503824	3:46.97	51.27	1:50.52	2:49.48	3:46.97
10. Anna Rodenhuis	Orca	NT	200602126	3:49.99	51.84	1:51.28	2:52.26	3:49.99
11. Aukje Grijsseels	Kon AZ 1870	NT	200701208	3:50.37	52.45	1:50.24	2:52.83	3:50.37
12. Leah Offenber	Orca	NT	200700122	3:57.42	1:51.95		2:55.12	3:57.42
13. Rixt Catharina Menzel	Orca	NT	200602430	3:58.72	54.28	1:54.60	2:56.68	3:58.72
14. Danica Boek	SG FZC54-De Vikings	NT	200700710	4:00.37	54.85	1:57.37	3:00.41	4:00.37
15. Bridget Veldhuisen	Kon AZ 1870	NT	200602532	4:02.17	55.81	1:58.11	3:01.28	4:02.17
16. Gerbrich de Vries	SG Middelse-Skelp	3:55.35	200600516	4:04.49	53.76	1:56.43	3:00.02	4:04.49
17. Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen	NT	200700082	4:08.67	54.13	1:57.22	3:03.20	4:08.67
18. Eline van Assema	Oeza	4:03.40	200503324	4:11.47	55.99	2:02.02	3:07.94	4:11.47

ST - Bij het loslaten van de wand na het keerpunt de borstligging niet aangenomen., SU niet gezwommen in de cyclus van armslag dan beenslag

DIS Esmée Hofstra Orca NT 200501816

SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.

Programmanr. 3
29-12-2016 - 13:42

Jongens, 50m rugslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1. Tiamo van der Veen	ZPC Hoogeveen	39.08	200600033	37.51
2. Olivier Wilbers	ZPC Hoogeveen	39.60	200600181	38.99
3. Quinten Brouwer von Gonzenbach	TriVia	42.04	200700001	39.88
4. Djurre van der Wal	SG Middelse-Skelp	42.60	200500301	40.10
5. Eise van der Zee	Orca	45.10	200501437	44.10
6. Jelte de Boer	SG. Bolsward-Workum	45.09	200700345	44.40
7. Jetze De Vries	SG FZC54-De Vikings	52.84	200602589	46.50
8. Kennie Slagter	Orca	57.18	200500501	53.55
9. Joris Kroeze	Orca	1:03.95	200502133	56.37
DIS Jasper Dijks	Orca	47.19	200500109	

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Programmanr. 4
29-12-2016 - 13:47

Meisjes, 50m rugslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Charley Blide	ZPC Hoogeveen	38.74	200600164	38.09
2.	Estelle van Wijngaarden	Zpb-H&L	38.64	200601020	38.81
3.	Annemarijn Damhoff	Z&PC de Inktvis	39.50	200501000	39.69
4.	Jasmijn Sterken	De Kikker	46.11	200701196	41.14
5.	Suze Buikema	Orca	41.84	200600872	41.24
6.	Amélie Wortel	Orca	44.33	200500814	41.93
7.	Amber Tiesinga	TriVia	42.69	200600782	42.47
8.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	43.47	200700840	42.91
9.	Nina Dekker	Z.C. Haren	44.76	200500126	44.03
10.	Aukje Grijseels	Kon AZ 1870	49.91	200701208	44.99
11.	Emma Ham	ZPC Hoogeveen	44.98	200600248	45.38
12.	Adinda de Vries	Orca	59.22	200503590	48.11
13.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	48.97	200600180	49.25
14.	Nynke van der Zee	Orca	53.89	200700604	49.70
15.	Aryana Amini	Orca	58.63	200503870	53.69
16.	Marin de Waal	Orca	NT	200701126	54.21
DIS	Celine Helder	Orca	NT	200602426	

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.

Programmanr. 5
29-12-2016 - 14:06

Jongens, 50m schoolslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	41.28	200501787	39.57
2.	Jip Bakker	SG FZC54-De Vikings	40.83	200600287	40.87
3.	Senna Hof	isis	45.17	200600761	43.16
4.	Wouter Sies	TriVia	44.19	200500369	43.82
5.	Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	49.58	200500231	48.42
6.	Jorn Kroes	ZPCA Eemsrobbe (SG)	50.28	200600049	48.94
7.	Christiaan Steneker	Orca	56.32	200700925	50.03
8.	Jetze De Vries	SG FZC54-De Vikings	54.65	200602589	53.03
9.	Kennie Slagter	Orca	56.47	200500501	55.32
10.	Yannick Dijks	Orca	NT	200700923	1:05.20
DIS	Joris Kroeze	Orca	1:06.97	200502133	

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

DIS Daniël Malda Orca 52.14 200700281
ST - Bij het loslaten van de wand na het keerpunt de borstligging niet aangenomen., SU - Niet gezwommen in de cyclus van de eerst armslag dan beenslag

Programmanr. 6
29-12-2016 - 14:11

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	
1.	Sterre van der Wal	SG Middelse-Skelp	45.29	200502356	42.40
2.	Sara Korhuis	TriVia	43.90	200600494	44.57
3.	Amélie Wortel	Orca	49.38	200500814	47.25
4.	Fleur Bos	Orca	45.85	200500674	47.31
5.	Maud de Wildt	Oeza	47.24	200501974	48.00
6.	Madelief de Waal	Orca	51.78	200501312	48.44
7.	Anna Rodenhuis	Orca	47.08	200602126	48.45
8.	Leah Offenberg	Orca	50.19	200700122	49.23
9.	Monique Tienstra	TriVia	49.59	200600354	49.38
10.	Aafke Tassenaar	Orca	53.81	200503824	49.64
11.	Gerbrich de Vries	SG Middelse-Skelp	54.22	200600516	50.07
12.	Jasmijn Sterken	De Kikker	52.84	200701196	50.29
13.	Esmée Hofstra	Orca	NT	200501816	51.14
14.	Aukje Grijseels	Kon AZ 1870	49.99	200701208	51.92
15.	Rixt Catharina Menzel	Orca	58.29	200602430	52.75
16.	Bridget Veldhuisen	Kon AZ 1870	53.72	200602532	53.02
17.	Fenna Boterman	TriVia	53.35	200701710	53.08
18.	Eline van Assema	Oeza	51.98	200503324	53.16
19.	Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen	54.18	200700082	54.31
20.	Danica Boek	SG FZC54-De Vikings	52.79	200700710	54.56

Programmanr. 6, Meisjes, 50m schoolslag, Junioren 1 en later

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	inschrijftijd	tijd
21.	Adinda de Vries	Orca	56.15	200503590	55.29
22.	Aryana Amini	Orca	NT	200503870	58.13
23.	Marin de Waal	Orca	NT	200701126	1:03.33

Programmanr. 7
29-12-2016 - 14:17

Jongens, 200m rugslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Tiamo van der Veen	ZPC Hoogeveen	3:06.69	200600033	2:49.90	39.35	1:22.42	2:06.15	2:49.90
2.	Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	3:07.12	200500231	2:56.95	42.63	1:27.46	2:56.95	2:56.95
3.	Olivier Wilbers	ZPC Hoogeveen	3:12.88	200600181	3:01.54	44.08	1:30.48	2:16.75	3:01.54
4.	Q. Brouwer von Gonzenbe	TriVia	NT	200700001	3:03.60	42.85	1:30.05	3:03.60	3:03.60
5.	Djurre van der Wal	SG Middelse-Skelp	NT	200500301	3:19.70	42.35	1:34.47	2:27.97	3:19.70
6.	Eise van der Zee	Orca	3:22.53	200501437	3:27.33	48.31	1:40.82	3:27.33	3:27.33
7.	Jasper Dijks	Orca	NT	200500109	3:34.27	50.60	1:46.81	2:41.99	3:34.27

Programmanr. 8
29-12-2016 - 14:25

Meisjes, 200m rugslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Jennifer Veldhuisen	Kon AZ 1870	2:46.53	200502500	2:50.96	39.27	1:24.06	2:09.31	2:50.96
2.	Estelle van Wijngaarden	Zpb-H&L	NT	200601020	2:53.73	40.22	1:23.55	2:09.10	2:53.73
3.	Charley Blide	ZPC Hoogeveen	NT	200600164	2:57.40	41.92	1:26.93	2:13.63	2:57.40
4.	Annemarijn Damhoff	Z&PC de Inktvis	3:03.67	200501000	3:03.50	44.37	1:31.09	2:18.34	3:03.50
5.	Suze Buikema	Orca	3:08.50	200600872	3:08.46	45.87	1:34.89	2:22.75	3:08.46
6.	Amber Tiesinga	TriVia	3:27.71	200600782	3:16.04	47.71	1:38.80	2:28.94	3:16.04
7.	Emma Ham	ZPC Hoogeveen	3:15.38	200600248	3:20.59	47.93	1:37.93	2:29.45	3:20.59
8.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	NT	200700840	3:22.84	3:22.84			3:22.84
9.	Nina Dekker	Z.C. Haren	3:26.54	200500126	3:38.00	49.22	1:45.87	2:43.21	3:38.00
10.	Nynke van der Zee	Orca	NT	200700604	3:41.41	51.64	1:47.61	2:45.34	3:41.41
11.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	4:05.32	200600180	3:56.30	58.53	1:58.42	2:57.24	3:56.30
DIS	Jasmijn Sterken	De Kikker	NT	200701196					

AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.

DIS Celine Helder Orca 3:53.86 200602426

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.

Programmanr. 9
30-12-2016 - 13:15

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m
1.	Jennifer Veldhuisen	Kon AZ 1870	2:50.40	200502500	2:50.24	36.65	1:18.59	2:11.59	2:50.24
2.	Sara Korhuis	TriVia	2:57.67	200600494	2:55.46	37.33	1:21.85	2:17.15	2:55.46
3.	Charley Blide	ZPC Hoogeveen	2:57.00	200600164	2:58.78	39.92	1:23.42	2:18.29	2:58.78
4.	Estelle van Wijngaarden	Zpb-H&L	3:05.83	200601020	2:59.80	38.01	1:22.18	2:18.04	2:59.80
5.	Annemarijn Damhoff	Z&PC de Inktvis	3:04.70	200501000	3:07.18	42.33	1:28.32	2:25.94	3:07.18
6.	Fleur Bos	Orca	3:10.14	200500674	3:07.71	43.29	1:31.10	2:25.13	3:07.71
7.	Suze Buikema	Orca	3:23.83	200600872	3:14.92	44.51	1:35.17	2:31.02	3:14.92
8.	Amber Tiesinga	TriVia	3:27.30	200600782	3:18.31	45.61	1:39.49	2:34.19	3:18.31
9.	Emma Ham	ZPC Hoogeveen	3:27.15	200600248	3:19.07	46.72	1:36.75	2:34.32	3:19.07
10.	Maud de Wildt	Oeza	3:31.00	200501974	3:20.05	47.96	1:38.69	2:35.15	3:20.05
11.	Monique Tienstra	TriVia	3:27.62	200600354	3:20.65	47.81	1:39.28	2:35.27	3:20.65
12.	Bridget Veldhuisen	Kon AZ 1870	NT	200602532	3:31.29	48.40	1:45.39	2:47.85	3:31.29
13.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	NT	200700840	3:36.54	53.26	1:44.31	2:50.97	3:36.54
14.	Rixt Catharina Menzel	Orca	NT	200602430	3:47.22	56.81	1:55.18	2:56.90	3:47.22
15.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	4:01.57	200600180	3:51.11	58.57	2:00.09	3:01.77	3:51.11
DIS	Jasmijn Sterken	De Kikker	NT	200701196					

SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.

DIS Esmée Hofstra Orca 3:37.86 200501816

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

DIS Nynke van der Zee Orca NT 200700604

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Programmanr. 10
30-12-2016 - 13:32

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1. Mats Meyer	Nova	3:17.48	200500095	3:00.73	37.65	1:26.46	2:21.71	3:00.73
2. Wouter Sies	TriVia	3:03.61	200500369	3:00.74	41.19	1:28.92	2:18.80	3:00.74
3. Olivier Wilbers	ZPC Hoogeveen	2:59.95	200600181	3:01.94	42.47	1:27.37	2:23.55	3:01.94
4. Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	3:06.30	200500231	3:04.69	42.07	1:27.76	2:22.21	3:04.69
5. Q. Brouwer von Gonzenbe	TriVia	NT	200700001	3:13.13	41.41	1:30.16	2:27.75	3:13.13
6. Tiamo van der Veen	ZPC Hoogeveen	3:14.60	200600033	3:13.45	42.42	1:27.80	2:29.59	3:13.45
7. Djurre van der Wal	SG Middelse-Skelp	3:09.19	200500301	3:13.55	38.69	1:28.06	2:28.99	3:13.55
8. Eise van der Zee	Orca	3:44.41	200501437	3:21.13	44.57	1:34.88	2:34.85	3:21.13
9. Jasper Dijks	Orca	3:44.76	200500109	3:42.33	54.29	1:47.10	2:55.01	3:42.33
10. Jordey Thole	De Kikker	NT	200700385	3:49.14	56.70	1:57.26	2:59.43	3:49.14
DIS Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	2:56.32	200501787					
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>								
DIS Senna Hof	isis	3:14.03	200600761	2:59.01				2:59.01
<i>SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.</i>								

Programmanr. 11
30-12-2016 - 13:45

Meisjes, 50m vrije slag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd		tijd
1. Charley Blide	ZPC Hoogeveen	32.38	200600164	31.31
2. Sterre van der Wal	SG Middelse-Skelp	36.58	200502356	35.62
3. Monique Tienstra	TriVia	37.05	200600354	36.86
4. Jasmijn Sterken	De Kikker	37.89	200701196	37.09
5. Emma Ham	ZPC Hoogeveen	39.28	200600248	37.65
6. Gerbrich de Vries	SG Middelse-Skelp	42.64	200600516	39.39
7. Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen	44.37	200700082	39.75
8. Celine Helder	Orca	40.31	200602426	41.35
9. Leah Offenber	Orca	47.67	200700122	41.56
10. Eline van Assema	Oeza	41.73	200503324	41.69
11. Adinda de Vries	Orca	47.73	200503590	43.91
12. Fenna Boterman	TriVia	43.79	200701710	44.29
13. Aryana Amini	Orca	53.83	200503870	52.36
AFGEM Amber Lubbers	SG FZC54-De Vikings	37.57	200700398	

Programmanr. 12
30-12-2016 - 13:49

Jongens, 50m vrije slag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang naam	vereniging	inschrijftijd		tijd
1. Jip Bakker	SG FZC54-De Vikings	33.27	200600287	32.63
2. Olivier Wilbers	ZPC Hoogeveen	34.32	200600181	33.75
3. Mats Meyer	Nova	35.29	200500095	34.03
4. Bart Kiers	Orca	39.88	200600315	35.49
5. Tiamo van der Veen	ZPC Hoogeveen	35.21	200600033	36.06
6. Vincent Banus	De Kikker	38.30	200501533	36.69
7. Sam Derkx	SG FZC54-De Vikings	39.48	200601917	37.08
8. Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	36.97	200500231	37.55
9. Jörn Kroes	ZPCA Eemsrobbe (SG)	40.74	200600049	39.18
10. Nick Wiersema	HZ&PC Heerenveen	45.77	200601149	43.37
11. Kennie Slagter	Orca	44.51	200500501	43.91
12. Joris Kroeze	Orca	55.88	200502133	45.69
DIS Yannick Dijks	Orca	NT	200700923	
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>				

Programmanr. 13
30-12-2016 - 14:08

Meisjes, 50m vlinderslag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd
1.	Sara Korhuis	TriVia	35.29	200600494	35.34
2.	Estelle van Wijngaarden	Zpb-H&L	38.26	200601020	38.26
3.	Annemarijn Damhoff	Z&PC de Inktvis	38.19	200501000	39.65
4.	Amélie Wortel	Orca	45.97	200500814	42.33
5.	Amber Tiesinga	TriVia	44.39	200600782	42.47
6.	Fleur Bos	Orca	41.47	200500674	42.54
7.	Maud de Wildt	Oeza	44.37	200501974	43.83
8.	Suze Buikema	Orca	47.65	200600872	44.57
9.	Bridget Veldhuisen	Kon AZ 1870	45.51	200602532	47.54
10.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	49.41	200700840	48.31
11.	Esmée Hofstra	Orca	52.60	200501816	48.70
12.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen	58.23	200600180	56.94
13.	Nynke van der Zee	Orca	55.94	200700604	57.31
DIS	Rixt Catharina Menzel	Orca	52.09	200602430	

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Programmanr. 14
30-12-2016 - 14:12

Jongens, 50m vlinderslag

Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd		tijd
1.	Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	35.95	200501787	35.16
2.	Mats Meyer	Nova	35.64	200500095	35.98
3.	Djurre van der Wal	SG Middelse-Skelp	37.75	200500301	37.26
4.	Quinten Brouwer von Gonzenbach	TriVia	39.91	200700001	38.10
5.	Senna Hof	isis	39.55	200600761	39.09
6.	Wouter Sies	TriVia	42.25	200500369	39.61
7.	Eise van der Zee	Orca	50.32	200501437	43.08
8.	Jelte de Boer	SG. Bolsward-Workum	46.86	200700345	43.81
9.	Sam Derkx	SG FZC54-De Vikings	NT	200601917	48.38
10.	Jasper Dijks	Orca	52.92	200500109	53.21
DIS	Vincent Banus	De Kikker	48.42	200501533	

VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.

Programmanr. 15
30-12-2016 - 14:16

Meisjes, 200m vrije slag

Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd	50m	100m	150m	200m	
1.	Jennifer Veldhuisen	Kon AZ 1870	2:36.84	200502500	2:28.56	33.87	1:12.29	1:51.53	2:28.56
2.	Charley Blide	ZPC Hoogeveen	2:46.53	200600164	2:38.86	34.94	1:15.14	1:57.82	2:38.86
3.	Amélie Wortel	Orca	3:07.76	200500814	2:54.27	39.02	1:22.58	2:08.77	2:54.27
4.	Sterre van der Wal	SG Middelse-Skelp	2:56.70	200502356	2:56.62	37.79	1:23.59	2:11.77	2:56.62
5.	Emma Ham	ZPC Hoogeveen	3:14.25	200600248	3:04.44	42.05	1:28.80	2:17.55	3:04.44
6.	Jasmijn Sterken	De Kikker	3:29.33	200701196	3:07.47	43.11	1:30.89	2:21.45	3:07.47
7.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen	3:23.88	200700840	3:21.47	45.64	1:39.06	2:34.03	3:21.47
8.	Gerbrich de Vries	SG Middelse-Skelp	NT	200600516	3:28.03	45.05	1:40.56	2:36.43	3:28.03
9.	Celine Helder	Orca	NT	200602426	3:34.02	45.59	1:40.30	2:36.67	3:34.02
10.	Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen	3:34.64	200700082	3:38.87	47.36	1:45.36	2:43.13	3:38.87
11.	Leah Offenbergh	Orca	NT	200700122	3:41.31	47.61	1:44.98	2:43.81	3:41.31
12.	Fenna Boterman	TriVia	3:52.59	200701710	3:50.42	50.76	1:49.19	2:48.07	3:50.42
DIS	Eline van Assema	Oeza	3:30.21	200503324					

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

AFGEM Amber Lubbers SG FZC54-De Vikings 3:16.17 200700398

rang naam	vereniging	inschrijftijd		tijd	50m	100m	150m	200m
1. Jip Bakker	SG FZC54-De Vikings	2:42.04	200600287	2:36.91	36.09	1:17.03	1:58.10	2:36.91
2. Olivier Wilbers	ZPC Hoogeveen	2:46.85	200600181	2:37.80	36.03	1:17.40	1:59.06	2:37.80
3. Tiamo van der Veen	ZPC Hoogeveen	2:50.04	200600033	2:46.75	38.82	1:23.00	2:04.68	2:46.75
4. Flynn Peeks	ZPC Hoogeveen	3:04.77	200500231	2:59.54	40.17	1:25.18	2:12.74	2:59.54
5. Bart Kiers	Orca	NT	200600315	3:02.14	42.19	1:31.00	2:18.69	3:02.14
6. Jelte de Boer	SG. Bolsward-Workum	NT	200700345	3:03.29	41.01	1:29.31	2:19.33	3:03.29
7. Jorn Kroes	ZPCA Eemsrobber (SG)	3:18.58	200600049	3:07.25	43.19	1:31.49	2:20.08	3:07.25
8. Vincent Banus	De Kikker	NT	200501533	3:09.49	44.80	1:34.85	2:24.35	3:09.49
9. Jordej Thole	De Kikker	NT	200700385	3:29.37	49.37	1:44.53	2:39.24	3:29.37
10. Nick Wiersema	HZ&PC Heerenveen	4:05.50	200601149	4:08.99	52.38	1:56.26	3:03.05	4:08.99