

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 1  
1-3-2020

Dames, 1500m vrije slag

Dames Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
<b>Junioren 3 en 4</b>						
1.	Emma van Leeuwen	Daw	21:06.93	200500200	<b>19:15.64</b>	514
	100m: 1:09.97	1:09.97	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:25.31	1:15.34	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:08.71	1100m:	1500m: 19:15.64	
	400m: 4:59.24			1200m:		
2.	Hilda Vrijbloed	SG SCOM/de Zeehond'73	19:35.87	200600732	<b>20:57.98</b>	398
	100m: 1:16.16	1:16.16	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:39.53	1:23.37	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:04.05	1100m:	1500m: 20:57.98	
	400m: 5:26.51			1200m:		
3.	Hiba Aboulas	De Dolfijn	20:29.91	200600870	<b>21:31.03</b>	368
	100m: 1:16.88	1:16.88	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:40.70	1:23.82	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:14.37	1100m:	1500m: 21:31.03	
	400m: 5:28.34			1200m:		
4.	Isabella Grijseels	Kon. AZ 1870	NT	200502678	<b>22:35.72</b>	318
	100m: 1:20.62	1:20.62	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:50.19	1:29.57	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:56.81	1100m:	1500m: 22:35.72	
	400m: 5:50.44			1200m:		
<b>Jeugd 1 en 2</b>						
1.	Femke Doorenbos	The Hague Swimming (sg)	17:54.21	200404214	<b>18:20.84</b>	594
	100m: 1:08.03	1:08.03	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:22.05	1:14.02	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 9:47.38	1100m:	1500m: 18:20.84	
	400m: 4:50.07			1200m:		
2.	Eline Hoekstra	Oeza	19:40.66	200301280	<b>20:25.20</b>	431
	100m: 1:13.63	1:13.63	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:33.89	1:20.26	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:49.18	1100m:	1500m: 20:25.20	
	400m: 5:18.19			1200m:		
3.	Bente Kaspers	Ed-Vo	NT	200402160	<b>22:16.61</b>	332
	100m: 1:19.75	1:19.75	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:48.43	1:28.68	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:45.65	1100m:	1500m: 22:16.61	
	400m: 5:47.40			1200m:		
4.	Maaïke Buck	Ed-Vo	NT	200402532	<b>22:35.01</b>	319
	100m: 1:18.79	1:18.79	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:46.48	1:27.69	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:49.66	1100m:	1500m: 22:35.01	
	400m: 5:45.67			1200m:		
<b>Dames Senioren Open</b>						
1.	Serena Stel	De Dolfijn	17:04.34	199801528	<b>17:16.90</b>	711
	100m: 1:02.86	1:02.86	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:10.99	1:08.13	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 9:07.38	1100m:	1500m: 17:16.90	
	400m: 4:28.50			1200m:		
2.	Amelie de Jonge	ZV New Wave Almere	22:05.98	200202678	<b>21:59.93</b>	345
	100m: 1:20.06	1:20.06	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:49.06	1:29.00	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:46.74	1100m:	1500m: 21:59.93	
	400m: 5:50.03			1200m:		
3.	Amber Winkelaar	ZV New Wave Almere	24:00.00	200206194	<b>23:03.77</b>	299
	100m: 1:22.74	1:22.74	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:53.10	1:30.36	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 12:10.74	1100m:	1500m: 23:03.77	
	400m: 5:56.35			1200m:		
4.	Mariska van Geldorp	HPC Heemstede	24:00.23	199008304	<b>24:31.05</b>	249
	100m: 1:21.36	1:21.36	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:55.28	1:33.92	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 12:53.22	1100m:	1500m: 24:31.05	
	400m: 6:13.07			1200m:		

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 1, Dames, 1500m vrije slag, Dames Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
DIS	Deborah Hartman	HPC Heemstede	24:38.51	200100326	
<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>					
AFGEM	Dyshanty Laurence	De Dolfijn	20:55.57	200106298	
AFGEM	Renske Dutilh	Het Y	18:44.86	200201188	
AFGEM	Anne Noom	Het Y	17:22.25	199800062	

Programmanr. 2  
1-3-2020

Heren, 1500m vrije slag

Heren Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
<b>Jongens Junioren 3 en 4</b>					
1.	Yanieck Frijstein	The Hague Swimming (sg)	16:54.06	200500329	<b>17:29.44</b> 572
	100m: 1:05.40	1:05.40	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:15.54	1:10.14	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 17:29.44
	400m: 4:36.96		800m: 9:19.62	1200m:	
2.	Kaito van Meeteren	De Dolfijn	18:39.31	200404271	<b>17:48.18</b> 542
	100m: 1:06.37	1:06.37	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:17.82	1:11.45	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 17:48.18
	400m: 4:41.82		800m: 9:30.65	1200m:	
3.	Collin Schouten	MSV-Zeemacht	17:11.33	200400697	<b>17:53.86</b> 534
	100m: 1:06.24	1:06.24	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:16.90	1:10.66	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 17:53.86
	400m: 4:39.24		800m: 9:28.10	1200m:	
4.	Tycho de Jonge	Kzc	17:54.82	200400411	<b>18:31.29</b> 482
	100m: 1:06.36	1:06.36	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:17.48	1:11.12	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 18:31.29
	400m: 4:42.55		800m: 9:40.45	1200m:	
5.	Philip Grammatikopoulos	Daw	18:36.03	200504167	<b>19:13.93</b> 430
	100m: 1:09.03	1:09.03	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:25.00	1:15.97	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:13.93
	400m: 4:59.97		800m: 10:11.90	1200m:	
6.	Ben Aalsvel	De Dolfijn	NT	200501255	<b>20:36.77</b> 349
	100m: 1:12.88	1:12.88	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:34.98	1:22.10	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:36.77
	400m: 5:23.06		800m: 10:57.36	1200m:	
7.	Brian de Groot	ZV New Wave Almere	20:26.77	200501653	<b>20:46.16</b> 341
	100m: 1:14.62	1:14.62	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:36.61	1:21.99	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:46.16
	400m: 5:21.53		800m: 10:55.07	1200m:	
8.	Liam Boon	Daw	NT	200503137	<b>21:01.98</b> 329
	100m: 1:16.13	1:16.13	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:39.09	1:22.96	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:01.98
	400m: 5:30.38		800m: 11:09.84	1200m:	
9.	Leon Moreira Pereira	Kon. AZ 1870	NT	200504001	<b>21:09.80</b> 323
	100m: 1:14.03	1:14.03	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:38.29	1:24.26	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:09.80
	400m: 5:27.89		800m: 11:11.63	1200m:	
10.	Maurits van Bommel	Kon. AZ 1870	NT	200401089	<b>21:19.32</b> 316
	100m: 1:14.66	1:14.66	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:37.59	1:22.93	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:19.32
	400m: 5:26.62		800m: 11:11.34	1200m:	
DIS	Thierry Esveldt	ZV New Wave Almere	19:30.04	200403253	
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>					

Jongens Jeugd 1 en 2

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 2, Jongens, 1500m vrije slag, Jongens Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Faissal Laghrich	Kon. AZ 1870	NT 200301885	<b>19:56.52</b>	386
	100m: 1:09.49	1:09.49	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:25.27	1:15.78	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:03.31	700m: 1100m:	1500m: 19:56.52		
	400m: 5:03.31	800m: 10:28.15	1200m:		

Heren Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Dave van der Voet	De Dolfijn	17:28.79 200102783	<b>18:02.88</b>	520
	100m: 1:06.51	1:06.51	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:17.71	1:11.20	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 4:40.44	700m: 1100m:	1500m: 18:02.88		
	400m: 4:40.44	800m: 9:31.70	1200m:		

Programmanr. 3  
1-3-2020

200m wisselslag

Mix Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m
1.	Oliver Hamilton	De Dolfijn	NT 201001843	<b>3:33.17</b>	153		3:33.17
2.	Rosalie Wessels	Zv de Ham	NT 201001514	<b>3:34.48</b>	203		3:34.48
3.	Dana Halff	Zv de Ham	NT 201000392	<b>3:50.32</b>	164		3:50.32
4.	Kyaro Giuliano	De Dolfijn	NT 201000489	<b>3:53.48</b>	116		3:53.48
5.	Thijmen Huitema	Zv de Ham	NT 201000817	<b>3:56.89</b>	111		3:56.89
AFGEM	Melody Paulussen	De Dolfijn	NT 201101106				

Programmanr. 4  
1-3-2020

Meisjes, 200m wisselslag

Meisjes Minioren 5  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m
1.	Megan Snoek	Daw	3:11.30 200900888	<b>3:14.96</b>	271		3:14.96
2.	Orla McCurdy	AZ&PC De Futen	4:08.00 200901022	<b>4:02.36</b>	141		4:02.36
3.	Madelief D'Arcy	Ed-Vo	NT 200902616	<b>4:14.20</b>	122		4:14.20
AFGEM	Rosina Kromhout	De Dolfijn	NT 200902490				

Programmanr. 5  
1-3-2020

Dames, 400m wisselslag

Dames Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
<b>Junioren 1 en 2 en 3 en 4</b>									
1.	Evy Rozeboom	Daw	5:30.17 200601338	<b>5:33.80</b>	520	1:13.84			5:33.80
	50m: 1:13.84	150m: 350m:	250m: 5:33.80						
	100m: 1:13.84	200m: 5:33.80	300m: 5:33.80						
2.	Kim Oudendijk	Daw	5:36.09 200600964	<b>5:44.12</b>	475	1:20.32			5:44.12
	50m: 1:20.32	150m: 350m:	250m: 5:44.12						
	100m: 1:20.32	200m: 5:44.12	300m: 5:44.12						
3.	Joëlle de Does	Ed-Vo	NT 200600008	<b>5:51.21</b>	446	1:15.21			5:51.21
	50m: 1:15.21	150m: 350m:	250m: 5:51.21						
	100m: 1:15.21	200m: 5:51.21	300m: 5:51.21						
4.	Linde van Wijngaarden	De Dolfijn	5:36.19 200601372	<b>5:58.59</b>	419	1:25.06			5:58.59
	50m: 1:25.06	150m: 350m:	250m: 5:58.59						
	100m: 1:25.06	200m: 5:58.59	300m: 5:58.59						
5.	Eline van Rijn	Daw	NT 200700918	<b>6:08.25</b>	387	1:29.05			6:08.25
	50m: 1:29.05	150m: 350m:	250m: 6:08.25						
	100m: 1:29.05	200m: 6:08.25	300m: 6:08.25						
6.	Julie Rupprecht	Zv de Ham	6:08.50 200702322	<b>6:09.86</b>	382	1:30.72			6:09.86
	50m: 1:30.72	150m: 350m:	250m: 6:09.86						
	100m: 1:30.72	200m: 6:09.86	300m: 6:09.86						
7.	Aukje Grijseels	Kon. AZ 1870	6:12.61 200701208	<b>6:19.82</b>	353	1:25.32			6:19.82
	50m: 1:25.32	150m: 350m:	250m: 6:19.82						
	100m: 1:25.32	200m: 6:19.82	300m: 6:19.82						

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 5, Meisjes, 400m wisselslag, Junioren 1 en 2 en 3 en 4

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
8. Marit Hakvoort	Kzc	6:13.76 200601062	<b>6:25.64</b>	337	1:28.74			6:25.64
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:28.74		200m:	300m:		400m: 6:25.64			
9. Mirre van Wijngaarden	De Dolfijn	NT 200800262	<b>6:34.35</b>	315	1:33.37			6:34.35
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:33.37		200m:	300m:		400m: 6:34.35			
10. Lisan Steenbakker	Kzc	6:27.77 200701666	<b>6:35.15</b>	313	1:31.71			6:35.15
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:31.71		200m:	300m:		400m: 6:35.15			
11. Leona Meester	Zv de Ham	6:28.27 200700192	<b>6:41.98</b>	298	1:35.17			6:41.98
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:35.17		200m:	300m:		400m: 6:41.98			
12. Anne Demmers	Kzc	NT 200800412	<b>6:46.56</b>	288	1:33.54			6:46.56
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:33.54		200m:	300m:		400m: 6:46.56			
13. Malinde Bernard	Ed-Vo	NT 200700910	<b>7:08.84</b>	245	1:48.21			7:08.84
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:48.21		200m:	300m:		400m: 7:08.84			
14. Lisanne Hakvoort	Kzc	NT 200701664	<b>7:29.35</b>	213	2:01.82			7:29.35
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 2:01.82		200m:	300m:		400m: 7:29.35			
15. Bette Peetoom	Daw	NT 200801808	<b>7:29.37</b>	213	1:42.04			7:29.37
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:42.04		200m:	300m:		400m: 7:29.37			
DIS Maya Petroutsos	Kzc	6:13.69 200701814						
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>								

Jeugd 1 en 2

DIS Yvette Buis De Dolfijn 5:46.08 200401830  
*VH - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.*

Dames Senioren Open

1. Jade Broek	Oeza	5:50.00 199702300	<b>5:58.94</b>	418	1:13.80			5:58.94
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:13.80		200m:	300m:		400m: 5:58.94			

Programmanr. 6  
1-3-2020

Jongens, 200m wisselslag

Jongens Minioren 5 en 6  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m
1. Finn Hilders	De Dolfijn	3:08.42 200900283	<b>3:05.30</b>	233		3:05.30
2. Bram Oudendijk	Daw	3:14.84 200900185	<b>3:11.12</b>	212		3:11.12
3. Austin Hamilton	De Dolfijn	3:10.80 200902697	<b>3:15.82</b>	197		3:15.82
4. Marouane el Hani	De Dolfijn	4:08.54 200801329	<b>3:52.46</b>	118		3:52.46

Programmanr. 7  
1-3-2020

Heren, 400m wisselslag

Heren Senioren Open  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
<b>Junioren 1 en 2 en 3 en 4</b>								
1. Sem Belmon	De Dolfijn	NT 200702099	<b>5:56.92</b>	319	1:30.65			5:56.92
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:30.65		200m:	300m:		400m: 5:56.92			
2. Vincent Schweitzer	Daw	NT 200601857	<b>6:07.29</b>	293	1:27.75			6:07.29
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:27.75		200m:	300m:		400m: 6:07.29			
3. Attila Farago	Daw	7:22.08 200701233	<b>7:12.17</b>	180	1:48.50			7:12.17
50m:		150m:	250m:		350m:			
100m: 1:48.50		200m:	300m:		400m: 7:12.17			

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 7, Jongens, 400m wisselslag, Junioren 1 en 2 en 3 en 4

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
AFGEM Daniël Aling Levy	De Dolfijn	5:48.59	200502273					

Jongens Jeugd 1 en 2

1. Anouar Visser	ZV New Wave Almere	5:27.12	200301829	<b>5:22.91</b>	431	1:12.46		5:22.91
		50m:	150m:	250m:		350m:		
		100m: 1:12.46	200m:	300m:		400m: 5:22.91		

Programmanr. 8  
1-3-2020

400m vrije slag

Mix Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	100m	200m	300m	400m
1. Mauro Bedeke	Daw	NT 201000537	<b>6:21.53</b>	192	1:27.62	3:06.58		6:21.53
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:27.62	200m: 3:06.58	300m:	400m: 6:21.53			
2. Oliver Hamilton	De Dolfijn	NT 201001843	<b>6:50.02</b>	155	1:37.60	3:26.40		6:50.02
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:37.60	200m: 3:26.40	300m:	400m: 6:50.02			
3. Rosalie Wessels	Zv de Ham	NT 201001514	<b>6:52.78</b>	193	1:35.42	3:22.47		6:52.78
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:35.42	200m: 3:22.47	300m:	400m: 6:52.78			
4. Dana Half	Zv de Ham	6:56.96 201000392	<b>6:56.58</b>	187	1:38.97	3:26.68		6:56.58
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:38.97	200m: 3:26.68	300m:	400m: 6:56.58			
5. Thijmen Huitema	Zv de Ham	7:01.24 201000817	<b>7:18.14</b>	127	1:46.34	3:39.56		7:18.14
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:46.34	200m: 3:39.56	300m:	400m: 7:18.14			
6. Ashley Zechner	Daw	NT 201000774	<b>7:19.69</b>	159	1:45.33	3:41.17		7:19.69
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:45.33	200m: 3:41.17	300m:	400m: 7:19.69			
7. Yuna van den Idsert	Daw	NT 201001196	<b>7:51.88</b>	129	1:52.78	3:54.78		7:51.88
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:52.78	200m: 3:54.78	300m:	400m: 7:51.88			
8. Ivan Half	Zv de Ham	NT 201100479	<b>8:50.25</b>	71	1:59.70	4:16.83		8:50.25
		50m:	150m:	250m:	350m:			
		100m: 1:59.70	200m: 4:16.83	300m:	400m: 8:50.25			
AFGEM Melody Paulussen	De Dolfijn	NT 201101106						

Programmanr. 9  
1-3-2020

Meisjes, 800m vrije slag

Meisjes Minioren 5  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Amber Kunst	Daw	NT 200900680	<b>12:39.74</b>	264
		100m: 1:25.29	500m: 7:00m:	
		200m: 3:03.75	600m: 8:00m: 12:39.74	
2. Dante van Meene	Daw	NT 200900678	<b>13:28.89</b>	219
		100m: 1:25.86	500m: 7:00m:	
		200m: 4:01.75	600m: 8:00m: 13:28.89	
3. Orla McCurdy	AZ&PC De Futen	NT 200901022	<b>16:46.51</b>	114
		100m: 1:58.09	500m: 7:00m:	
		200m: 4:07.27	600m: 8:00m: 16:46.51	
AFGEM Rosina Kromhout	De Dolfijn	NT 200902490		

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 10  
1-3-2020

Jongens, 800m vrije slag

Jongens Minioren 5 en 6  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Mika Hebing	Ed-Vo	NT 200800027	<b>12:40.17</b>	210
	100m: 1:26.05	1:26.05	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:02.61	1:36.56	400m: 6:18.37	800m: 12:40.17	
2.	Joshua van den Idsert	Daw	NT 200801919	<b>14:12.28</b>	149
	100m: 1:33.21	1:33.21	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:19.90	1:46.69	400m: 6:57.82	800m: 14:12.28	
3.	Benjamin Knauf	Daw	NT 200803085	<b>14:21.25</b>	145
	100m: 1:34.52	1:34.52	300m: 500m:	700m:	
	200m: 3:23.39	1:48.87	400m: 7:01.49	800m: 14:21.25	
AFGEM	Austin Hamilton	De Dolfijn	NT 200902697		

Programmanr. 11  
1-3-2020

Meisjes, 1500m vrije slag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Britt Colijn	ZV New Wave Almere	21:43.30 200700544	<b>20:33.75</b>	422
	100m: 1:14.21	1:14.21	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:34.77	1:20.56	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:18.97		700m: 10:00m:	1500m: 20:33.75	
	400m: 5:18.97		800m: 10:05.08	1200m:	
2.	Tara de Jong	Daw	NT 200701574	<b>22:51.67</b>	307
	100m: 1:20.98	1:20.98	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:50.68	1:29.70	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:54.15		700m: 11:00m:	1500m: 22:51.67	
	400m: 5:54.15		800m: 12:10.54	1200m:	
3.	Libhin Boon	Daw	NT 200701792	<b>23:02.52</b>	300
	100m: 1:18.13	1:18.13	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:48.65	1:30.52	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:54.06		700m: 11:00m:	1500m: 23:02.52	
	400m: 5:54.06		800m: 12:09.81	1200m:	
4.	Renske Danckaarts	De Fuut	24:17.63 200700116	<b>23:10.41</b>	295
	100m: 1:20.92	1:20.92	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:50.64	1:29.72	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:55.50		700m: 11:00m:	1500m: 23:10.41	
	400m: 5:55.50		800m: 12:10.53	1200m:	
5.	Brianna Voorhout	Daw	NT 200702342	<b>23:19.29</b>	289
	100m: 1:19.91	1:19.91	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:51.86	1:31.95	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:57.22		700m: 11:00m:	1500m: 23:19.29	
	400m: 5:57.22		800m: 12:16.58	1200m:	
6.	Isabelle Toole	AZ&PC De Futen	NT 200801982	<b>28:19.35</b>	162
	100m: 1:38.49	1:38.49	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:29.35	1:50.86	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 7:20.42		700m: 11:00m:	1500m: 28:19.35	
	400m: 7:20.42		800m: 15:08.84	1200m:	
AFGEM	Anna Jonk	Ed-Vo	NT 200703818		

Programmanr. 12  
1-3-2020

Jongens, 1500m vrije slag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Bram Loots	Kzc	19:05.31 200700197	<b>19:11.96</b>	432
	100m: 1:10.05	1:10.05	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:25.88	1:15.83	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 4:59.45		700m: 11:00m:	1500m: 19:11.96	
	400m: 4:59.45		800m: 10:13.10	1200m:	
2.	Feico de Jonge	Kzc	19:06.59 200600047	<b>19:50.28</b>	392
	100m: 1:12.81	1:12.81	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:31.86	1:19.05	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:11.96		700m: 11:00m:	1500m: 19:50.28	
	400m: 5:11.96		800m: 10:32.56	1200m:	
3.	Max Verschuur	ZV New Wave Almere	19:54.20 200702455	<b>20:13.78</b>	370
	100m: 1:14.60	1:14.60	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:34.81	1:20.21	600m: 10:00m:	1400m:	
	300m: 5:16.45		700m: 11:00m:	1500m: 20:13.78	
	400m: 5:16.45		800m: 10:42.64	1200m:	

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

Programmanr. 12, Jongens, 1500m vrije slag, Junioren 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
4.	Tijn Hilders	De Dolfijn	NT 200700027	<b>20:25.79</b>	359
	100m: 1:16.07	1:16.07	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:37.32	1:21.25	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:24.13		700m: 1100m:	1500m: 20:25.79	
	400m: 5:24.13		800m: 10:59.39	1200m:	
5.	Lars Kool	Daw	NT 200700511	<b>22:25.88</b>	271
	100m: 1:20.50	1:20.50	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:50.19	1:29.69	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 5:50.59		700m: 1100m:	1500m: 22:25.88	
	400m: 5:50.59		800m: 11:55.65	1200m:	
6.	Leon Kerkhoff	Zv de Ham	NT 200600455	<b>25:30.37</b>	184
	100m: 1:28.86	1:28.86	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:06.93	1:38.07	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 6:30.33		700m: 1100m:	1500m: 25:30.37	
	400m: 6:30.33		800m: 13:25.17	1200m:	

Programmanr. 13  
1-3-2020

Dames, 2000m vrije slag

Dames Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 3 en 4					
1.	Danique Giuliano	De Dolfijn	NT 200600706	<b>29:16.52</b>	
	100m: 1:23.13	1:23.13	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:50.36	1:27.23	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:47.65		800m: 11:44.85	1800m:	
	400m: 5:47.65		900m: 1300m:	1900m:	
	500m: 5:47.65		1000m: 1500m: 22:07.55	2000m: 29:16.52	
2.	Kim Geering	De Fuut	NT 200602044	<b>33:29.95</b>	
	100m: 1:27.92	1:27.92	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:03.71	1:35.79	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 6:19.19		800m: 12:54.70	1800m:	
	400m: 6:19.19		900m: 1300m:	1900m:	
	500m: 6:19.19		1000m: 1500m: 24:53.87	2000m: 33:29.95	
3.	Kyara Beets	Daw	NT 200602368	<b>34:09.14</b>	
	100m: 1:28.63	1:28.63	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:06.93	1:38.30	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 6:27.07		800m: 13:16.74	1800m:	
	400m: 6:27.07		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 6:27.07		1000m: 1500m: 25:23.84	2000m: 34:09.14	
4.	Juliette Toole	AZ&PC De Futen	NT 200602334	<b>34:35.81</b>	
	100m: 1:30.50	1:30.50	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:11.61	1:41.11	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 6:36.28		800m: 13:31.96	1800m:	
	400m: 6:36.28		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 6:36.28		1000m: 1500m: 25:53.25	2000m: 34:35.81	

Dames Senioren Open

1.	Renske Beek	AZ&PC De Futen	28:47.23	200000516	<b>31:30.04</b>
	100m: 1:19.30	1:19.30	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:46.59	1:27.29	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:47.52		800m: 12:09.32	1800m:	
	400m: 5:47.52		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:47.52		1000m: 1500m: 23:30.71	2000m: 31:30.04	

Programmanr. 14  
1-3-2020

Heren, 2000m vrije slag

Heren Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Jongens Junioren 3 en 4					
1.	Andrei Turta	ZV New Wave Almere	25:30.44	200404549	<b>25:03.79</b>
	100m: 1:05.59	1:05.59	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:17.64	1:12.05	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:44.05		800m: 9:45.72	1800m:	
	400m: 4:44.05		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 4:44.05		1000m: 1500m: 18:43.91	2000m: 25:03.79	

LAC DAW - 50m - 2  
Alkmaar, 1-3-2020

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

rang	naam	vereniging				intijd		tijd	RT
2.	Dimitri Lans	ZV New Wave Almere				28:36.81	200401325	<b>27:41.84</b>	
	100m:	1:15.30	1:15.30	600m:		1100m:	1600m:		
	200m:	2:38.39	1:23.09	700m:		1200m:	1700m:		
	300m:			800m:	11:03.40	1300m:	1800m:		
	400m:			900m:		1400m:	1900m:		
	500m:			1000m:		1500m:	2000m:	27:41.84	

Jongens Jeugd 1 en 2

1.	Finn Vos	De Dolfijn				22:53.30	200200665	<b>24:22.52</b>	
	100m:	1:04.52	1:04.52	600m:		1100m:	1600m:		
	200m:	2:14.95	1:10.43	700m:		1200m:	1700m:		
	300m:			800m:	9:36.23	1300m:	1800m:		
	400m:	4:40.21		900m:		1400m:	1900m:		
	500m:			1000m:		1500m:	2000m:	24:22.52	
2.	Hessel Robert	Het Y				26:42.13	200200917	<b>24:25.76</b>	
	100m:	1:06.24	1:06.24	600m:		1100m:	1600m:		
	200m:	2:18.05	1:11.81	700m:		1200m:	1700m:		
	300m:			800m:	9:36.75	1300m:	1800m:		
	400m:	4:43.25		900m:		1400m:	1900m:		
	500m:			1000m:		1500m:	2000m:	24:25.76	

Heren Senioren Open

1.	Vincent Dragt	Het Y				24:18.93	200104091	<b>25:24.21</b>	
	100m:	1:06.09	1:06.09	600m:		1100m:	1600m:		
	200m:	2:18.84	1:12.75	700m:		1200m:	1700m:		
	300m:			800m:	9:41.17	1300m:	1800m:		
	400m:	4:44.57		900m:		1400m:	1900m:		
	500m:			1000m:		1500m:	2000m:	25:24.21	