

Tijden van maandag 1 januari 1900 tot donderdag 1 augustus 2024  
Verbeteringspercentage berekent per donderdag 31 augustus 2023.

**Adli Linda**

25 rugslag	44.09	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	20 Pnt.	100 %
25 schoolslag	53.66	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	15 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 17 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 17 Pnt.

**Adli Sara**

25 rugslag	38.87	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	30 Pnt.	100 %
25 schoolslag	34.03	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	59 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 44 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 44 Pnt.

**van Assema Eline**

25 vrije slag	16.47	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	256 Pnt.	100 %
50 vrije slag	34.80	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	314 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.20	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	329 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:14.35	50m	11-6-2023	Bückerburg (GER)	336 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:11.50	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	347 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:57.79	50m	20-1-2019	Alkmaar (NED)	256 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:38.30	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	339 Pnt.	100 %
400 vrije slag	6:53.19	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	187 Pnt.	100 %
400 vrije slag	7:10.46	25m	12-6-2016	Zaandam (NED)	161 Pnt.	100 %
25 rugslag	17.28	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	341 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.14	50m	18-6-2022	Bergbad Bückerburg (GER)	386 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.41	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	380 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:19.94	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	383 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:17.11	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	363 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:51.68	50m	11-5-2019	Alkmaar (NED)	377 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:49.34	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	349 Pnt.	100 %
25 schoolslag	19.94	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	298 Pnt.	100 %
50 schoolslag	44.52	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	287 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.41	25m	7-10-2021	Heemskerk (NED)	330 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:38.04	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	279 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:32.25	25m	3-10-2021	Den Helder (NED)	308 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:59.36	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	196 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:31.30	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	258 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.98	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	343 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	37.32	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	280 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	36.41	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	300 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:32.54	25m	2-2-2023	Heemskerk (NED)	205 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:20.16	25m	1-7-2021	Heemskerk (NED)	350 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:58.10	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	320 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 368 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 368 Pnt.

**Ayari Adam**

15m vlinderslag benen onderwater	21.13	25m	29-9-2019	Haarlem (NED)		100 %
50m borstcrawl benen	56.43	25m	19-1-2020	Zaandam (NED)		100 %
25 vrije slag	13.52	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	307 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.93	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	377 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.78	25m	22-5-2022	Hoofddorp (NED)	348 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:05.30	50m	14-5-2022	Amsterdam (NED)	370 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:04.48	25m	30-10-2022	Heemskerk (NED)	338 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:36.33	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	277 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:27.19	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	307 Pnt.	101 %
300 vrije slag	4:13.66	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	231 Pnt.	
400 vrije slag	5:53.66	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	216 Pnt.	
25 rugslag	17.02	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	225 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.84	50m	9-4-2022	Antwerpen (BEL)	277 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.09	25m	17-3-2022	Heemskerk (NED)	233 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:23.78	50m	15-5-2022	Amsterdam (NED)	237 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:15.74	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	269 Pnt.	106 %
200 rugslag	3:45.05	25m	6-10-2019	Purmerend (NED)	103 Pnt.	100 %
25 schoolslag	16.53	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	347 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.27	50m	15-5-2022	Amsterdam (NED)	337 Pnt.	100 %
50 schoolslag	35.05	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	373 Pnt.	105 %
100 schoolslag	1:23.51	50m	27-3-2022	Alkmaar (NED)	320 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:18.70	25m	6-11-2022	Alkmaar (NED)	352 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:56.35	25m	22-5-2022	Hoofddorp (NED)	318 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	14.79	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	299 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	31.89	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	347 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	31.67	25m	6-11-2022	Alkmaar (NED)	326 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:22.91	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	216 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:15.21	25m	6-11-2022	Alkmaar (NED)	261 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:11.89	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	342 Pnt.	102 %
200 wisselslag	2:46.25	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	286 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 358 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 363 Pnt.

**Ayari Mohammed**

25 vrije slag	23.94	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	55 Pnt.	126 %
50 vrije slag	58.95	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	40 Pnt.	106 %
100 vrije slag	2:13.74	25m	30-10-2022	Heemskerk (NED)	37 Pnt.	100 %
25 rugslag	31.67	25m	15-5-2022	Purmerend (NED)	35 Pnt.	100 %
50 rugslag	1:04.61	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	40 Pnt.	103 %
100 rugslag	2:27.60	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	36 Pnt.	
25 schoolslag	35.63	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	34 Pnt.	100 %
50 schoolslag	1:02.63	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	65 Pnt.	107 %
100 schoolslag	2:16.41	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	67 Pnt.	129 %
25 vlinderslag	32.31	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	28 Pnt.	118 %
50 vlinderslag	1:19.14	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	20 Pnt.	100 %
100 wisselslag	2:26.22	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	40 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 44 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 53 Pnt.

**Badahi Lina**

25 vrije slag	24.88	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	74 Pnt.
25 schoolslag	29.34	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	93 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 83 Pnt.

**Banks Riley**

25 vrije slag	21.76	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	111 Pnt.	144 %
50 vrije slag	49.53	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	99 Pnt.	155 %
25 rugslag	25.69	25m	10-12-2023	Hoofddorp (NED)	103 Pnt.	167 %
50 rugslag	55.70	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	97 Pnt.	142 %
25 schoolslag	27.93	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	108 Pnt.	134 %
50 schoolslag	59.13	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	113 Pnt.	133 %
25 vlinderslag	26.60	25m	1-4-2024	Haarlem (NED)	74 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 63 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 106 Pnt.

**Banks Ryan**

25 vrije slag	29.51	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	29 Pnt.
50 vrije slag	1:13.66	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	20 Pnt.
50 rugslag	1:06.70	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	36 Pnt.
25 schoolslag	33.55	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	41 Pnt.
50 schoolslag	1:13.13	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	41 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 33 Pnt.

**van Berkel Nova**

25 rugslag	25.63	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	104 Pnt.	100 %
25 schoolslag	25.19	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	147 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 125 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 125 Pnt.

**de Boer Maia**

25 vrije slag	16.44	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	257 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.68	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	459 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.82	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	411 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:12.87	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	357 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:09.01	25m	7-10-2021	Heemskerk (NED)	386 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:42.58	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	335 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:34.80	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	363 Pnt.	100 %
400 vrije slag	6:13.23	25m	18-9-2016	Zaandam (NED)	248 Pnt.	100 %
25 rugslag	18.17	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	293 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.85	50m	30-11-2019	Beverwijk (NED)	313 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.21	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	356 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:25.18	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	317 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:20.50	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	319 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:05.75	25m	14-1-2018	Purmerend (NED)	264 Pnt.	100 %

25 schoolslag	19.10	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	339 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.41	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	357 Pnt.	100 %
50 schoolslag	40.52	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	353 Pnt.	103 %
100 schoolslag	1:37.32	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	286 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:31.71	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	314 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:46.88	50m	5-6-2016	Alkmaar (NED)	230 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:22.59	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	293 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.80	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	355 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	38.83	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	249 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	36.90	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	288 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:29.40	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	227 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:55.74	25m	27-11-2016	Zaandam (NED)	130 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:19.01	25m	3-10-2021	Den Helder (NED)	365 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:16.16	50m	4-6-2016	Alkmaar (NED)	265 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:53.31	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	347 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 385 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 386 Pnt.

### **Bos Marieke**

25 vrije slag	15.68	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	296 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.81	50m	16-6-2019	Bückebug (GER)	343 Pnt.	100 %
50 vrije slag	32.16	25m	23-11-2019	Hoofddorp (NED)	362 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:16.93	50m	16-6-2019	Bückebug (GER)	303 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:11.45	25m	20-9-2020	Haarlem (NED)	347 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:46.07	50m	15-6-2019	Bückebug (GER)	314 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:36.31	25m	5-3-2020	Heemskerk (NED)	352 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:19.91	50m	3-6-2018	Amersfoort (NED)	303 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:17.87	25m	25-11-2018	Hoofddorp (NED)	299 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:48.34	50m	3-6-2018	Amersfoort (NED)	312 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:34.43	25m	20-9-2020	Haarlem (NED)	344 Pnt.	100 %
500 vrije slag	8:31.18	OW	23-7-2016	Amstelveen (NED)		100 %
1250 vrije slag	22:34.57	OW	21-7-2018	Hoorn (NED)		100 %
1500 vrije slag	25:43.38	OW	15-7-2018	Amsterdam (NED)		100 %
25 rugslag	20.08	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	217 Pnt.	100 %
50 rugslag	43.29	25m	24-1-2019	Heemskerk (NED)	208 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:31.19	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	219 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:18.77	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	215 Pnt.	100 %
25 schoolslag	20.39	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	278 Pnt.	100 %
50 schoolslag	47.59	50m	16-6-2019	Bückebug (GER)	235 Pnt.	100 %
50 schoolslag	45.05	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	256 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:40.28	50m	15-6-2019	Bückebug (GER)	261 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:38.17	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	256 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:37.80	50m	18-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	260 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:31.34	25m	29-10-2017	Den Helder (NED)	258 Pnt.	100 %
1000 schoolslag	23:37.46	OW	16-9-2018	Anna-Paulowna (NED)		100 %
25 vlinderslag	16.92	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	289 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	43.77	50m	21-1-2018	Alkmaar (NED)	173 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	40.82	25m	10-12-2017	Zaandam (NED)	213 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:57.68	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	104 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:49.09	25m	10-6-2017	Zaandam (NED)	125 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:28.30	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	262 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:24.29	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	235 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:17.70	25m	15-10-2017	Alkmaar (NED)	234 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 341 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 341 Pnt.

**Broek Jade**

25 vrije slag	14.64	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	364 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	28.95	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	546 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	28.47	25m	6-12-2015	Purmerend (NED)	522 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	1:02.15	50m	19-5-2019	Amersfoort (NED)	575 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	1:01.74	25m	18-11-2017	Hoofddorp (NED)	539 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:25.52	50m	26-5-2019	Amersfoort (NED)	467 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:17.18	25m	18-11-2018	Hoofddorp (NED)	521 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	3:44.41	25m	4-10-2015	Purmerend (NED)	453 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	5:04.72	25m	4-10-2015	Purmerend (NED)	455 Pnt.	100 %	
25 rugslag	15.49	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	474 Pnt.	100 %	
50 rugslag	32.26	50m	13-4-2019	Eindhoven (NED)	590 Pnt.	100 %	
50 rugslag	31.17	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	558 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:08.53	50m	16-6-2019	Bückerburg (GER)	609 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
100 rugslag	1:06.99	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	554 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
200 rugslag	2:38.72	50m	26-1-2020	Alkmaar (NED)	477 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:30.24	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	499 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	18.10	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	398 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	38.39	50m	18-6-2017	Bergbad Bückerburg (GER)	449 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	36.51	25m	13-11-2016	Purmerend (NED)	482 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:23.64	50m	18-6-2017	Bergbad Bückerburg (GER)	450 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:19.62	25m	24-11-2019	Hoofddorp (NED)	480 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:05.06	50m	5-6-2016	Alkmaar (NED)	424 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	2:57.88	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	432 Pnt.	100 %	
1000 schoolslag	19:34.67	OW	15-7-2023	Amstelveen (NED)		100 %	
25 vlinderslag	14.58	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	452 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	31.18	50m	15-4-2018	Alkmaar (NED)	480 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	30.60	25m	10-12-2015	Heemskerk (NED)	505 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:10.87	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	479 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:09.19	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	491 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:48.98	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	354 Pnt.	100 %	
100 wisselslag	1:09.81	25m	2-1-2016	Hoorn (NED)	530 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:41.99	50m	4-6-2016	Alkmaar (NED)	471 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:35.38	25m	15-11-2015	Purmerend (NED)	482 Pnt.	100 %	
400 wisselslag	5:58.94	50m	1-3-2020	Alkmaar (NED)	408 Pnt.	100 %	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 570 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 570 Pnt.

**Bruins Julia**

50 vrije slag	42.15	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	160 Pnt.	
50 schoolslag	52.16	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	165 Pnt.	
100 schoolslag	1:50.34	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	180 Pnt.	
25 vlinderslag	23.73	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	104 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 1-8-2024: 152 Pnt.

**Butter Martijn**

25 vrije slag	12.14	25m	25-3-1999	Heemskerk (NED)	425 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	26.40	50m	13-5-2001	Beverwijk (NED)	496 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	25.61	25m	4-11-1999	Heemskerk (NED)	495 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	56.94	50m	13-5-2001	Beverwijk (NED)	559 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	54.80	25m	4-5-2000	Heemskerk (NED)	551 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:03.49	50m	19-5-2001	Beverwijk (NED)	563 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
200 vrije slag	2:01.19	25m	18-3-2001	Zaandam (NED)	551 Pnt.	100 %	
250 vrije slag	13:13.47	OW	25-6-2022	Anna-Paulowna (NED)		100 %	
300 vrije slag	3:25.33	50m	17-4-2016	Alkmaar (NED)	482 Pnt.	100 %	CRS,CRM35
300 vrije slag	3:20.17	25m	12-4-2009	Haarlem (NED)	471 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:25.98	50m	19-5-2001	Beverwijk (NED)	566 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
400 vrije slag	4:16.68	25m	31-5-2001	Heemskerk (NED)	565 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
800 vrije slag	9:23.85	50m	22-4-2001	Amersfoort (NED)	515 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
800 vrije slag	8:55.09	25m	21-1-2001	Heemskerk (NED)	569 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
1000 vrije slag	11:58.63	OW	11-6-2005	Gorinchem (NED)		100 %	CRS,CRM25
1250 vrije slag	17:51.97	OW	19-6-2022	Hoorn (NED)		100 %	
1500 vrije slag	17:59.54	50m	22-4-2001	Amersfoort (NED)	525 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
1500 vrije slag	17:04.13	25m	11-2-2001	Zaandam (NED)	567 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
1500 vrije slag	21:24.33	OW	16-7-2023	Amsterdam (NED)		100 %	
2000 vrije slag	24:15.87	50m	28-4-2001	Drachten (NED)	507 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
2000 vrije slag	23:14.53	25m	11-2-2001	Zaandam (NED)	533 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
2000 vrije slag	24:01.31	OW	24-6-2001	Breukelen (NED)		100 %	CRS,CRM20
2500 vrije slag	31:32.79	OW	23-6-2001	Scheerwolde (NED)		100 %	CRS,CRM20
3000 vrije slag	36:36.01	50m	28-4-2001	Drachten (NED)	499 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
3000 vrije slag	38:17.20	OW	1-7-2001	Sluis (NED)		100 %	CRS,CRM20
4000 vrije slag	57:43.84	OW	15-7-2023	Amstelveen (NED)		100 %	CRS,CRM40
5000 vrije slag	1:03:55.94	OW	7-7-2001	Vriezenveen (NED)		100 %	
6000 vrije slag	1:07:17.50	OW	12-7-2009	Beusichem-Culemborg (NED)		100 %	
10000 vrije slag	2:24:59.78	OW	13-6-2009	Vriezenveen (NED)		100 %	
22000 vrije slag	5:49:07.32	OW	8-8-2009	Stavoren-Medemblik (NED)		100 %	
25 rugslag	15.00	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	329 Pnt.	100 %	
50 rugslag	32.02	50m	19-4-2008	Kampen (NED)	423 Pnt.	100 %	
50 rugslag	31.18	25m	12-4-2009	Haarlem (NED)	361 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:09.03	50m	9-5-2009	Eindhoven (NED)	423 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:06.05	25m	10-5-2009	Purmerend (NED)	405 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:27.17	50m	19-5-2001	Beverwijk (NED)	439 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:19.48	25m	14-12-2000	Heemskerk (NED)	434 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	15.10	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	455 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	34.57	50m	18-4-2009	Kampen (NED)	422 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	33.43	25m	22-1-2009	Heemskerk (NED)	430 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:24.60	50m	1-6-1996	Beverwijk (NED)	307 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:16.26	25m	29-3-2001	Heemskerk (NED)	387 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:12.58	50m	13-5-2001	Beverwijk (NED)	284 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	2:49.74	25m	25-1-2001	Heemskerk (NED)	357 Pnt.	100 %	
1000 schoolslag	18:54.69	OW	15-9-2007	Hank (NED)		100 %	
2000 schoolslag	38:27.41	OW	25-8-2001	Hoek (NED)		100 %	
25 vlinderslag	13.41	25m	25-3-1999	Heemskerk (NED)	402 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	30.80	50m	9-11-1997	Beverwijk (NED)	386 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	30.20	25m	21-1-1996	Zuidoost Beemster (NED)	376 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:11.00	50m	18-5-1996	Beverwijk (NED)	345 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:06.40	25m	30-5-1996	Heemskerk (NED)	379 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:37.50	50m	11-5-1996	Beverwijk (NED)	354 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:32.30	25m	9-3-1997	Alkmaar (NED)	362 Pnt.	100 %	
100 wisselslag	1:06.54	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	431 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:31.41	50m	13-5-2001	Beverwijk (NED)	426 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:24.98	25m	25-10-2001	Heemskerk	432 Pnt.	100 %	
300 wisselslag	3:51.63	25m	23-12-2001	Amsterdam		100 %	
400 wisselslag	5:25.80	50m	11-5-1997	Beverwijk (NED)	419 Pnt.	100 %	

400 wisselslag	5:07.16	25m	25-2-2001	Heemskerk (NED)	450 Pnt.	100 %
----------------	---------	-----	-----------	-----------------	----------	-------

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 564 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 564 Pnt.

**Butter Noor**

25 vrije slag	23.08	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	93 Pnt.	160 %
50 vrije slag	51.48	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	88 Pnt.	351 %
250 vrije slag	10:50.21	OW	8-7-2023	Anna Paulowna (NED)		100 %
25 rugslag	25.25	25m	3-3-2024	Krommenie (NED)	109 Pnt.	171 %
50 rugslag	52.62	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	116 Pnt.	190 %
25 schoolslag	27.44	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	114 Pnt.	174 %
50 schoolslag	59.36	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	112 Pnt.	192 %
100 schoolslag	2:09.10	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	112 Pnt.	
25 vlinderslag	29.22	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	56 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 45 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 112 Pnt.

**Butter Stijn**

15m vlinderslag benen onderwater	25.47	25m	15-12-2019	Haarlem (NED)		100 %
25m vrije slag met koprol	30.27	25m	29-9-2019	Haarlem (NED)		100 %
25m rugslag start	26.23	25m	15-12-2019	Haarlem (NED)		100 %
50m borstcrawl benen	1:08.78	25m	29-9-2019	Haarlem (NED)		100 %
25 vrije slag	18.43	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	121 Pnt.	100 %
50 vrije slag	34.19	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	228 Pnt.	
50 vrije slag	33.76	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	216 Pnt.	123 %
100 vrije slag	1:15.98	50m	18-2-2024	Eindhoven (NED)	235 Pnt.	150 %
100 vrije slag	1:13.45	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	229 Pnt.	124 %
200 vrije slag	2:53.93	50m	18-2-2024	Eindhoven (NED)	201 Pnt.	129 %
200 vrije slag	2:45.53	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	216 Pnt.	115 %
250 vrije slag	6:22.07	OW	22-6-2019	Bodegraven (NED)		100 %
300 vrije slag	4:27.34	50m	18-2-2024	Eindhoven (NED)	218 Pnt.	
300 vrije slag	4:31.85	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	188 Pnt.	
400 vrije slag	5:58.30	50m	18-2-2024	Eindhoven (NED)	231 Pnt.	133 %
400 vrije slag	5:41.04	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	241 Pnt.	141 %
500 vrije slag	8:54.71	OW	15-7-2023	Amstelveen (NED)		100 %
800 vrije slag	12:48.56	50m	24-3-2024	Alkmaar (NED)	203 Pnt.	119 %
800 vrije slag	12:41.79	25m	15-10-2023	Alkmaar (NED)	197 Pnt.	
1500 vrije slag	24:01.71	50m	24-3-2024	Alkmaar (NED)	220 Pnt.	
1500 vrije slag	24:25.14	25m	3-12-2023	Alkmaar (NED)	193 Pnt.	
25 rugslag	22.35	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	99 Pnt.	100 %
50 rugslag	43.14	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	136 Pnt.	109 %
100 rugslag	1:28.76	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	167 Pnt.	109 %
200 rugslag	3:28.42	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	130 Pnt.	100 %
25 schoolslag	23.95	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	114 Pnt.	100 %
50 schoolslag	47.64	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	148 Pnt.	109 %
100 schoolslag	1:42.65	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	172 Pnt.	
100 schoolslag	1:43.43	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	155 Pnt.	105 %
500 schoolslag	11:17.69	OW	16-7-2023	Amsterdam (NED)		100 %
25 vlinderslag	23.55	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	74 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	45.16	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	122 Pnt.	
50 vlinderslag	45.00	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	113 Pnt.	109 %
100 vlinderslag	1:53.17	50m	24-3-2024	Alkmaar (NED)	85 Pnt.	
100 vlinderslag	1:38.11	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	117 Pnt.	116 %

200 vlinderslag	3:43.98	25m	7-1-2024	Haarlem (NED)	113 Pnt.	
100 wisselslag	1:25.40	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	204 Pnt.	116 %
200 wisselslag	3:08.69	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	196 Pnt.	121 %
400 wisselslag	7:03.38	50m	24-3-2024	Alkmaar (NED)	191 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 163 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 228 Pnt.

### de Caluwé Niels

25 vrije slag	13.33	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	321 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.07	50m	22-4-2007	Antwerpen (BEL)	372 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.43	25m	25-1-2007	Heemskerk (NED)	361 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:06.57	50m	21-4-2007	Antwerpen (BEL)	349 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:04.40	25m	25-4-2013	Heemskerk (NED)	339 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:31.89	25m	14-12-2006	Heemskerk (NED)	280 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:44.80	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	163 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:45.25	25m	31-5-2007	Heemskerk (NED)	232 Pnt.	100 %
800 vrije slag	13:58.04	25m	16-11-2003	Heemskerk (NED)	148 Pnt.	100 %
25 rugslag	16.15	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	263 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.02	50m	22-4-2007	Antwerpen (BEL)	297 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.01	25m	18-3-2007	Heemskerk (NED)	304 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:36.27	50m	25-4-2004	Beverwijk (NED)	156 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:16.18	25m	27-3-2008	Heemskerk (NED)	264 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:50.07	25m	18-3-2007	Heemskerk (NED)	239 Pnt.	100 %
25 schoolslag	17.04	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	317 Pnt.	100 %
50 schoolslag	39.26	50m	6-5-2007	Eindhoven (NED)	288 Pnt.	100 %
50 schoolslag	38.12	25m	30-11-2006	Heemskerk	290 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:28.48	50m	21-4-2007	Antwerpen (BEL)	269 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:25.37	25m	29-12-2006	Maastricht (NED)	276 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:13.12	25m	30-9-2007	Volendam (NED)	242 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.39	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	266 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.39	25m	12-4-2018	Heemskerk (NED)	254 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:23.75	25m	24-11-2005	Heemskerk (NED)	189 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:15.33	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	297 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:58.90	25m	15-12-2005	Heemskerk (NED)	230 Pnt.	100 %
300 wisselslag	5:31.40	25m	30-11-2003	Heemskerk (NED)		100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 332 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 332 Pnt.

### Camphuijnder Jasper

25 vrije slag	13.04	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	343 Pnt.	100 %
50 vrije slag	27.22	50m	10-4-2022	Antwerpen (BEL)	453 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.23	25m	25-6-2023	Rotterdam (NED)	460 Pnt.	100 %
100 vrije slag	58.94	50m	9-4-2022	Antwerpen (BEL)	504 Pnt.	100 %
100 vrije slag	56.45	25m	16-12-2022	Den Haag (NED)	504 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:17.30	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	410 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:12.78	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	419 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:40.37	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	353 Pnt.	
400 vrije slag	5:15.83	50m	15-1-2023	Alkmaar (NED)	338 Pnt.	100 %
400 vrije slag	4:51.73	25m	27-11-2022	Hoofddorp (NED)	385 Pnt.	100 %
25 rugslag	15.74	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	285 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.35	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	374 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.29	25m	17-3-2022	Heemskerk (NED)	297 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:13.77	50m	19-5-2019	Amersfoort (NED)	347 Pnt.	100 %



100 rugslag	1:09.32	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	351 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:50.79	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	281 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:27.53	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	367 Pnt.	100 %
25 schoolslag	17.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	282 Pnt.	100 %
50 schoolslag	40.69	50m	26-5-2019	Amersfoort (NED)	259 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.03	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	317 Pnt.	107 %
100 schoolslag	1:39.97	50m	2-6-2018	Amersfoort (NED)	186 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:21.98	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	312 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:56.46	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	317 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	13.57	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	388 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	28.91	50m	18-6-2022	Bergbad Bückeberg (GER)	467 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	28.22	25m	14-1-2024	Hoofddorp (NED)	460 Pnt.	101 %
100 vlinderslag	1:06.96	50m	15-6-2019	Eindhoven (NED)	411 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:04.20	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	420 Pnt.	106 %
200 vlinderslag	2:53.23	50m	14-6-2019	Eindhoven (NED)	266 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:40.70	25m	3-4-2022	Haarlem (NED)	308 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:08.42	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	397 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:34.25	50m	10-6-2023	Bückeberg (GER)	403 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:26.73	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	417 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 453 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 454 Pnt.

### **ten Cate Joyce**

25 vrije slag	15.60	25m	13-5-2007	Grootebroek (NED)	301 Pnt.	100 %
50 vrije slag	34.23	25m	9-3-2008	Heemskerk (NED)	300 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:24.52	50m	4-6-2000	Beverwijk (NED)	229 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:15.85	25m	13-1-2008	Heemskerk (NED)	290 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:48.82	25m	25-4-2002	Heemskerk	279 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:36.25	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	243 Pnt.	100 %
400 vrije slag	6:01.34	25m	30-5-2002	Heemskerk	273 Pnt.	100 %
25 rugslag	18.80	25m	13-2-1997	Heemskerk (NED)	265 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.60	25m	27-1-2000	Heemskerk (NED)	272 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:32.32	50m	25-10-1998	Beverwijk (NED)	249 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:25.11	25m	4-5-2000	Heemskerk (NED)	270 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:04.65	25m	19-3-2006	Heemskerk (NED)	269 Pnt.	100 %
25 schoolslag	21.58	25m	21-11-2010	Almere-Stad (NED)	235 Pnt.	100 %
50 schoolslag	47.21	25m	27-1-2011	Heemskerk (NED)	223 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:50.19	50m	25-10-1998	Beverwijk (NED)	197 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:42.76	25m	27-3-2008	Heemskerk (NED)	223 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:41.08	25m	19-10-2006	Heemskerk	225 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	18.59	25m	17-11-2011	Heemskerk (NED)	218 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	41.94	25m	18-2-2010	Heemskerk (NED)	196 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:35.29	25m	26-2-2009	Heemskerk (NED)	188 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:28.63	25m	27-4-2006	Heemskerk	259 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:10.38	25m	9-3-2008	Heemskerk (NED)	262 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 288 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 288 Pnt.

**van Dam Merel**

25 vrije slag	25.03	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	72 Pnt.	168 %
50 vrije slag	58.90	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	59 Pnt.	
100 vrije slag	2:38.27	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	32 Pnt.	
25 rugslag	31.81	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	54 Pnt.	100 %
50 rugslag	1:11.71	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	45 Pnt.	
25 schoolslag	38.17	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	42 Pnt.	100 %
50 schoolslag	1:07.58	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	76 Pnt.	125 %
100 schoolslag	2:33.51	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	67 Pnt.	
25 vlinderslag	31.51	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	44 Pnt.	
100 wisselslag	2:34.27	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	49 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 31-8-2023: 45 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 65 Pnt.

**van Duivenvoorde Bram**

25 vrije slag	21.11	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	80 Pnt.	100 %
50 vrije slag	41.39	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	117 Pnt.	
100 vrije slag	1:29.83	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	125 Pnt.	
25 rugslag	26.00	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	63 Pnt.	100 %
50 rugslag	48.34	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	97 Pnt.	
100 rugslag	1:43.39	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	105 Pnt.	
25 schoolslag	28.00	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	71 Pnt.	100 %
50 schoolslag	51.94	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	114 Pnt.	132 %
100 schoolslag	1:51.95	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	122 Pnt.	
25 vlinderslag	23.62	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	73 Pnt.	
50 vlinderslag	53.99	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	65 Pnt.	
100 wisselslag	1:58.87	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	75 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 31-8-2023: 72 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 116 Pnt.

**Essers Tim**

25 vrije slag	13.66	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	298 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.02	50m	31-5-2008	Beverwijk (NED)	374 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.05	25m	27-1-2005	Heemskerk (NED)	376 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:03.81	50m	20-10-2002	Beverwijk (NED)	397 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:00.56	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	408 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:25.27	50m	26-5-2002	Beverwijk (NED)	346 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:17.77	25m	2-12-2012	Amstelveen (NED)	375 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:56.39	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	286 Pnt.	100 %
400 vrije slag	4:53.83	25m	28-4-2005	Heemskerk (NED)	376 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:44.91	25m	10-2-2002	Zaandam	325 Pnt.	100 %
1000 vrije slag	15:22.72	OW	14-8-2010	Heerjansdam (NED)		100 %
1500 vrije slag	20:11.97	25m	1-12-2002	Heemskerk	342 Pnt.	100 %
2000 vrije slag	27:46.20	25m	16-2-2003	Zaandam	312 Pnt.	100 %
2500 vrije slag	40:51.97	OW	25-7-2010	Langedijk (NED)		100 %
25 rugslag	15.20	25m	27-4-2006	Heemskerk	316 Pnt.	100 %
50 rugslag	32.73	50m	18-5-2003	Beverwijk (NED)	396 Pnt.	100 %
50 rugslag	30.79	25m	11-4-2004	Haarlem	375 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:10.26	50m	25-4-2004	Beverwijk (NED)	401 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:06.37	25m	28-12-2004	Maastricht (NED)	399 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:35.14	50m	26-5-2002	Beverwijk (NED)	375 Pnt.	100 %

200 rugslag	2:26.24	25m	29-5-2004	Z.o. Beemster	376 Pnt.	100 %
25 schoolslag	17.88	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	274 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.53	25m	28-12-2004	Maastricht (NED)	304 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:22.48	50m	25-5-2002	Beverwijk (NED)	332 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:19.14	25m	16-10-2005	Alkmaar (NED)	346 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:03.29	50m	11-5-2002	Beverwijk (NED)	330 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:56.38	25m	5-10-2003	Heemskerk (NED)	318 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	14.16	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	341 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.67	50m	24-5-2003	Beverwijk (NED)	270 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	30.58	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	362 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:09.26	50m	10-6-2012	Beverwijk (NED)	372 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:07.94	25m	28-12-2004	Maastricht (NED)	354 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:49.00	50m	18-5-2003	Beverwijk (NED)	287 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:43.76	25m	14-3-2010	Heemskerk (NED)	291 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:08.53	25m	30-12-2005	Maastricht (NED)	395 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:36.18	50m	22-4-2012	Beverwijk (NED)	388 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:27.82	25m	13-3-2005	Amsterdam (NED)	407 Pnt.	100 %
300 wisselslag	4:04.54	25m	24-11-2002	Amsterdam		100 %
400 wisselslag	5:26.13	25m	23-2-2003	Heemskerk	376 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 401 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 401 Pnt.

### **Frederiks Stan**

50 vrije slag	33.27	50m	21-5-2023	Amsterdam (NED)	248 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.81	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	215 Pnt.	125 %
100 vrije slag	1:17.95	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	191 Pnt.	113 %
200 vrije slag	2:57.66	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	174 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:46.47	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	160 Pnt.	
400 vrije slag	6:31.51	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	159 Pnt.	
50 rugslag	40.51	50m	19-3-2023	Alkmaar (NED)	208 Pnt.	100 %
50 rugslag	38.36	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	194 Pnt.	
100 rugslag	1:23.13	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	203 Pnt.	
50 schoolslag	48.29	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	142 Pnt.	
50 vlinderslag	39.59	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	166 Pnt.	
100 vlinderslag	1:36.18	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	124 Pnt.	
100 wisselslag	1:25.59	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	202 Pnt.	
200 wisselslag	3:09.65	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	193 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 31-8-2023: 197 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 210 Pnt.

### **Gaal Koen**

25 vrije slag	12.47	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	392 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.00	50m	18-6-2017	Bergbad Bückeberg (GER)	416 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.03	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	471 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:01.20	50m	19-6-2022	Bergbad Bückeberg (GER)	450 Pnt.	100 %
100 vrije slag	57.35	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	481 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:41.84	50m	29-6-2013	Eindhoven (NED)	250 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:08.09	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	466 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:06.71	25m	18-5-2013	Purmerend (NED)	251 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:51.45	50m	19-5-2012	Beverwijk (NED)	245 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:13.42	25m	11-10-2015	Alkmaar (NED)	310 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:12.14	25m	8-2-2015	Zaandam (NED)	287 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	20:59.91	25m	8-2-2015	Zaandam (NED)	304 Pnt.	100 %

2000 vrije slag	28:00.68	25m	22-2-2015	Zaandam (NED)	304 Pnt.	100 %
25 rugslag	14.42	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	370 Pnt.	100 %
50 rugslag	34.25	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	345 Pnt.	100 %
50 rugslag	29.75	25m	10-4-2023	Haarlem (NED)	416 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:08.08	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	441 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:03.54	25m	24-4-2022	Den Helder (NED)	455 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:31.48	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	403 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:19.58	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	433 Pnt.	100 %
25 schoolslag	16.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	336 Pnt.	100 %
50 schoolslag	38.42	50m	16-6-2019	Bückebug (GER)	308 Pnt.	100 %
50 schoolslag	34.18	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	403 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:24.16	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	312 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:18.49	25m	10-4-2023	Haarlem (NED)	355 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:05.98	50m	18-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	315 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:00.40	25m	4-2-2018	Purmerend (NED)	297 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	14.65	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	308 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	53.13	50m	4-12-2010	Beverwijk (NED)	75 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	31.25	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	339 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:15.87	25m	24-4-2022	Den Helder (NED)	254 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:49.53	25m	18-3-2012	Zaandam (NED)	105 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:05.59	25m	3-10-2021	Den Helder (NED)	451 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:26.24	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	421 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 464 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 464 Pnt.

### Gaal Roel

25 vrije slag	11.60	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	487 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	25.27	50m	29-5-2018	Beverwijk (NED)	566 Pnt.	100 %	CRS,CR17,CR18,CR19
50 vrije slag	24.86	25m	24-11-2019	Hoofddorp (NED)	541 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	54.88	50m	23-2-2020	Den Haag (NED)	624 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
100 vrije slag	53.29	25m	12-1-2020	Purmerend (NED)	599 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
200 vrije slag	2:05.84	50m	18-5-2019	Amersfoort (NED)	532 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	1:58.67	25m	23-11-2019	Hoofddorp (NED)	587 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	3:38.21	50m	28-5-2016	Alkmaar (NED)	401 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:51.57	50m	28-5-2016	Alkmaar (NED)	429 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:34.39	25m	18-11-2018	Hoofddorp (NED)	462 Pnt.	100 %	
800 vrije slag	10:40.87	25m	18-10-2015	Zaandam (NED)	331 Pnt.	100 %	
25 rugslag	14.45	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	368 Pnt.	100 %	
50 rugslag	32.30	50m	13-5-2018	Alkmaar (NED)	412 Pnt.	100 %	
50 rugslag	30.44	25m	30-1-2020	Heemskerk (NED)	388 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:10.63	50m	10-4-2022	Antwerpen (BEL)	395 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:05.63	25m	21-9-2019	Amsterdam (NED)	413 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:47.82	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	296 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:22.56	25m	12-1-2020	Purmerend (NED)	406 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	16.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	336 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	39.15	50m	10-4-2022	Antwerpen (BEL)	291 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	34.92	25m	3-10-2021	Den Helder (NED)	378 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:25.06	50m	10-4-2022	Antwerpen (BEL)	302 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:18.32	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	357 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:49.26	50m	29-6-2013	Eindhoven (NED)	168 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:31.92	25m	16-3-2014	Zaandam (NED)	183 Pnt.	100 %	
25 vlinderslag	12.63	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	481 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	30.03	50m	30-11-2019	Beverwijk (NED)	416 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	28.38	25m	10-4-2023	Haarlem (NED)	453 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:06.06	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	385 Pnt.	100 %	

100 wisselslag	1:04.20	25m	24-11-2019	Hoofddorp (NED)	480 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:09.91	50m	17-5-2014	Beverwijk (NED)	216 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:24.27	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	438 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 549 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 549 Pnt.

### Gijzen-van der Kroft Nicole

25 vrije slag	13.95	25m	29-3-2001	Heemskerk (NED)	421 Pnt.	100 %
50 vrije slag	31.15	50m	5-6-1999	Beverwijk (NED)	438 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.90	25m	25-10-2001	Heemskerk	451 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:07.34	50m	25-5-2003	Beverwijk (NED)	452 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:03.76	25m	10-12-2000	Heemskerk (NED)	489 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:36.96	50m	18-5-2002	Nordhorn (GER)	372 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:24.05	25m	30-11-2000	Heemskerk (NED)	450 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:18.89	25m	30-5-2002	Heemskerk	397 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:20.64	25m	26-10-2003	Zaandam	349 Pnt.	100 %
25 rugslag	17.20	25m	13-2-1997	Heemskerk (NED)	346 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.13	50m	19-5-2001	Beverwijk (NED)	387 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.60	25m	29-11-2001	Heemskerk	374 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:17.80	50m	25-5-1997	Beverwijk (NED)	416 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:15.16	25m	15-4-2001	Haarlem (NED)	392 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:57.00	50m	31-5-1997	Beverwijk (NED)	344 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:40.92	25m	14-12-2000	Heemskerk (NED)	406 Pnt.	100 %
25 schoolslag	18.40	25m	13-3-1997	Heemskerk (NED)	379 Pnt.	100 %
50 schoolslag	40.32	25m	17-3-2002	Zaandam	358 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:28.00	50m	31-5-1997	Beverwijk (NED)	387 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:25.98	25m	28-3-2002	Heemskerk	381 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:13.20	50m	29-4-2001	Beverwijk (NED)	373 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:02.41	25m	25-1-2001	Heemskerk (NED)	401 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.23	25m	29-3-2001	Heemskerk (NED)	396 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.39	50m	29-5-1999	Beverwijk (NED)	358 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	32.95	25m	18-12-2003	Heemskerk (NED)	405 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:19.94	50m	29-4-2001	Beverwijk (NED)	334 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:16.86	25m	14-1-2001	Heemskerk (NED)	358 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:02.96	25m	26-4-2001	Heemskerk (NED)	279 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:14.28	25m	1-11-2001	Heemskerk	440 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:51.82	50m	21-10-2001	Beverwijk (NED)	395 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:44.29	25m	7-10-2001	Zaandam (NED)	408 Pnt.	100 %
300 wisselslag	4:26.28	25m	23-1-2000	Heemskerk (NED)		100 %
400 wisselslag	6:31.60	50m	27-4-1997	Beverwijk (NED)	314 Pnt.	100 %
400 wisselslag	5:54.96	25m	25-2-2001	Heemskerk (NED)	388 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 450 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 450 Pnt.

### de Graaf Isabella

50 vrije slag	44.09	50m	3-12-2016	Beverwijk (NED)	154 Pnt.	100 %
50 vrije slag	37.88	25m	11-10-2018	Heemskerk (NED)	221 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:28.76	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	197 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:22.54	25m	11-4-2019	Heemskerk (NED)	225 Pnt.	100 %
200 vrije slag	3:07.97	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	202 Pnt.	100 %
400 vrije slag	7:18.41	25m	18-9-2016	Zaandam (NED)	153 Pnt.	100 %

50 rugslag	50.17	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	156 Pnt.	100 %
50 rugslag	45.90	25m	30-1-2020	Heemskerk (NED)	174 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:34.67	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	196 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:37.69	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	164 Pnt.	100 %
50 schoolslag	51.03	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	176 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:50.41	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	180 Pnt.	100 %
200 schoolslag	4:04.41	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	166 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	51.76	50m	3-12-2016	Beverwijk (NED)	105 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	44.64	25m	15-10-2017	Alkmaar (NED)	162 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:46.72	25m	1-10-2017	Purmerend (NED)	133 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:36.41	25m	11-4-2019	Heemskerk (NED)	201 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:41.76	25m	13-11-2016	Purmerend (NED)	165 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 209 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 209 Pnt.

### van der Gracht Adrie

25 vrije slag	16.66	25m	17-2-2013	Aberdeen (GBR)	164 Pnt.	100 %
50 vrije slag	40.90	50m	23-9-2012	Alkmaar (NED)	133 Pnt.	100 %
50 vrije slag	38.72	25m	20-5-2010	Heemskerk (NED)	143 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:43.82	50m	4-5-2013	Eindhoven (NED)	92 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:37.81	25m	6-4-2015	Haarlem (NED)	96 Pnt.	100 %
200 vrije slag	3:50.58	25m	25-10-2007	Heemskerk (NED)	80 Pnt.	100 %
3000 vrije slag	58:49.30	OW	17-6-2012	Riccione (ITA)		100 %
5000 vrije slag	2:07:22.45	OW	4-7-2010	Bodegraven (NED)		100 %
25 rugslag	24.08	25m	26-5-2013	Grootebroek (NED)	79 Pnt.	100 %
50 rugslag	53.97	50m	6-7-2014	Eindhoven (NED)	88 Pnt.	100 %
50 rugslag	54.50	25m	19-2-2015	Heemskerk (NED)	67 Pnt.	100 %
100 rugslag	2:01.96	25m	25-9-2008	Heemskerk (NED)	64 Pnt.	100 %
25 schoolslag	19.58	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	209 Pnt.	100 %
50 schoolslag	45.70	50m	14-4-2012	Kampen (NED)	183 Pnt.	100 %
50 schoolslag	44.02	25m	3-2-2007	Aberdeen (GBR)	188 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:44.76	50m	4-5-2013	Eindhoven (NED)	162 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:40.31	25m	31-5-2007	Heemskerk (NED)	170 Pnt.	100 %
200 schoolslag	4:04.49	50m	20-4-2007	Eindhoven (NED)	139 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:53.00	25m	12-1-2008	Zwolle (NED)	138 Pnt.	100 %
1000 schoolslag	22:10.71	OW	25-8-2007	Tilburg (NED)		100 %
1250 schoolslag	35:27.26	OW	21-7-2018	Hoorn (NED)		100 %
1500 schoolslag	38:14.47	OW	30-6-2012	Scheerwolde (NED)		100 %
2000 schoolslag	44:13.50	OW	5-7-2013	Appeltern (NED)		100 %
3000 schoolslag	1:14:49.08	OW	14-7-2012	Wijk en Aalburg (NED)		100 %
25 vlinderslag	19.55	25m	20-2-2010	Heerenveen (NED)	129 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	45.52	50m	17-4-2010	Kampen (NED)	119 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	46.57	25m	19-10-2013	Emmeloord (NED)	102 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:44.82	25m	21-2-2015	Heerenveen (NED)	110 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 174 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 174 Pnt.

**van der Gracht Jory**

25 vrije slag	12.98	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	348 Pnt.	100 %
50 vrije slag	27.31	50m	6-6-2009	Beverwijk (NED)	448 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.58	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	442 Pnt.	100 %
100 vrije slag	59.67	50m	6-6-2009	Beverwijk (NED)	485 Pnt.	100 %
100 vrije slag	57.95	25m	7-11-2009	Hoorn (NED)	466 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:15.99	50m	4-5-2012	Eindhoven (NED)	421 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:08.49	25m	27-9-2009	Zaandam (NED)	462 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:35.98	25m	14-5-2016	Purmerend (NED)	375 Pnt.	100 %
400 vrije slag	4:53.13	50m	30-6-2013	Eindhoven (NED)	423 Pnt.	100 %
400 vrije slag	4:39.01	25m	18-12-2011	Zaandam (NED)	440 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:04.40	25m	14-10-2007	Zaandam (NED)	394 Pnt.	100 %
1000 vrije slag	13:27.87	OW	5-9-2009	Wilhelminadorp (NED)		100 %
1250 vrije slag	18:57.13	OW	21-7-2018	Hoorn (NED)		100 %
1500 vrije slag	19:22.18	25m	1-5-2005	Zaandam (NED)	388 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	21:21.66	OW	24-7-2010	Anna-Paulowna (NED)		100 %
2000 vrije slag	26:19.79	25m	1-3-2009	Zaandam (NED)	366 Pnt.	100 %
2000 vrije slag	26:48.10	OW	22-6-2008	Breukelen (NED)		100 %
2500 vrije slag	35:47.10	OW	7-7-2007	Oss (NED)		100 %
3000 vrije slag	41:22.95	OW	7-9-2013	Eindhoven (NED)		100 %
4000 vrije slag	1:01:07.01	OW	4-8-2013	Amstelveen (NED)		100 %
5000 vrije slag	1:12:38.11	OW	15-6-2008	Spaarnwoude (NED)		100 %
25 rugslag	16.05	25m	19-4-2007	Heemskerk (NED)	268 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.36	50m	7-12-2013	Beverwijk (NED)	374 Pnt.	100 %
50 rugslag	32.31	25m	30-1-2014	Heemskerk (NED)	325 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:11.79	50m	5-7-2014	Eindhoven (NED)	376 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:07.85	25m	12-12-2013	Heemskerk (NED)	374 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:29.13	25m	16-11-2014	Zaandam (NED)	355 Pnt.	100 %
25 schoolslag	16.86	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	327 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.33	50m	5-7-2014	Eindhoven (NED)	335 Pnt.	100 %
50 schoolslag	35.08	25m	7-1-2012	Hoorn (NED)	372 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:22.16	50m	20-6-2015	Beverwijk (NED)	336 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:16.74	25m	31-10-2013	Heemskerk (NED)	380 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:59.83	50m	10-4-2011	Beverwijk (NED)	349 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:45.91	25m	17-1-2010	Amsterdam-oost (NED)	382 Pnt.	100 %
500 schoolslag	8:36.29	OW	8-7-2006	Oss (NED)		100 %
1000 schoolslag	17:36.42	OW	9-7-2011	Wijk en Aalburg (NED)		100 %
1250 schoolslag	23:25.00	OW	28-7-2019	Hoorn (NED)		100 %
2000 schoolslag	37:20.28	OW	23-7-2006	Langedijk (NED)		100 %
25 vlinderslag	13.42	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	401 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	28.67	50m	19-5-2012	Beverwijk (NED)	478 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	28.52	25m	8-12-2013	Amstelveen (NED)	446 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:05.35	50m	22-5-2011	Beverwijk (NED)	443 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:02.84	25m	27-11-2011	Heemskerk (NED)	447 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:33.00	50m	4-5-2013	Eindhoven (NED)	387 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:22.47	25m	25-10-2009	Nieuwegein (NED)	442 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:06.35	25m	7-1-2012	Hoorn (NED)	435 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:31.10	50m	14-5-2011	Beverwijk (NED)	429 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:24.23	25m	3-4-2011	Zaandam (NED)	439 Pnt.	100 %
300 wisselslag	3:47.27	25m	8-11-2009	Zaandam (NED)		100 %
400 wisselslag	5:40.56	50m	13-3-2016	Alkmaar (NED)	367 Pnt.	100 %
400 wisselslag	5:09.36	25m	28-3-2010	Zeist (NED)	441 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 464 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 464 Pnt.

**Grapendaal Aad**

25 vrije slag	19.11	25m	17-10-2015	Emmeloord (NED)	109 Pnt.	100 %
50 vrije slag	42.07	50m	26-9-2015	Kampen (NED)	122 Pnt.	100 %
50 vrije slag	43.50	25m	17-4-2014	Heemskerk (NED)	101 Pnt.	100 %
100 vrije slag	2:20.48	50m	23-9-2012	Alkmaar (NED)	37 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:49.56	25m	30-1-2014	Heemskerk (NED)	69 Pnt.	100 %
25 rugslag	25.06	25m	18-11-2012	Almere-Stad (NED)	70 Pnt.	100 %
50 rugslag	55.94	50m	4-9-2013	Eindhoven (NED)	79 Pnt.	100 %
50 rugslag	54.39	25m	21-3-2013	Heemskerk (NED)	68 Pnt.	100 %
100 rugslag	2:06.59	25m	26-5-2013	Grootebroek (NED)	57 Pnt.	100 %
25 schoolslag	25.85	25m	16-2-2013	Heerenveen (NED)	90 Pnt.	100 %
50 schoolslag	1:03.16	50m	21-4-2013	Kampen (NED)	69 Pnt.	100 %
50 schoolslag	1:01.41	25m	30-1-2014	Heemskerk (NED)	69 Pnt.	100 %
100 schoolslag	2:29.17	25m	31-10-2013	Heemskerk (NED)	51 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	29.66	25m	5-10-2013	Zwolle (NED)	37 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	1:14.59	50m	24-3-2013	Amersfoort (NED)	27 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	1:15.26	25m	13-12-2012	Heemskerk (NED)	24 Pnt.	100 %
100 wisselslag	2:18.10	25m	23-4-2015	Heemskerk (NED)	48 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 94 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 94 Pnt.

**Groen Anne**

25 vrije slag	14.32	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	389 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.97	50m	12-6-2016	Buckeburg (GER)	545 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.77	25m	13-10-2016	Heemskerk (NED)	506 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:03.93	50m	18-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	529 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:02.91	25m	18-12-2016	Heemskerk (NED)	509 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:24.86	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	474 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:17.96	25m	13-11-2016	Purmerend (NED)	512 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:52.00	25m	25-4-2011	Haarlem (NED)	410 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:01.68	25m	1-10-2017	Purmerend (NED)	469 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:03.36	25m	16-10-2011	Zaandam (NED)	377 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	21:38.25	25m	19-12-2010	Zaandam (NED)	355 Pnt.	100 %
2000 vrije slag	29:43.90	25m	13-2-2011	Zaandam (NED)	324 Pnt.	100 %
25 rugslag	19.94	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	222 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.37	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	447 Pnt.	100 %
50 rugslag	34.04	25m	2-10-2016	Purmerend (NED)	428 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:17.11	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	427 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:13.36	25m	15-1-2017	Alkmaar (NED)	422 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:43.66	50m	12-5-2013	Beverwijk (NED)	435 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:36.71	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	440 Pnt.	100 %
25 schoolslag	22.84	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	198 Pnt.	100 %
50 schoolslag	43.13	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	316 Pnt.	100 %
50 schoolslag	39.62	25m	16-3-2017	Heemskerk (NED)	377 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:36.98	50m	5-6-2011	Beverwijk (NED)	289 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:26.47	25m	13-10-2016	Heemskerk (NED)	375 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:13.13	25m	18-1-2015	Zaandam (NED)	338 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	16.50	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	311 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	33.48	50m	3-12-2016	Beverwijk (NED)	388 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	32.57	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	419 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:32.76	50m	4-6-2011	Beverwijk (NED)	213 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:16.26	25m	2-2-2017	Heemskerk (NED)	367 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:05.24	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	269 Pnt.	100 %



100 wisselslag	1:13.00	25m	2-10-2016	Purmerend (NED)	463 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:44.09	50m	5-3-2017	Alkmaar (NED)	454 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:37.83	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	460 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 503 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 503 Pnt.

### de Groot Sjors

25 vrije slag	17.39	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	217 Pnt.	100 %
50 vrije slag	38.61	50m	11-6-2023	Bückebug (GER)	230 Pnt.	100 %
50 vrije slag	40.39	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	182 Pnt.	103 %
100 vrije slag	1:31.80	50m	11-6-2023	Bückebug (GER)	178 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:23.75	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	215 Pnt.	118 %
200 vrije slag	3:11.77	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	190 Pnt.	114 %
300 vrije slag	5:19.94	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	156 Pnt.	
400 vrije slag	7:05.19	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	167 Pnt.	
50 rugslag	46.24	50m	10-6-2023	Bückebug (GER)	200 Pnt.	100 %
50 rugslag	48.94	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	144 Pnt.	105 %
100 rugslag	1:39.57	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	168 Pnt.	104 %
25 schoolslag	25.40	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	144 Pnt.	100 %
50 schoolslag	57.13	50m	11-6-2023	Bückebug (GER)	136 Pnt.	100 %
50 schoolslag	55.38	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	138 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:58.82	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	144 Pnt.	100 %
200 schoolslag	4:24.23	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	132 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	48.05	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	130 Pnt.	122 %
100 vlinderslag	1:44.36	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	143 Pnt.	127 %
100 wisselslag	1:40.51	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	177 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:53.08	50m	10-6-2023	Bückebug (GER)	158 Pnt.	100 %
400 wisselslag	7:48.16	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	169 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 200 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 210 Pnt.

### Haack Fenna

25 vrije slag	24.22	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	80 Pnt.	165 %
50 vrije slag	58.97	25m	1-4-2024	Haarlem (NED)	58 Pnt.	
25 rugslag	27.38	25m	3-3-2024	Krommenie (NED)	85 Pnt.	187 %
50 rugslag	59.91	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	78 Pnt.	
25 schoolslag	29.10	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	95 Pnt.	253 %
50 schoolslag	1:05.24	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	84 Pnt.	142 %
100 schoolslag	2:23.85	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	81 Pnt.	
25 vlinderslag	38.62	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	24 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 31-8-2023: 35 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 85 Pnt.

**Haack Stefan**

25 schoolslag	14.41	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	524 Pnt.	100 %	CRS,CRM40
50 schoolslag	31.25	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	527 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:12.53	25m	6-10-2019	Purmerend (NED)	450 Pnt.	100 %	

Gemiddelde punten over beste 3 zwemslagen aan het 31-8-2023: 500 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 3 zwemslagen aan het 1-8-2024: 500 Pnt.

**Haack Zowi**

25 vrije slag	32.09	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	34 Pnt.		
50 vrije slag	1:44.80	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	10 Pnt.		
50 rugslag	1:12.87	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	43 Pnt.		
25 schoolslag	37.61	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	44 Pnt.		
50 schoolslag	1:16.97	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	51 Pnt.		

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 36 Pnt.

**de Haan Shira**

25 vrije slag	14.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	360 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	31.09	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	441 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	30.39	25m	13-10-2016	Heemskerk (NED)	429 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	1:07.50	50m	27-5-2017	Alkmaar (NED)	449 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	1:06.80	25m	11-5-2017	Heemskerk (NED)	425 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:34.33	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	392 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:27.13	25m	13-11-2016	Purmerend (NED)	422 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	4:44.01	25m	18-5-2013	Purmerend (NED)	223 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	5:13.43	25m	17-4-2017	Haarlem (NED)	418 Pnt.	100 %	
800 vrije slag	11:37.34	25m	18-10-2015	Zaandam (NED)	324 Pnt.	100 %	
1000 vrije slag	16:59.66	OW	26-8-2017	Eindhoven (NED)		100 %	
25 rugslag	16.90	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	365 Pnt.	100 %	
50 rugslag	37.54	50m	28-5-2016	Alkmaar (NED)	374 Pnt.	100 %	
50 rugslag	35.50	25m	4-10-2020	Heemskerk (NED)	378 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:23.86	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	332 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:16.55	25m	5-6-2017	Purmerend (NED)	371 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:52.09	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	374 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:47.64	25m	30-12-2016	Leeuwarden (NED)	359 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	18.32	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	384 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	39.34	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	417 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	38.14	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	423 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:25.72	50m	18-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	418 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:21.89	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	441 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:01.71	50m	28-5-2017	Alkmaar (NED)	448 Pnt.	100 %	CRS,CR17,CR18,CR
200 schoolslag	2:54.99	25m	15-1-2017	Alkmaar (NED)	454 Pnt.	100 %	
500 schoolslag	10:22.42	OW	26-8-2017	Eindhoven (NED)		100 %	
1000 schoolslag	23:11.82	OW	15-7-2023	Amstelveen (NED)		100 %	
2000 schoolslag	37:10.13	OW	23-7-2016	Amstelveen (NED)		100 %	
3000 schoolslag	59:23.60	OW	2-9-2017	Wilhelminadorp (NED)		100 %	
25 vlinderslag	14.73	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	438 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	31.88	50m	28-5-2017	Alkmaar (NED)	450 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	32.56	25m	19-9-2021	Zaandam (NED)	419 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:18.66	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	350 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:14.89	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	387 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:58.95	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	298 Pnt.	100 %	

100 wisselslag	1:15.07	25m	11-5-2017	Heemskerk (NED)	426 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:48.62	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	418 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:42.93	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	418 Pnt.	100 %
400 wisselslag	6:14.47	50m	28-5-2016	Alkmaar (NED)	359 Pnt.	100 %
400 wisselslag	5:51.41	25m	4-6-2017	Purmerend (NED)	400 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 447 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 447 Pnt.

### Haasbroek Renske

50 vrije slag	32.04	50m	5-5-2024	Eindhoven (NED)	403 Pnt.	107 %
50 vrije slag	31.57	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	383 Pnt.	104 %
100 vrije slag	1:12.43	50m	12-2-2023	Eindhoven (NED)	363 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:10.51	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	361 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:45.11	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	320 Pnt.	102 %
200 vrije slag	2:30.47	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	395 Pnt.	105 %
300 vrije slag	4:12.93	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	329 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:05.80	25m	27-5-2023	Purmerend (NED)	345 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:35.03	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	351 Pnt.	101 %
400 vrije slag	5:23.83	25m	26-11-2023	Hoofddorp (NED)	379 Pnt.	101 %
800 vrije slag	11:31.92	25m	15-10-2023	Alkmaar (NED)	332 Pnt.	
50 rugslag	39.79	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	314 Pnt.	113 %
50 rugslag	37.33	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	325 Pnt.	105 %
100 rugslag	1:23.63	50m	5-5-2024	Eindhoven (NED)	335 Pnt.	
100 rugslag	1:17.87	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	352 Pnt.	112 %
50 schoolslag	44.70	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	263 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:36.03	25m	26-11-2023	Hoofddorp (NED)	273 Pnt.	110 %
200 schoolslag	3:25.16	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	282 Pnt.	102 %
50 vlinderslag	37.36	50m	12-2-2023	Eindhoven (NED)	279 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	36.96	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	287 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:28.72	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	233 Pnt.	102 %
100 wisselslag	1:19.95	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	353 Pnt.	110 %
200 wisselslag	3:04.71	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	318 Pnt.	108 %
200 wisselslag	2:56.18	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	330 Pnt.	105 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 363 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 378 Pnt.

### Herwegh Binthy

25 vrije slag	15.29	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	320 Pnt.	100 %
50 vrije slag	31.40	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	428 Pnt.	109 %
50 vrije slag	31.77	25m	13-1-2024	Hoofddorp (NED)	375 Pnt.	102 %
100 vrije slag	1:10.48	50m	14-5-2023	Amsterdam (NED)	394 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:08.67	25m	13-1-2024	Hoofddorp (NED)	391 Pnt.	102 %
200 vrije slag	2:59.90	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	247 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:41.00	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	322 Pnt.	103 %
300 vrije slag	4:21.34	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	287 Pnt.	
400 vrije slag	5:47.09	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	308 Pnt.	
800 vrije slag	12:38.12	25m	15-10-2023	Alkmaar (NED)	252 Pnt.	
25 rugslag	17.69	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	318 Pnt.	100 %
50 rugslag	40.93	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	288 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.74	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	314 Pnt.	110 %
100 rugslag	1:31.16	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	258 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:18.13	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	349 Pnt.	106 %
200 rugslag	3:09.47	50m	10-6-2023	Bückebug (GER)	280 Pnt.	100 %

25 schoolslag	20.03	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	294 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.82	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	347 Pnt.	113 %
50 schoolslag	40.52	25m	13-1-2024	Hoofddorp (NED)	353 Pnt.	101 %
100 schoolslag	1:30.69	50m	10-6-2023	Bückeburg (GER)	353 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:29.25	25m	22-1-2023	Hoofddorp (NED)	341 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:12.41	50m	11-6-2023	Bückeburg (GER)	377 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:07.69	25m	15-10-2023	Alkmaar (NED)	368 Pnt.	101 %
25 vlinderslag	16.56	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	308 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	37.29	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	281 Pnt.	
50 vlinderslag	35.43	25m	13-1-2024	Hoofddorp (NED)	325 Pnt.	119 %
100 vlinderslag	1:31.76	50m	10-6-2023	Bückeburg (GER)	221 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:24.00	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	274 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:17.99	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	380 Pnt.	102 %
200 wisselslag	3:02.57	50m	10-6-2023	Bückeburg (GER)	329 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:57.35	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	324 Pnt.	100 %
400 wisselslag	6:17.10	25m	28-5-2023	Purmerend (NED)	323 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 373 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 386 Pnt.

### **Herwegh Izayra Rena**

25 vrije slag	23.59	25m	15-1-2023	Den Helder (NED)	87 Pnt.	100 %
50 vrije slag	49.56	50m	11-6-2023	Bückeburg (GER)	108 Pnt.	100 %
50 vrije slag	52.14	25m	5-2-2023	Krommenie (NED)	85 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:56.43	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	80 Pnt.	100 %
25 rugslag	25.78	25m	12-2-2023	Heemstede (NED)	102 Pnt.	100 %
50 rugslag	55.14	50m	10-6-2023	Bückeburg (GER)	118 Pnt.	100 %
50 rugslag	54.58	25m	28-5-2023	Purmerend (NED)	104 Pnt.	100 %
25 schoolslag	27.38	25m	15-1-2023	Den Helder (NED)	115 Pnt.	100 %
50 schoolslag	1:00.16	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	116 Pnt.	105 %
50 schoolslag	1:03.99	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	89 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	28.97	25m	5-2-2023	Krommenie (NED)	57 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	1:04.71	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	53 Pnt.	
50 vlinderslag	1:04.07	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	55 Pnt.	100 %
100 wisselslag	2:05.29	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	91 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 110 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 111 Pnt.

### **van Hiele Femke**

25 vrije slag	31.86	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	35 Pnt.	
50 rugslag	1:12.26	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	44 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 39 Pnt.

**Hoek Daniëlle**

25 vrije slag	14.12	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	406 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.71	50m	28-5-2005	Beverwijk (NED)	457 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.49	25m	28-12-2004	Maastricht (NED)	470 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:07.49	50m	21-4-2007	Antwerpen (BEL)	449 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:05.01	25m	28-12-2004	Maastricht (NED)	461 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:27.77	50m	4-5-2012	Eindhoven (NED)	446 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:20.46	25m	22-3-2012	Heemskerk (NED)	485 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:47.20	25m	18-5-2006	Heemskerk (NED)	437 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:01.12	25m	18-5-2006	Heemskerk (NED)	472 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:19.78	25m	17-10-2004	Zaandam (NED)	462 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	20:03.26	25m	14-11-2004	Heemskerk (NED)	446 Pnt.	100 %
2000 vrije slag	27:21.57	25m	7-3-2004	Zaandam	416 Pnt.	100 %
25 rugslag	17.26	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	342 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.31	50m	16-5-2004	Beverwijk (NED)	413 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.31	25m	28-10-2004	Heemskerk (NED)	384 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:21.57	50m	25-4-2004	Beverwijk (NED)	361 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:16.53	25m	11-3-2012	Zaandam (NED)	371 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:03.06	50m	29-3-2003	Beverwijk (NED)	311 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:45.92	25m	13-11-2011	Zaandam (NED)	371 Pnt.	100 %
25 schoolslag	20.30	25m	29-5-2008	Heemskerk (NED)	282 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.52	25m	5-6-2005	Alkmaar (NED)	328 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:39.99	50m	2-6-2002	Beverwijk	263 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:31.06	25m	3-10-2004	Heemskerk (NED)	321 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:39.73	50m	29-4-2001	Beverwijk (NED)	253 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:18.93	25m	27-10-2005	Heemskerk (NED)	309 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.41	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	382 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.69	50m	11-5-2013	Beverwijk (NED)	349 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	33.06	25m	19-2-2012	Purmerend (NED)	401 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:21.38	50m	13-5-2012	Beverwijk (NED)	316 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:15.40	25m	9-2-2012	Heemskerk (NED)	379 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:07.93	25m	31-1-2008	Heemskerk (NED)	257 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:16.84	25m	12-2-2012	Heemstede (NED)	397 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:52.89	50m	17-4-2005	Beverwijk (NED)	388 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:45.72	25m	16-1-2005	Zaandam (NED)	397 Pnt.	100 %
300 wisselslag	4:24.44	25m	13-11-2005	Zaandam (NED)		100 %
400 wisselslag	6:05.19	25m	30-1-2005	Zaandam (NED)	356 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 470 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 470 Pnt.

**Hoekstra Eline**

25 vrije slag	13.42	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	473 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.37	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	523 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.51	25m	23-11-2019	Hoofddorp (NED)	520 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:04.65	50m	19-5-2019	Amersfoort (NED)	511 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:02.36	25m	2-6-2022	Heemskerk (NED)	523 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:22.49	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	498 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:14.26	25m	5-3-2020	Heemskerk (NED)	556 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:47.74	50m	23-2-2020	Den Haag (NED)	451 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:41.50	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	472 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:05.73	50m	23-2-2020	Den Haag (NED)	462 Pnt.	100 %
400 vrije slag	4:48.25	25m	22-5-2022	Hoofddorp (NED)	538 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:44.14	50m	19-1-2020	Alkmaar (NED)	426 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:19.33	25m	3-12-2023	Alkmaar (NED)	463 Pnt.	103 %
1500 vrije slag	20:25.20	50m	1-3-2020	Alkmaar (NED)	431 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	19:37.95	25m	3-12-2023	Alkmaar (NED)	475 Pnt.	100 %

2000 vrije slag	28:13.56	50m	24-3-2024	Alkmaar (NED)	386 Pnt.	105 %	CRS,CRM20
25 rugslag	15.36	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	486 Pnt.	100 %	
50 rugslag	33.62	50m	22-2-2020	Den Haag (NED)	521 Pnt.	100 %	
50 rugslag	32.02	25m	5-12-2021	Den Haag (NED)	515 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:14.14	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	481 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:10.41	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	477 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:42.98	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	441 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:36.92	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	438 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	17.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	426 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	41.83	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	347 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	39.99	25m	1-4-2018	Haarlem (NED)	367 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:30.68	50m	23-2-2020	Den Haag (NED)	353 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:25.41	25m	8-10-2020	Heemskerk (NED)	389 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:23.77	50m	5-2-2017	Alkmaar (NED)	318 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:00.09	25m	6-10-2019	Purmerend (NED)	417 Pnt.	100 %	
25 vlinderslag	13.99	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	511 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	31.73	50m	26-1-2020	Alkmaar (NED)	456 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	30.94	25m	22-5-2022	Hoofddorp (NED)	489 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:16.63	50m	14-5-2022	Amsterdam (NED)	379 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:09.89	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	477 Pnt.	101 %	
200 vlinderslag	2:49.42	50m	22-2-2020	Den Haag (NED)	371 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:39.69	25m	6-11-2022	Alkmaar (NED)	420 Pnt.	100 %	
100 wisselslag	1:12.07	25m	2-6-2022	Heemskerk (NED)	482 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:45.63	50m	23-2-2019	Den Haag (NED)	441 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:36.77	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	469 Pnt.	100 %	
400 wisselslag	5:48.87	50m	14-5-2022	Amsterdam (NED)	445 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
400 wisselslag	5:29.10	25m	24-11-2019	Hoofddorp (NED)	487 Pnt.	100 %	CRS,CR16,CR17,CR

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 532 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 532 Pnt.

### Jongert Jeroen

25 vrije slag	12.01	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	439 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	25.37	50m	5-3-2017	Alkmaar (NED)	559 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	24.78	25m	13-10-2016	Heemskerk (NED)	546 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	56.28	50m	18-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	579 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	53.64	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	588 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:10.04	50m	28-5-2017	Alkmaar (NED)	482 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:00.76	25m	16-3-2017	Heemskerk (NED)	557 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	3:26.99	25m	4-10-2015	Purmerend (NED)	426 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:27.04	25m	8-1-2017	Purmerend (NED)	502 Pnt.	100 %	
25 rugslag	14.87	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	338 Pnt.	100 %	
50 rugslag	30.33	50m	13-3-2016	Alkmaar (NED)	497 Pnt.	100 %	
50 rugslag	28.42	25m	2-7-2017	Den Helder (NED)	477 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:03.70	50m	19-5-2019	Amersfoort (NED)	539 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:00.52	25m	16-4-2017	Haarlem (NED)	527 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:23.59	50m	17-6-2017	Bergbad Bückebug (GER)	473 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:14.39	25m	17-11-2019	Hoofddorp (NED)	485 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	23.19	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	125 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	33.79	25m	5-3-2020	Heemskerk (NED)	417 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:15.19	25m	4-10-2020	Heemskerk (NED)	404 Pnt.	100 %	
25 vlinderslag	12.44	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	504 Pnt.	100 %	CRS,CRM25
50 vlinderslag	26.94	50m	9-4-2017	Eindhoven (NED)	577 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
50 vlinderslag	26.37	25m	12-2-2017	Purmerend (NED)	564 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
100 vlinderslag	1:00.05	50m	5-3-2017	Alkmaar (NED)	571 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
100 vlinderslag	59.13	25m	4-6-2017	Purmerend (NED)	537 Pnt.	100 %	CRS,CRM20

200 vlinderslag	2:26.94	50m	27-5-2017	Alkmaar (NED)	437 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:18.01	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	486 Pnt.	100 %	CRS,CRM20
1000 vlinderslag	15:22.75	25m	7-1-2024	Haarlem (NED)		101 %	
100 wisselslag	1:02.56	25m	11-4-2019	Heemskerk (NED)	519 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:18.71	25m	12-3-2017	Purmerend (NED)	493 Pnt.	100 %	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 570 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 570 Pnt.

### Jongert Sjoerd

25 vrije slag	12.49	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	390 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	26.67	50m	11-6-2023	Bückerburg (GER)	481 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	25.72	25m	18-9-2022	Alkmaar (NED)	488 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	59.41	50m	9-4-2022	Antwerpen (BEL)	492 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	56.14	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	512 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:18.36	50m	28-5-2017	Alkmaar (NED)	400 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:08.54	25m	12-4-2018	Heemskerk (NED)	462 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	5:06.59	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	369 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:51.67	25m	17-4-2022	Haarlem (NED)	385 Pnt.	100 %	
1000 vrije slag	14:26.70	OW	2-9-2017	Wilhelminadorp (NED)		100 %	
1250 vrije slag	17:45.10	OW	10-9-2017	Hoorn (NED)		100 %	
1500 vrije slag	23:18.60	OW	17-7-2016	Amsterdam (NED)		100 %	
2000 vrije slag	30:05.20	OW	1-9-2018	Wilhelminadorp (NED)		100 %	
2500 vrije slag	37:05.15	OW	3-9-2017	Vlissingen (NED)		100 %	
3000 vrije slag	46:58.95	OW	7-7-2018	Vianen (NED)		100 %	
50 rugslag	34.86	50m	30-4-2016	Alkmaar (NED)	327 Pnt.	100 %	
50 rugslag	30.71	25m	4-10-2020	Heemskerk (NED)	378 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:17.31	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	301 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:06.01	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	406 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:49.40	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	288 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:32.86	25m	18-3-2018	Purmerend (NED)	329 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	16.12	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	374 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	36.10	50m	9-4-2022	Antwerpen (BEL)	371 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	33.38	25m	27-10-2022	Heemskerk (NED)	432 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:18.73	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	382 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:14.26	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	419 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	2:58.37	50m	17-6-2018	Bückerburg (GER)	358 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	2:46.59	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	377 Pnt.	105 %	
500 schoolslag	8:50.75	OW	4-9-2016	Vlissingen (NED)		100 %	
1000 schoolslag	17:43.94	OW	23-7-2016	Amstelveen (NED)		100 %	
1500 schoolslag	28:06.00	OW	3-9-2016	Wilhelminadorp (NED)		100 %	
2000 schoolslag	38:12.69	OW	2-9-2018	Vlissingen (NED)		100 %	
25 vlinderslag	13.04	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	437 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	28.94	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	465 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	28.21	25m	13-3-2022	Den Helder (NED)	461 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:06.27	50m	25-5-2019	Amersfoort (NED)	424 Pnt.	100 %	
100 vlinderslag	1:02.58	25m	24-1-2019	Heemskerk (NED)	453 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:41.45	50m	21-1-2018	Alkmaar (NED)	329 Pnt.	100 %	
200 vlinderslag	2:30.67	25m	17-11-2018	Hoofddorp (NED)	374 Pnt.	100 %	
1000 vlinderslag	17:01.35	25m	7-1-2018	Haarlem (NED)		100 %	
100 wisselslag	1:04.28	25m	17-4-2022	Haarlem (NED)	479 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:31.95	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	422 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:20.99	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	470 Pnt.	100 %	
400 wisselslag	5:24.85	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	422 Pnt.	100 %	
400 wisselslag	5:27.25	25m	19-3-2017	Zaandam (NED)	372 Pnt.	100 %	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 482 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 482 Pnt.

### Kleman Joshua

25 vrije slag	26.62	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	40 Pnt.
50 rugslag	59.72	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	51 Pnt.
25 schoolslag	26.85	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	81 Pnt.
50 schoolslag	59.69	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	75 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 1-8-2024: 61 Pnt.

### Kuijper Alex

25 vrije slag	15.01	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	225 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.75	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	384 Pnt.	107 %
50 vrije slag	29.44	25m	26-11-2023	Hoofddorp (NED)	325 Pnt.	102 %
100 vrije slag	1:08.00	50m	14-5-2022	Amsterdam (NED)	328 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:05.62	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	321 Pnt.	105 %
200 vrije slag	2:39.86	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	259 Pnt.	102 %
200 vrije slag	2:26.21	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	313 Pnt.	108 %
300 vrije slag	4:10.64	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	265 Pnt.	121 %
300 vrije slag	4:04.82	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	257 Pnt.	117 %
400 vrije slag	5:40.29	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	270 Pnt.	115 %
400 vrije slag	5:31.29	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	262 Pnt.	103 %
800 vrije slag	11:46.59	25m	15-10-2023	Alkmaar (NED)	247 Pnt.	103 %
1500 vrije slag	22:57.42	25m	3-12-2023	Alkmaar (NED)	233 Pnt.	
25 rugslag	16.66	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	240 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.82	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	302 Pnt.	100 %
50 rugslag	35.04	25m	22-10-2023	Zaandam (NED)	254 Pnt.	103 %
100 rugslag	1:15.86	50m	15-5-2022	Amsterdam (NED)	319 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:13.52	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	294 Pnt.	109 %
200 rugslag	2:42.06	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	329 Pnt.	108 %
200 rugslag	2:42.94	25m	21-5-2022	Hoofddorp (NED)	272 Pnt.	100 %
25 schoolslag	18.99	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	229 Pnt.	100 %
50 schoolslag	43.02	25m	22-10-2023	Zaandam (NED)	202 Pnt.	104 %
100 schoolslag	1:33.47	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	210 Pnt.	106 %
25 vlinderslag	14.05	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	349 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.22	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	281 Pnt.	
50 vlinderslag	34.15	25m	22-10-2023	Zaandam (NED)	260 Pnt.	108 %
100 vlinderslag	1:25.55	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	177 Pnt.	104 %
100 wisselslag	1:15.37	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	297 Pnt.	101 %
200 wisselslag	2:52.32	25m	26-11-2023	Hoofddorp (NED)	257 Pnt.	103 %
400 wisselslag	6:27.69	25m	3-4-2022	Haarlem (NED)	224 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 328 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 341 Pnt.



**van de Laar Viktor**

25 vrije slag	13.54	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	306 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.42	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	244 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.26	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	300 Pnt.	106 %
100 vrije slag	1:10.73	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	291 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:07.54	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	294 Pnt.	101 %
200 vrije slag	2:33.76	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	269 Pnt.	109 %
25 rugslag	17.14	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	220 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.30	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	228 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.98	25m	17-3-2022	Heemskerk (NED)	216 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:23.83	50m	27-2-2022	Den Haag (NED)	236 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:16.55	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	260 Pnt.	108 %
200 rugslag	2:54.07	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	223 Pnt.	100 %
25 schoolslag	20.56	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	180 Pnt.	100 %
50 schoolslag	42.54	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	209 Pnt.	110 %
100 schoolslag	1:35.72	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	196 Pnt.	110 %
25 vlinderslag	15.12	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	280 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	33.76	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	269 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:20.33	25m	24-4-2022	Den Helder (NED)	214 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:15.51	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	295 Pnt.	110 %
200 wisselslag	3:03.15	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	214 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 284 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 295 Pnt.

**van Laarhoven Salome**

25 vrije slag	25.68	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	67 Pnt.	
50 vrije slag	1:05.48	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	42 Pnt.	
100 vrije slag	2:27.55	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	39 Pnt.	
25 rugslag	32.44	25m	3-3-2024	Krommenie (NED)	51 Pnt.	
50 rugslag	1:08.51	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	52 Pnt.	
25 schoolslag	28.64	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	100 Pnt.	
50 schoolslag	1:05.11	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	85 Pnt.	
100 schoolslag	2:23.79	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	81 Pnt.	
25 vlinderslag	33.65	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	36 Pnt.	
100 wisselslag	2:26.39	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	57 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 78 Pnt.

**Oliveira Rocha Dean**

25 vrije slag	27.58	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	36 Pnt.	111 %
50 vrije slag	1:11.42	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	22 Pnt.	
25 rugslag	31.16	25m	2-2-2023	Heemskerk (NED)	36 Pnt.	100 %
25 schoolslag	26.13	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	87 Pnt.	147 %
50 schoolslag	1:05.38	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	57 Pnt.	118 %

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 31-8-2023: 40 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 47 Pnt.

**Oliveira Rocha Yara**

25 vrije slag	22.96	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	94 Pnt.	182 %
50 vrije slag	53.71	25m	1-4-2024	Haarlem (NED)	77 Pnt.	208 %
25 rugslag	26.23	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	97 Pnt.	148 %
50 rugslag	55.58	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	98 Pnt.	157 %
25 schoolslag	27.94	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	108 Pnt.	149 %
50 schoolslag	1:02.07	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	98 Pnt.	134 %
25 vlinderslag	25.62	25m	1-4-2024	Haarlem (NED)	83 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 52 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 99 Pnt.

**Oortwijn Bjarne**

50 vrije slag	34.13	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	209 Pnt.	139 %
100 vrije slag	1:13.09	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	232 Pnt.	109 %
200 vrije slag	2:58.59	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	172 Pnt.	112 %
300 vrije slag	5:03.04	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	135 Pnt.	
400 vrije slag	6:52.63	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	136 Pnt.	
50 rugslag	40.45	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	165 Pnt.	131 %
100 rugslag	1:36.30	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	130 Pnt.	112 %
50 schoolslag	43.21	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	199 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:38.98	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	177 Pnt.	102 %
200 schoolslag	3:32.91	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	181 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	36.91	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	206 Pnt.	155 %
100 vlinderslag	1:36.26	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	124 Pnt.	131 %
100 wisselslag	1:26.74	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	195 Pnt.	109 %
200 wisselslag	3:21.70	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	160 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 185 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 208 Pnt.

**Oortwijn Bouke**

25 vrije slag	13.54	25m	17-10-2015	Emmeloord (NED)	306 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.79	25m	24-9-2015	Heemskerk (NED)	348 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:07.04	25m	17-10-2015	Emmeloord (NED)	301 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:31.10	25m	17-2-1994	Heemskerk	284 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:53.00	25m	27-9-1992	Wormerveer (NED)	217 Pnt.	100 %
25 rugslag	19.16	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	158 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.04	25m	17-3-2016	Heemskerk (NED)	184 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:23.30	25m	17-3-1994	Heemskerk	202 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:19.50	25m	20-3-1993		148 Pnt.	100 %
25 schoolslag	17.92	25m	30-11-2014	Almere-Stad (NED)	272 Pnt.	100 %
50 schoolslag	39.50	25m	14-10-1993	Heemskerk	261 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:26.30	25m	27-11-1993		267 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:08.20	25m	7-1-1993	Heemskerk (NED)	262 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.36	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	267 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	33.20	25m	18-11-1993	Heemskerk	283 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:20.40	25m	16-1-1994	Heemskerk	213 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:20.09	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	247 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:50.80	25m	20-1-1994	Heemskerk	264 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 304 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 304 Pnt.

### Oortwijn Jytte

25 vrije slag	18.76	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	173 Pnt.	100 %
50 vrije slag	40.13	25m	9-4-2023	Haarlem (NED)	186 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:30.20	25m	2-4-2023	Haarlem (NED)	172 Pnt.	100 %
200 vrije slag	3:18.80	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	171 Pnt.	105 %
25 rugslag	22.17	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	161 Pnt.	100 %
50 rugslag	46.25	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	170 Pnt.	106 %
100 rugslag	1:35.54	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	191 Pnt.	105 %
200 rugslag	3:46.95	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	144 Pnt.	100 %
25 schoolslag	21.26	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	245 Pnt.	100 %
50 schoolslag	44.66	50m	20-5-2023	Amsterdam (NED)	285 Pnt.	100 %
50 schoolslag	43.44	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	286 Pnt.	106 %
100 schoolslag	1:37.23	25m	4-6-2023	Haarlem (NED)	263 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:37.02	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	238 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	26.64	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	74 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	43.65	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	174 Pnt.	104 %
100 vlinderslag	1:43.22	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	148 Pnt.	125 %
100 wisselslag	1:33.94	25m	4-6-2023	Haarlem (NED)	217 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:22.37	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	218 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 249 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 250 Pnt.

### Oortwijn Kalle

25 vrije slag	12.55	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	385 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.04	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	414 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.67	25m	21-1-2023	Hoofddorp (NED)	438 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:03.31	50m	13-5-2023	Amsterdam (NED)	406 Pnt.	100 %
100 vrije slag	59.74	25m	30-10-2022	Heemskerk (NED)	425 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:38.00	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	269 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:20.44	25m	5-3-2020	Heemskerk (NED)	354 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:17.06	25m	23-10-2022	Hoofddorp (NED)	299 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:41.38	25m	23-10-2022	Hoofddorp (NED)	330 Pnt.	100 %
25 rugslag	14.81	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	342 Pnt.	100 %
50 rugslag	32.33	50m	13-5-2023	Amsterdam (NED)	411 Pnt.	100 %
50 rugslag	30.23	25m	17-3-2022	Heemskerk (NED)	397 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:13.21	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	355 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:05.94	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	407 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:40.37	50m	20-5-2023	Amsterdam (NED)	339 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:28.24	25m	13-3-2022	Den Helder (NED)	361 Pnt.	100 %
25 schoolslag	17.35	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	300 Pnt.	100 %
50 schoolslag	39.07	50m	11-6-2023	Bückebug (GER)	293 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.61	25m	7-10-2021	Heemskerk (NED)	302 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:25.79	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	295 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:19.68	25m	20-9-2020	Haarlem (NED)	339 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:08.11	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	305 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:57.26	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	313 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	13.90	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	361 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	32.57	50m	20-5-2023	Amsterdam (NED)	326 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	30.62	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	360 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:09.45	25m	2-2-2023	Heemskerk (NED)	331 Pnt.	100 %

100 wisselslag	1:07.95	25m	21-1-2023	Hoofddorp (NED)	405 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:39.37	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	366 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:29.34	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	395 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 417 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 417 Pnt.

### Paap Jaidy

50 vrije slag	37.06	50m	19-3-2023	Alkmaar (NED)	179 Pnt.	100 %
50 vrije slag	36.96	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	164 Pnt.	118 %
100 vrije slag	1:24.75	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	169 Pnt.	
100 vrije slag	1:22.00	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	164 Pnt.	133 %
200 vrije slag	3:00.18	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	167 Pnt.	125 %
50 rugslag	50.84	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	83 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:46.79	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	96 Pnt.	100 %
50 schoolslag	46.58	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	172 Pnt.	109 %
50 schoolslag	45.09	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	175 Pnt.	119 %
100 schoolslag	1:41.19	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	165 Pnt.	125 %
200 schoolslag	3:57.75	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	130 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	48.27	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	92 Pnt.	127 %
100 vlinderslag	1:54.88	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	73 Pnt.	135 %
100 wisselslag	1:34.67	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	149 Pnt.	
200 wisselslag	3:26.69	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	149 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 139 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 171 Pnt.

### Post Aijuna

25 vrije slag	25.16	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	71 Pnt.	
50 rugslag	59.10	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	81 Pnt.	
25 schoolslag	27.63	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	112 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 3 zwemslagen aan het 1-8-2024: 88 Pnt.

### de Roode Xara

25 vrije slag	16.92	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	236 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.18	25m	22-1-2023	Hoofddorp (NED)	330 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:09.52	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	377 Pnt.	124 %
200 vrije slag	2:36.51	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	351 Pnt.	125 %
300 vrije slag	4:27.65	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	267 Pnt.	
400 vrije slag	5:52.78	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	293 Pnt.	
25 rugslag	19.04	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	255 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.07	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	332 Pnt.	
50 rugslag	42.58	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	219 Pnt.	104 %
100 rugslag	1:24.29	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	278 Pnt.	107 %
200 rugslag	3:50.21	25m	6-10-2019	Purmerend (NED)	138 Pnt.	100 %
25 schoolslag	24.25	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	165 Pnt.	100 %
50 schoolslag	49.90	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	189 Pnt.	102 %
100 schoolslag	1:47.59	25m	2-10-2022	Den Helder (NED)	194 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:54.52	25m	21-11-2021	Den Helder (NED)	188 Pnt.	100 %

25 vlinderslag	26.95	25m	29-11-2018	Heemskerk (NED)	71 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	42.79	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	186 Pnt.	
50 vlinderslag	40.88	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	212 Pnt.	102 %
100 vlinderslag	1:32.28	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	207 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:24.01	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	304 Pnt.	109 %
200 wisselslag	3:10.70	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	260 Pnt.	109 %
400 wisselslag	6:47.22	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	257 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 275 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 338 Pnt.

### **van Rookhuizen Barry**

25 vrije slag	12.60	25m	12-2-1998	Heemskerk (NED)	380 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.68	50m	29-5-1999	Beverwijk (NED)	481 Pnt.	100 %
50 vrije slag	26.48	25m	17-10-1999	Zaandam (NED)	447 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:01.30	50m	30-5-1999	Beverwijk (NED)	448 Pnt.	100 %
100 vrije slag	58.78	25m	12-12-1999	Heemskerk (NED)	446 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:34.20	50m	9-11-1997	Beverwijk (NED)	289 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:19.00	25m	19-11-2000	Zaandam (NED)	365 Pnt.	100 %
300 vrije slag	3:43.95	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	336 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:07.41	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	329 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:41.10	25m	23-2-1997	Zaandam (NED)	252 Pnt.	100 %
25 rugslag	16.44	25m	22-2-2001	Heemskerk (NED)	250 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.62	25m	31-10-2002	Heemskerk	288 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:36.90	50m	11-6-1995	Beverwijk (NED)	153 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:12.76	25m	24-4-2003	Heemskerk	303 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:56.14	25m	14-12-2000	Heemskerk (NED)	215 Pnt.	100 %
25 schoolslag	16.66	25m	22-2-2001	Heemskerk (NED)	339 Pnt.	100 %
50 schoolslag	37.00	50m	6-6-1999	Beverwijk (NED)	344 Pnt.	100 %
50 schoolslag	36.22	25m	20-12-2001	Heemskerk	338 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:28.14	50m	31-10-1999	Beverwijk (NED)	272 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:19.96	25m	7-4-2002	Heemskerk	336 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:08.97	50m	31-10-1999	Beverwijk (NED)	301 Pnt.	100 %
200 schoolslag	2:56.87	25m	17-11-2002	Heemskerk	315 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	13.58	25m	4-5-2000	Heemskerk (NED)	387 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	30.49	50m	5-6-1999	Beverwijk (NED)	398 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	30.23	25m	14-11-1999	Zaandam (NED)	375 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:12.51	50m	6-6-1999	Beverwijk (NED)	324 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:08.80	25m	12-3-2000	Heemskerk (NED)	341 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:14.50	50m	11-5-1996	Beverwijk (NED)	188 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	2:45.08	25m	20-12-2001	Heemskerk	284 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:10.53	25m	17-10-1999	Zaandam (NED)	362 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:41.58	25m	8-10-2000	Heemskerk (NED)	312 Pnt.	100 %
400 wisselslag	5:57.32	25m	30-3-2000	Heemskerk (NED)	286 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 418 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 418 Pnt.

**van Roon Jill**

25 vrije slag	29.03	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	46 Pnt.
50 vrije slag	1:13.40	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	30 Pnt.
50 rugslag	1:04.66	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	62 Pnt.
50 schoolslag	1:02.79	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	94 Pnt.
100 schoolslag	2:17.13	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	94 Pnt.
25 vlinderslag	40.85	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	20 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 65 Pnt.

**de Ruijter Linda**

25 vrije slag	16.00	25m	15-2-2001	Heemskerk (NED)	279 Pnt.	100 %
50 vrije slag	36.25	50m	4-6-2000	Beverwijk (NED)	278 Pnt.	100 %
50 vrije slag	32.93	25m	23-3-2003	Heemstede	337 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:13.82	50m	20-10-2002	Beverwijk (NED)	343 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:11.63	25m	27-3-2003	Heemskerk	345 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:37.43	50m	29-3-2003	Beverwijk (NED)	369 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:37.33	25m	26-9-2002	Heemskerk	345 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:07.06	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	340 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:31.42	25m	29-4-2004	Heemskerk (NED)	354 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:39.46	25m	8-9-2002	Heemskerk	321 Pnt.	100 %
800 vrije slag	13:19.97	OW	23-7-2000	Amsterdam (NED)		100 %
1000 vrije slag	15:40.56	OW	8-7-2001	Amsterdam (NED)		100 %
1500 vrije slag	21:56.67	25m	1-12-2002	Heemskerk	340 Pnt.	100 %
2000 vrije slag	29:15.39	25m	16-2-2003	Zaandam	340 Pnt.	100 %
25 rugslag	18.54	25m	22-2-2001	Heemskerk (NED)	276 Pnt.	100 %
50 rugslag	39.04	25m	7-6-2003	Z.o. Beemster	284 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:27.90	50m	31-5-2003	Beverwijk	288 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:24.44	25m	10-12-2015	Heemskerk (NED)	276 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:18.79	50m	21-10-2001	Beverwijk (NED)	243 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:05.06	25m	19-12-2002	Heemskerk	267 Pnt.	100 %
25 schoolslag	20.40	25m	20-1-2000	Heemskerk (NED)	278 Pnt.	100 %
50 schoolslag	44.09	25m	25-11-2004	Heemskerk (NED)	274 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:36.03	50m	12-10-2003	Beverwijk (NED)	297 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:33.02	25m	23-3-2003	Heemstede	301 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:24.01	50m	25-5-2002	Beverwijk (NED)	317 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:18.60	25m	17-11-2002	Heemskerk	311 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	17.37	25m	17-11-2011	Heemskerk (NED)	267 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	37.35	25m	22-12-2002	Zaandam	278 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:25.47	50m	12-10-2003	Beverwijk (NED)	273 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:22.80	25m	22-12-2002	Zaandam	286 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:20.51	50m	26-5-2002	Beverwijk (NED)	224 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:07.60	25m	22-12-2002	Zaandam	259 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:23.76	25m	25-9-2003	Heemskerk (NED)	307 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:18.79	50m	7-5-2000	Beverwijk (NED)	255 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:57.34	25m	30-1-2003	Heemskerk	324 Pnt.	100 %
300 wisselslag	4:39.73	25m	24-11-2002	Amsterdam		100 %
400 wisselslag	6:18.75	25m	23-2-2003	Heemskerk	319 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 349 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 349 Pnt.

**Ruiz Sanchis Dean****Sahin Ahmet**

25 vrije slag	29.91	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	28 Pnt.	214 %
50 vrije slag	1:07.86	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	26 Pnt.	
25 schoolslag	30.78	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	53 Pnt.	
50 schoolslag	1:15.14	25m	21-9-2023	Heemskerk (NED)	37 Pnt.	144 %

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 15 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 4 zwemslagen aan het 1-8-2024: 36 Pnt.

**Scholten Britt**

50 vrije slag	32.88	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	373 Pnt.	100 %
50 vrije slag	32.75	25m	11-2-2018	Zaandam (NED)	343 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:12.42	50m	11-5-2019	Alkmaar (NED)	364 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:08.56	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	393 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:49.47	50m	21-1-2018	Alkmaar (NED)	296 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:36.90	25m	7-3-2019	Heemskerk (NED)	348 Pnt.	100 %
400 vrije slag	6:09.40	25m	18-9-2016	Zaandam (NED)	255 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.77	50m	30-11-2019	Beverwijk (NED)	367 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.32	25m	15-2-2018	Heemskerk (NED)	353 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:25.70	50m	21-1-2018	Alkmaar (NED)	311 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:17.63	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	356 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:04.97	50m	27-5-2017	Alkmaar (NED)	301 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:54.24	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	320 Pnt.	100 %
25 schoolslag	25.58	25m	7-4-2013	Castricum (NED)	141 Pnt.	100 %
50 schoolslag	44.53	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	287 Pnt.	100 %
50 schoolslag	43.22	25m	5-3-2020	Heemskerk (NED)	290 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:39.02	50m	27-1-2019	Alkmaar (NED)	271 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:34.28	25m	8-10-2020	Heemskerk (NED)	289 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:25.13	50m	17-6-2018	Buckeburg (GER)	311 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:24.43	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	285 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	25.32	25m	13-12-2012	Heemskerk (NED)	86 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	35.97	50m	27-1-2019	Alkmaar (NED)	313 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.52	25m	24-11-2019	Hoofddorp (NED)	352 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:24.06	25m	11-2-2018	Zaandam (NED)	274 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:45.13	25m	27-11-2016	Zaandam (NED)	149 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:20.20	25m	11-4-2019	Heemskerk (NED)	349 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:04.57	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	319 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:53.15	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	348 Pnt.	100 %
400 wisselslag	6:38.53	25m	19-3-2017	Zaandam (NED)	274 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 368 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 368 Pnt.

**Schoonakker Mick**

50 vrije slag	29.23	50m	19-3-2023	Alkmaar (NED)	366 Pnt.	100 %
50 vrije slag	27.43	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	402 Pnt.	141 %
100 vrije slag	1:06.79	50m	21-4-2024	Alkmaar (NED)	346 Pnt.	103 %
100 vrije slag	1:02.53	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	371 Pnt.	119 %
200 vrije slag	2:31.82	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	280 Pnt.	116 %
50 rugslag	35.28	50m	13-5-2023	Amsterdam (NED)	316 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.38	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	210 Pnt.	102 %
100 rugslag	1:18.32	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	243 Pnt.	104 %
50 schoolslag	44.41	50m	11-6-2023	Bückerburg (GER)	199 Pnt.	100 %
50 schoolslag	43.29	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	198 Pnt.	102 %
100 schoolslag	1:38.52	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	179 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:28.16	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	193 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	35.82	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	245 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	37.18	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	201 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:26.32	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	192 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:25.87	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	175 Pnt.	113 %
100 wisselslag	1:15.14	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	299 Pnt.	
200 wisselslag	2:56.05	25m	12-11-2023	Den Helder (NED)	241 Pnt.	107 %
400 wisselslag	6:30.70	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	218 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 297 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 333 Pnt.

**Siemerink Laura**

25 vrije slag	15.68	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	296 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.10	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	538 Pnt.	100 %
50 vrije slag	28.20	25m	21-4-2019	Haarlem (NED)	537 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:06.07	50m	10-3-2019	Amsterdam (NED)	479 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:03.00	25m	24-3-2019	Purmerend (NED)	507 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:50.91	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	288 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:21.26	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	477 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:38.76	25m	4-11-2018	Alkmaar (NED)	331 Pnt.	100 %
25 rugslag	18.38	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	283 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.96	50m	25-5-2019	Amersfoort (NED)	505 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.00	25m	30-12-2018	Leeuwarden (NED)	470 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:18.23	50m	23-2-2019	Den Haag (NED)	409 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:12.17	25m	23-11-2019	Hoofddorp (NED)	443 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:55.89	50m	23-2-2020	Den Haag (NED)	350 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:43.28	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	389 Pnt.	100 %
25 schoolslag	20.08	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	291 Pnt.	100 %
50 schoolslag	40.41	50m	27-1-2019	Alkmaar (NED)	385 Pnt.	100 %
50 schoolslag	38.79	25m	21-4-2019	Haarlem (NED)	402 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:32.04	50m	24-2-2019	Den Haag (NED)	338 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:27.53	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	361 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:22.72	50m	23-2-2019	Den Haag (NED)	323 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:17.15	25m	7-10-2018	Purmerend (NED)	318 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	15.05	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	411 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	31.35	50m	26-5-2019	Amersfoort (NED)	473 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	31.04	25m	7-11-2019	Heemskerk (NED)	484 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:21.63	50m	15-6-2019	Bückerburg (GER)	313 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:17.11	25m	17-11-2019	Hoofddorp (NED)	355 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:41.76	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	165 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:37.20	25m	27-11-2016	Zaandam (NED)	167 Pnt.	100 %



100 wisselslag	1:13.78	25m	22-4-2019	Haarlem (NED)	449 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:52.98	50m	30-3-2019	Amersfoort (NED)	387 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:48.01	25m	10-2-2019	Purmerend (NED)	381 Pnt.	100 %
400 wisselslag	6:46.58	50m	21-1-2018	Alkmaar (NED)	281 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 502 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 502 Pnt.

### **Slotemaker Britt**

25 vrije slag	29.80	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	43 Pnt.	100 %
50 vrije slag	1:03.06	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	48 Pnt.	
25 rugslag	32.19	25m	8-10-2023	Zaandam (NED)	52 Pnt.	117 %
50 rugslag	1:06.64	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	57 Pnt.	159 %
25 schoolslag	28.78	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	99 Pnt.	122 %
50 schoolslag	59.34	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	112 Pnt.	129 %
25 vlinderslag	33.64	25m	3-3-2024	Krommenie (NED)	36 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 52 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 73 Pnt.

### **Steenbakker Lisan**

50 vrije slag	37.07	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	236 Pnt.	
100 vrije slag	1:17.64	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	271 Pnt.	
200 vrije slag	2:49.52	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	276 Pnt.	
50 rugslag	41.47	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	237 Pnt.	
100 rugslag	1:25.79	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	263 Pnt.	
50 schoolslag	52.18	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	165 Pnt.	
50 vlinderslag	42.23	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	192 Pnt.	
100 vlinderslag	1:35.44	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	187 Pnt.	
100 wisselslag	1:28.88	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	257 Pnt.	
400 wisselslag	7:04.24	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	227 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 260 Pnt.

### **Steenkamp Meagan**

50 rugslag	1:01.15	25m	21-4-2022	Heemskerk (NED)	73 Pnt.	100 %
25 schoolslag	26.08	25m	21-4-2022	Heemskerk (NED)	133 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 103 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 1-8-2024: 103 Pnt.

### **Steijn Daan**

25 vrije slag	22.26	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	68 Pnt.	100 %
50 vrije slag	38.53	50m	19-3-2023	Alkmaar (NED)	159 Pnt.	100 %
50 vrije slag	38.81	25m	22-10-2023	Zaandam (NED)	142 Pnt.	108 %
100 vrije slag	1:26.27	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	141 Pnt.	121 %
200 vrije slag	3:15.60	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	131 Pnt.	121 %
400 vrije slag	6:53.40	25m	10-12-2023	Alkmaar (NED)	135 Pnt.	
500 vrije slag	11:12.42	OW	15-7-2023	Amstelveen (NED)		100 %

25 rugslag	29.44	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	43 Pnt.	100 %
50 rugslag	47.96	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	125 Pnt.	
50 rugslag	48.40	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	96 Pnt.	109 %
100 rugslag	1:40.94	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	113 Pnt.	120 %
25 schoolslag	27.92	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	72 Pnt.	100 %
50 schoolslag	56.96	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	94 Pnt.	
50 schoolslag	52.38	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	112 Pnt.	115 %
100 schoolslag	2:15.94	50m	19-3-2023	Alkmaar (NED)	74 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:58.39	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	103 Pnt.	117 %
200 schoolslag	4:32.50	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	86 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	23.60	25m	15-1-2023	Den Helder (NED)	73 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	51.46	50m	18-11-2023	Beverwijk (NED)	82 Pnt.	
50 vlinderslag	47.80	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	94 Pnt.	116 %
100 vlinderslag	1:58.43	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	74 Pnt.	
100 vlinderslag	1:45.00	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	96 Pnt.	160 %
200 vlinderslag	4:15.65	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	82 Pnt.	
200 vlinderslag	4:12.96	25m	7-1-2024	Haarlem (NED)	79 Pnt.	
100 wisselslag	1:44.34	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	112 Pnt.	103 %
200 wisselslag	3:57.80	25m	1-10-2023	Den Helder (NED)	97 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 112 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 138 Pnt.

### **Steijn Twan**

25 vrije slag	18.37	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	122 Pnt.	196 %
50 vrije slag	41.61	25m	11-2-2024	Heemskerk (NED)	115 Pnt.	
100 vrije slag	1:33.79	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	110 Pnt.	
25 rugslag	24.66	25m	8-10-2023	Zaandam (NED)	74 Pnt.	
50 rugslag	47.39	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	103 Pnt.	
100 rugslag	1:41.64	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	111 Pnt.	
50 schoolslag	51.60	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	117 Pnt.	208 %
100 schoolslag	1:51.87	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	122 Pnt.	
25 vlinderslag	23.43	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	75 Pnt.	
50 vlinderslag	57.73	25m	28-1-2024	Heemskerk (NED)	53 Pnt.	
100 wisselslag	1:42.25	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	119 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 2 zwemslagen aan het 31-8-2023: 41 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 119 Pnt.

### **Tilgenkamp Lentley**

25 vrije slag	25.53	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	68 Pnt.	
50 vrije slag	58.55	25m	6-4-2024	Den Haag (NED)	60 Pnt.	
100 vrije slag	2:33.78	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	34 Pnt.	
50 rugslag	59.92	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	78 Pnt.	
25 schoolslag	39.17	25m	7-12-2023	Heemskerk (NED)	39 Pnt.	
50 schoolslag	1:07.22	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	77 Pnt.	
25 vlinderslag	25.30	25m	21-4-2024	Krommenie (NED)	86 Pnt.	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 73 Pnt.

**van 't Veer Iris**

25 vrije slag	14.35	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	387 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.86	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	451 Pnt.	100 %
50 vrije slag	29.36	25m	24-4-2022	Den Helder (NED)	476 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:07.70	50m	17-3-2019	Alkmaar (NED)	445 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:04.05	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	482 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:30.88	50m	15-6-2019	Bückebug (GER)	419 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:20.41	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	486 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:17.11	50m	17-2-2019	Eindhoven (NED)	414 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:07.46	25m	22-4-2019	Haarlem (NED)	443 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:53.65	50m	19-2-2023	Alkmaar (NED)	407 Pnt.	100 %
800 vrije slag	10:32.39	25m	11-10-2020	Alkmaar (NED)	435 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	20:26.79	50m	19-2-2023	Alkmaar (NED)	429 Pnt.	100 %
1500 vrije slag	19:53.31	25m	11-10-2020	Alkmaar (NED)	457 Pnt.	100 %
25 rugslag	17.22	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	345 Pnt.	100 %
50 rugslag	36.05	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	422 Pnt.	100 %
50 rugslag	33.54	25m	15-2-2018	Heemskerk (NED)	448 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:16.63	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	435 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:12.48	25m	1-4-2018	Haarlem (NED)	437 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:44.76	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	426 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:35.01	25m	16-11-2019	Hoofddorp (NED)	455 Pnt.	100 %
25 schoolslag	19.10	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	339 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.10	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	366 Pnt.	100 %
50 schoolslag	40.16	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	362 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:29.19	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	371 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:25.89	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	382 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:12.10	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	379 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:01.36	25m	12-1-2020	Purmerend (NED)	408 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	16.70	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	300 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	40.60	50m	9-12-2017	Beverwijk (NED)	217 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	36.19	25m	17-2-2022	Heemskerk (NED)	305 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:21.64	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	299 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:40.13	25m	27-11-2016	Zaandam (NED)	160 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:15.66	25m	17-5-2018	Heemskerk (NED)	416 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:59.49	50m	20-5-2017	Alkmaar (NED)	346 Pnt.	100 %
200 wisselslag	2:42.29	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	423 Pnt.	100 %
400 wisselslag	5:50.25	25m	3-4-2022	Haarlem (NED)	404 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 471 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 471 Pnt.

**Veldhuis Amelia**

25 vrije slag	20.08	25m	13-4-2014	Zaandam (NED)	141 Pnt.	100 %
50 vrije slag	34.09	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	334 Pnt.	100 %
50 vrije slag	33.01	25m	4-10-2020	Heemskerk (NED)	335 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:17.84	50m	25-3-2018	Alkmaar (NED)	293 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:13.44	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	320 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:56.04	50m	21-5-2017	Alkmaar (NED)	264 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:52.70	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	261 Pnt.	100 %
50 rugslag	40.59	50m	2-4-2017	Alkmaar (NED)	296 Pnt.	100 %
50 rugslag	38.81	25m	4-10-2020	Heemskerk (NED)	289 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:31.87	50m	5-2-2017	Alkmaar (NED)	252 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:26.93	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	253 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:17.94	50m	16-6-2018	Buckeburg (GER)	246 Pnt.	100 %
200 rugslag	3:08.63	25m	13-1-2019	Purmerend (NED)	252 Pnt.	100 %

25 schoolslag	27.77	25m	7-4-2013	Castricum (NED)	110 Pnt.	100 %
50 schoolslag	45.62	50m	8-12-2018	Beverwijk (NED)	267 Pnt.	100 %
50 schoolslag	41.53	25m	7-10-2021	Heemskerk (NED)	327 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:37.15	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	287 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:29.26	25m	8-10-2020	Heemskerk (NED)	340 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:30.04	50m	19-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	290 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:18.93	25m	6-10-2019	Purmerend (NED)	309 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	25.44	25m	13-4-2014	Zaandam (NED)	85 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.65	50m	18-6-2022	Bergbad Bückebug (GER)	350 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	33.74	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	377 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:27.85	50m	20-1-2019	Alkmaar (NED)	251 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:21.34	25m	20-11-2022	Den Helder (NED)	302 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:51.64	25m	27-11-2016	Zaandam (NED)	137 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:23.42	25m	3-10-2021	Den Helder (NED)	310 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:04.48	25m	12-1-2020	Purmerend (NED)	288 Pnt.	100 %
400 wisselslag	7:06.09	50m	20-1-2019	Alkmaar (NED)	244 Pnt.	100 %
400 wisselslag	7:14.65	25m	11-12-2016	Alkmaar (NED)	211 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 339 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 339 Pnt.

### Visser Kelly

25 vrije slag	14.45	25m	23-10-2010	Emmeloord (NED)	379 Pnt.	100 %
50 vrije slag	30.78	25m	11-10-2012	Heemskerk (NED)	413 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:14.97	50m	21-10-2001	Beverwijk (NED)	328 Pnt.	100 %
100 vrije slag	1:06.57	25m	28-10-2012	Amsterdam-Zuidoost (NED)	430 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:41.51	50m	21-4-2002	Beverwijk (NED)	342 Pnt.	100 %
200 vrije slag	2:29.26	25m	11-11-2012	Schagen (NED)	404 Pnt.	100 %
300 vrije slag	4:28.39	25m	21-1-2001	Heemskerk (NED)	265 Pnt.	100 %
400 vrije slag	6:40.81	50m	31-10-1999	Beverwijk (NED)	205 Pnt.	100 %
400 vrije slag	5:42.43	25m	31-5-2001	Heemskerk (NED)	321 Pnt.	100 %
800 vrije slag	11:52.74	25m	10-2-2002	Zaandam	304 Pnt.	100 %
1000 vrije slag	16:23.59	OW	16-6-2001	Spaarnwoude (NED)		100 %
1500 vrije slag	22:30.91	25m	10-2-2002	Zaandam	315 Pnt.	100 %
25 rugslag	17.62	25m	21-11-2010	Almere-Stad (NED)	322 Pnt.	100 %
50 rugslag	37.88	25m	4-10-2015	Purmerend (NED)	311 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:24.79	50m	21-10-2001	Beverwijk (NED)	321 Pnt.	100 %
100 rugslag	1:20.89	25m	11-11-2012	Schagen (NED)	314 Pnt.	100 %
200 rugslag	2:58.26	25m	10-11-2013	Zaandam (NED)	299 Pnt.	100 %
25 schoolslag	21.40	25m	22-2-2001	Heemskerk (NED)	241 Pnt.	100 %
50 schoolslag	45.25	25m	30-9-2012	Heemskerk (NED)	253 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:50.24	50m	22-10-2000	Beverwijk (NED)	196 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:38.57	25m	11-10-2012	Heemskerk (NED)	253 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:30.96	25m	29-11-2001	Heemskerk	259 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	16.37	25m	4-11-2010	Heemskerk (NED)	319 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	42.27	50m	22-10-2000	Beverwijk (NED)	193 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	34.34	25m	17-3-2002	Zaandam	357 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:30.00	50m	21-4-2002	Beverwijk (NED)	234 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:28.50	25m	28-2-2002	Heemskerk	234 Pnt.	100 %
200 vlinderslag	3:37.49	25m	17-3-2002	Zaandam	166 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:22.38	25m	27-2-2003	Heemskerk	322 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:00.18	25m	3-11-2019	Purmerend (NED)	309 Pnt.	100 %
400 wisselslag	6:22.96	25m	24-2-2002	Heemskerk	309 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 396 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 396 Pnt.

**Wentink Yara**

25 vrije slag	13.63	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	451 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	28.46	50m	17-3-2024	Alkmaar (NED)	575 Pnt.	110 %	
50 vrije slag	27.81	25m	26-11-2023	Hoofddorp (NED)	560 Pnt.	103 %	
100 vrije slag	1:01.75	50m	21-1-2024	Alkmaar (NED)	587 Pnt.	103 %	
100 vrije slag	59.50	25m	28-5-2023	Purmerend (NED)	602 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:26.74	50m	2-6-2018	Amersfoort (NED)	456 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:16.44	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	530 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	3:54.19	50m	11-5-2019	Alkmaar (NED)	415 Pnt.	100 %	
300 vrije slag	3:44.70	25m	8-6-2019	Purmerend (NED)	452 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	5:08.50	50m	11-5-2019	Alkmaar (NED)	450 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	4:56.18	25m	8-6-2019	Purmerend (NED)	496 Pnt.	100 %	
800 vrije slag	11:28.85	50m	19-2-2023	Alkmaar (NED)	348 Pnt.	100 %	
800 vrije slag	10:36.31	25m	23-10-2022	Hoofddorp (NED)	427 Pnt.	100 %	
1500 vrije slag	21:34.63	50m	19-2-2023	Alkmaar (NED)	365 Pnt.	100 %	
25 rugslag	16.47	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	394 Pnt.	100 %	
50 rugslag	33.35	50m	14-5-2023	Amsterdam (NED)	534 Pnt.	100 %	
50 rugslag	32.21	25m	28-5-2023	Purmerend (NED)	506 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:17.61	50m	21-1-2024	Alkmaar (NED)	419 Pnt.	123 %	
100 rugslag	1:14.43	25m	23-4-2023	Den Helder (NED)	404 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:54.68	50m	15-6-2019	Bückerburg (GER)	358 Pnt.	100 %	
200 rugslag	2:42.13	25m	21-10-2018	Purmerend (NED)	397 Pnt.	100 %	
25 schoolslag	18.62	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	366 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	44.67	50m	30-11-2019	Beverwijk (NED)	285 Pnt.	100 %	
50 schoolslag	39.29	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	387 Pnt.	104 %	
100 schoolslag	1:39.22	50m	10-4-2023	Amsterdam (NED)	270 Pnt.	100 %	
100 schoolslag	1:30.30	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	329 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:25.05	50m	10-4-2023	Amsterdam (NED)	312 Pnt.	100 %	
200 schoolslag	3:08.99	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	361 Pnt.	100 %	
25 vlinderslag	13.79	25m	7-7-2022	Heemskerk (NED)	534 Pnt.	100 %	
50 vlinderslag	29.56	50m	21-5-2023	Amsterdam (NED)	564 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
50 vlinderslag	28.75	25m	22-5-2022	Hoofddorp (NED)	609 Pnt.	100 %	CRS,CR18,CR19,JR19
100 vlinderslag	1:09.33	50m	11-6-2023	Bückerburg (GER)	512 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
100 vlinderslag	1:05.63	25m	22-1-2023	Hoofddorp (NED)	576 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
200 vlinderslag	2:48.79	50m	14-5-2023	Amsterdam (NED)	375 Pnt.	100 %	CRS,CR19,JR19
200 vlinderslag	2:34.17	25m	10-3-2024	Purmerend (NED)	466 Pnt.	111 %	CRS,CRM20
1000 vlinderslag	15:45.31	25m	7-1-2024	Haarlem (NED)		107 %	CRS,CRM20
100 wisselslag	1:10.16	25m	25-6-2023	Rotterdam (NED)	522 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:46.43	50m	10-6-2023	Bückerburg (GER)	435 Pnt.	100 %	
200 wisselslag	2:35.23	25m	31-3-2024	Haarlem (NED)	483 Pnt.	108 %	
400 wisselslag	5:57.98	50m	8-3-2020	Amsterdam (NED)	411 Pnt.	100 %	
400 wisselslag	6:42.66	25m	19-3-2017	Zaandam (NED)	265 Pnt.	100 %	

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 571 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 579 Pnt.

**Wieman Lianne**

25 vrije slag	19.03	25m	13-4-2014	Zaandam (NED)	166 Pnt.	100 %	
50 vrije slag	36.31	25m	11-10-2018	Heemskerk (NED)	251 Pnt.	100 %	
100 vrije slag	1:19.47	25m	11-4-2019	Heemskerk (NED)	252 Pnt.	100 %	
200 vrije slag	2:55.18	25m	7-3-2019	Heemskerk (NED)	250 Pnt.	100 %	
400 vrije slag	6:33.33	25m	18-9-2016	Zaandam (NED)	211 Pnt.	100 %	
25 rugslag	27.64	25m	25-9-2011	Hoorn (NED)	83 Pnt.	100 %	
50 rugslag	43.58	25m	24-1-2019	Heemskerk (NED)	204 Pnt.	100 %	
100 rugslag	1:33.13	25m	18-1-2018	Heemskerk (NED)	206 Pnt.	100 %	
200 rugslag	3:22.98	25m	29-1-2023	Heemskerk (NED)	202 Pnt.	100 %	

25 schoolslag	30.52	25m	30-6-2011	Heemskerk (NED)	83 Pnt.	100 %
50 schoolslag	46.61	25m	7-3-2019	Heemskerk (NED)	231 Pnt.	100 %
100 schoolslag	1:44.12	25m	9-11-2017	Heemskerk (NED)	214 Pnt.	100 %
200 schoolslag	3:45.26	25m	18-3-2018	Purmerend (NED)	213 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	26.70	25m	13-4-2014	Zaandam (NED)	73 Pnt.	100 %
50 vlinderslag	46.29	25m	7-11-2019	Heemskerk (NED)	146 Pnt.	100 %
100 vlinderslag	1:49.43	25m	30-1-2020	Heemskerk (NED)	124 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:42.76	25m	19-5-2016	Heemskerk (NED)	166 Pnt.	100 %
200 wisselslag	3:24.08	25m	4-2-2018	Purmerend (NED)	212 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 239 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 239 Pnt.

### **Zwart Mees**

25 vrije slag	17.17	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	150 Pnt.	183 %
50 vrije slag	37.88	25m	4-4-2024	Heemskerk (NED)	152 Pnt.	140 %
100 vrije slag	1:32.14	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	116 Pnt.	185 %
50 rugslag	45.12	25m	14-3-2024	Heemskerk (NED)	119 Pnt.	144 %
25 schoolslag	27.91	25m	15-12-2022	Heemskerk (NED)	72 Pnt.	100 %
25 vlinderslag	20.90	25m	1-2-2024	Heemskerk (NED)	106 Pnt.	
50 vlinderslag	54.99	25m	30-3-2023	Heemskerk (NED)	62 Pnt.	100 %
100 wisselslag	1:50.47	25m	25-5-2023	Heemskerk (NED)	94 Pnt.	100 %

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 31-8-2023: 77 Pnt.

Gemiddelde punten over beste 5 zwemslagen aan het 1-8-2024: 128 Pnt.