

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

1 - zondag 2 maart 2025

2-3-2025 - 15:00

Programmanr. 1
2-3-2025 - 15:00

Heren, 400m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	200200917	tijd	RT
1.	Hessel Robert	Het Y	4:46.29	200200917	4:51.62	
	50m: 30.49	30.49 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:06.70	36.21 200m:		300m:	400m: 4:51.62	
2.	Steven Knol	De Otters Het Gooi	5:17.26	200900543	5:01.37	
	50m: 31.32	31.32 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:08.74	37.42 200m:		300m:	400m: 5:01.37	
3.	Alex Kuijper	Oeza	6:03.93	200802137	5:56.78	
	50m: 34.29	34.29 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:18.44	44.15 200m:		300m:	400m: 5:56.78	
4.	Joey Sahyoun	Triton	6:35.00	201000513	6:16.66	
	50m: 40.79	40.79 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:31.53	50.74 200m:		300m:	400m: 6:16.66	
5.	Casper Hulst	De Zwoer	NT	201000605	6:19.95	
	50m: 39.12	39.12 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:26.11	46.99 200m:		300m:	400m: 6:19.95	
AFGEM	Marlon Klein	Zwemvereniging Utrecht	6:15.03	200001675		
AFGEM	Andy Oort	Het Y	5:34.79	199900471		

Programmanr. 2
2-3-2025 - 15:14

Dames, 400m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	200901718	tijd	RT
1.	Sara Spoorenberg	Het Y	6:00.39	200901718	5:59.45	
	50m: 36.05	36.05 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:19.48	43.43 200m:		300m:	400m: 5:59.45	
2.	Boukje de Baedts	Het Y	NT	201300756	6:17.16	
	50m: 39.63	39.63 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:29.67	50.04 200m:		300m:	400m: 6:17.16	
3.	Jessica Leah Rowland	De Otters Het Gooi	NT	200904524	6:39.35	
	50m: 44.04	44.04 150m:		250m:	350m:	
	100m: 1:36.78	52.74 200m:		300m:	400m: 6:39.35	
4.	Lena Hinterleitner	Het Y	NT	201203226	8:15.51	
	50m: 57.51	57.51 150m:		250m:	350m:	
	100m: 2:05.22	1:07.71 200m:		300m:	400m: 8:15.51	

Programmanr. 3
2-3-2025 - 15:20

Heren, 400m vrije slag

2016 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	200200881	tijd	RT
1.	Ben de Kok	Zwemvereniging Utrecht	4:58.40	200200881	4:57.46	
	50m: 32.44	32.44 150m: 1:46.48	37.59	250m: 3:02.33	38.08	350m: 4:19.12
	100m: 1:08.89	36.45 200m: 2:24.25	37.77	300m: 3:40.07	37.74	400m: 4:57.46
2.	Floris van der Veen	De Zwoer	5:52.77	201400741	5:44.09	
	50m: 36.85	36.85 150m: 2:04.83	46.41	250m: 3:31.63	45.33	350m: 5:01.81
	100m: 1:18.42	41.57 200m: 2:46.30	41.47	300m: 4:17.54	45.91	400m: 5:44.09
3.	Andras Dijkema	Zv de Ham	5:52.42	201400275	5:48.84	
	50m: 37.94	37.94 150m: 2:05.17	44.60	250m: 3:35.59	45.40	350m: 5:05.81
	100m: 1:20.57	42.63 200m: 2:50.19	45.02	300m: 4:21.23	45.64	400m: 5:48.84
4.	Stephan Overwijk	Zwemvereniging Utrecht	5:40.40	200500319	5:58.90	
	50m: 35.18	35.18 150m: 2:00.78	43.98	250m: 3:34.53	47.51	350m: 5:12.86
	100m: 1:16.80	41.62 200m: 2:47.02	46.24	300m: 4:24.46	49.93	400m: 5:58.90
5.	Kian Braakhuis	ZV De Zaan	6:19.54	201400805	6:08.87	
	50m: 43.18	43.18 150m: 2:17.91	47.42	250m: 3:53.89	47.58	350m: 5:27.04
	100m: 1:30.49	47.31 200m: 3:06.31	48.40	300m: 4:40.73	46.84	400m: 6:08.87
6.	Iason Bogaerts	Zwemvereniging Utrecht	NT	201201991	6:18.19	
	50m: 41.02	41.02 150m: 2:13.43	47.52	250m: 3:51.08	48.99	350m: 5:29.75
	100m: 1:25.91	44.89 200m: 3:02.09	48.66	300m: 4:40.53	49.45	400m: 6:18.19

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

Programmanr. 3, Heren, 400m vrije slag, 2016 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
7.	Daan Steijn	Oeza	6:53.40	201102513	6:20.80			
	50m: 40.15	40.15	150m: 2:16.09	49.17	250m: 3:55.10	48.80	350m: 5:35.32	50.41
	100m: 1:26.92	46.77	200m: 3:06.30	50.21	300m: 4:44.91	49.81	400m: 6:20.80	45.48
8.	Samuel Heijneman	Zwemvereniging Utrecht	NT	201301603	6:22.70			
	50m: 42.21	42.21	150m: 2:18.03	48.85	250m: 3:56.99	48.50	350m: 5:35.81	49.32
	100m: 1:29.18	46.97	200m: 3:08.49	50.46	300m: 4:46.49	49.50	400m: 6:22.70	46.89
9.	Alle Heemskerk	De Meeuwen Diemen	7:33.04	201102141	6:22.79			
	50m: 39.62	39.62	150m: 2:14.42	49.83	250m: 3:55.55	51.35	350m: 5:37.09	50.95
	100m: 1:24.59	44.97	200m: 3:04.20	49.78	300m: 4:46.14	50.59	400m: 6:22.79	45.70
10.	Filip Papadopoulos	Zwemvereniging Utrecht	NT	201102671	6:23.47			
	50m: 35.60	35.60	150m: 2:10.08	49.07	250m: 3:49.88	50.14	350m: 5:36.62	51.79
	100m: 1:21.01	45.41	200m: 2:59.74	49.66	300m: 4:44.83	54.95	400m: 6:23.47	46.85
11.	Romeo Cornacchia	Zwemvereniging Utrecht	NT	201201455	6:32.21			
	50m: 43.00	43.00	150m: 2:20.93	49.53	250m: 3:59.87	50.02	350m: 5:43.77	52.46
	100m: 1:31.40	48.40	200m: 3:09.85	48.92	300m: 4:51.31	51.44	400m: 6:32.21	48.44
12.	Damon Peng	Zwemvereniging Utrecht	NT	201202717	7:24.51			
	50m: 45.69	45.69	150m: 2:37.54	57.15	250m: 4:34.20	58.83	350m: 6:31.58	58.00
	100m: 1:40.39	54.70	200m: 3:35.37	57.83	300m: 5:33.58	59.38	400m: 7:24.51	52.93
DIS	Shiloh Austin	Het Y	NT	201202759				
	<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>							
NG.ZA	Karsten Eelsingh	Zwemvereniging Utrecht	NT	200804061				
AFGEM	Jorrit van der Velde	Zwemvereniging Utrecht	5:10.62	200000701				

Programmanr. 4
2-3-2025 - 15:43

Dames, 400m vrije slag

2016 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Renske Haasbroek	Oeza	5:23.83	200303752	5:14.47			
	50m: 35.94	35.94	150m: 1:56.08	39.95	250m: 3:17.46	41.25	350m: 4:38.79	40.76
	100m: 1:16.13	40.19	200m: 2:36.21	40.13	300m: 3:58.03	40.57	400m: 5:14.47	35.68
2.	Lisanne Lof	Het Y	5:30.74	200801856	5:19.26			
	50m: 37.06	37.06	150m: 1:57.57	40.22	250m: 3:18.36	40.16	350m: 4:39.11	40.23
	100m: 1:17.35	40.29	200m: 2:38.20	40.63	300m: 3:58.88	40.52	400m: 5:19.26	40.15
3.	E. de Champeaux de Laboulay	Het Y	5:49.32	201102474	5:32.46			
	50m: 36.98	36.98	150m: 2:00.15	41.77	250m: 3:25.08		350m: 4:51.72	43.25
	100m: 1:18.38	41.40	200m: 2:00.15		300m: 4:08.47	43.39	400m: 5:32.46	40.74
4.	Jiva Singh	Kon. AZ 1870	NT	201102136	5:36.53			
	50m: 34.55	34.55	150m: 1:58.98	43.71	250m: 3:30.09	45.32	350m: 4:59.98	45.68
	100m: 1:15.27	40.72	200m: 2:44.77	45.79	300m: 4:14.30	44.21	400m: 5:36.53	36.55
5.	Mara-Jan Baart	Het Y	5:56.20	200904270	5:38.38			
	50m: 36.68	36.68	150m: 2:02.15	43.12	250m: 3:30.73	44.77	350m: 4:58.53	43.27
	100m: 1:19.03	42.35	200m: 2:45.96	43.81	300m: 4:15.26	44.53	400m: 5:38.38	39.85
6.	Catoo van Oosterhout	Acz	NT	201301970	5:39.12			
	50m: 37.27	37.27	150m: 2:03.47	44.25	250m: 3:31.98	44.46	350m: 5:01.46	45.14
	100m: 1:19.22	41.95	200m: 2:47.52	44.05	300m: 4:16.32	44.34	400m: 5:39.12	37.66
7.	Jessica Leah Rowland	De Otters Het Gooi	5:58.18	200904524	5:52.19			
	50m: 38.83	38.83	150m: 2:07.60	45.51	250m: 3:39.75	46.54	350m: 5:10.92	45.32
	100m: 1:22.09	43.26	200m: 2:53.21	45.61	300m: 4:25.60	45.85	400m: 5:52.19	41.27
8.	Yasmine de Beurs	ZV De Zaan	5:58.77	201401498	5:56.57			
	50m: 38.91	38.91	150m: 2:11.64	47.60	250m: 3:45.56	47.98	350m: 5:15.96	44.46
	100m: 1:24.04	45.13	200m: 2:57.58	45.94	300m: 4:31.50	45.94	400m: 5:56.57	40.61
9.	Elin Mandersloot	ZV De Zaan	5:57.79	201400160	6:01.09			
	50m: 40.55	40.55	150m: 2:12.29	46.04	250m: 3:45.73	46.97	350m: 5:20.06	46.65
	100m: 1:26.25	45.70	200m: 2:58.76	46.47	300m: 4:33.41	47.68	400m: 6:01.09	41.03
10.	Eva Wigmans	WZ&PC Purmerend	7:07.53	201102538	6:11.54			
	50m: 38.16	38.16	150m: 2:08.59	46.60	250m: 3:43.51	47.81	350m: 5:22.09	49.93
	100m: 1:21.99	43.83	200m: 2:55.70	47.11	300m: 4:32.16	48.65	400m: 6:11.54	49.45
11.	Naomi Hoffman	Zv Aquawaard	NT	200804756	6:12.40			
	50m: 41.68	41.68	150m: 2:14.23	46.82	250m: 3:51.08	48.61	350m: 5:27.06	47.92
	100m: 1:27.41	45.73	200m: 3:02.47	48.24	300m: 4:39.14	48.06	400m: 6:12.40	45.34
12.	Geraldine Rodrigues	Zwemvereniging Utrecht	6:36.02	201101394	6:33.08			
	50m: 39.90	39.90	150m: 2:17.91	51.05	250m: 3:59.21	51.51	350m: 5:42.59	51.31
	100m: 1:26.86	46.96	200m: 3:07.70	49.79	300m: 4:51.28	52.07	400m: 6:33.08	50.49
13.	Zoë van Veen	Zwemvereniging Utrecht	NT	201203156	6:33.89			
	50m: 41.92	41.92	150m: 2:21.37	50.70	250m: 4:03.11	50.75	350m: 5:46.81	52.72
	100m: 1:30.67	48.75	200m: 3:12.36	50.99	300m: 4:54.09	50.98	400m: 6:33.89	47.08

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

Programmanr. 4, Dames, 400m vrije slag, 2016 en ouder

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
14.	Joyce Hutten	Zwemvereniging Utrecht	NT 198001842	6:43.36	
	50m: 42.41	42.41 150m: 2:18.77	50.13 250m: 4:04.41	53.15 350m: 5:51.26	53.94
	100m: 1:28.64	46.23 200m: 3:11.26	52.49 300m: 4:57.32	52.91 400m: 6:43.36	52.10
15.	Sophia Kales	Het Y	NT 201401124	6:46.62	
	50m: 42.30	42.30 150m: 2:24.25	52.21 250m: 4:10.84	53.14 350m: 5:56.98	52.27
	100m: 1:32.04	49.74 200m: 3:17.70	53.45 300m: 5:04.71	53.87 400m: 6:46.62	49.64
16.	Noor Butter	Oeza	NT 201600218	7:36.69	
	50m: 47.46	47.46 150m: 2:41.67	58.37 250m: 4:39.36	59.40 350m: 6:38.93	1:00.69
	100m: 1:43.30	55.84 200m: 3:39.96	58.29 300m: 5:38.24	58.88 400m: 7:36.69	57.76
AFGEM	Sophia Boughdir	Zwemvereniging Utrecht	6:18.39 201101398		

Programmanr. 5
2-3-2025 - 16:05

Heren, 800m vrije slag

2014 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Tibbe Quist	Kon. AZ 1870	NT 200801359	9:13.14	
	100m: 1:01.36	1:01.36 300m: 3:18.32	1:09.15 500m: 5:39.53	1:11.22 700m: 8:04.55	1:12.30
	200m: 2:09.17	1:07.81 400m: 4:28.31	1:09.99 600m: 6:52.25	1:12.72 800m: 9:13.14	1:08.59
2.	Stijn Butter	Oeza	12:41.79 201100455	10:38.61	
	100m: 1:13.40	1:13.40 300m: 3:55.79	1:21.50 500m: 6:38.25	1:21.06 700m: 9:21.30	1:21.63
	200m: 2:34.29	1:20.89 400m: 5:17.19	1:21.40 600m: 7:59.67	1:21.42 800m: 10:38.61	1:17.31
3.	Kuan Ypma	Het Y	11:23.47 200903429	11:02.54	
	100m: 1:18.57	1:18.57 300m: 4:05.08	1:23.28 500m: 6:54.12	1:24.52 700m: 9:41.29	1:22.54
	200m: 2:41.80	1:23.23 400m: 5:29.60	1:24.52 600m: 8:18.75	1:24.63 800m: 11:02.54	1:21.25
4.	Ren Ypma	Het Y	12:39.71 201101529	11:13.16	
	100m: 1:19.06	1:19.06 300m: 4:13.01	1:27.51 500m: 7:04.57	1:26.33 700m: 9:53.51	1:24.15
	200m: 2:45.50	1:26.44 400m: 5:38.24	1:25.23 600m: 8:29.36	1:24.79 800m: 11:13.16	1:19.65
5.	Menno Hakhverdian	Het Y	NT 201100563	11:56.41	
	100m: 1:22.50	1:22.50 300m: 4:26.77	1:32.95 500m: 7:31.17	1:31.96 700m: 10:31.66	1:29.65
	200m: 2:53.82	1:31.32 400m: 5:59.21	1:32.44 600m: 9:02.01	1:30.84 800m: 11:56.41	1:24.75
6.	Rogier Ottenhoff	Triton	12:06.42 200902129	12:07.76	
	100m: 1:18.03	1:18.03 300m: 4:19.31	1:32.57 500m: 7:29.22	1:34.88 700m: 10:39.41	1:34.73
	200m: 2:46.74	1:28.71 400m: 5:54.34	1:35.03 600m: 9:04.68	1:35.46 800m: 12:07.76	1:28.35
7.	Qing Ypma	Het Y	NT 201400803	12:26.11	
	100m: 1:29.02	1:29.02 300m: 4:41.47	1:37.32 500m: 7:52.50	1:35.01 700m: 10:58.99	1:32.87
	200m: 3:04.15	1:35.13 400m: 6:17.49	1:36.02 600m: 9:26.12	1:33.62 800m: 12:26.11	1:27.12
8.	Ties van Weelden	Triton	12:48.06 201201161	12:39.76	
	100m: 1:23.23	1:23.23 300m: 4:37.18	1:38.99 500m: 7:56.05	1:39.49 700m: 11:11.47	1:36.84
	200m: 2:58.19	1:34.96 400m: 6:16.56	1:39.38 600m: 9:34.63	1:38.58 800m: 12:39.76	1:28.29
AFGEM	Max Bakker	Het Y	NT 200702097		

Programmanr. 6
2-3-2025 - 16:31

Dames, 800m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Holly Meijer	Het Y	10:02.41 200305474	9:54.37	
	100m: 1:08.39	1:08.39 300m: 3:39.13	1:15.85 500m: 6:10.30	1:15.80 700m: 8:41.98	1:15.67
	200m: 2:23.28	1:14.89 400m: 4:54.50	1:15.37 600m: 7:26.31	1:16.01 800m: 9:54.37	1:12.39
2.	Magari Wydh	Het Y	10:58.92 201000950	10:36.40	
	100m: 1:15.91	1:15.91 300m: 3:57.89	1:21.16 500m: 6:41.04	1:21.27 700m: 9:20.58	1:19.75
	200m: 2:36.73	1:20.82 400m: 5:19.77	1:21.88 600m: 8:00.83	1:19.79 800m: 10:36.40	1:15.82
3.	Masha Odijk	Zwemvereniging Utrecht	11:19.31 199904922	10:53.74	
	100m: 1:16.71	1:16.71 300m: 4:03.00	1:23.33 500m: 6:49.97	1:23.00 700m: 9:34.88	1:22.51
	200m: 2:39.67	1:22.96 400m: 5:26.97	1:23.97 600m: 8:12.37	1:22.40 800m: 10:53.74	1:18.86
4.	Liva van Groningen	WZ&PC Purmerend	NT 201200280	11:06.93	
	100m: 1:11.91	1:11.91 300m: 4:03.54	1:25.49 500m: 6:53.62	1:24.35 700m: 9:46.49	1:26.44
	200m: 2:38.05	1:26.14 400m: 5:29.27	1:25.73 600m: 8:20.05	1:26.43 800m: 11:06.93	1:20.44
5.	Lenny Bokkers	De Zwoer	11:14.79 201300390	11:14.26	
	100m: 1:15.65	1:15.65 300m: 4:05.66	1:25.78 500m: 6:59.19	1:27.24 700m: 9:52.00	1:25.70
	200m: 2:39.88	1:24.23 400m: 5:31.95	1:26.29 600m: 8:26.30	1:27.11 800m: 11:14.26	1:22.26
6.	Romy ter Haar	Zwemvereniging Utrecht	12:20.57 200402746	11:32.18	
	100m: 1:20.30	1:20.30 300m: 4:16.09	1:28.41 500m: 7:12.82	1:28.20 700m: 10:09.24	1:26.83
	200m: 2:47.68	1:27.38 400m: 5:44.62	1:28.53 600m: 8:42.41	1:29.59 800m: 11:32.18	1:22.94

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

Programmanr. 6, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
7.	Eva Blokzijl	Het Y	12:11.69	201003214	11:35.67			
	100m: 1:20.77	1:20.77	300m: 4:15.14	1:27.34	500m: 7:13.03	1:29.30	700m: 10:09.62	1:28.45
	200m: 2:47.80	1:27.03	400m: 5:43.73	1:28.59	600m: 8:41.17	1:28.14	800m: 11:35.67	1:26.05
8.	Julie van Keimpema	Het Y	NT	201201966	11:36.58			
	100m: 1:21.27	1:21.27	300m: 4:19.77	1:29.21	500m: 7:20.31	1:29.58	700m: 10:15.65	1:26.30
	200m: 2:50.56	1:29.29	400m: 5:50.73	1:30.96	600m: 8:49.35	1:29.04	800m: 11:36.58	1:20.93
9.	Kira Oldenbeuving	Het Y	NT	201102424	12:01.33			
	100m: 1:21.80	1:21.80	300m: 4:21.28	1:30.30	500m: 7:26.44	1:33.33	700m: 10:33.90	1:33.13
	200m: 2:50.98	1:29.18	400m: 5:53.11	1:31.83	600m: 9:00.77	1:34.33	800m: 12:01.33	1:27.43
10.	Annabelle Dame	Het Y	14:09.61	201201964	12:04.84			
	100m: 1:19.42	1:19.42	300m: 4:20.18	1:31.81	500m: 7:27.81	1:33.88	700m: 10:35.62	1:33.09
	200m: 2:48.37	1:28.95	400m: 5:53.93	1:33.75	600m: 9:02.53	1:34.72	800m: 12:04.84	1:29.22
11.	Bente van Lare	De Meeuwen Diemen	13:27.50	201201516	12:40.69			
	100m: 1:26.47	1:26.47	300m: 4:40.43	1:38.34	500m: 7:58.45	1:39.78	700m: 11:11.27	1:34.57
	200m: 3:02.09	1:35.62	400m: 6:18.67	1:38.24	600m: 9:36.70	1:38.25	800m: 12:40.69	1:29.42
AFGEM	Nienke van Luijn	Zwemvereniging Utrecht	12:19.46	200105954				

Programmanr. 7
2-3-2025 - 16:59

Heren, 200m wisselslag

2016 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Ben de Kok	Zwemvereniging Utrecht	2:25.19	200200881	2:29.18	30.41			2:29.18
2.	Daniël Schraven	Het Y	3:02.06	200903767	2:49.81				2:49.81
3.	Floris van der Veen	De Zwoer	3:06.18	201400741	3:03.67	42.40			3:03.67
4.	Stephan Overwijk	Zwemvereniging Utrecht	3:02.39	200500319	3:04.25	35.53			3:04.25
5.	Andras Dijkema	Zv de Ham	3:07.16	201400275	3:05.98	40.44			3:05.98
6.	Kian Braakhuis	ZV De Zaan	3:15.79	201400805	3:17.04	47.97			3:17.04
7.	Alle Heemskerk	De Meeuwen Diemen	3:35.32	201102141	3:20.06	43.40			3:20.06
8.	Romeo Cornacchia	Zwemvereniging Utrecht	3:59.12	201201455	3:37.76	48.88			3:37.76
DIS	Filip Papadopoulos	Zwemvereniging Utrecht	3:36.78	201102671	38.68				
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>								
DIS	Filipp Parkhomenko	De Meeuwen Diemen	NT	201600141					
	<i>VH - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>								
DIS	Shiloh Austin	Het Y	NT	201202759	44.54				
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>								
DIS	Toa Jahn	Het Y	2:40.38	201201665					
	<i>SU - Niet gezwommen in de cyclus van eerst armslag dan beenslag of een onvolledige cyclus (behalve bij de laatste slag voor keer- of eindpunt)</i>								
AFGEM	Marlon Klein	Zwemvereniging Utrecht	3:05.03	200001675					
AFGEM	Jorrit van der Velde	Zwemvereniging Utrecht	2:44.21	200000701					

Programmanr. 8
2-3-2025 - 17:11

Dames, 200m wisselslag

2016 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Masha Odijk	Zwemvereniging Utrecht	2:51.75	199904922	2:43.75	37.58			2:43.75
2.	Sara Spoorenberg	Het Y	2:47.66	200901718	2:49.89	34.78			2:49.89
3.	E. de Champeaux de Lal	Het Y/e	3:04.87	201102474	2:54.44	37.92			2:54.44
4.	Lisanne Lof	Het Y	2:54.74	200801856	2:57.53	38.93			2:57.53
5.	Nina de Jongh	Kon. AZ 1870	3:13.91	201100070	3:04.11	40.03			3:04.11
6.	Yasmine de Beurs	ZV De Zaan	3:05.52	201401498	3:08.45	41.61			3:08.45
7.	Eva Wigmans	WZ&PC Purmerend	3:15.79	201102538	3:14.52	44.61			3:14.52
8.	Elin Mandersloot	ZV De Zaan	3:10.48	201400160	3:17.80	45.68			3:17.80
9.	Naomi Hoffman	Zv Aquawaard	3:20.65	200804756	3:18.46	42.95			3:18.46
10.	Sarah Visser	Triton	3:35.00	201301994	3:25.07				3:25.07
11.	Geraldine Rodrigues	Zwemvereniging Utrecht	3:29.90	201101394	3:31.97	47.30			3:31.97
12.	Ilaria Harmelwaard	ZV De Zaan	3:33.20	201401496	3:32.03	51.95			3:32.03
13.	Marit Hakhverdian	Het Y	NT	201600536	3:38.73	50.89			3:38.73
14.	Sophia Kales	Het Y	3:36.31	201401124	3:41.14	52.05			3:41.14
15.	Jana Hinterleitner	Het Y	NT	201203224	3:46.29	55.58			3:46.29
16.	Kiki Bos	ZV De Zaan	3:45.00	201501162	3:48.45	55.43			3:48.45

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

Programmanr. 8, Dames, 200m wisselslag, 2016 en ouder

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
17. Maia Pape-Mason	Het Y	NT 201402076	3:55.95		58.45			3:55.95
18. Beatrice Cecchetto	Het Y	NT 201302532	4:07.31		1:00.85			4:07.31
19. Elyse de Beurs	ZV De Zaan	4:15.00 201600652	4:07.98		1:00.33			4:07.98
AFGEM Sophia Boughdir	Zwemvereniging Utrecht	3:23.57 201101398						

Programmanr. 9
2-3-2025 - 17:28

Heren, 1500m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Hessel Robert	Het Y	16:05.80	200200917	16:21.76
100m: 1:04.87	1:04.87	500m: 5:28.05	1:05.77	900m: 9:50.69
200m: 2:11.13	1:06.26	600m: 6:33.73	1:05.68	1000m: 10:56.94
300m: 3:16.98	1:05.85	700m: 7:40.32	1:06.59	1100m: 12:01.53
400m: 4:22.28	1:05.30	800m: 8:45.11	1:04.79	1200m: 13:06.13
1300m: 14:12.02				1:05.89
1400m: 15:17.36				1:05.34
1500m: 16:21.76				1:04.40
2. Max van Splunder	Het Y	NT 201200531		18:58.91
100m: 1:10.10	1:10.10	500m: 6:17.38	1:17.51	900m: 11:25.16
200m: 2:25.57	1:15.47	600m: 7:34.26	1:16.88	1000m: 12:42.10
300m: 3:42.79	1:17.22	700m: 8:50.75	1:16.49	1100m: 14:00.04
400m: 4:59.87	1:17.08	800m: 10:07.54	1:16.79	1200m: 15:16.27
1300m: 16:33.16				1:16.89
1400m: 17:48.12				1:14.96
1500m: 18:58.91				1:10.79
3. Koen van der Zee	Triton	21:02.29	200005759	20:07.44
100m: 1:13.33	1:13.33	500m: 6:37.33	1:21.92	900m: 12:03.97
200m: 2:32.32	1:18.99	600m: 7:59.18	1:21.85	1000m: 13:25.23
300m: 3:52.60	1:20.28	700m: 9:21.09	1:21.91	1100m: 14:47.05
400m: 5:15.41	1:22.81	800m: 10:42.86	1:21.77	1200m: 16:09.67
1300m: 17:31.11				1:21.11
1400m: 18:50.51				1:21.26
1500m: 20:07.44				1:16.93
4. Thomas Wientjes	De Zwoer	NT 200703623		21:03.29
100m: 1:14.09	1:14.09	500m: 6:48.20	1:24.94	900m: 12:30.60
200m: 2:35.87	1:21.78	600m: 8:13.75	1:25.55	1000m: 13:56.81
300m: 3:58.75	1:22.88	700m: 9:39.04	1:25.29	1100m: 15:24.88
400m: 5:23.26	1:24.51	800m: 11:04.94	1:25.90	1200m: 16:50.58
1300m: 18:17.06				1:25.66
1400m: 19:42.95				1:26.21
1500m: 21:03.29				1:28.07
5. Tibo Janssen	ZPC De Rog Weert	NT 201101591		21:11.81
100m: 1:16.67	1:16.67	500m: 7:01.89	1:27.11	900m: 12:46.39
200m: 2:41.95	1:25.28	600m: 8:24.91	1:23.02	1000m: 14:13.49
300m: 4:08.68	1:26.73	700m: 9:52.26	1:27.35	1100m: 15:39.38
400m: 5:34.78	1:26.10	800m: 11:19.00	1:26.74	1200m: 17:05.89
1300m: 18:31.30				1:27.39
1400m: 19:54.80				1:27.10
1500m: 21:11.81				1:25.89
6. Thias Kruidenberg	Triton	23:40.31	200900545	21:48.49
100m: 1:14.72	1:14.72	500m: 7:05.09	1:28.88	900m: 13:03.00
200m: 2:32.32	1:18.99	600m: 8:34.70	1:29.61	1000m: 14:33.65
300m: 4:07.71	1:20.28	700m: 10:04.03	1:29.33	1100m: 16:03.83
400m: 5:36.21	1:28.50	800m: 11:33.81	1:29.78	1200m: 17:31.50
1300m: 18:59.76				1:29.19
1400m: 20:27.12				1:30.65
1500m: 21:48.49				1:30.18
7. Casper Hulst	De Zwoer	NT 201000605		23:54.59
100m: 1:22.56	1:22.56	500m: 7:39.36	1:35.45	900m: 14:12.06
200m: 2:53.89	1:31.33	600m: 9:11.45	1:39.96	1000m: 15:52.02
300m: 4:28.35	1:34.46	700m: 10:54.03	1:39.81	1100m: 17:31.83
400m: 6:03.91	1:35.56	800m: 12:33.41	1:39.38	1200m: 19:11.52
1300m: 20:52.39				1:38.65
1400m: 22:27.23				1:39.96
1500m: 23:54.59				1:39.81

Programmanr. 10
2-3-2025 - 18:17

Dames, 1500m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Anne Noom	Het Y	18:15.95	199800062	18:22.90
100m: 1:09.08	1:09.08	500m: 5:58.77	1:13.35	900m: 10:55.91
200m: 2:20.46	1:11.38	600m: 7:12.77	1:14.00	1000m: 12:10.90
300m: 3:32.75	1:12.29	700m: 8:26.87	1:14.10	1100m: 13:26.12
400m: 4:45.42	1:12.67	800m: 9:41.20	1:14.33	1200m: 14:40.69
1300m: 15:55.03				1:14.71
1400m: 17:09.53				1:14.99
1500m: 18:22.90				1:15.22
2. Sarah Akil	Het Y	19:53.11	200900984	19:57.61
100m: 1:12.83	1:12.83	500m: 6:26.30	1:19.18	900m: 11:49.06
200m: 2:30.58	1:17.75	600m: 7:47.36	1:21.06	1000m: 13:10.48
300m: 3:48.30	1:17.72	700m: 9:07.57	1:20.21	1100m: 14:32.54
400m: 5:07.12	1:18.82	800m: 10:28.49	1:20.92	1200m: 15:55.07
1300m: 17:17.16				1:20.57
1400m: 18:39.63				1:21.42
1500m: 19:57.61				1:22.06
3. Eline Hoekstra	Oeza	19:37.95	200301280	20:13.47
100m: 1:11.97	1:11.97	500m: 6:29.51	1:20.49	900m: 11:54.68
200m: 2:29.94	1:17.97	600m: 7:50.31	1:20.80	1000m: 13:16.96
300m: 3:49.19	1:19.25	700m: 9:11.45	1:21.14	1100m: 14:40.46
400m: 5:09.02	1:19.83	800m: 10:32.76	1:21.31	1200m: 16:03.89
1300m: 17:27.22				1:21.92
1400m: 18:51.04				1:22.28
1500m: 20:13.47				1:23.50
4. Juno de Roos	De Zwoer	NT 200901868		20:40.31
100m: 1:17.50	1:17.50	500m: 6:48.09	1:23.89	900m: 12:22.37
200m: 2:36.37	1:18.87	600m: 8:12.16	1:24.07	1000m: 13:45.94
300m: 3:59.79	1:23.42	700m: 9:35.71	1:23.55	1100m: 15:09.72
400m: 5:24.20	1:24.41	800m: 10:58.70	1:22.99	1200m: 16:33.01
1300m: 17:58.13				1:23.67
1400m: 19:20.91				1:23.57
1500m: 20:40.31				1:23.78

LAC Amsterdam
Amsterdam, 2-3-2025

Programmanr. 10, Dames, 1500m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging				intijd				tijd				RT
5.	Sofie Sterk	Kon. AZ 1870				NT 200302972				20:50.89				
	100m:	1:15.22	1:15.22	500m:	6:47.97	1:23.71	900m:	12:25.58	1:25.16	1300m:	18:06.28	1:24.54		
	200m:	2:36.60	1:21.38	600m:	8:12.33	1:24.36	1000m:	13:51.34	1:25.76	1400m:	19:30.40	1:24.12		
	300m:	4:00.18	1:23.58	700m:	9:37.38	1:25.05	1100m:	15:17.30	1:25.96	1500m:	20:50.89	1:20.49		
	400m:	5:24.26	1:24.08	800m:	11:00.42	1:23.04	1200m:	16:41.74	1:24.44					
6.	Nienke van der Zee	Triton				22:44.62 199802808				21:24.39				
	100m:	1:18.22	1:18.22	500m:	6:59.66	1:26.61	900m:	12:49.31	1:26.52	1300m:	18:35.10	1:25.77		
	200m:	2:41.07	1:22.85	600m:	8:26.69	1:27.03	1000m:	14:15.20	1:25.89	1400m:	20:00.91	1:25.81		
	300m:	4:06.29	1:25.22	700m:	9:54.67	1:27.98	1100m:	15:41.97	1:26.77	1500m:	21:24.39	1:23.48		
	400m:	5:33.05	1:26.76	800m:	11:22.79	1:28.12	1200m:	17:09.33	1:27.36					
7.	Marieke Gorter	Triton				22:59.70 200000750				21:31.32				
	100m:	1:18.57	1:18.57	500m:	7:05.40	1:26.62	900m:	12:51.54	1:26.33	1300m:	18:39.73	1:27.76		
	200m:	2:44.76	1:26.19	600m:	8:32.00	1:26.60	1000m:	14:18.28	1:26.74	1400m:	20:06.28	1:26.55		
	300m:	4:12.11	1:27.35	700m:	9:58.59	1:26.59	1100m:	15:45.29	1:27.01	1500m:	21:31.32	1:25.04		
	400m:	5:38.78	1:26.67	800m:	11:25.21	1:26.62	1200m:	17:11.97	1:26.68					
8.	Veronika Parkhomenko	De Meeuwen Diemen				NT 201301610				21:31.61				
	100m:	1:22.15	1:22.15	500m:	7:13.52	1:28.14	900m:	13:04.26	1:27.43	1300m:	18:50.61	1:24.99		
	200m:	2:50.07	1:27.92	600m:	8:41.32	1:27.80	1000m:	14:31.42	1:27.16	1400m:	20:14.05	1:23.44		
	300m:	4:17.05	1:26.98	700m:	10:07.07	1:25.75	1100m:	15:59.51	1:28.09	1500m:	21:31.61	1:17.56		
	400m:	5:45.38	1:28.33	800m:	11:36.83	1:29.76	1200m:	17:25.62	1:26.11					
9.	June Quist	Kon. AZ 1870				NT 201002290				21:33.37				
	100m:	1:18.97	1:18.97	500m:	7:13.45	1:29.24	900m:	13:03.26	1:27.03	1300m:	18:50.51	1:26.27		
	200m:	2:45.03	1:26.06	600m:	8:42.43	1:28.98	1000m:	14:30.75	1:27.49	1400m:	20:15.59	1:25.08		
	300m:	4:14.31	1:29.28	700m:	10:09.16	1:26.73	1100m:	15:58.44	1:27.69	1500m:	21:33.37	1:17.78		
	400m:	5:44.21	1:29.90	800m:	11:36.23	1:27.07	1200m:	17:24.24	1:25.80					
10.	Nina de Witt	Het Y				22:27.27 200801858				22:01.68				
	100m:	1:20.86	1:20.86	500m:	7:07.67	1:26.41	900m:	13:07.21	1:31.58	1300m:	19:08.69	1:29.43		
	200m:	2:47.36	1:26.50	600m:	8:35.15	1:27.48	1000m:	14:37.81	1:30.60	1400m:	20:37.38	1:28.69		
	300m:	4:13.86	1:26.50	700m:	10:05.09	1:29.94	1100m:	16:08.30	1:30.49	1500m:	22:01.68	1:24.30		
	400m:	5:41.26	1:27.40	800m:	11:35.63	1:30.54	1200m:	17:39.26	1:30.96					
11.	Ashley Zechner	Zv Aquawaard				NT 201000774				22:41.14				
	100m:	1:23.69	1:23.69	500m:	7:27.47	1:31.31	900m:	13:35.69	1:31.62	1300m:	19:46.43	1:33.63		
	200m:	2:54.36	1:30.67	600m:	8:58.50	1:31.03	1000m:	15:07.69	1:32.00	1400m:	21:17.58	1:31.15		
	300m:	4:24.41	1:30.05	700m:	10:31.54	1:33.04	1100m:	16:39.95	1:32.26	1500m:	22:41.14	1:23.56		
	400m:	5:56.16	1:31.75	800m:	12:04.07	1:32.53	1200m:	18:12.80	1:32.85					
12.	Nadia Kissau	Enkhuizer Zwem Vereniging				23:00.00 200804916				22:45.31				
	100m:	1:15.41	1:15.41	500m:	7:17.13	1:33.12	900m:	13:27.16	1:30.64	1300m:	19:42.17	1:33.95		
	200m:	2:41.86	1:26.45	600m:	8:51.64	1:34.51	1000m:	14:59.84	1:32.68	1400m:	21:15.74	1:33.57		
	300m:	4:11.77	1:29.91	700m:	10:25.29	1:33.65	1100m:	16:34.38	1:34.54	1500m:	22:45.31	1:29.57		
	400m:	5:44.01	1:32.24	800m:	11:56.52	1:31.23	1200m:	18:08.22	1:33.84					
13.	Anouk Venema	Triton				23:51.20 200900844				22:46.58				
	100m:	1:23.41	1:23.41	500m:	7:30.08	1:32.52	900m:	13:41.11	1:31.87	1300m:	19:48.16	1:32.24		
	200m:	2:53.82	1:30.41	600m:	9:02.71	1:32.63	1000m:	15:13.15	1:32.04	1400m:	21:19.03	1:30.87		
	300m:	4:25.46	1:31.64	700m:	10:36.01	1:33.30	1100m:	16:44.82	1:31.67	1500m:	22:46.58	1:27.55		
	400m:	5:57.56	1:32.10	800m:	12:09.24	1:33.23	1200m:	18:15.92	1:31.10					
14.	Floor de Jong	De Zwoer				NT 200703490				23:45.90				
	100m:	1:26.84	1:26.84	500m:	7:43.83	1:36.26	900m:	14:06.51	1:37.44	1300m:	20:34.01	1:39.01		
	200m:	2:58.75	1:31.91	600m:	9:18.63	1:34.80	1000m:	15:41.61	1:35.10	1400m:	22:12.38	1:38.37		
	300m:	4:32.23	1:33.48	700m:	10:53.70	1:35.07	1100m:	17:17.45	1:35.84	1500m:	23:45.90	1:33.52		
	400m:	6:07.57	1:35.34	800m:	12:29.07	1:35.37	1200m:	18:55.00	1:37.55					
15.	Robyn van Bers	De Zwoer				NT 201100792				24:00.61				
	100m:	1:23.91	1:23.91	500m:	7:45.55	1:35.51	900m:	14:20.41	1:38.21	1300m:	20:55.04	1:37.39		
	200m:	2:57.95	1:34.04	600m:	9:24.47	1:38.92	1000m:	15:59.23	1:38.82	1400m:	22:28.79	1:33.75		
	300m:	4:32.89	1:34.94	700m:	11:04.07	1:39.60	1100m:	17:38.98	1:39.75	1500m:	24:00.61	1:31.82		
	400m:	6:10.04	1:37.15	800m:	12:42.20	1:38.13	1200m:	19:17.65	1:38.67					
16.	Bente Jongeling	Triton				27:55.69 201201544				24:38.31				
	100m:	1:29.94	1:29.94	500m:	8:10.72	1:40.97	900m:	14:52.27	1:40.37	1300m:	21:28.35	1:39.61		
	200m:	3:08.34	1:38.40	600m:	9:50.40	1:39.68	1000m:	16:30.48	1:38.21	1400m:	23:07.24	1:38.89		
	300m:	4:48.77	1:40.43	700m:	11:31.08	1:40.68	1100m:	18:09.25	1:38.77	1500m:	24:38.31	1:31.07		
	400m:	6:29.75	1:40.98	800m:	13:11.90	1:40.82	1200m:	19:48.74	1:39.49					
17.	Roos van Bentum	De Zwoer				NT 199107292				25:15.36				
	100m:	1:28.30	1:28.30	500m:	8:11.97	1:42.42	900m:	15:02.52	1:42.35	1300m:	21:54.09	1:42.55		
	200m:	3:06.82	1:38.52	600m:	9:54.65	1:42.68	1000m:	16:45.03	1:42.51	1400m:	23:36.83	1:42.74		
	300m:	4:47.19	1:40.37	700m:	11:37.65	1:43.00	1100m:	18:28.72	1:43.69	1500m:	25:15.36	1:38.53		
	400m:	6:29.55	1:42.36	800m:	13:20.17	1:42.52	1200m:	20:11.54	1:42.82					
18.	Mara van Veen	De Zwoer				NT 201102844				28:16.79				
	100m:	1:37.60	1:37.60	500m:	8:58.96	1:52.79	900m:	16:49.07	1:56.33	1300m:	24:36.19	1:58.18		
	200m:	3:25.45	1:47.85	600m:	10:54.88	1:55.92	1000m:	18:45.62	1:56.55	1400m:	26:28.13	1:51.94		
	300m:	5:15.10	1:49.65	700m:	12:54.72	1:59.84	1100m:	20:42.84	1:57.22	1500m:	28:16.79	1:48.66		
	400m:	7:06.17	1:51.07	800m:	14:52.74	1:58.02	1200m:	22:38.01	1:55.17					