

Uitslag Open Nederlandse Masters Kampioenschappen 2014 korte baan 24-01-2014 t/m 26-01-2014 te Zwolle (25m baan)

Progr nr: 3	4x200m vrij est. dames/heren mix		100m	200m		Eindtijd	
			<i>M80-99JR, J80-99JR, MJ80-99JR, J100-119JR, MJ100-119JR, M100-119JR, M120-159JR, J120-159JR, MJ120-159JR, M160-199JR, J160-199JR, MJ160-199JR, M200-239JR, J200-239JR, MJ200-239JR, M240-279JR, J240-279JR, MJ240-279JR, J280-319JR, MJ280-319JR, M280-319JR, M320-359JR, MJ320-359JR, J320-359JR</i>				
1	LZ 1886		1.07.84	2.22.58		8.47.30CRN	Nederla
	Simone de Boer, Lars Sieval, Seline Koek, Joost Rijntjes						
	50m: 0.32.10, 100m: 1.07.84, 150m: 1.45.44, 200m: 2.22.58, 250m: 2.50.35, 300m: 3.21.50, 350m: 3.53.25, 400m: 4.23.81, 450m: 4.54.44, 500m: 5.28.62, 550m: 6.04.57, 600m: 6.40.63, 650m: 7.08.59, 700m: 7.40.66, 750m: 8.13.76						
	Verbeteringen		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
CRN	4x200 VRIJ Estafette		8.47.30	9.03.19	14-04-2013	Leiden	25m Estafette Mix
Progr nr: 5	50m school heren mix					Eindtijd	
			<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>				
4	Boy Heijnekamp	0.34.73	89-01161			0.34.42	
9	Bas Zierikzee	0.36.55	92-04321			0.37.57	
Progr nr: 7	200m wissel heren mix		50m			Eindtijd	
			<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>				
1	Boy Heijnekamp	2.31.14	89-01161	0.31.41		2.29.13	
	50m: 0.31.41, 100m: 1.10.59, 150m: 1.54.96						
9	Otto Jansen	2.44.91	65-01403	0.35.40		2.41.67*	
	50m: 0.35.40, 100m: 1.16.30, 150m: 2.04.91						
	Verbeteringen		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	200 WISSEL Otto Jansen		2.41.67	2.44.56	02-12-2008	Leiden	25m
Progr nr: 8	200m wissel dames mix		50m			Eindtijd	
			<i>M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO</i>				
4	Janet van der Poel	2.33.03	93-01842	0.32.13		2.34.92	
	50m: 0.32.13, 100m: 1.12.36, 150m: 1.58.34						
6	Simone de Boer	2.37.64	93-06858	0.34.95		2.41.42	
	50m: 0.34.95, 100m: 1.15.65, 150m: 2.04.24						
1	Heidi van Stein	2.46.33	69-00864	0.35.15*		2.42.75*	
	50m: 0.35.15, 100m: 1.16.72, 150m: 2.05.06						
6	Anna Boef	2.46.05	88-06288	0.35.50*		2.44.41*	
	50m: 0.35.50, 100m: 1.16.12, 150m: 2.04.71						
	Verbeteringen		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	200 WISSEL Heidi van Stein		2.42.75	2.46.33	29-10-2013	Leiden	25m
PR	200 WISSEL Anna Boef		2.44.41	2.46.05	29-10-2013	Leiden	25m
PR	50 VLINDE Heidi van Stein		0.35.15	0.35.52	29-10-2013	Leiden	25m
PR	50 VLINDE Anna Boef		0.35.50	0.35.53	15-12-2013	Leiden	25m
Progr nr: 9	100m vlinder heren mix		50m			Eindtijd	
			<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>				
2	Lars Sieval	0.58.44	93-00723	0.27.47		0.58.96	
3	Joost Rijntjes	0.59.99	91-01899	0.27.47		1.00.68	
5	Thomas Hansen	1.02.77	92-04327	0.29.08		1.02.90	
Progr nr: 10	100m vlinder dames mix		50m			Eindtijd	
			<i>M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO</i>				
1	Janet van der Poel	1.10.12	93-01842	0.32.32		1.09.63	

Progr nr: 11 200m vrij heren mix		50m	100m			Eindtijd
<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>						
5	Sjoerd Sieval	2.08.15	90-02663	0.28.94	1.01.30	2.07.51
50m: 0.28.94, 100m: 1.01.30, 150m: 1.34.64						
Progr nr: 12 200m vrij dames mix		50m	100m			Eindtijd
<i>M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO</i>						
3	Seline Koek	2.15.45	94-00622	0.30.56	1.04.96	2.15.07
50m: 0.30.56, 100m: 1.04.96, 150m: 1.40.20						
1	Heidi van Stein	2.21.40	69-00864	0.31.95	1.07.42	2.20.40*
50m: 0.31.95, 100m: 1.07.42, 150m: 1.43.82						
Verbeteringen			<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>		
PR	200 VRIJ	Heidi van Stein	2.20.40	2.21.40	25-01-2013 Nijverdal	25m
Progr nr: 13 4x50m wissel est. heren mix		50m				Eindtijd
<i>J80-99JR, J100-119JR, J120-159JR, J160-199JR, J200-239JR, J240-279JR, J280-319JR, J320-359JR</i>						
2	LZ 1886			0.30.91		
Sjoerd Sieval, Joost Rijntjes, Thomas Hansen, Bas Zierikzee						
50m: 0.30.91, 100m: 1.03.98, 150m: 1.31.03						
Progr nr: 14 4x50m wissel est. dames mix		50m				Eindtijd
<i>M80-99JR, M100-119JR, M120-159JR, M160-199JR, M200-239JR, M240-279JR, M280-319JR, M320-359JR</i>						
1	LZ 1886			0.35.33		
Anna Boef, Seline Koek, Janet van der Poel, Simone de Boer						
50m: 0.35.33, 100m: 1.13.94, 150m: 1.45.13						
Progr nr: 16 400m vrij dames mix		50m	100m	200m	300m	Eindtijd
<i>M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO</i>						
4	Seline Koek	4.48.13	94-00622	0.31.66	1.06.63	2.19.47
50m: 0.31.66, 100m: 1.06.63, 150m: 1.42.79, 200m: 2.19.47, 250m: 2.56.66, 300m: 3.34.55, 350m: 4.12.48						
1	Heidi van Stein	4.59.95	69-00864	0.32.75	1.08.66	2.23.60
50m: 0.32.75, 100m: 1.08.66, 150m: 1.46.05, 200m: 2.23.60, 250m: 3.01.96, 300m: 3.41.23, 350m: 4.20.17						
Verbeteringen			<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>		
PR	300 VRIJ	Heidi van Stein	3.41.23	3.42.86	26-01-2013 Nijverdal	25m
PR	400 VRIJ	Heidi van Stein	4.58.82	4.59.95	26-01-2013 Nijverdal	25m
Progr nr: 17 400m vrij heren mix		50m	100m	200m	300m	Eindtijd
<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>						
2	Kristiaan Lenos	4.17.45	83-01331	0.27.37	0.58.12	2.02.75
50m: 0.27.37, 100m: 0.58.12, 150m: 1.30.00, 200m: 2.02.75, 250m: 2.36.44, 300m: 3.09.71, 350m: 3.43.43						
1	Joost Rijntjes	4.23.69	91-01899	0.28.87	1.01.17	2.08.98
50m: 0.28.87, 100m: 1.01.17, 150m: 1.34.56, 200m: 2.08.98, 250m: 2.43.59, 300m: 3.18.24, 350m: 3.52.92						
Progr nr: 20 50m rug dames mix						Eindtijd
<i>M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO</i>						
10	Simone de Boer	0.34.94	93-06858			0.34.93*
10	Anna Boef	0.34.82	88-06288			0.35.28
1	Heidi van Stein	0.36.35	69-00864			0.36.03*
Verbeteringen			<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>		
PR	50 RUG	Heidi van Stein	0.36.03	0.36.35	26-01-2013 Nijverdal	25m
PR	50 RUG	Simone de Boer	0.34.93	0.34.94	06-10-2013 Leiden	25m
Progr nr: 21 50m rug heren mix						Eindtijd
<i>J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO</i>						
2	Lars Sieval	0.28.76	93-00723			0.28.99
6	Thomas Hansen	0.30.63	92-04327			0.30.25*
6	Boy Heijnekamp	0.31.63	89-01161			0.32.70
8	Otto Jansen	0.34.02	65-01403			0.34.86

11 Bas Zierikzee 0.34.08 92-04321 0.35.56

Verbeteringen

PR 50 RUG Thomas Hansen 0.30.25 0.30.63 15-12-2013 Leiden 25m

Progr nr: 22 4x100m wissel est. dames/heren mix 50m 100m Eindtijd

J80-99JR, MJ80-99JR, M80-99JR, J100-119JR, MJ100-119JR, M100-119JR, MJ120-159JR, M120-159JR, J120-159JR, MJ160-199JR, M160-199JR, J160-199JR, M200-239JR, J200-239JR, MJ200-239JR, M240-279JR, J240-279JR, MJ240-279JR, M280-319JR, J280-319JR, MJ280-319JR, MJ320-359JR, M320-359JR, J320-359JR

1 LZ 1886 0.35.79 1.13.06* 4.27.85CRN Nederla

Simone de Boer, Kristiaan Lenos, Janet van der Poel, Sjoerd Sieval

50m: 0.35.79, 100m: 1.13.06, 150m: 1.45.08, 200m: 2.21.92, 250m: 2.53.34, 300m: 3.32.29, 350m: 3.58.53

Verbeteringen

PR 100 RUG Simone de Boer 1.13.06 1.13.40 17-02-2013 Bodegraven 25m
CRN 4x100 WISSEL Estafette 4.27.85 4.41.67 26-01-2013 Nijverdal 25m Estafette Mix

Progr nr: 25 4x50m vrij est. heren mix 50m Eindtijd

J80-99JR, J100-119JR, J120-159JR, J160-199JR, J200-239JR, J240-279JR, J280-319JR, J320-359JR

2 LZ 1886 0.24.38* 1.38.72CRN

Lars Sieval, Jelmar Kluiwstra, Sjoerd Sieval, Kristiaan Lenos

50m: 0.24.38, 100m: 0.49.21, 150m: 1.14.41

Verbeteringen

PR 50 VRIJ Lars Sieval 0.24.38 0.24.57 13-12-2009 Leiden 25m
CRN 4x50 VRIJ Estafette 1.38.72 1.39.08 08-01-2012 Bergschenhoek 25m Estafette Heren

Progr nr: 27 200m school heren mix 50m 100m Eindtijd

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

2 Kristiaan Lenos 2.31.96 83-01331 0.32.89 1.11.16 2.31.21

50m: 0.32.89, 100m: 1.11.16, 150m: 1.51.02

6 Thomas Hansen 2.44.02 92-04327 0.36.89 1.18.09 2.41.32*

50m: 0.36.89, 100m: 1.18.09, 150m: 1.58.92

Verbeteringen

PR 200 SCHOOL Thomas Hansen 2.41.32 2.43.48 21-02-2010 Leiden 25m

Progr nr: 28 100m vrij dames mix 50m Eindtijd

M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

4 Janet van der Poel 1.03.25 93-01842 0.29.94 1.02.33

7 Seline Koek 1.02.81 94-00622 0.30.65 1.03.23

10 Simone de Boer 1.04.18 93-06858 0.30.68 1.03.86*

2 Heidi van Stein 1.04.38 69-00864 0.30.75 1.04.22*

11 Anna Boef 1.09.23 88-06288 0.33.21 1.08.98*

Verbeteringen

PR 100 VRIJ Simone de Boer 1.03.86 1.04.18 15-04-2012 Alphen aan den 25m
PR 100 VRIJ Anna Boef 1.08.98 1.09.23 10-12-2013 Leiden 25m
PR 100 VRIJ Heidi van Stein 1.04.22 1.04.38 26-01-2013 Nijverdal 25m

Progr nr: 29 100m vrij heren mix 50m Eindtijd

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

3 Lars Sieval 0.52.72 93-00723 0.25.26 0.52.83

6 Jelmar Kluiwstra 0.55.66 92-04323 0.26.49 0.55.43

9 Joost Rijntjes 0.54.65 91-01899 0.26.60 0.56.14

27 Bas Zierikzee 1.04.73 92-04321 0.30.94 1.08.15

10 Marnix Cornelisse 1.17.04 80-02343 0.33.74 1.12.13*

Verbeteringen

PR 100 VRIJ Marnix Cornelisse 1.12.13 1.17.04 21-12-2013 Leiden 25m

Progr nr: 30 50m vlinder dames mix 50m Eindtijd

M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

7 Janet van der Poel 0.31.16 93-01842 0.31.72

Progr nr: 31 50m vlinder heren mix **Eindtijd**

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

4	Lars Sieval	0.26.34	93-00723						0.26.63
6	Thomas Hansen	0.27.60	92-04327						0.27.30*
8	Joost Rijntjes	0.26.89	91-01899						0.27.71
10	Boy Heijnekamp	0.30.01	89-01161						0.29.82
22	Bas Zierikzee	0.31.05	92-04321						0.32.80

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	50	VLINDE	Thomas Hansen	0.27.30	0.27.60	25-01-2013	Nijverdal	25m	
----	----	--------	---------------	---------	---------	------------	-----------	-----	--

Progr nr: 32 100m rug dames mix **50m** **Eindtijd**

M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

10	Simone de Boer	1.13.40	93-06858	0.35.78					1.12.74*
4	Anna Boef	1.13.59	88-06288	0.36.02					1.13.66
2	Heidi van Stein	1.16.63	69-00864	0.37.27					1.16.86

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	100	RUG	Simone de Boer	1.12.74	1.13.06	25-01-2014	Zwolle	25m	
----	-----	-----	----------------	---------	---------	------------	--------	-----	--

Progr nr: 33 100m rug heren mix **50m** **Eindtijd**

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

2	Jelmar Kluiwstra	1.02.41	92-04323	0.30.45					1.02.60
6	Sjoerd Sieval	1.05.39	90-02663	0.32.77					1.06.33
5	Otto Jansen	1.12.33	65-01403	0.35.71					1.12.40

Progr nr: 34 4x50m wissel est. dames/heren mix **50m** **Eindtijd**

MJ80-99JR, MJ100-119JR, MJ120-159JR, MJ160-199JR, MJ200-239JR, MJ240-279JR, MJ280-319JR, MJ320-359JR

4	LZ 1886			0.34.93					2.06.69CRN
---	---------	--	--	---------	--	--	--	--	------------

Anna Boef, Kristiaan Lenos, Boy Heijnekamp, Heidi van Stein

50m: 0.34.93, 100m: 1.07.42, 150m: 1.37.04

4	LZ 1886			0.34.72					2.08.13
---	---------	--	--	---------	--	--	--	--	---------

Janet van der Poel, Seline Koek, Thomas Hansen, Bas Zierikzee

50m: 0.34.72, 100m: 1.12.95, 150m: 1.39.85

Verbeteringen

Nieuw Oud

CRN	4x50	WISSEL	Estafette	2.06.69	2.07.24	07-05-2011	Eindhoven	50m Estafette	Mix
-----	------	--------	-----------	---------	---------	------------	-----------	---------------	-----

Progr nr: 37 400m wissel heren mix **50m** **100m** **Eindtijd**

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

1	Kristiaan Lenos	4.55.74	83-01331	0.29.06	1.04.58				4.50.22*
---	-----------------	---------	----------	---------	---------	--	--	--	----------

50m: 0.29.06, 100m: 1.04.58, 150m: 1.42.18, 200m: 2.19.13, 250m: 3.00.76, 300m: 3.43.31, 350m: 4.17.43

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	400	WISSEL	Kristiaan Lenos	4.50.22	4.51.82	10-02-2008	Amsterdam	25m	
----	-----	--------	-----------------	---------	---------	------------	-----------	-----	--

Progr nr: 39 800m vrij heren mix **100m** **200m** **400m** **600m** **Eindtijd**

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

2	Kristiaan Lenos	9.07.80	83-01331	1.01.64	2.08.76	4.26.04	6.44.17*CR		9.00.87
---	-----------------	---------	----------	---------	---------	---------	------------	--	---------

50m: 0.29.23, 100m: 1.01.64, 150m: 1.35.25, 200m: 2.08.76, 250m: 2.42.71, 300m: 3.16.81, 350m: 3.51.09, 400m: 4.26.04, 450m: 5.00.66, 500m: 5.35.28, 550m: 6.09.78, 600m: 6.44.17, 650m: 7.18.79, 700m: 7.53.37, 750m: 8.27.88

2	Joost Rijntjes	9.04.65	91-01899	1.01.86	2.10.28	4.30.84	6.54.18		9.16.73
---	----------------	---------	----------	---------	---------	---------	---------	--	---------

50m: 0.29.26, 100m: 1.01.86, 150m: 1.35.71, 200m: 2.10.28, 250m: 2.45.12, 300m: 3.20.32, 350m: 3.55.51, 400m: 4.30.84, 450m: 5.06.66, 500m: 5.42.29, 550m: 6.18.29, 600m: 6.54.18, 650m: 7.30.10, 700m: 8.06.37, 750m: 8.42.07

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	600	VRIJ	Kristiaan Lenos	6.44.17	6.46.63	28-11-2010	Leiden	25m	
CRN	600	VRIJ	Kristiaan Lenos	6.44.17	6.46.63	28-11-2010	Leiden	25m	Kristiaan Lenos Heren

Progr nr: 41 4x100m vrij est. dames/heren mix **50m** **100m** **Eindtijd**
J80-99JR, MJ80-99JR, M80-99JR, M100-119JR, J100-119JR, MJ100-119JR, M120-159JR, J120-159JR, MJ120-159JR, M160-199JR, J160-199JR, MJ160-199JR, M200-239JR, J200-239JR, MJ200-239JR, M240-279JR, J240-279JR, MJ240-279JR, MJ280-319JR, J280-319JR, M280-319JR, J320-359JR, MJ320-359JR, M320-359JR

1 LZ 1886 0.27.04 0.57.46* 3.40.39

Thomas Hansen, Jelmar Kluiwstra, Sjoerd Sieval, Kristiaan Lenos

50m: 0.27.04, 100m: 0.57.46, 150m: 1.23.41, 200m: 1.51.37, 250m: 2.17.90, 300m: 2.47.11, 350m: 3.12.16

Verbeteringen

				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	100	VRIJ	Thomas Hansen	0.57.46	0.57.74	26-11-2013	Leiden	25m

Progr nr: 43 200m rug heren mix **50m** **100m** **Eindtijd**
J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

1 Jelmar Kluiwstra 2.20.01 92-04323 0.33.98 1.10.36 2.21.03

50m: 0.33.98, 100m: 1.10.36, 150m: 1.46.72

2 Sjoerd Sieval 2.20.76 90-02663 0.34.42 1.10.48 2.24.66

50m: 0.34.42, 100m: 1.10.48, 150m: 1.48.19

4 Otto Jansen 2.47.37 65-01403 0.36.80 1.16.84 2.39.00*

50m: 0.36.80, 100m: 1.16.84, 150m: 1.58.36

Verbeteringen

				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	200	RUG	Otto Jansen	2.39.00	2.47.37	05-09-2013	Eindhoven	50m

Progr nr: 44 200m rug dames mix **50m** **100m** **Eindtijd**
M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

7 Simone de Boer 2.36.95 93-06858 0.36.27 1.15.33 2.35.34*

50m: 0.36.27, 100m: 1.15.33, 150m: 1.55.46

2 Anna Boef 2.42.75 88-06288 0.36.44 1.15.66 2.35.88*

50m: 0.36.44, 100m: 1.15.66, 150m: 1.55.51

1 Heidi van Stein 2.46.70 69-00864 0.38.72 1.19.84 2.47.33

50m: 0.38.72, 100m: 1.19.84, 150m: 2.03.08

Verbeteringen

				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	200	RUG	Anna Boef	2.35.88	2.42.75	26-01-2013	Nijverdal	25m
PR	200	RUG	Simone de Boer	2.35.34	2.36.95	12-02-2013	Leiden	25m

Progr nr: 45 100m wissel heren mix **Eindtijd**
J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

3 Kristiaan Lenos 1.01.48 83-01331 1.01.56

50m: 0.28.49

4 Thomas Hansen 1.05.03 92-04327 1.04.32*

50m: 0.29.06

8 Jelmar Kluiwstra 1.05.80 92-04323 1.05.84

50m: 0.29.14

5 Boy Heijnekamp 1.07.86 89-01161 1.07.87

50m: 0.31.92

7 Otto Jansen 1.14.21 65-01403 1.13.20

50m: 0.34.82

14 Bas Zierikzee 1.12.64 92-04321 1.16.77

50m: 0.33.93

Verbeteringen

				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>			
PR	100	WISSEL	Thomas Hansen	1.04.32	1.05.03	27-01-2013	Nijverdal	25m

Progr nr: 46 100m wissel dames mix **Eindtijd**
M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

6 Janet van der Poel 1.11.35 93-01842 1.11.03*

50m: 0.32.45

9 Simone de Boer 1.13.72 93-06858 1.14.10

50m: 0.34.18

13 Anna Boef 1.17.73 88-06288 1.16.81*

50m: 0.35.03

Verbeteringen				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	100	WISSEL	Anna Boef	1.16.81	1.17.73	06-10-2013	Voorschoten	25m	
PR	100	WISSEL	Janet van der Poel	1.11.03	1.11.25	18-12-2010	Leiden	25m	

Progr nr: 47 50m vrij heren mix

Eindtijd

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

2	Lars Sieval	0.24.91	93-00723						0.24.34*
4	Joost Rijntjes	0.24.64	91-01899						0.24.73
9	Thomas Hansen	0.26.61	92-04327						0.26.23*
14	Bas Zierikzee	0.27.72	92-04321						0.28.83
13	Marnix Cornelisse	0.31.73	80-02343						0.32.57

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	50	VRIJ	Thomas Hansen	0.26.23	0.26.61	08-12-2013	Den Haag	25m	
PR	50	VRIJ	Lars Sieval	0.24.34	0.24.38	25-01-2014	Zwolle	25m	

Progr nr: 48 50m vrij dames mix

Eindtijd

M20-24JR, M25-29JR, M30-34JR, M35-39JR, M40-44JR, M45-49JR, M50-54JR, M55-59JR, M60-64JR, M65-69JR, M70-74JR, M75-79JR, M80-84JR, M85-89JR, M90-94JR, M95EO

10	Janet van der Poel	0.28.91	93-01842						0.29.16
3	Heidi van Stein	0.29.74	69-00864						0.29.66*

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	50	VRIJ	Heidi van Stein	0.29.66	0.29.74	10-03-2013	Vlaardingen	25m	
----	----	------	-----------------	---------	---------	------------	-------------	-----	--

Progr nr: 49 100m school heren mix

50m

Eindtijd

J20-24JR, J25-29JR, J30-34JR, J35-39JR, J40-44JR, J45-49JR, J50-54JR, J55-59JR, J60-64JR, J65-69JR, J70-74JR, J75-79JR, J80-84JR, J85-89JR, J90-94JR, J95EO

3	Kristiaan Lenos	1.08.99	83-01331	0.32.63					1.09.81
8	Boy Heijnekamp	1.18.41	89-01161	0.36.70					1.17.54

Progr nr: 51 4x50m vrij est. dames/heren mix

50m

Eindtijd

MJ80-99JR, MJ100-119JR, MJ120-159JR, MJ160-199JR, MJ200-239JR, MJ240-279JR, MJ280-319JR, MJ320-359JR

3	LZ 1886				0.29.41*				1.46.84CRN
---	---------	--	--	--	----------	--	--	--	------------

Simone de Boer, Seline Koek, Lars Sieval, Joost Rijntjes

50m: 0.29.41, 100m: 0.58.38, 150m: 1.22.31

6	LZ 1886				0.27.24				1.58.15
---	---------	--	--	--	---------	--	--	--	---------

Boy Heijnekamp, Anna Boef, Otto Jansen, Heidi van Stein

50m: 0.27.24, 100m: 0.59.92, 150m: 1.28.63

Verbeteringen

Nieuw Oud

PR	50	VRIJ	Simone de Boer	0.29.41	0.29.47	07-04-2013	Heemstede	25m	
CRN	4x50	VRIJ	Estafette	1.46.84	1.52.09	27-01-2013	Nijverdal	25m	Estafette

Mix