

## Uitslag overzicht

Korte baan (25m)

Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.
Abed Soufiane	04 :	50 vrije slag		40.65		35.75
		100 vrije slag		1:32.34		1:18.46
		200 vrije slag		3:16.71		-- PR.
		400 vrije slag		6:45.96		-- PR.
		800 vrije slag	21	13:24.02		-- PR.
van Andel Babet	03 :	50 vrije slag		42.03		38.01
		100 vrije slag		1:27.97		1:20.35
		200 vrije slag		3:01.96		2:52.11
		400 vrije slag		6:11.60		7:43.78 PR.
		800 vrije slag	16	12:27.36		-- PR.
van Beek Robin	97 :	50 vrije slag		30.16		25.26
		100 vrije slag		1:02.37		54.96
		200 vrije slag		2:08.93		1:58.19
		400 vrije slag		4:24.65		4:13.91
		800 vrije slag	2	8:54.69		8:55.43 PR.
van Beek Sander	00 :	50 vrije slag		31.28		27.08
		100 vrije slag		1:07.03		58.80
		200 vrije slag		2:21.53		2:09.79
		400 vrije slag		4:52.87		4:41.84
		800 vrije slag	8	10:02.37		10:04.26 PR.
van Beek Thimo	03 :	50 vrije slag		35.60		30.87
		100 vrije slag		1:16.50		1:08.78
		200 vrije slag		2:39.45		2:33.39
		400 vrije slag		5:28.58		5:41.34 PR.
		800 vrije slag	16	11:10.66		12:27.31 PR.
Berry Noë	03 :	50 vrije slag		38.12		32.00
		100 vrije slag		1:23.11		1:12.45
		200 vrije slag		2:56.49		2:46.56
		400 vrije slag		6:09.97		6:30.03 PR.
		800 vrije slag	20	12:35.79		13:28.24 PR.
de Boer Rosanne	91 :	50 vrije slag		35.28		28.85
		100 vrije slag		1:14.93		1:02.23
		200 vrije slag		2:36.37		2:12.18
		400 vrije slag		5:20.61		4:37.54
		800 vrije slag	7	10:47.79		9:31.08
Bom Mark	02 :	50 vrije slag		34.91		29.73
		100 vrije slag		1:13.93		1:06.61
		200 vrije slag		2:36.63		2:29.57
		400 vrije slag		5:27.38		5:40.32 PR.
		800 vrije slag	17	11:18.21		11:52.28 PR.
Brandt Maurits	91 :	50 vrije slag		33.65		-- PR.
		100 vrije slag		1:10.50		-- PR.
		200 vrije slag		2:28.60		-- PR.
		400 vrije slag		5:13.12		-- PR.
		800 vrije slag	13	10:43.00		-- PR.
Caspers Tamara	90 :	50 vrije slag		35.24		29.23
		100 vrije slag		1:14.77		1:04.33
		200 vrije slag		2:37.91		2:24.00
		400 vrije slag		5:26.95		5:12.30
		800 vrije slag	9	11:04.27		10:43.50

## LAC periode 1 vrije slag

Leiden (NED) 11-12-2016

van Dam Victor	01 :	50 vrije slag	34.14	30.42	
		100 vrije slag	1:10.96	1:04.29	
		200 vrije slag	2:28.56	2:22.82	
		400 vrije slag	5:11.70	5:24.28	PR.
		800 vrije slag	12 10:34.17	10:56.06	PR.
Fun Sela	05 :	50 vrije slag	43.66	36.99	
		100 vrije slag	1:33.71	1:24.47	
		200 vrije slag	3:17.12	3:33.15	PR.
		400 vrije slag	1 6:36.80	7:16.35	PR.
Geelen Guus	04 :	50 vrije slag	37.44	33.43	
		100 vrije slag	1:21.34	1:16.41	
		200 vrije slag	2:51.78	2:48.46	
		400 vrije slag	5:57.08	6:29.76	PR.
		800 vrije slag	18 12:03.84	13:35.44	PR.
Heemskerk Moniek	96 :	50 vrije slag	33.70	29.71	
		100 vrije slag	1:10.40	1:02.87	
		200 vrije slag	2:25.63	2:15.51	
		400 vrije slag	4:59.08	4:49.72	
		800 vrije slag	3 10:12.87	10:01.47	
Heemskerk Sanne	01 :	50 vrije slag	31.95	28.60	
		100 vrije slag	1:07.60	1:00.19	
		200 vrije slag	2:21.30	2:13.14	
		400 vrije slag	4:54.61	4:45.17	
		800 vrije slag	2 10:07.35	9:57.89	
Hoogduin Guus	02 :	50 vrije slag	31.15	29.38	
		100 vrije slag	1:06.32	1:04.10	
		200 vrije slag	2:19.38	2:19.13	
		400 vrije slag	4:47.84	4:54.15	PR.
		800 vrije slag	5 9:47.11	10:03.30	PR.
van der Krogt Nick	95 :	50 vrije slag	32.29	27.86	
		100 vrije slag	1:07.91	59.21	
		200 vrije slag	2:22.45	2:11.66	
		400 vrije slag	4:52.57	4:39.80	
		800 vrije slag	7 9:51.69	9:44.60	
Lenos Kristiaan	83 :	50 vrije slag	30.50	24.31	
		100 vrije slag	1:03.50	52.82	
		200 vrije slag	2:09.94	1:57.75	
		400 vrije slag	4:31.14	4:15.02	
		800 vrije slag	4 9:24.46	8:51.40	
de Mooij Jeroen	01 :	50 vrije slag	36.11	30.74	
		100 vrije slag	1:16.01	1:07.24	
		200 vrije slag	2:39.08	2:27.03	
		400 vrije slag	5:28.92	5:24.48	
		800 vrije slag	15 11:02.13	11:08.90	PR.
Pardoen Brenda	05 :	50 vrije slag	46.77	40.53	
		100 vrije slag	1:39.80	1:33.24	
		200 vrije slag	3:31.24	4:00.66	PR.
		400 vrije slag	2 7:13.71	--	PR.
Verolme Sarah	03 :	50 vrije slag	40.60	34.30	
		100 vrije slag	1:24.82	1:15.81	
		200 vrije slag	2:57.94	2:49.33	
		400 vrije slag	6:06.83	6:28.83	PR.
		800 vrije slag	15 12:22.49	13:09.83	PR.

Vogelaar Chris	03 :	50 vrije slag		34.80	30.01	
		100 vrije slag		1:13.55	1:06.65	
		200 vrije slag		2:35.48	2:33.40	
		400 vrije slag		5:22.08	5:18.66	
		800 vrije slag	14	10:55.73	11:37.24	PR.
Vos Nikita	99 :	50 vrije slag		36.46	29.69	
		100 vrije slag		1:16.71	1:04.38	
		200 vrije slag		2:41.46	2:20.69	
		400 vrije slag		5:34.99	5:08.81	
		800 vrije slag	10	11:22.83	10:33.78	
Vreeswijk Myrthe	98 :	50 vrije slag		33.85	30.01	
		100 vrije slag		1:12.51	1:04.28	
		200 vrije slag		2:33.66	2:19.18	
		400 vrije slag		5:19.59	4:56.52	
		800 vrije slag	6	10:45.03	10:08.61	
Wassink Natasha	04 :	50 vrije slag		42.38	35.03	
		100 vrije slag		1:31.42	1:21.40	
		200 vrije slag		3:11.96	2:57.17	
		400 vrije slag		6:38.61	--	PR.
		800 vrije slag	17	13:23.62	--	PR.

Totaal 123 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 89.6%

0 nieuw(e) record(s), 34 nieuw(e) persoonlijke record(s)

Grootste verbetering: van Andel Babet, 400 vrije slag 6:11.60