

## Uitslag overzicht

Korte baan (25m)

Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.	
van Beek Robin	97 :	50 vrije slag		31.21		25.06	
		50 vrije slag		26.72		25.06	
		50 vrije slag		27.48		25.06	
		50 vrije slag		31.84		25.06	
		50 vrije slag		29.57		25.06	
		50 vrije slag		28.54		25.06	
		100 vrije slag		1:06.32		54.96	
		100 vrije slag		1:01.80		54.96	
		100 vrije slag	Est.	55.62		54.96	
		100 vrije slag		1:05.19		54.96	
		100 vrije slag		58.03		54.96	
		100 vrije slag		59.34		54.96	
		200 vrije slag	Est.	2:02.23		1:58.19	
		200 vrije slag		2:16.14		1:58.19	
		200 vrije slag		2:08.38		1:58.19	
		200 vrije slag		2:15.52		1:58.19	
		200 vrije slag	1	2:01.06		1:58.19	
		400 vrije slag	1	4:20.56		4:13.91	
		400 vrije slag		4:36.99		4:13.91	
		400 vrije slag		4:35.32		4:13.91	
		800 vrije slag		9:15.67		8:54.69	
		800 vrije slag	1	9:09.96		8:54.69	
		1500 vrije slag	1	17:31.41		17:08.04	
		50 rugslag	Est.	29.09		29.34	PR.
		50 vlinderslag		27.68		27.54	
		50 vlinderslag		30.40		27.54	
		50 vlinderslag		29.42		27.54	
		100 vlinderslag	3	59.77		1:00.06	PR.
		100 vlinderslag		1:06.74		1:00.06	
		100 vlinderslag		1:05.93		1:00.06	
		200 vlinderslag	6	2:20.43		2:15.31	
200 wisselslag	4	2:19.37		2:17.69			
400 wisselslag	2	4:55.26		4:52.49			
Berkhout Martin	71 :	50 schoolslag		40.26		37.09	
		100 schoolslag	8	1:26.53		1:21.73	
		100 wisselslag	8	1:16.83		1:12.07	

Blankestijn Suzan	89 :	50 vrije slag		34.63	34.02	
		50 vrije slag		35.75	34.02	
		50 vrije slag		35.66	34.02	
		100 vrije slag		1:16.27	1:13.55	
		100 vrije slag		1:14.65	1:13.55	
		100 vrije slag		1:16.25	1:13.55	
		200 vrije slag	23	2:36.72	2:32.66	
		200 vrije slag		2:41.21	2:32.66	
		200 vrije slag		2:39.87	2:32.66	
		400 vrije slag	12	5:22.55	5:14.96	
		400 vrije slag		5:29.14	5:14.96	
		800 vrije slag	9	10:58.29	10:43.67	
		50 schoolslag		39.73	39.36	
		50 schoolslag		41.46	39.36	
		100 schoolslag	8	1:24.66	1:24.86	PR.
		100 schoolslag		1:27.36	1:24.86	
		200 schoolslag	4	3:02.50	3:06.09	PR.
		50 vlinderslag		37.01	36.87	
		100 vlinderslag		1:22.71	1:25.03	PR.
		200 wisselslag	10	2:49.37	2:48.43	
400 wisselslag	8	5:59.43	5:54.74			
Cilia Eloise	88 :	50 rugslag	Est.	33.11	37.08	PR.
		50 rugslag		34.20	37.08	PR.
		50 rugslag		35.86	37.08	PR.
		50 rugslag	2	32.79	37.08	PR.
		50 rugslag		34.03	37.08	PR.
		100 rugslag	Est.	1:11.80	1:17.48	PR.
		100 rugslag		1:15.68	1:17.48	PR.
		100 rugslag	3	1:10.69	1:17.48	PR.
		200 rugslag	4	2:37.98	2:45.98	PR.
		50 vlinderslag		34.55	33.42	
		50 vlinderslag	3	32.26	33.42	PR.
		200 wisselslag	3	2:42.27	2:45.02	PR.
		Epifani Mara	89 :	50 vrije slag		34.96
50 vrije slag				35.17	35.95	PR.
50 vrije slag				37.17	35.95	
100 vrije slag				1:13.95	1:15.44	PR.
100 vrije slag				1:13.70	1:15.44	PR.
100 vrije slag				1:17.64	1:15.44	
200 vrije slag				2:41.39	2:36.71	
200 vrije slag				2:35.06	2:36.71	PR.
200 vrije slag	15			2:31.30	2:36.71	PR.
400 vrije slag	11			5:19.08	5:20.36	PR.
400 vrije slag				5:30.86	5:20.36	
800 vrije slag	12			11:06.72	10:43.59	
50 rugslag				38.95	--	PR.
100 rugslag	Est.			1:20.23	--	PR.
50 vlinderslag				37.20	38.86	PR.
200 wisselslag	11			2:49.87	3:00.51	PR.
Gach Mariska	95 :			50 vrije slag		34.46
		50 vrije slag		37.38	31.65	
		100 vrije slag	24	1:10.85	1:07.19	
		100 vrije slag		1:18.89	1:07.19	
		200 vrije slag		2:46.36	2:27.73	
		400 vrije slag	17	5:44.91	5:27.35	
		50 rugslag		38.78	36.01	
		100 rugslag	17	1:19.03	1:16.31	

Heemskerk Moniek	96 :	50 vrije slag		33.02	29.71			
		50 vrije slag	15	29.94	29.71			
		50 vrije slag		31.82	29.71			
		50 vrije slag	Est.	30.03	29.71			
		50 vrije slag		32.71	29.71			
		50 vrije slag		31.77	29.71			
		50 vrije slag		32.40	29.71			
		100 vrije slag		1:09.71	1:02.87			
		100 vrije slag	16	1:06.58	1:02.87			
		100 vrije slag		1:08.73	1:02.87			
		100 vrije slag		1:09.50	1:02.87			
		100 vrije slag	Est.	1:06.71	1:02.87			
		200 vrije slag	15	2:22.10	2:15.51			
		200 vrije slag		2:25.55	2:15.51			
		200 vrije slag	Est.	2:24.87	2:15.51			
		400 vrije slag	9	4:57.40	4:49.72			
		50 schoolslag	12	38.51	36.78			
		50 schoolslag		39.19	36.78			
		100 schoolslag		1:23.17	1:18.58			
		200 schoolslag	5	2:53.35	2:47.26			
		50 vlinderslag		35.65	32.60			
		100 vlinderslag		1:17.46	1:11.24			
		100 vlinderslag		1:17.73	1:11.24			
		200 vlinderslag	2	2:44.95	2:30.62			
		400 wisselslag	9	5:34.60	5:18.29			
		Ipema Marieke	94 :	50 vrije slag	18	30.56	32.95	PR.
				50 vrije slag		36.42	32.95	
				50 vrije slag		33.45	32.95	
				50 vrije slag		37.77	32.95	
100 vrije slag				1:18.40	1:09.98			
100 vrije slag	22			1:10.15	1:09.98			
100 vrije slag				1:20.73	1:09.98			
200 vrije slag	24			2:46.91	2:40.30			
200 vrije slag				2:50.92	2:40.30			
400 vrije slag	18			5:51.71	5:46.93			
50 rugslag	Est.			40.95	--	PR.		
Kooman Ingmar	79 :	50 vrije slag	12	30.19	30.72	PR.		
		50 vrije slag		33.73	30.72			
		50 vrije slag		36.16	30.72			
		100 vrije slag		1:12.74	1:09.51			
		100 vrije slag		1:16.59	1:09.51			
		200 vrije slag	8	2:30.31	2:28.56			
		200 vrije slag		2:40.59	2:28.56			
		400 vrije slag	8	5:24.23	5:23.16			
		50 vlinderslag	5	33.14	32.86			

Lenos Kristiaan	83 :	50 vrije slag		31.02	24.31	
		50 vrije slag	4	25.33	24.31	
		50 vrije slag		29.08	24.31	
		50 vrije slag	Est.	25.61	24.31	
		50 vrije slag		27.82	24.31	
		100 vrije slag		1:01.56	52.82	
		100 vrije slag		1:05.29	52.82	
		100 vrije slag		58.60	52.82	
		200 vrije slag		2:08.24	1:57.75	
		200 vrije slag	2	2:03.41	1:57.75	
		200 vrije slag		2:15.57	1:57.75	
		400 vrije slag		4:36.99	4:15.02	
		400 vrije slag	1	4:24.70	4:15.02	
		800 vrije slag	1	9:19.49	8:51.40	
		50 schoolslag	3	32.14	31.38	
		50 schoolslag		34.41	31.38	
		100 schoolslag		1:13.61	1:08.34	
		200 schoolslag	1	2:34.53	2:29.64	
		50 vlinderslag		29.57	27.49	
		100 vlinderslag		1:06.75	1:01.77	
		100 wisselslag	4	1:03.35	1:01.48	
		200 wisselslag	2	2:20.29	2:14.10	
		400 wisselslag	1	5:03.66	4:50.22	
		de Mooij Dion	97 :	50 vrije slag	7	25.74
50 vrije slag				26.70	25.79	
100 vrije slag	5			57.15	56.37	
50 rugslag				32.40	30.16	
50 rugslag	4			29.81	30.16	PR.
50 rugslag				30.53	30.16	
100 rugslag				1:08.66	1:03.83	
100 rugslag	1			1:04.07	1:03.83	
200 rugslag	5			2:22.74	2:18.67	
50 vlinderslag	6			28.60	28.49	
100 wisselslag	11			1:05.55	1:05.80	PR.
Schrijner Cathy	91 :			50 vrije slag	40	38.13
		50 schoolslag	21	47.76	46.69	
		50 schoolslag		49.19	46.69	
		100 schoolslag	17	1:41.33	1:39.56	
		100 wisselslag	30	1:32.54	1:31.72	
Vázquez Garcia Adela	93 :	50 vrije slag	Est.	30.78	33.64	PR.
		50 vrije slag	20	30.68	33.64	PR.
		50 vrije slag		33.94	33.64	
		50 vrije slag		31.26	33.64	PR.
		50 vrije slag		35.75	33.64	
		100 vrije slag		1:11.85	1:11.74	
		100 vrije slag	18	1:08.92	1:11.74	PR.
		100 vrije slag		1:15.24	1:11.74	
		200 vrije slag	18	2:33.64	2:34.59	PR.
		200 vrije slag		2:41.80	2:34.59	
		400 vrije slag	14	5:43.74	5:22.95	
van der Voort Linda	92 :	50 vrije slag	18	30.31	33.24	PR.
		50 vrije slag		34.96	33.24	
		50 vrije slag		32.30	33.24	PR.
		100 vrije slag		1:13.91	1:09.99	
		100 vrije slag		1:09.44	1:09.99	PR.
		200 vrije slag		2:35.40	2:29.09	
		200 vrije slag	14	2:27.96	2:29.09	PR.
		400 vrije slag		5:23.25	5:30.10	PR.
		800 vrije slag	11	11:02.31	11:20.57	PR.

4 x 50 vrije slag Heren	:	Lenos Kristiaan de Mooij Dion	25.61 25.09	Kooman Ingmar van Beek Robin	29.93 24.75	3	1:45.38
4 x 50 vrije slag Dames	:	Heemskerk Moniek Ipema Marieke	30.03 30.35	Schrijner Cathy Blankestijn Suzan	37.38 31.90	6	2:09.66
4 x 50 vrije slag Dames	:	Vázquez Garcia Adela Epifani Mara	30.78 31.28	van der Voort Linda Cilia Eloise	30.24 30.30	3	2:02.60
4 x 100 vrije slag Dames	:	Heemskerk Moniek Ipema Marieke	1:06.71 1:10.37	Blankestijn Suzan Vázquez Garcia Adela	1:10.81 1:10.00	2	4:37.89
4 x 100 vrije slag Gemengd	:	van Beek Robin Epifani Mara	55.62 1:07.43	Cilia Eloise Lenos Kristiaan	1:06.93 54.53	2	4:04.51
4 x 200 vrije slag Heren	:	van Beek Robin Lenos Kristiaan	2:02.23 2:02.00	Kooman Ingmar de Mooij Dion	2:30.34 2:09.48	1	8:44.05
4 x 200 vrije slag Dames	:	Heemskerk Moniek Blankestijn Suzan	2:24.87 2:32.78	Vázquez Garcia Adela Cilia Eloise	2:37.93 2:28.57	4	10:04.15
4 x 50 wisselslag Heren	:	van Beek Robin Lenos Kristiaan	29.09 32.44	Kooman Ingmar Berkhout Martin	32.74 29.52	6	2:03.79
4 x 50 wisselslag Dames	:	Ipema Marieke Schrijner Cathy	40.95 45.99	van der Voort Linda Epifani Mara	32.83 31.13	3	2:30.90
4 x 50 wisselslag Dames	:	Cilia Eloise Heemskerk Moniek	33.11 38.17	Blankestijn Suzan Vázquez Garcia Adela	35.84 30.36	2	2:17.48
4 x 100 wisselslag Dames	:	Epifani Mara Blankestijn Suzan	1:20.23 1:24.34	van der Voort Linda Ipema Marieke	1:15.47 1:12.01	3	5:12.05
4 x 100 wisselslag Gemengd	:	Cilia Eloise Heemskerk Moniek	1:11.80 1:21.49	van Beek Robin Lenos Kristiaan	59.86 54.78	3	4:27.93

Totaal 197 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 92.6%

0 nieuw(e) record(s), 44 nieuw(e) persoonlijke record(s)

Grootste verbetering: Cilia Eloise, 50 rugslag 32.79