

Programmanr. 1  
12-11-2016

Dames, 4 x 100m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Steenwijk 1934 Sabine Lageweg Nanda de Vries	4:10.33 1:06.75	Leandra Vedder Alies Wagter	<b>4:21.91</b> 96 99
2.	Steenwijk 1934 Anouk Poelstra Inge Halman	4:39.93 1:09.58	Jessica van der Zee Randi Dekker	<b>4:44.74</b> 00 99
3.	SG. Bolsward-Workum 1 Afke van Zijverden Femke van de Geer	4:41.16 1:11.17	Tanja Buwalda Christine Berenschot	<b>4:49.16</b> 00 99
AFGEM	HZ&Pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	4:43.47	

Programmanr. 3  
12-11-2016

Jongens, 100m schoolslag

Jeugd 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Kylian Kooyman	Steenwijk 1934	1:15.13	199900763	<b>1:15.00</b>	461	1:15.00
2.	Jilles Lycklama á Nijeholt	HZ&PC Heerenveen 2	1:18.71	200001103	<b>1:22.44</b>	347	1:22.44
3.	Jasper Zuidema	SG. Bolsward-Workum	1:20.83	200004409	<b>1:23.10</b>	339	1:23.10
4.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	1:22.10	200000269	<b>1:24.30</b>	324	1:24.30
5.	Remco Koelewijn	Steenwijk 1934	1:24.23	199900783	<b>1:24.82</b>	318	1:24.82
6.	Rob van Wier	HZ&PC Heerenveen 2	1:29.91	199900697	<b>1:36.43</b>	217	1:36.43
DIS	Daan Waterlander	HZ&PC Heerenveen 2	2:20.25	200203405	SB8		

SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.

Programmanr. 5  
12-11-2016

Dames, 200m wisselslag

Senioren 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Christine Berenschot	SG. Bolsward-Workum	2:52.22	199901684	<b>2:52.87</b>	388			2:52.87
2.	Sabine Lageweg	Steenwijk 1934	2:46.14	199900926	<b>2:57.08</b>	361			2:57.08
3.	Femke van de Geer	SG. Bolsward-Workum	2:58.80	200200400	<b>3:01.24</b>	337			3:01.24
4.	Randi Dekker	Steenwijk 1934	2:57.72	199900842	<b>3:03.18</b>	326			3:03.18
5.	Jessica van der Zee	Steenwijk 1934	3:01.44	200000316	<b>3:06.31</b>	310			3:06.31
6.	Esther Roele	HZ&PC Heerenveen 2	3:08.45	200001056	<b>3:11.95</b>	284			3:11.95
7.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	3:02.42	200002470	<b>3:16.01</b>	266			3:16.01
AFGEM	Marthe Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	2:55.46	200000846					
AFGEM	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen 2	2:53.50	199901084					

Programmanr. 7  
12-11-2016

Jongens, 100m vlinderslag

Junioren 4 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Robin de Jong	SG. Bolsward-Workum	1:25.21	200101165	<b>1:14.70</b>	297	1:14.70
2.	Eibert Sytsma	SG. Bolsward-Workum	1:28.52	200102443	<b>1:25.99</b>	194	1:25.99
3.	Thomas Kiburg	Steenwijk 1934	1:33.00	200300063	<b>1:31.92</b>	159	1:31.92
4.	Justin Visser	HZ&PC Heerenveen 2	1:37.70	200100337	<b>1:34.22</b>	148	1:34.22

Programmanr. 9  
12-11-2016

Meisjes, 100m vrije slag

Jeugd 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	1:08.78	200100296	<b>1:11.24</b>	390	1:11.24
2.	Lisette Dooper	HZ&PC Heerenveen 2	1:11.50	200201678	<b>1:11.26</b>	390	1:11.26
3.	Inge Halman	Steenwijk 1934	1:13.67	200300726	<b>1:15.62</b>	FJ 1 326	1:15.62
4.	R. van der Brugge	SG. Bolsward-Workum	1:16.36	200104320	<b>1:15.62</b>	FJ 2 326	1:15.62
5.	Marije Faber	HZ&PC Heerenveen 2	1:24.46	200201676	<b>1:20.46</b>	271	1:20.46
6.	Silke van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:19.35	200202204	<b>1:21.52</b>	261	1:21.52
7.	Fayola van den Berg	Steenwijk 1934	1:21.57	200200146	<b>1:21.64</b>	259	1:21.64
DIS	Jildou Folkertsma	SG. Bolsward-Workum	1:19.77	200102696			

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Programmanr. 10  
12-11-2016

Jongens, 100m vrije slag

Junioren 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	1:11.03	200501787	<b>1:10.73</b>	292	1:10.73
2.	Jesse van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:11.85	200300431	<b>1:11.40</b>	284	1:11.40
3.	Jasper Tinga	SG. Bolsward-Workum	1:20.98	200303087	<b>1:19.62</b>	205	1:19.62
4.	Kay van Sleen	Steenwijk 1934	1:24.28	200400083	<b>1:20.01</b>	202	1:20.01
5.	Hidde van der Meer	HZ&PC Heerenveen 2	1:26.08	200401517	<b>1:20.65</b>	197	1:20.65
6.	Haitze Wiersma	HZ&PC Heerenveen 2	1:27.11	200402017	<b>1:21.08</b>	194	1:21.08
7.	Timo Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:18.28	200500243	<b>1:22.03</b>	187	1:22.03
8.	Chris Huisman	Steenwijk 1934	1:33.88	200400479	<b>1:24.95</b>	168	1:24.95
9.	Thomas v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum	1:26.80	200500241	<b>1:28.38</b>	150	1:28.38
10.	Bart Langenberg	HZ&PC Heerenveen 2	1:38.49	200403291	<b>1:38.39</b>	108	1:38.39
AFGEM	Lucas de Jonge	HZ&PC Heerenveen 2	1:35.00	200403223			
AFGEM	Pieter Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	1:19.88	200401103			

Programmanr. 12  
12-11-2016

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 3 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Anna van Eeken	HZ&PC Heerenveen 2	3:12.74	200401414	<b>3:01.05</b>				3:01.05
2.	Elvira bij de Weg	SG. Bolsward-Workum	3:13.16	200400100	<b>3:05.08</b>				3:05.08
3.	Debbie Wray	SG. Bolsward-Workum	3:18.97	200501314	<b>3:05.23</b>				3:05.23
4.	Josine de Haan	SG. Bolsward-Workum	NT	200402458	<b>3:15.52</b>				3:15.52
5.	Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen 2	3:22.52	200403016	<b>3:19.24</b>				3:19.24
6.	Nika Dekker	Steenwijk 1934	3:27.87	200302722	<b>3:20.51</b>				3:20.51
7.	Yasmin Brinkman	Steenwijk 1934	3:35.53	200301784	<b>3:25.55</b>				3:25.55
8.	Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen 2	3:32.32	200402758	<b>3:34.50</b>				3:34.50
AFGEM	Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen 2	3:14.85	200300968					

Programmanr. 13  
12-11-2016

Jongens, 100m wisselslag

Minioren 6 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Siete Bootsma	SG. Bolsward-Workum	1:31.39	200600065	<b>1:32.53</b>	164	1:32.53
2.	Marco Wagter	Steenwijk 1934	1:47.91	200500003	<b>1:36.92</b>	143	1:36.92
3.	Colin Boelsma	HZ&PC Heerenveen 2	1:51.23	200500103	<b>1:49.19</b>	100	1:49.19
4.	Finn van Sleen	Steenwijk 1934	1:48.29	200600005	<b>1:53.03</b>	90	1:53.03
5.	Nick Wiersema	HZ&PC Heerenveen 2	1:58.00	200601149	<b>2:04.04</b>	68	2:04.04
DIS	J. Terwisscha van Schelt	HZ&PC Heerenveen 2	1:51.02	200601181			

WB - De wisselslag niet gezwommen in de juiste volgorde.

Programmanr. 14  
12-11-2016

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 1 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Maud Dokter	Steenwijk 1934	54.39	200601672	<b>50.55</b>	198
2.	Mette van Maren	HZ&PC Heerenveen 2	52.90	200602030	<b>51.21</b>	191
3.	Puk Lubbers	Steenwijk 1934	51.96	200600832	<b>51.39</b>	189
4.	Myrte van Mook	HZ&PC Heerenveen 2	57.10	200600610	<b>52.69</b> FJ 1	175
5.	Nadia Veenstra	HZ&PC Heerenveen 2	55.34	200602482	<b>52.69</b> FJ 2	175
6.	Liselotte Schaap	HZ&PC Heerenveen 2	58.89	200603016	<b>53.89</b>	164
7.	Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen 2	57.83	200600180	<b>57.19</b>	137
8.	Anne de Jonge	HZ&PC Heerenveen 2	1:02.15	200603018	<b>59.32</b>	123

Programmanr. 15  
12-11-2016

25m vrije slag

Minioren 2, 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
<b>Minioren 2, 3 en 4, Jongens</b>						
1.	Jesse Stel	HZ&PC Heerenveen 2	21.96	200700589	<b>19.65</b>	
2.	Paul Meijer	HZ&PC Heerenveen 2	23.46	200800177	<b>20.71</b>	

Minioren 2, 3 en 4, Meisjes

1.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200700840	<b>17.35</b>	
2.	Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen 2	25.24	200700082	<b>18.89</b>	
3.	Yfke van der Meer	HZ&PC Heerenveen 2	20.85	200700814	<b>19.26</b>	
4.	Laura van Etten	HZ&PC Heerenveen 2	21.71	200800264	<b>20.54</b>	
AFGEM	Fenne de Jong	HZ&PC Heerenveen 2	26.50	200800532		

Programmanr. 16  
12-11-2016

Heren, 200m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Lauren Vis	Steenwijk 1934	2:02.97	198201883	<b>2:04.04</b>	556				2:04.04
2.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen 2	2:04.80	199001961	<b>2:05.70</b>	534				2:05.70
3.	Rick Driezen	Steenwijk 1934	2:03.95	198600713	<b>2:10.54</b>	477				2:10.54
4.	Jelmer Waterlander	HZ&PC Heerenveen 2	2:10.63	198803741	<b>2:10.77</b>	475				2:10.77
5.	Jelle Heijman	Steenwijk 1934	2:15.19	200000635	<b>2:14.67</b>	434				2:14.67
6.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen 2	2:16.37	196900069	<b>2:17.36</b>	409				2:17.36
7.	Jan-Eggo Huininga	HZ&PC Heerenveen 2	2:18.80	198401001	<b>2:23.05</b>	363				2:23.05
8.	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	2:32.78	200101365	<b>2:31.40</b>	306				2:31.40
9.	Christiaan Penning	SG. Bolsward-Workum	2:38.85	200004783	<b>2:31.87</b>	303				2:31.87
AFGEM	Karel Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	2:08.80	199805419						
AFGEM	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen 2	2:16.78	198902201						
AFGEM	Johan Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	2:16.23	197101497						

Programmanr. 18  
12-11-2016

Dames, 100m rugslag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Nanda de Vries	Steenwijk 1934	1:11.70	199204328	<b>1:14.08</b>	483		1:14.08
2.	Leandra Vedder	Steenwijk 1934	1:13.16	199600866	<b>1:14.75</b>	470		1:14.75
3.	Alies Wagter	Steenwijk 1934	1:14.86	199900840	<b>1:16.95</b>	431		1:16.95
4.	Tanja Buwalda	SG. Bolsward-Workum	1:21.57	200000424	<b>1:21.69</b>	360		1:21.69
5.	Corien van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	1:16.37	199800258	<b>1:24.41</b>	326		1:24.41
6.	Anouk Poelstra	Steenwijk 1934	1:22.45	199800166	<b>1:28.90</b>	279		1:28.90

Programmanr. 19  
12-11-2016

Dames, 50m rugslag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd			tijd	RT
1.	Annetie Visch	GZZignea Emmeloord	49.76	198302762	S14	<b>51.35</b>	229

Programmanr. 20  
12-11-2016

Jongens, 200m wisselslag

Jeugd 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Kylian Kooyman	Steenwijk 1934	2:34.26	199900763	<b>2:28.97</b>	448				2:28.97
2.	Jasper Zuidema	SG. Bolsward-Workum	2:34.14	200004409	<b>2:35.40</b>	395				2:35.40
3.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	2:37.03	200000269	<b>2:35.44</b>	394				2:35.44
4.	J. Lycklama á Nijeholt	HZ&PC Heerenveen 2	2:42.04	200001103	<b>2:46.55</b>	321				2:46.55
5.	Rob van Wier	HZ&PC Heerenveen 2	2:44.36	199900697	<b>2:51.01</b>	296				2:51.01
6.	Remco Koelewijn	Steenwijk 1934	2:55.02	199900783	<b>2:55.18</b>	276				2:55.18

Programmanr. 22  
12-11-2016

Dames, 100m schoolslag

Senioren 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Randi Dekker	Steenwijk 1934	1:26.68	199900842	<b>1:27.34</b>	400		1:27.34
2.	Sabine Lageweg	Steenwijk 1934	1:30.30	199900926	<b>1:32.23</b>	340		1:32.23
3.	Femke van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:29.96	200200400	<b>1:33.47</b>	326		1:33.47
4.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:30.31	200002470	<b>1:36.57</b>	296		1:36.57
5.	Esther Roele	HZ&PC Heerenveen 2	1:33.85	200001056	<b>1:37.50</b>	287		1:37.50
6.	Christine Berenschot	SG. Bolsward-Workum	1:36.35	199901684	<b>1:37.67</b>	286		1:37.67
7.	Jessica van der Zee	Steenwijk 1934	1:37.90	200000316	<b>1:39.34</b>	272		1:39.34
AFGEM	Marthe Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	1:25.92	200000846				
AFGEM	Chiara Olde Agterhuis	HZ&PC Heerenveen 2	1:29.77	199901084				

Programmanr. 24  
12-11-2016

Jongens, 100m vrije slag

Junioren 4 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Robin de Jong	SG. Bolsward-Workum	1:03.95	200101165	<b>1:04.55</b>	384		1:04.55
2.	Eibert Sytsma	SG. Bolsward-Workum	1:07.48	200102443	<b>1:09.12</b>	313		1:09.12
3.	Justin Visser	HZ&PC Heerenveen 2	1:08.31	200100337	<b>1:10.75</b>	291		1:10.75
4.	Thomas Kiburg	Steenwijk 1934	1:12.01	200300063	<b>1:15.13</b>	243		1:15.13
5.	Daan Waterlander	HZ&PC Heerenveen 2	1:29.85	200203405	<b>1:32.21</b>	203		1:32.21

Programmanr. 25  
12-11-2016

Meisjes, 100m vlinderslag

Jeugd 2 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Lisette Dooper	HZ&PC Heerenveen 2	1:30.10	200201678	<b>1:25.61</b>	275		1:25.61
2.	Jildou Folkertsma	SG. Bolsward-Workum	1:26.27	200102696	<b>1:26.18</b>	269		1:26.18
3.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	1:27.41	200100296	<b>1:27.53</b>	257		1:27.53
4.	Inge Halman	Steenwijk 1934	NT	200300726	<b>1:36.23</b>	193		1:36.23
5.	Marije Faber	HZ&PC Heerenveen 2	1:57.58	200201676	<b>1:38.68</b>	179		1:38.68
6.	Fayola van den Berg	Steenwijk 1934	1:44.05	200200146	<b>1:39.03</b>	177		1:39.03
7.	R. van der Brugge	SG. Bolsward-Workum	1:35.92	200104320	<b>1:40.88</b>	168		1:40.88
8.	Silke van Veen	SG. Bolsward-Workum	2:02.29	200202204	<b>1:43.04</b>	157		1:43.04

Programmanr. 27  
12-11-2016

Jongens, 200m wisselslag

Junioren 2 en jonger  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Domingo Kuipers	SG. Bolsward-Workum	2:58.36	200501787	<b>2:56.32</b>	270			2:56.32
2. Haitze Wiersma	HZ&PC Heerenveen 2	3:36.08	200402017	<b>3:13.76</b>	204			3:13.76
3. Hidde van der Meer	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200401517	<b>3:18.36</b>	190			3:18.36
4. Kay van Sleen	Steenwijk 1934	3:17.02	200400083	<b>3:21.15</b>	182			3:21.15
5. Jasper Tinga	SG. Bolsward-Workum	3:22.87	200303087	<b>3:24.07</b>	174			3:24.07
6. Timo Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	3:29.56	200500243	<b>3:31.32</b>	157			3:31.32
7. Chris Huisman	Steenwijk 1934	NT	200400479	<b>3:35.53</b>	148			3:35.53
8. Thomas v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum	NT	200500241	<b>3:37.48</b>	144			3:37.48
9. Bart Langenberg	HZ&PC Heerenveen 2	3:57.83	200403291	<b>3:45.29</b>	130			3:45.29
DIS Jesse van de Geer	SG. Bolsward-Workum	3:04.84	200300431					
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>								
AFGEM Lucas de Jonge	HZ&PC Heerenveen 2	4:00.91	200403223					
AFGEM Pieter Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	3:24.84	200401103					

Programmanr. 28  
12-11-2016

Meisjes, 100m vrije slag

Junioren 3 en jonger  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Elvira bij de Weg	SG. Bolsward-Workum	1:13.76	200400100	<b>1:15.32</b>	330	1:15.32
2. Anna van Eeken	HZ&PC Heerenveen 2	1:16.04	200401414	<b>1:17.04</b>	309	1:17.04
3. Debbie Wray	SG. Bolsward-Workum	1:18.78	200501314	<b>1:18.44</b>	293	1:18.44
4. Josine de Haan	SG. Bolsward-Workum	1:19.85	200402458	<b>1:19.16</b>	285	1:19.16
5. Yasmin Brinkman	Steenwijk 1934	1:27.19	200301784	<b>1:21.59</b>	260	1:21.59
6. Nika Dekker	Steenwijk 1934	1:20.36	200302722	<b>1:21.61</b>	260	1:21.61
7. Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen 2	1:26.23	200403016	<b>1:25.06</b>	229	1:25.06
8. Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen 2	1:26.19	200402758	<b>1:26.92</b>	215	1:26.92
AFGEM Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen 2	1:21.10	200300968			

Programmanr. 30  
12-11-2016

Jongens, 50m schoolslag

Minioren 6 en jonger  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Siete Bootsma	SG. Bolsward-Workum	48.68	200600065	<b>46.74</b>
2. Marco Wagter	Steenwijk 1934	53.08	200500003	<b>51.09</b>
3. Colin Boelsma	HZ&PC Heerenveen 2	56.36	200500103	<b>57.20</b>
4. Finn van Sleen	Steenwijk 1934	56.48	200600005	<b>59.58</b>
DIS J. Terwisscha van Scheltinga	HZ&PC Heerenveen 2	56.56	200601181	
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>				
DIS Nick Wiersema	HZ&PC Heerenveen 2	1:00.47	200601149	
<i>SJ - Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.</i>				

Programmanr. 31  
12-11-2016

Meisjes, 100m wisselslag

Junioren 1 en jonger  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1. Myrte van Mook	HZ&PC Heerenveen 2	1:34.71	200600610	<b>1:34.94</b>	213	1:34.94
2. Mette van Maren	HZ&PC Heerenveen 2	1:38.16	200602030	<b>1:38.41</b>	191	1:38.41
3. Puk Lubbers	Steenwijk 1934	1:55.03	200600832	<b>1:38.58</b>	190	1:38.58
4. Maud Dokter	Steenwijk 1934	1:41.64	200601672	<b>1:40.08</b>	182	1:40.08
5. Nadia Veenstra	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200602482	<b>1:48.93</b>	141	1:48.93
6. Jessica Dekkinga	HZ&PC Heerenveen 2	2:19.39	200600180	<b>1:54.60</b>	121	1:54.60
7. Anne de Jonge	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200603018	<b>2:12.28</b>	79	2:12.28
DIS Liselotte Schaap	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200603016			
<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht.</i>						

Programmanr. 32  
12-11-2016

50m schoolslag

Minioren 2, 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
<b>Minioren 2, 3 en 4, Jongens</b>						
1.	Jesse Stel	HZ&PC Heerenveen 2	1:00.73	200700589	SB9	<b>57.27</b> 132
2.	Paul Meijer	HZ&PC Heerenveen 2	1:01.00	200800177		<b>58.75</b> 91
<b>Minioren 2, 3 en 4, Meisjes</b>						
1.	Maud Roffel	HZ&PC Heerenveen 2	58.66	200700840		<b>54.47</b> 159
2.	Carlijn Boltendal	HZ&PC Heerenveen 2	54.97	200700082		<b>54.72</b> 156
3.	Laura van Etten	HZ&PC Heerenveen 2	1:02.74	200800264		<b>1:02.01</b> 107
4.	Yfke van der Meer	HZ&PC Heerenveen 2	NT	200700814		<b>1:03.10</b> 102
AFGEM	Fenne de Jong	HZ&PC Heerenveen 2	1:10.42	200800532		

Programmanr. 33  
12-11-2016

Heren, 100m rugslag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen 2	59.84	199001961	<b>1:00.07</b>	646		1:00.07
2.	Lauren Vis	Steenwijk 1934	1:04.67	198201883	<b>1:06.38</b>	479		1:06.38
3.	Rick Driezen	Steenwijk 1934	1:04.92	198600713	<b>1:06.68</b>	473		1:06.68
4.	Jelmer Waterlander	HZ&PC Heerenveen 2	1:08.91	198803741	<b>1:09.55</b>	416		1:09.55
5.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen 2	1:09.49	196900069	<b>1:10.77</b>	395		1:10.77
6.	Jelle Heijman	Steenwijk 1934	1:14.79	200000635	<b>1:12.67</b>	365		1:12.67
7.	Jan-Eggo Huininga	HZ&PC Heerenveen 2	1:14.19	198401001	<b>1:16.83</b>	309		1:16.83
8.	Christiaan Penning	SG. Bolsward-Workum	1:19.90	200004783	<b>1:18.66</b>	288		1:18.66
9.	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	1:26.82	200101365	<b>1:23.95</b>	237		1:23.95
AFGEM	Karel Lubberts	HZ&PC Heerenveen 2	1:07.71	199805419				
AFGEM	Dennis Mooij	HZ&PC Heerenveen 2	1:17.09	198902201				
AFGEM	Johan Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:09.14	197101497				

Programmanr. 35  
12-11-2016

Dames, 200m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Nanda de Vries	Steenwijk 1934	2:20.44	199204328	<b>2:19.48</b>	531				2:19.48
2.	Alies Wagter	Steenwijk 1934	2:23.15	199900840	<b>2:21.53</b>	509				2:21.53
3.	Leandra Vedder	Steenwijk 1934	2:19.60	199600866	<b>2:27.66</b>	448				2:27.66
4.	Tanja Buwalda	SG. Bolsward-Workum	2:37.49	200000424	<b>2:38.08</b>	365				2:38.08
AFGEM	Corien van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	2:27.78	199800258						
AFGEM	Anouk Poelstra	Steenwijk 1934	2:38.75	199800166						

Programmanr. 36  
12-11-2016

Dames, 100m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Annemieke Visch	GZZignea Emmeloord	1:41.20	198302762	S14	<b>1:37.93</b>	222	1:37.93

Programmanr. 37  
12-11-2016

Jongens, 4 x 100m vrije slag

Junioren 4 en jonger  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
------	------	------------	--------	--	------	----

Programmanr. 37, Jongens, 4 x 100m vrije slag

1. SG. Bolsward-Workum 1	SG. Bolsward-Workum	4:32.91		<b>4:37.08</b>
Eibert Sytsma	01	1:09.42	Jesse van de Geer	03
Allard Sieperda	01		Robin de Jong	01
2. Steenwijk 1934 1	Steenwijk 1934	5:34.17		<b>5:30.08</b>
Kay van Sleen	04	1:23.30	Thomas Kiburg	03
Chris Huisman	04		Marco Wagter	05
3. Hz&Pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	5:21.38		<b>5:32.41</b>
Haitze Wiersma	04	1:24.80	Bart Langenberg	04
Hidde van der Meer	04		Justin Visser	01