

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 1 8-3-2014	Dames, 4 x 100m wisselslag	Dames Senioren Open Resultaten
----------------------------	----------------------------	-----------------------------------

rang		vereniging		intijd	klasse	tijd
1.	SG. Bolsward-Workum 1 Corien van der Gaast Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum 98 98		5:16.86 Anna-Gre Idsinga Nora Veenstra	96 99	5:16.08
2.	Zwemteam ISIS-DZ&PC 1 Michelle Heddema Anouk Veenstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC 00 1:19.77 96		5:42.56 Henriette Jonkman Arianne Jonkman	00 98	5:20.50

Programmanr. 2 8-3-2014	Dames, 4 x 50m wisselslag	Dames Senioren Open Resultaten
----------------------------	---------------------------	-----------------------------------

rang		vereniging		intijd	klasse	tijd
1.	Steenwijk 1934 1 Eliza van der Werf Iris van Marle	Steenwijk 1934 99 96	37.59	2:20.93 Randi Dekker Alies Wagter	99 99	2:26.41
2.	PWC Buitenpost 1 Ellen Jager Allysha van der Veer	Pwc 98 01	38.52	2:31.65 Nadine Prins Joke Weening	99 90	2:36.22
3.	Hzpc 3 1 Anouk Visser Marijke Bruijn de	HZ&PC Heerenveen 3 99 98	40.45	2:35.60 Tessa Heinsius Marijke de Jong	97 88	2:41.25

Programmanr. 3 8-3-2014	Jongens, 4 x 50m vrije slag	Jongens Junioren 4 en later Resultaten
----------------------------	-----------------------------	---

rang		vereniging		intijd	klasse	tijd
1.	SG. Bolsward-Workum 1 Jacco Schaper Michiel de Jong	SG. Bolsward-Workum 99 99	32.61	2:14.55 Jasper Zuidema Eibert Sytsma	00 01	2:09.62
2.	Steenwijk 1934 1 Diederik de Boer Remco Koelewijn	Steenwijk 1934 00 99	30.92	2:07.02 Stefan Kiburg Maikel ter Wal	01 02	2:10.15
3.	Zwemteam ISIS-DZ&PC 1 Ruben Pots Matthijs Rozema	Zwemteam ISIS-DZ&PC 00 01	37.34	2:20.01 Paul Muller Theo Groenwoud	98 98	2:15.57

Programmanr. 4 8-3-2014	25m schoolsdag	Mix Minioren 4 en later Resultaten
----------------------------	----------------	---------------------------------------

rang	naam	vereniging		intijd	klasse	tijd
Jongens Minioren 4 en later, Jongens						
1.	Timo Dijkstra	SG. Bolsward-Workum		23.96	200500243	24.39
2.	Thomas v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum		24.53	200500241	24.85

Meisjes Minioren 4 en later, Meisjes

	1.	Amarinske Meijer	HZ&PC Heerenveen 3	28.43	200600282	26.84
	2.	Esther Stermerding	SG. Bolsward-Workum	28.30	200500982	27.35
	3.	Maura Popkema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200403014	28.20
	4.	Elise van Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	30.85	200600022	29.80
	5.	Myrte van Mook	HZ&PC Heerenveen 3	31.04	200600610	31.30
AFGEM		Carmen van Klaarbergen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	24.46	200500562	

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 5
8-3-2014

Meisjes, 100m vrije slag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Ylsa Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:14.61	200200728	1:13.98			1:13.98
2.	Eefje Groen	SG. Bolsward-Workum	1:17.85	200201732	1:17.16			1:17.16
3.	Corrien Tolsma	SG. Bolsward-Workum	1:20.52	200201904	1:18.47			1:18.47
4.	Femke van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:23.27	200200400	1:19.87			1:19.87
5.	Erna Smit	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:18.77	200201908	1:19.87			1:19.87
6.	Liset Sijtema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:30.53	200200768	1:21.18			1:21.18
7.	Marin Berends	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:19.95	200202862	1:22.32			1:22.32
8.	Anna Bremer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:25.95	200300766	1:23.05			1:23.05
9.	Silke van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:31.89	200202204	1:25.51			1:25.51
10.	Danielle van Klaarbergen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:44.84	200203928	1:29.40			1:29.40
11.	Wianne Stoelwinder	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:38.81	200202328	1:30.50			1:30.50
12.	Birgit Rozema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:34.31	200301522	1:31.45			1:31.45
13.	Elvira bij de Weg	SG. Bolsward-Workum	1:38.05	200400100	1:32.01			1:32.01
14.	Marije Blok	SG. Bolsward-Workum	1:33.29	200202202	1:32.19			1:32.19
15.	Yara Ruiter	SG. Bolsward-Workum	1:47.27	200401054	1:36.30			1:36.30
16.	Roos Molenkamp	SG. Bolsward-Workum	1:56.71	200200708	1:42.10			1:42.10
17.	Merel Stermerding	SG. Bolsward-Workum	NT	200204422	1:43.69			1:43.69
18.	Ilse Wenum	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:48.49	200302476	1:44.92			1:44.92
19.	Lisa van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	NT	200402188	1:52.94			1:52.94

Programmanr. 6
8-3-2014

Meisjes, 50m vrije slag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Mila van Doorn	Steenwijk 1934	40.39	200300890	37.56
2.	Michelle van den Hoofdakker	Steenwijk 1934	39.80	200302708	37.70
3.	Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen 3	46.76	200300968	40.69
4.	Elsemieke Sijtsma	HZ&PC Heerenveen 3	42.83	200300616	41.54
5.	Inge Halman	Steenwijk 1934	45.13	200300726	42.21
6.	Sabine Jongschaap	Steenwijk 1934	45.48	200301660	42.53
7.	Nika Dekker	Steenwijk 1934	46.88	200302722	42.90
8.	marlies Berends	HZ&PC Heerenveen 3	48.29	200402194	43.50
9.	Carlijn Hermans	Steenwijk 1934	42.77	200301878	43.85
10.	Emma Renes	HZ&PC Heerenveen 3	50.49	200302474	45.65
11.	Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen 3	48.29	200402758	46.28
12.	Anna van Eeken	HZ&PC Heerenveen 3	43.44	200401414	46.43
13.	Yasmin Brinkman	Steenwijk 1934	45.33	200301784	46.56
14.	Aniek Simonis	Steenwijk 1934	54.48	200302710	47.34
15.	Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200403016	53.66
AFGEM	Mette Lycklama á Nijholt	HZ&PC Heerenveen 3	40.27	200301546	
AFGEM	Lisanne Steenstra	HZ&PC Heerenveen 3	52.22	200300622	

Programmanr. 7
8-3-2014

Jongens, 100m vrije slag

Jongens Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Daan v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum	1:24.26	200201487	1:17.13			1:17.13
2.	Jesse van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:36.35	200300431	1:29.31			1:29.31
3.	Sytze van der Spoel	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200203969	1:30.68			1:30.68
4.	Lorentz van Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200300757	1:39.92			1:39.92
5.	Henk-Jan Postma	SG. Bolsward-Workum	1:44.42	200302307	1:40.78			1:40.78
6.	Tiemen Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:48.82	200301193	1:49.38			1:49.38
AFGEM	Dorian Zeka	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200203879				

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 8
8-3-2014

Jongens, 50m vrije slag

Jongens Minioren 6 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd
1.	Maikel ter Wal	Steenwijk 1934	36.30	200200733		34.41
2.	Thomas Kiburg	Steenwijk 1934	34.60	200300063		35.15
3.	Roan Altena	Pwc	42.13	200303255		40.22
4.	Kasper van Scheepen	Steenwijk 1934	45.82	200301473		43.24
5.	Pieter Lubberts	HZ&PC Heerenveen 3	45.06	200401103		44.30
6.	Bram de Jong	HZ&PC Heerenveen 3	41.88	200301993		45.21
7.	Hidde van der Meer	HZ&PC Heerenveen 3	43.96	200401517		45.51
8.	Bert Rinsma	Pwc	55.34	200400667		48.12
AFGEM	Ruben Kommerie	Pwc	51.21	200401105		
AFGEM	Daan Bouwmeester	HZ&PC Heerenveen 3	47.96	200203021		

Programmanr. 9
8-3-2014

Meisjes, 50m rugslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd
1.	Helene Koning	SG. Bolsward-Workum	36.19	200000422		36.35
2.	Michelle Heddema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	37.44	200002530		37.65
3.	Joyce Kuipers	SG. Bolsward-Workum	38.91	200103426		37.75
4.	Tanja Buwalda	SG. Bolsward-Workum	39.28	200000424		38.20
5.	Henriëke Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	37.09	200000840		38.59
6.	Eline Steenstra	HZ&PC Heerenveen 3	41.72	200101078		41.20
7.	Myrthe Kingma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	44.41	200201910		42.33
8.	Rozemarijn van der Brugge	SG. Bolsward-Workum	45.48	200104320		42.72
9.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	46.58	200100296		44.27
10.	Jildou Folkertsma	SG. Bolsward-Workum	45.19	200102696		44.63
11.	Grytsje Kazimier	Pwc	44.54	200005188		44.78
12.	Sanne Noord	Zwemteam ISIS-DZ&PC	44.72	200101872		45.04
13.	Djurra Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	45.87	200002972		45.23
14.	Anja Postma	SG. Bolsward-Workum	NT	200001656		46.41
15.	Laura Marinus	Pwc	47.76	200103816		46.96
16.	Sjoukje Bergsma	HZ&PC Heerenveen 3	50.52	200003796		49.40
17.	Janneke de Vries	Pwc	48.92	200103452		52.24
18.	Lisa Huisman	Steenwijk 1934	55.52	200202938		54.28
19.	Noah Drijver	Steenwijk 1934	NT	200105584		58.60
DIS	Yora Steenberg	Zwemteam ISIS-DZ&PC	48.49	200005848		
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>					
AFGEM	Sanne van der Meer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200005456		

Programmanr. 10
8-3-2014

Jongens, 50m rugslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd
1.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	39.36	200000269		37.65
2.	Stefan Kiburg	Steenwijk 1934	43.34	200101309		42.44
3.	Eibert Sytsma	SG. Bolsward-Workum	44.48	200102443		43.77
4.	Robin de Jong	SG. Bolsward-Workum	42.77	200101165		44.03
5.	Matthijs Rozema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	47.38	200102561		46.07
6.	Hidde Zondervan	Pwc	46.05	200103619		46.33
7.	Jelle Bosma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	54.48	200100693		55.84
AFGEM	Wieger de Bruin	Zwemteam ISIS-DZ&PC	57.79	200104753		
AFGEM	Ruben Pots	Zwemteam ISIS-DZ&PC	44.34	200004355		
AFGEM	Robin de Vries	Zwemteam ISIS-DZ&PC	42.33	200100909		
AFGEM	Ype Durk van der Werf	Steenwijk 1934	44.96	200100299		

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 12 8-3-2014	Meisjes, 50m schoolslag	Meisjes Jeugd 2 en later Resultaten
-----------------------------	-------------------------	--

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Nora Veenstra	SG. Bolsward-Workum	42.44	199901446	40.37
2.	Arianne Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	41.99	199801590	42.57
3.	Ellen Jager	Pwc	43.61	199801384	44.81
4.	Janneke Bierma	Pwc	45.90	200101892	46.99
5.	Anouk van Duijven	Zwemteam ISIS-DZ&PC	48.28	199800888	47.11
6.	Corien van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	47.15	199800258	47.14
7.	Frauke Peterson	Pwc	47.43	200005186	47.66
8.	Alieke Mepschen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	48.81	199805150	47.75
9.	Marijke Bruijn de	HZ&PC Heerenveen 3	46.65	199803190	47.83
10.	Christine Berenschot	SG. Bolsward-Workum	51.30	199901684	48.21
11.	Britte Cozijnsen	HZ&PC Heerenveen 3	46.56	200006234	49.50
12.	Anouk Visser	HZ&PC Heerenveen 3	50.63	199902970	51.45
13.	Lisanne Postma	Pwc	48.89	199905362	51.88
14.	Monique Veenstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	52.97	199900254	51.90
DIS	Alicia Helena de Vries	Zwemteam ISIS-DZ&PC	49.47	199903326	
<i>SD - De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.</i>					
AFGEM	Anna Werkman	Steenwijk 1934	50.92	199803620	

Programmanr. 14 8-3-2014	Jongens, 50m schoolslag	Jongens Junioren 4 en later Resultaten
-----------------------------	-------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Herman Buist	Pwc	37.30	199801525	36.61
2.	Theo Groenwoud	Zwemteam ISIS-DZ&PC	39.32	199801737	38.32
3.	Paul Muller	Zwemteam ISIS-DZ&PC	38.99	199805433	39.06
4.	Michiel de Jong	SG. Bolsward-Workum	44.02	199900445	46.81
AFGEM	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	47.90	200101365	
AFGEM	Emiel Meinen	Steenwijk 1934	38.22	199800375	
AFGEM	Fernand Bottema	HZ&PC Heerenveen 3	46.91	199905007	
BM	Leo Zijlstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199007483	42.17

Programmanr. 15 8-3-2014	Dames, 100m wisselslag	Dames Senioren 2 en later Resultaten
-----------------------------	------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Anouk Veenstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:22.26	199601412	1:17.85			1:17.85
2.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	1:19.96	199804526	1:20.72			1:20.72
3.	Alies Wagter	Steenwijk 1934	1:19.91	199900840	1:21.31			1:21.31
4.	Nadine Prins	Pwc	1:25.05	199904736	1:24.68			1:24.68
5.	Eliza van der Werf	Steenwijk 1934	1:26.26	199900728	1:24.72			1:24.72
6.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:28.99	200002470	1:27.41			1:27.41
7.	Tessa Heinsius	HZ&PC Heerenveen 3	1:31.08	199703610	1:28.38			1:28.38
8.	Anna Koper	Steenwijk 1934	1:26.10	199901800	1:28.49			1:28.49
9.	Allysha van der Veer	Pwc	1:26.23	200103450	1:29.52			1:29.52
10.	Ingrid Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:36.03	199606726	1:35.03			1:35.03
AFGEM	Anouk Poelstra	Steenwijk 1934	1:23.11	199800166				

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 16 8-3-2014	Jongens, 100m wisselslag	Jongens Jeugd 2 en later Resultaten
-----------------------------	--------------------------	--

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Bouke van der Zaag	Pwc	1:13.05	199602255	1:14.37			1:14.37
2.	Diederik de Boer	Steenwijk 1934	1:24.27	200000269	1:19.26			1:19.26
3.	Hessel Bierma	Pwc	1:19.90	199602257	1:19.72			1:19.72
4.	Hendrik Veldkamp	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:23.32	199703419	1:20.72			1:20.72
5.	Remco Koelewijn	Steenwijk 1934	1:23.22	199900783	1:22.72			1:22.72
6.	Jorn den Hamer	Pwc	1:25.41	199604251	1:25.87			1:25.87
7.	Jasper Zuidema	SG. Bolsward-Workum	NT	200004409	1:26.11			1:26.11
8.	Jacco Schaper	SG. Bolsward-Workum	1:28.87	199904569	1:28.46			1:28.46

Programmanr. 17 8-3-2014	Dames, 100m vlinderslag	Dames Senioren Open Resultaten
-----------------------------	-------------------------	-----------------------------------

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Anna-Gre Idsinga	SG. Bolsward-Workum	1:22.14	199603718	1:23.34			1:23.34
2.	Randi Dekker	Steenwijk 1934	1:23.10	199900842	1:23.75			1:23.75
3.	Iris van Marle	Steenwijk 1934	1:23.44	199600928	1:23.91			1:23.91
4.	Marijke de Jong	HZ&PC Heerenveen 3	1:22.95	198805780	1:28.47			1:28.47
5.	Elka Siesling	SG. Bolsward-Workum	NT	200100566	1:28.69			1:28.69
6.	Nienke van Scheepen	Steenwijk 1934	1:32.70	199704256	1:31.53			1:31.53
7.	Tara Keijzer	Steenwijk 1934	NT	199108498	1:32.25			1:32.25
8.	Joke Weening	Pwc	1:38.94	199007094	1:45.27			1:45.27
9.	Petra Zandstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199006248	1:48.66			1:48.66

Programmanr. 18 8-3-2014	Heren, 100m vlinderslag S4 t/m S14	Heren Senioren Open Resultaten
-----------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Rick Driezen	Steenwijk 1934	59.84	198600713	1:01.67			1:01.67
2.	Rutger Hoving	Pwc	1:09.83	199503661	1:09.69			1:09.69
3.	Harry Dijkma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:14.36	199100487	1:09.84			1:09.84
4.	Johan Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:08.19	197101497	1:10.08			1:10.08
5.	Mike Koelewijn	Steenwijk 1934	1:10.04	199303597	1:10.08			1:10.08
6.	Mario Engelbertink	HZ&PC Heerenveen 3	1:19.63	199400235	1:15.76			1:15.76
7.	Sander de Boer	Pwc	1:19.55	198900301	1:16.25			1:16.25
8.	Jouke Minze Benedictus	Pwc	1:17.57	199401149	1:17.24			1:17.24
9.	Binne Veenstra	HZ&PC Heerenveen 3	1:18.20	198302155	1:22.52			1:22.52
10.	Arjen Schram	SG. Bolsward-Workum	NT	198805103	1:23.68			1:23.68
11.	Rene Knijpstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	198806181	1:34.96			1:34.96
AFGEM	Willem Wielsma	SG. Bolsward-Workum	NT	197501415				
AFGEM	Jouke van der Meer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:24.80	199405003				
AFGEM	Ype Durk van der Werf	Steenwijk 1934	NT	200100299				
AFGEM	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen 3	1:41.02	199401883				

Programmanr. 19 8-3-2014	50m vrije slag	Mix Minioren 4 en later Resultaten
-----------------------------	----------------	---------------------------------------

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
Jongens Minioren 4 en later, Jongens					
1.	Timo Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	45.62	200500243	48.08
2.	Thomas v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum	51.99	200500241	58.13

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 19, 50m vrije slag

Meisjes Minioren 4 en later, Meisjes

1.	Amarinske Meijer	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200600282	46.83
2.	Esther Stermerding	SG. Bolsward-Workum	1:12.79	200500982	59.07
3.	Myrte van Mook	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200600610	59.56
4.	Maura Popkema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200403014	1:01.79
5.	Elise van Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:05.53	200600022	1:05.06
AFGEM	Carmen van Klaarbergen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	41.01	200500562	

Programmanr. 20
8-3-2014

Meisjes, 100m schoolslag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Ylsa Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:45.60	200200728	1:38.31			1:38.31
2.	Femke van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:38.07	200200400	1:38.47			1:38.47
3.	Erna Smit	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:40.05	200201908	1:38.50			1:38.50
4.	Eefje Groen	SG. Bolsward-Workum	1:47.45	200201732	1:42.37			1:42.37
5.	Marin Berends	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:44.40	200202862	1:44.05			1:44.05
6.	Wianne Stoelwinder	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:51.61	200202328	1:49.34			1:49.34
7.	Silke van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:58.13	200202204	1:49.44			1:49.44
8.	Corrien Tolsma	SG. Bolsward-Workum	1:48.75	200201904	1:49.71			1:49.71
9.	Marjke Blok	SG. Bolsward-Workum	1:55.41	200202202	1:50.32			1:50.32
10.	Liset Sijtema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:57.12	200200768	1:52.68			1:52.68
11.	Anna Bremer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:58.63	200300766	1:53.73			1:53.73
12.	Merel Stermerding	SG. Bolsward-Workum	NT	200204422	1:54.30			1:54.30
13.	Danielle van Klaarbergen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:07.02	200203928	1:54.37			1:54.37
14.	Yara Ruiter	SG. Bolsward-Workum	2:11.17	200401054	2:00.64			2:00.64
15.	Elvira bij de Weg	SG. Bolsward-Workum	2:00.30	200400100	2:02.13			2:02.13
16.	Roos Molenkamp	SG. Bolsward-Workum	NT	200200708	2:02.31			2:02.31
17.	Ilse Wenum	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:01.66	200302476	2:06.72			2:06.72
18.	Lisa van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	NT	200402188	2:09.87			2:09.87
DIS	Birgit Rozema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:09.03	200301522				

SD - De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.

Programmanr. 21
8-3-2014

Meisjes, 25m schoolslag

Meisjes Junioren 1 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Mila van Doorn	Steenwijk 1934	24.11	200300890	22.13
2.	Anna van Eeken	HZ&PC Heerenveen 3	24.01	200401414	22.81
3.	Carlijn Hermans	Steenwijk 1934	25.37	200301878	23.17
4.	Aniek Simonis	Steenwijk 1934	NT	200302710	23.40
5.	Nika Dekker	Steenwijk 1934	NT	200302722	23.99
6.	Yasmin Brinkman	Steenwijk 1934	25.64	200301784	24.47
7.	Elsemieke Sijtsma	HZ&PC Heerenveen 3	26.11	200300616	25.06
8.	Emma Renes	HZ&PC Heerenveen 3	30.30	200302474	25.12
9.	Sabine Jongschaap	Steenwijk 1934	25.96	200301660	25.49
10.	Silke Koehoorn	HZ&PC Heerenveen 3	28.09	200300968	25.49
11.	Romana Jonker	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200403016	25.69
12.	Michelle van den Hoofdakker	Steenwijk 1934	29.11	200302708	26.00
13.	marlies Berends	HZ&PC Heerenveen 3	29.25	200402194	26.02
14.	Inge Halman	Steenwijk 1934	32.29	200300726	26.13
15.	Anouk Hoekstra	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200402758	26.63
AFGEM	Mette Lycklama á Nijholt	HZ&PC Heerenveen 3	27.40	200301546	
AFGEM	Lisanne Steenstra	HZ&PC Heerenveen 3	31.29	200300622	

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 22 8-3-2014	Jongens, 100m schoolslag	Jongens Minioren 6 en later Resultaten
-----------------------------	--------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Daan v.d. Goot	SG. Bolsward-Workum	1:44.42	200201487	1:41.13			1:41.13
2.	Sytze van der Spoel	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200203969	1:48.48			1:48.48
3.	Jesse van de Geer	SG. Bolsward-Workum	1:53.34	200300431	1:52.83			1:52.83
4.	Lorentz van Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200300757	1:58.11			1:58.11
5.	Tiemen Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200301193	2:01.80			2:01.80
6.	Henk-Jan Postma	SG. Bolsward-Workum	2:05.29	200302307	2:03.94			2:03.94
AFGEM	Dorian Zeka	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:04.77	200203879				

Programmanr. 23 8-3-2014	Jongens, 25m schoolslag	Jongens Minioren 6 en later Resultaten
-----------------------------	-------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Roan Altena	Pwc	23.66	200303255	21.94
2.	Thomas Kiburg	Steenwijk 1934	23.24	200300063	22.62
	Maikel ter Wal	Steenwijk 1934	NT	200200733	22.62
4.	Bram de Jong	HZ&PC Heerenveen 3	23.81	200301993	24.34
5.	Hidde van der Meer	HZ&PC Heerenveen 3	26.44	200401517	25.56
6.	Pieter Lubberts	HZ&PC Heerenveen 3	27.00	200401103	26.11
7.	Bert Rinsma	Pwc	26.55	200400667	26.84
8.	Kasper van Scheepen	Steenwijk 1934	28.75	200301473	26.92
AFGEM	Ruben Kommerie	Pwc	26.09	200401105	
AFGEM	Daan Bouwmeester	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200203021	
BM	Daan Waterlander	HZ&PC Heerenveen 3	42.74	200203405	SB8 40.50

Programmanr. 25 8-3-2014	Meisjes, 100m wisselslag	Meisjes Junioren 3 en later Resultaten
-----------------------------	--------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Joyce Kuipers	SG. Bolsward-Workum	1:21.41	200103426	1:17.76			1:17.76
2.	Heline Koning	SG. Bolsward-Workum	1:22.65	200000422	1:20.89			1:20.89
3.	Henriëke Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:19.33	200000840	1:21.07			1:21.07
4.	Michelle Heddemä	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:22.13	200002530	1:24.63			1:24.63
5.	Tanja Buwalda	SG. Bolsward-Workum	1:25.30	200000424	1:24.84			1:24.84
6.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	1:31.97	200100296	1:30.63			1:30.63
7.	Jildou Folkertsma	SG. Bolsward-Workum	1:38.35	200102696	1:32.22			1:32.22
8.	R. van der Brugge	SG. Bolsward-Workum	1:47.18	200104320	1:33.80			1:33.80
9.	Myrthe Kingma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:33.80	200201910	1:33.89			1:33.89
10.	Sanne Noord	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:35.86	200101872	1:36.00			1:36.00
11.	Grytsje Kazimier	Pwc	1:37.68	200005188	1:36.25			1:36.25
12.	Djurra Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	1:39.65	200002972	1:37.92			1:37.92
13.	Laura Marinus	Pwc	1:42.75	200103816	1:38.76			1:38.76
14.	Frauke Peterson	Pwc	1:37.59	200005186	1:41.77			1:41.77
15.	Anja Postma	SG. Bolsward-Workum	NT	200001656	1:41.83			1:41.83
16.	Yora Steenbergén	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:46.70	200005848	1:42.67			1:42.67
17.	Janneke Bierma	Pwc	1:56.77	200101892	1:44.57			1:44.57
18.	Sjoukje Bergsma	HZ&PC Heerenveen 3	1:55.41	200003796	1:46.75			1:46.75
DIS	Lisa Huisman	Steenwijk 1934	NT	200202938				
<i>SM - Bij het keer- en/of eindpunt niet aangetikt met de handen (wel afgezet).</i>								
DIS	Eline Steenstra	HZ&PC Heerenveen 3	1:32.24	200101078				
<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>								
NG.ZA	Noah Drijver	Steenwijk 1934	NT	200105584				
AFGEM	Sanne van der Meer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200005456				

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 27
8-3-2014

Jongens, 100m wisselslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Eibert Sytsma	SG. Bolsward-Workum	1:34.25	200102443	1:28.08			1:28.08
2.	Robin de Jong	SG. Bolsward-Workum	1:32.75	200101165	1:29.32			1:29.32
3.	Stefan Kiburg	Steenwijk 1934	1:40.01	200101309	1:32.57			1:32.57
4.	Matthijs Rozema	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:42.25	200102561	1:35.84			1:35.84
5.	Jelle Bosma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:53.17	200100693	1:52.27			1:52.27
DIS	Hidde Zondervan	Pwc	NT	200103619				
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>								
AFGEM	Wieger de Bruin	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	200104753				
AFGEM	Ruben Pots	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:36.63	200004355				
AFGEM	Robin de Vries	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:36.85	200100909				

Programmanr. 28
8-3-2014

Meisjes, 200m vrije slag

Meisjes Jeugd 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m	150m	200m
1.	Arianne Jonkman	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:25.79	199801590	2:28.50			1:12.08		2:28.50
2.	Corien van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	2:43.79	199800258	2:38.46			1:16.87		2:38.46
3.	Nora Veenstra	SG. Bolsward-Workum	2:43.91	199901446	2:41.23			1:15.83		2:41.23
4.	Christine Berenschot	SG. Bolsward-Workum	2:51.93	199901684	2:45.18			1:19.21		2:45.18
5.	Anouk van Duijven	Zwemteam ISIS-DZ&PC	3:03.85	199800888	3:00.65			1:25.46		3:00.65
6.	Alieke Mepschen	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199805150	3:01.00			1:28.25		3:01.00
7.	Monique Veenstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199900254	3:09.74			1:35.81		3:09.74
8.	Mariska Hiemstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199903486	3:17.12			1:29.52		3:17.12
9.	Alicia Helena de Vries	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199903326	3:17.80			1:32.68		3:17.80

Programmanr. 29
8-3-2014

Meisjes, 100m vrije slag

Meisjes Jeugd 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Sidney ter Wal	Steenwijk 1934	1:12.73	199904280	1:11.26			1:11.26
2.	Ellen Jager	Pwc	1:09.09	199801384	1:12.30			1:12.30
3.	Anouk Visser	HZ&PC Heerenveen 3	1:21.07	199902970	1:18.81			1:18.81
4.	Marijke Bruijn de	HZ&PC Heerenveen 3	1:26.09	199803190	1:20.34			1:20.34
5.	Britte Cozijnsen	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200006234	1:26.94			1:26.94
6.	Lisanne Postma	Pwc	1:30.14	199905362	1:30.06			1:30.06
7.	Janneke de Vries	Pwc	1:59.60	200103452	1:44.59			1:44.59
AFGEM	Anna Werkman	Steenwijk 1934	1:19.39	199803620				

Programmanr. 30
8-3-2014

Jongens, 200m vrije slag

Jongens Junioren 4 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m	150m	200m
1.	Theo Groenwoud	Zwemteam ISIS-DZ&PC	2:32.26	199801737	2:25.92			1:11.23		2:25.92
2.	Paul Muller	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199805433	2:48.95			1:23.80		2:48.95
3.	Michiel de Jong	SG. Bolsward-Workum	3:25.13	199900445	3:00.36			1:23.99		3:00.36
AFGEM	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	2:48.91	200101365						

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 31 8-3-2014	Jongens, 100m vrije slag	Jongens Junioren 4 en later Resultaten
-----------------------------	--------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd	pnt.	50m	100m
	1.	Herman Buist	Pwc	1:04.31	199801525	1:02.97			1:02.97
AFGEM		Emiel Meinen	Steenwijk 1934	1:04.94	199800375				
AFGEM		Fernand Bottema	HZ&PC Heerenveen 3	NT	199905007				

Programmanr. 33 8-3-2014	Dames, 100m schoolslag	Dames Senioren 2 en later Resultaten
-----------------------------	------------------------	---

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd	pnt.	50m	100m
	1.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	1:22.87	199804526	1:23.85			1:23.85
	2.	Anouk Veenstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:28.88	199601412	1:30.65			1:30.65
	3.	Iza van Veen	SG. Bolsward-Workum	1:33.53	200002470	1:33.83			1:33.83
	4.	Allysha van der Veer	Pwc	1:33.29	200103450	1:34.88			1:34.88
	5.	Nadine Prins	Pwc	1:38.25	199904736	1:35.70			1:35.70
	6.	Ingrid Dijk	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199606726	1:39.39			1:39.39
	7.	Tessa Heinsius	HZ&PC Heerenveen 3	1:39.46	199703610	1:41.15			1:41.15
	8.	Anna Koper	Steenwijk 1934	1:40.55	199901800	1:41.35			1:41.35
AFGEM		Anouk Poelstra	Steenwijk 1934	1:38.86	199800166				

Programmanr. 35 8-3-2014	Jongens, 100m schoolslag	Jongens Jeugd 2 en later Resultaten
-----------------------------	--------------------------	--

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd	pnt.	50m	100m
	1.	Hessel Bierma	Pwc	1:21.03	199602257	1:24.00			1:24.00
	2.	Remco Koelewijn	Steenwijk 1934	1:35.31	199900783	1:36.03			1:36.03
	3.	Jacco Schaper	SG. Bolsward-Workum	1:33.59	199904569	1:36.21			1:36.21
	4.	Jasper Zuidema	SG. Bolsward-Workum	NT	200004409	1:37.38			1:37.38
	5.	Jorn den Hamer	Pwc	1:38.80	199604251	1:37.38			1:37.38
DIS		Hendrik Veldkamp	Zwemteam ISIS-DZ&PC	1:31.13	199703419				
<i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.</i>									

Programmanr. 36 8-3-2014	Dames, 100m rugsag	Dames Senioren Open Resultaten
-----------------------------	--------------------	-----------------------------------

rang	naam	vereniging	intijd		klasse	tijd	pnt.	50m	100m
------	------	------------	--------	--	--------	------	------	-----	------

Programmanr. 37 8-3-2014	Dames, 50m rugsag	Dames Senioren Open Resultaten
-----------------------------	-------------------	-----------------------------------

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Alies Wagter	Steenwijk 1934	34.82	199900840	36.28
2.	Sidney ter Wal	Steenwijk 1934	37.45	199904280	37.27
3.	Nienke van Scheepen	Steenwijk 1934	36.83	199704256	37.43
4.	Iris van Marle	Steenwijk 1934	36.70	199600928	37.76
5.	Anna-Gre Idsinga	SG. Bolsward-Workum	37.95	199603718	38.70
6.	Eliza van der Werf	Steenwijk 1934	37.35	199900728	39.22
7.	Marijke de Jong	HZ&PC Heerenveen 3	38.13	198805780	39.88
8.	Elka Siesling	SG. Bolsward-Workum	NT	200100566	39.97
9.	Randi Dekker	Steenwijk 1934	39.63	199900842	41.14
10.	Tara Keijzer	Steenwijk 1934	41.83	199108498	41.17
11.	Joke Weening	Pwc	43.56	199007094	47.43
DIS	Petra Zandstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	199006248	
RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.					
BM	Mariska Hiemstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	52.63	199903486	51.35

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 39
8-3-2014

Heren, 50m rugslag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	Rick Driezen	Steenwijk 1934	31.18	198600713	30.73
2.	Johan Dijkstra	SG. Bolsward-Workum	31.98	197101497	32.21
3.	Mike Koelewijn	Steenwijk 1934	32.19	199303597	32.71
4.	Harry Dijksma	Zwemteam ISIS-DZ&PC	32.18	199100487	32.85
5.	Arjen Schram	SG. Bolsward-Workum	31.90	198805103	34.34
6.	Bouke van der Zaag	Pwc	32.27	199602255	34.52
7.	Rutger Hoving	Pwc	35.78	199503661	35.75
8.	Binne Veenstra	HZ&PC Heerenveen 3	35.48	198302155	36.09
9.	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen 3	34.52	199401883	36.34
10.	Jouke Minze Benedictus	Pwc	36.50	199401149	37.55
11.	Sander de Boer	Pwc	38.86	198900301	40.70
12.	Rene Knijpstra	Zwemteam ISIS-DZ&PC	NT	198806181	43.58
AFGEM	Willem Wielsma	SG. Bolsward-Workum	NT	197501415	
AFGEM	Jouke van der Meer	Zwemteam ISIS-DZ&PC	37.46	199405003	
AFGEM	Mario Engelbertink	HZ&PC Heerenveen 3	37.15	199400235	

Programmanr. 40
8-3-2014

Meisjes, 4 x 50m wisselslag

Meisjes Junioren 3 en later
Resultaten

rang	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	SG. Bolsward-Workum 1 Ylsa Dijkstra Joyce Kuipers	SG. Bolsward-Workum 02 39.36 01	00 00	2:30.04
2.	Zwemteam ISIS-DZ&PC 1 Sanne Noord Erna Smit	Zwemteam ISIS-DZ&PC 01 44.98 02	00 00	2:41.97
3.	Hzpc 3 1 Sanne Hoving Britte Cozijnsen	HZ&PC Heerenveen 3 00 46.67 00	01 00	2:56.05
4.	PWC Buitenpost 1 Grytsje Kazimier Janneke Biema	Pwc 00 45.08 01	00 01	2:56.54

Programmanr. 41
8-3-2014

4 x 25m vrije slag
(1j,1m,1j,1m)

Mix Minioren 4 en later
Resultaten

rang	vereniging	intijd	klasse	tijd
1.	SG. Bolsward-Workum 1 Timo Dijkstra Elvira bij de Weg	SG. Bolsward-Workum 05 04	05 04	1:19.51

Programmanr. 105
8-3-2014

Dames, 100m vrije slag
S4 t/m S14

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Liesette Bruinsma	SG. Bolsward-Workum	1:20.88	200004346	S13	1:17.38	440	1:17.38
2.	E. de Meulmeester	Zvw'74	1:23.13	199903430	S14	1:23.43	401	1:23.43
3.	Sanne Hoving	HZ&PC Heerenveen 3	1:25.78	200003332	S9	1:24.78	374	1:24.78
4.	Amber van der Kruk	MSV zeemacht	NT	200102730	S14	1:28.84	332	1:28.84
5.	Merel Benthem	Zcnf'34	2:10.95	198701987	S7	2:04.37	191	2:04.37
6.	Sanne van der Vlis	GSG Groningen	3:13.45	199407342	S7	2:37.36	94	2:37.36
AFGEM	Nicky Hollander	GSG Groningen	2:19.80	199706116	S7			

D2/D3 deel 4
Heerenveen, 8-3-2014

Programmanr. 107
8-3-2014

Heren, 100m vrije slag
S4 t/m S14

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Lars Jacobsen	Zvw'74	1:14.48	199705453	S14	1:13.52	401	1:13.52
2.	Daan Waterlander	HZ&PC Heerenveen 3	NT	200203405	S9	2:04.84	87	2:04.84
3.	Yannick Stevens	GSG Groningen	3:08.18	199307115	S4	3:08.13	85	3:08.13
4.	John Geurts	GSG Groningen	3:30.59	199406535	S6	3:21.78	35	3:21.78

Programmanr. 112
8-3-2014

Dames, 50m schoolslag
SB4 t/m SB14

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	
1.	Liesette Bruinsma	SG. Bolsward-Workum	44.93	200004346	SB13	43.69 549
2.	EsmeeAnne de Meulmeester	Zvw'74	48.61	199903430	SB14	49.04 398
3.	Amber van der Kruk	MSV zeemacht	NT	200102730	SB14	56.66 258
4.	Sanne Hoving	HZ&PC Heerenveen 3	55.64	200003332	SB8	57.28 282
5.	Sanne van der Vlis	GSG Groningen	1:14.96	199407342	SB8	1:14.63 128
6.	Merel Benthem	Zcnf'34	1:32.02	198701987	SB7	1:29.45 109
AFGEM	Nicky Hollander	GSG Groningen	1:19.03	199706116	SB6	

Programmanr. 114
8-3-2014

Heren, 50m schoolslag
SB4 t/m SB14

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	
1.	Lars Jacobsen	Zvw'74	32.28	199705453	SB14	47.84 239
2.	Yannick Stevens	GSG Groningen	1:28.47	199307115	SB4	1:26.28 140
3.	Daan Waterlander	HZ&PC Heerenveen 3	1:27.27	200203405	SB8	1:29.63 41
4.	John Geurts	GSG Groningen	1:31.40	199406535	SB6	1:36.02 74

Programmanr. 117
8-3-2014

Dames, 100m vlinderslag
S4 t/m S14

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
1.	Liesette Bruinsma	SG. Bolsward-Workum	NT	200004346	S13	1:57.26	154	1:57.26
2.	Sanne Hoving	HZ&PC Heerenveen 3	1:59.68	200003332	S9	2:02.15	163	2:02.15

Programmanr. 118
8-3-2014

Heren, 100m vlinderslag
S4 t/m S14

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	klasse	tijd	pnt.	50m	100m
------	------	------------	--------	--------	------	------	-----	------