

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 1
18-3-2023 - 12:45

Heren, 400m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Tristan Meijers	Swol 1894	NT	201000089	6:02.89 270
	50m: 42.11	42.11 150m: 2:17.01	45.42	250m: 3:52.03	52.17 350m: 5:25.14
	100m: 1:31.59	49.48 200m: 2:59.86	42.85	300m: 4:44.14	52.11 400m: 6:02.89
2.	Kick Germers *350m	Swol 1894	NT	201000185	6:17.45 240
	50m: 43.00	43.00 150m: 2:24.07	49.08	250m: 4:01.82	52.06 350m: 5:35.88
	100m: 1:34.99	51.99 200m: 3:09.76	45.69	300m: 4:52.74	50.92 400m: 6:17.45

Jeugd 1 en 2

1.	Rick Smelt	ZVZwartsuis	5:25.35	200600051	5:23.17 383
	50m: 34.01	34.01 150m: 1:57.48	41.39	250m: 3:24.41	46.21 350m: 4:48.50
	100m: 1:16.09	42.08 200m: 2:38.20	40.72	300m: 4:11.41	47.00 400m: 5:23.17
2.	Ruben Overbeek	De IJsel	6:19.89	200502887	5:44.23 317
	50m: 35.38	35.38 150m: 2:03.02	44.76	250m: 3:36.89	50.63 350m: 5:08.40
	100m: 1:18.26	42.88 200m: 2:46.26	43.24	300m: 4:29.03	52.14 400m: 5:44.23

Senioren 1 en 2

AFGEM Kay van Sleen Steenwijk 1934 6:45.86 200400083

Senioren

1.	Robert Nijendijk	De IJsel	6:03.60	200102791	5:43.89 318
	50m: 33.90	33.90 150m: 1:59.60	43.64	250m: 3:33.26	50.42 350m: 5:06.03
	100m: 1:15.96	42.06 200m: 2:42.84	43.24	300m: 4:25.18	51.92 400m: 5:43.89

Programmanr. 2
18-3-2023 - 12:52

Dames, 400m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Annefleur Schraa	Swol 1894	NT	201100044	6:55.38 242
	50m: 48.48	48.48 150m: 2:39.42	53.55	250m: 4:27.33	57.07 350m: 6:09.62
	100m: 1:45.87	57.39 200m: 3:30.26	50.84	300m: 5:20.95	53.62 400m: 6:55.38
Junioren 3 en 4					
1.	Esmee van Dijk *200m	Het Ravijn	5:59.62	200803180	5:55.69 385
	50m: 34.95	34.95 150m: 2:04.71	44.47	250m: 3:40.42	51.95 350m: 5:15.53
	100m: 1:20.24	45.29 200m: 2:48.47	43.76	300m: 4:33.63	53.21 400m: 5:55.69
2.	Rosa Visscher	ZVZwartsuis	NT	200800706	5:56.93 381
	50m: 36.64	36.64 150m: 2:09.02	46.44	250m: 3:45.34	50.69 350m: 5:17.22
	100m: 1:22.58	45.94 200m: 2:54.65	45.63	300m: 4:35.47	50.13 400m: 5:56.93
3.	Flore Blok	De IJsel	NT	200804348	6:00.50 370
	50m: 37.77	37.77 150m: 2:10.79	48.56	250m: 3:47.61	49.92 350m: 5:21.65
	100m: 1:22.23	44.46 200m: 2:57.69	46.90	300m: 4:39.29	51.68 400m: 6:00.50
4.	Maud Stevens	Het Ravijn	NT	200800774	6:03.94 360
	50m: 38.97	38.97 150m: 2:11.03	44.39	250m: 3:47.73	52.10 350m: 5:22.66
	100m: 1:26.64	47.67 200m: 2:55.63	44.60	300m: 4:40.95	53.22 400m: 6:03.94
5.	Lena Stevcic-Lukic	De IJsel	NT	200804122	6:54.58 243
	50m: 46.23	46.23 150m: 2:33.08	51.96	250m: 4:18.98	55.70 350m: 6:06.49
	100m: 1:41.12	54.89 200m: 3:23.28	50.20	300m: 5:16.59	57.61 400m: 6:54.58
6.	Lola Kieft	De IJsel	NT	200803622	7:00.84 232
	50m: 47.33	47.33 150m: 2:34.89	49.35	250m: 4:25.56	1:02.82 350m: 6:16.00
	100m: 1:45.54	58.21 200m: 3:22.74	47.85	300m: 5:26.54	1:00.98 400m: 7:00.84
7.	Marloes Overbeek	De IJsel	NT	200903232	7:02.16 230
	50m: 45.41	45.41 150m: 2:36.51	50.71	250m: 4:26.94	59.30 350m: 6:16.84
	100m: 1:45.80	1:00.39 200m: 3:27.64	51.13	300m: 5:27.15	1:00.21 400m: 7:02.16

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 2, Meisjes, 400m wisselslag, Junioren 3 en 4

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt			
8.	Nova Bel	De IJssel	NT	200803634	7:10.29	217		
	50m: 48.21	48.21	150m: 2:40.30	55.87	250m: 4:32.96	58.78	350m: 6:23.07	51.54
	100m: 1:44.43	56.22	200m: 3:34.18	53.88	300m: 5:31.53	58.57	400m: 7:10.29	47.22

Jeugd 1 en 2

1.	Jessica Dekkinga	Steenwijk 1934		6:38.29	200600180	6:16.60	325	
	50m: 43.98	43.98	150m: 2:26.13	46.09	250m: 4:01.10	50.95	350m: 5:35.25	42.58
	100m: 1:40.04	56.06	200m: 3:10.15	44.02	300m: 4:52.67	51.57	400m: 6:16.60	41.35
2.	Christa Valk	Hera'11	NT		200600066	6:19.75	317	
	50m: 37.16	37.16	150m: 2:13.27	49.05	250m: 3:56.53	55.25	350m: 5:37.22	44.60
	100m: 1:24.22	47.06	200m: 3:01.28	48.01	300m: 4:52.62	56.09	400m: 6:19.75	42.53
3.	Floor Rietman	ZVZwartsluis		7:44.02	200603168	6:38.94	273	
	<i>*150m *350m</i>							
	50m: 41.01	41.01	150m: 2:25.06	52.31	250m: 4:10.06	55.90	350m: 5:54.35	46.59
	100m: 1:32.75	51.74	200m: 3:14.16	49.10	300m: 5:07.76	57.70	400m: 6:38.94	44.59

Senioren 1 en 2

1.	Jolieke van den Berg	Het Ravijn		6:30.93	200400810	6:50.98	250	
	50m: 38.37	38.37	150m: 2:21.54	51.48	250m: 4:11.44	58.66	350m: 6:01.79	49.41
	100m: 1:30.06	51.69	200m: 3:12.78	51.24	300m: 5:12.38	1:00.94	400m: 6:50.98	49.19
2.	Alysha Peters	De IJssel	NT		200500064	7:10.30	217	
	50m: 44.31	44.31	150m: 2:32.27	54.63	250m: 4:27.93	1:02.75	350m: 6:22.38	50.24
	100m: 1:37.64	53.33	200m: 3:25.18	52.91	300m: 5:32.14	1:04.21	400m: 7:10.30	47.92
3.	Eef Bel	De IJssel	NT		200502668	7:32.87	186	
	<i>*150m</i>							
	50m: 45.47	45.47	150m: 2:45.01	1:01.46	250m: 4:42.77	1:00.00	350m: 6:40.56	57.05
	100m: 1:43.55	58.08	200m: 3:42.77	57.76	300m: 5:43.51	1:00.74	400m: 7:32.87	52.31

DIS Jildau Meijer De IJssel 5:33.21 200400324
AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen., AE: De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd

Senioren

1.	Irenka van Dalftsen	De Eerste Kolk		6:38.02	200302666	6:20.66	314	
	<i>*200m</i>							
	50m: 38.62	38.62	150m: 2:17.83	49.11	250m: 3:58.09	52.53	350m: 5:37.44	46.27
	100m: 1:28.72	50.10	200m: 3:05.56	47.73	300m: 4:51.17	53.08	400m: 6:20.66	43.22
DIS	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934		5:46.21	200300232			
	<i>SC - De bewegingen van de armen met afwisselende bewegingen en/of niet te allen tijde gelijktijdig uitgevoerd.</i>							

Programmanr. 3
18-3-2023 - 13:18

Heren, 50m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt		
Junioren 1 en 2							
1.	Kick Germers	Swol 1894		42.04	201000185	41.19	230
2.	Roan van der Stege	Swol 1894		41.86	200900107	41.35	227
3.	Daniël Scheppink	Swol 1894		44.22	200902769	42.91	203
4.	Ryan Freriksen	Swol 1894		42.03	201000301	45.22	174
5.	Daan Emming	Swol 1894		47.40	201003115	48.37	142
6.	Corné Driessen	De Eerste Kolk		59.95	200901505	58.71	79
AFGEM	Mathijs van der Laan	Swol 1894		47.89	200901905		

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 3, Heren, 50m schoolslag

Junioren 3 en 4

1.	Jaydey Schonewille	Steenwijk 1934	33.51	200800025	33.64	422
2.	Tijs Kruithof	Het Ravijn	35.30	200701181	35.07	373
3.	Julian Zwarthoff	Swol 1894	43.30	200800945	41.81	220
4.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsluis	43.40	200702499	42.80	205
5.	Floris Petersen	De IJsel	47.24	200803741	43.90	190
6.	Thijs Overmars	Het Ravijn	NT	200703993	51.76	116

Jeugd 1 en 2

1.	Bjorn Trinks	De Eerste Kolk	35.44	200600149	36.99	318
----	--------------	----------------	-------	-----------	--------------	-----

Senioren 1 en 2

1.	Mark Hendricks	De IJsel	39.07	200304363	36.80	323
2.	Lanco Manaf	Het Ravijn	39.70	200402715	38.98	271
AFGEM	Kay van Sleen	Steenwijk 1934	33.05	200400083		

Senioren

1.	Martijn Gerritsen	De Eerste Kolk	32.18	199600465	32.52	468
2.	Sweeder Braakman	De IJsel	35.94	200200397	36.02	344
3.	Martijn Voortman	De IJsel	35.68	198604395	36.20	339
4.	William Kruithof	Het Ravijn	36.92	198000857	36.56	329
5.	Thomas van Scheepen	Steenwijk 1934	36.23	200001387	36.84	321
6.	Rutger Curfs	Swol 1894	40.52	199402893	40.57	241
7.	Wout Oldenhof	Het Ravijn	43.96	200104317	43.14	200
8.	Thomas-Indy Mulder	De IJsel	44.13	200204327	43.45	196
AFGEM	Stef Koman	De IJsel	38.16	200105279		

Programmanr. 4
18-3-2023 - 13:23

Dames, 50m rugslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt
------	------	------------	--------	--	------	-----

Junioren 1 en 2

1.	Eline Eertink	Hera'11	35.20	201000158	37.41	320
2.	Olivia Boschloo	De IJsel	42.29	201102398	41.46	235
3.	Julia Gulickx	Swol 1894	45.32	201003472	41.76	230
4.	Elin Visser	Swol 1894	47.42	201101948	46.88	162
5.	Nora van den Berg	Het Ravijn	47.61	201101666	47.32	158

Junioren 3 en 4

1.	Elien Groothuismink	Swol 1894	37.68	200800920	36.46	346
2.	Leonore Heerschop	Steenwijk 1934	36.77	200801310	37.43	319
3.	Amber Admiraal	Swol 1894	38.91	200900698	39.05	281
4.	Myrthe te Winkel	Swol 1894	39.77	200804336	39.14	279
5.	Louise Neef	De IJsel	46.50	200804616	43.71	200
6.	Iris van Dijk	Het Ravijn	47.85	200903480	47.86	153
7.	Lynn Overmars	Het Ravijn	48.97	200804504	48.35	148

Jeugd 1 en 2

1.	Esmée de Mink	Hera'11	33.47	200600290	33.05	464
2.	Maud Dokter	Steenwijk 1934	31.62	200601672	33.37	451
3.	Dieuwke Cleveringa	Swol 1894	36.39	200700708	35.33	380
4.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	35.19	200600298	35.50	375
5.	Anna Klomp	Swol 1894	34.48	200600006	36.29	351

Senioren 1 en 2

1.	Iris Timmermans	Het Ravijn	35.17	200500172	35.15	386
2.	Lynn Reitsma	Swol 1894	32.38	200502750	35.62	371
3.	Hanna Scholte Lubberink	De IJsel	42.26	200405068	41.26	238
AFGEM	Dana Kuipers	Het Ravijn	33.39	200401454		

Programmanr. 4, Dames, 50m rugslag

Senioren

1. Melissa de Lang	Swol 1894	36.15	200001186	36.34	349
2. Jildou Cleveringa	Swol 1894	45.09	200006754	42.68	215

Programmanr. 5
18-3-2023 - 13:28

Heren, 200m rugslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	150m	200m	
Junioren 1 en 2									
1. Dyon Scholten	Steenwijk 1934	3:02.55	200900095	2:37.23	303	36.83	1:16.43	1:57.28	2:37.23
2. Dhamin Ouali	Swol 1894	2:59.22	200902771	2:42.23	276	37.84	1:18.71	2:01.81	2:42.23

Junioren 3 en 4

1. Tijs Kruithof <i>*150m</i>	Het Ravijn	3:13.34	200701181	2:33.84	323	36.97	1:17.01	1:57.05	2:33.84
2. Ivan Vuist	Steenwijk 1934	NT	200802067	2:37.58	301	37.32	1:17.99	1:59.43	2:37.58
3. Julian Zwarthoff	Swol 1894	2:47.55	200800945	2:43.60	269	40.10	1:21.47	2:03.57	2:43.60
4. Laurens van der Pligt	De Eerste Kolk	3:03.62	200700015	2:51.21	234	40.33	1:23.66	2:07.80	2:51.21
5. Justus van Asselt	De IJsel	NT	200703599	3:01.81	196	42.11	1:27.47	2:14.31	3:01.81
6. Herniek van Dalfsen <i>*50,100,150m</i>	De Eerste Kolk	NT	200800295	3:21.62	143	47.37	1:37.82	2:30.54	3:21.62

Jeugd 1 en 2

1. Ian Huntink	De IJsel	2:44.91	200603473	2:33.32	327	35.76	1:14.00	1:53.82	2:33.32
2. Ruben Overbeek	De IJsel	3:07.75	200502887	2:44.95	262	39.21	1:21.85	2:04.52	2:44.95
3. Jöran Brouwer <i>*150m</i>	De Eerste Kolk	NT	200600449	2:55.52	217	41.39	1:25.91	2:12.40	2:55.52

Senioren 1 en 2

1. Lanco Manaf	Het Ravijn	2:54.52	200402715	2:51.44	233	40.71	1:25.02	2:09.17	2:51.44
----------------	------------	---------	-----------	----------------	-----	-------	---------	---------	---------

Senioren

1. Robert Nijendijk	De IJsel	2:37.26	200102791	2:38.06	298	38.31	1:17.47	1:58.25	2:38.06
---------------------	----------	---------	-----------	----------------	-----	-------	---------	---------	---------

Programmanr. 6
18-3-2023 - 13:36

Dames, 100m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	
Junioren 1 en 2							
1. Hanna Heller	De IJsel	1:25.87	201102730	1:19.42	253	38.10	1:19.42
2. Annefleur Schraa	Swol 1894	1:15.15	201100044	1:24.04	213	40.40	1:24.04
3. Silvia Vos	De Eerste Kolk	1:36.32	201000442	1:26.86	193	41.52	1:26.86
4. Julia Gulickx	Swol 1894	1:34.86	201003472	1:27.88	186	41.56	1:27.88
5. Nora van den Berg	Het Ravijn	1:29.71	201101666	1:31.35	166	42.00	1:31.35
6. Elin Visser	Swol 1894	1:34.57	201101948	1:32.62	159	43.63	1:32.62
AFGEM Quinty Hickendorff	De IJsel	NT	201103096				

Junioren 3 en 4

1. Emmelien Smelt	ZVZwartsluis	1:00.13	200800012	59.73	595	28.85	59.73
2. Esmee van Dijk	Het Ravijn	1:07.34	200803180	1:06.52	431	31.53	1:06.52
3. Yaell Elmerink	De IJsel	1:08.39	200900310	1:08.40	396	32.36	1:08.40
4. Flore Blok	De IJsel	1:08.29	200804348	1:08.95	387	33.30	1:08.95
5. Elien Groothuismink	Swol 1894	1:10.52	200800920	1:09.45	378	33.25	1:09.45
6. Esmee Koning	Swol 1894	1:18.14	200903234	1:15.51	294	36.55	1:15.51
7. Lena Stevcic-Lukic	De IJsel	1:23.02	200804122	1:17.42	273	37.08	1:17.42

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 6, Meisjes, 100m vrije slag, Junioren 3 en 4

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	
8.	Marloes Overbeek	De IJsel	1:16.26	200903232	1:17.98	267	37.23	1:17.98
9.	Anne Boswinkel	Swol 1894	1:25.74	200801724	1:21.14	237	40.14	1:21.14
10.	Amber Admiraal	Swol 1894	1:21.53	200900698	1:21.76	232	39.55	1:21.76
11.	Lola Kieft	De IJsel	1:18.48	200803622	1:22.45	226	40.01	1:22.45
12.	Lynn Zandbelt	Swol 1894	1:30.05	200901288	1:26.76	194	41.04	1:26.76
	<i>*50m</i>							
13.	Nova Bel	De IJsel	1:27.20	200803634	1:26.99	192	42.86	1:26.99
14.	Lynn Overmars	Het Ravijn	1:31.26	200804504	1:28.24	184	42.81	1:28.24
15.	Amber Beens	De Eerste Kolk	1:37.32	200800020	1:28.97	180	39.78	1:28.97
16.	Iris van Dijk	Het Ravijn	1:28.64	200903480	1:29.57	176	40.96	1:29.57
17.	Louisa Riezebos	De Eerste Kolk	1:35.86	200804796	1:30.78	169	41.93	1:30.78
18.	Dyann Canits	Hera'11	1:43.23	200804642	1:40.21	126	45.56	1:40.21

Jeugd 1 en 2

1.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	1:04.00	200600298	1:07.87	405	32.85	1:07.87
2.	Dieuwke Cleveringa	Swol 1894	1:05.67	200700708	1:08.74	390	32.87	1:08.74
3.	Anna Klomp	Swol 1894	1:06.67	200600006	1:09.94	370	33.48	1:09.94
4.	Jorien Overbeek	De IJsel	1:15.81	200704668	1:15.87	290	36.24	1:15.87
5.	Renske Willemsen	Hera'11	1:17.62	200600292	1:18.34	263	36.67	1:18.34
6.	Floor Rietman	ZVZwartsluis	1:16.39	200603168	1:19.38	253	38.00	1:19.38

Senioren 1 en 2

1.	Jolijn Liezen	Steenwijk 1934	1:00.19	200500518	1:00.31	578	28.74	1:00.31
2.	Jildau Meijer	De IJsel	1:02.62	200400324	1:08.35	397	32.93	1:08.35
3.	Lynn Reitsma	Swol 1894	1:03.15	200502750	1:08.51	394	33.01	1:08.51
4.	H. Scholte Lubberink	De IJsel	1:13.81	200405068	1:15.45	295	35.22	1:15.45
5.	Alysha Peters	De IJsel	1:17.89	200500064	1:19.90	248	37.47	1:19.90
6.	Eef Bel	De IJsel	1:22.02	200502668	1:24.53	210	40.61	1:24.53

Senioren

1.	Melissa de Lang	Swol 1894	1:04.08	200001186	1:08.17	400	32.49	1:08.17
2.	Marianne Naberman	De Eerste Kolk	1:09.35	199701984	1:09.92	371	33.08	1:09.92
3.	Jildou Cleveringa	Swol 1894	1:12.97	200006754	1:11.04	353	33.72	1:11.04
4.	Debbie Broekhof	Hera'11	1:52.97	199806220	1:32.19	161	45.16	1:32.19

Programmanr. 7
18-3-2023 - 14:03

Heren, 100m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	
Junioren 1 en 2								
1.	Roan van der Stege	Swol 1894	1:09.14	200900107	1:06.04	315	32.28	1:06.04
2.	Dhamin Quali	Swol 1894	1:09.41	200902771	1:07.64	293	32.23	1:07.64
3.	Arthur Alberts	ZVZwartsluis	1:08.79	200900239	1:08.67	280	32.49	1:08.67
4.	Tristan Meijers	Swol 1894	1:10.93	201000089	1:11.12	252	34.92	1:11.12
5.	Daniël Scheppink	Swol 1894	1:17.80	200902769	1:12.96	233	35.11	1:12.96
6.	Ryan Freriksen	Swol 1894	1:11.36	201000301	1:16.55	202	36.36	1:16.55
7.	Daan Emming	Swol 1894	1:19.27	201003115	1:18.34	188	36.10	1:18.34
8.	Corné Driessen	De Eerste Kolk	1:38.84	200901505	1:41.57	86	46.39	1:41.57
AFGEM	Mathijs van der Laan	Swol 1894	1:15.64	200901905				

Junioren 3 en 4

1.	Jaydey Schonewille	Steenwijk 1934	56.57	200800025	55.96	517	27.09	55.96
2.	Ivan Vuist	Steenwijk 1934	1:04.26	200802067	1:02.65	369	29.74	1:02.65
3.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsluis	1:05.90	200702499	1:06.39	310	31.20	1:06.39
4.	Julian Zwarthoff	Swol 1894	1:07.89	200800945	1:08.12	287	33.21	1:08.12
5.	Floris Petersen	De IJsel	1:15.44	200803741	1:14.55	219	35.86	1:14.55
6.	Justus van Asselt	De IJsel	1:17.69	200703599	1:15.14	213	35.26	1:15.14
7.	Herniek van Daltsen	De Eerste Kolk	1:18.42	200800295	1:15.63	209	36.24	1:15.63
8.	Thijs Overmars	Het Ravijn	1:31.16	200703993	1:28.31	131	42.26	1:28.31
	<i>*50m</i>							

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 7, Heren, 100m vrije slag

Jeugd 1 en 2

1. Rick Smelt	ZVZwartsluis	58.62	200600051	59.34	434	28.66	59.34
2. Ian Huntink	De IJsel	1:02.48	200603473	1:01.48	390	29.49	1:01.48
3. Jöran Brouwer	De Eerste Kolk	1:05.25	200600449	1:03.59	352	29.98	1:03.59

Senioren 1 en 2

1. Mark Hendricks	De IJsel	1:09.68	200304363	1:04.73	334	30.92	1:04.73
AFGEM Kay van Sleen	Steenwijk 1934	1:02.10	200400083				

Senioren

1. Martijn Gerritsen	De Eerste Kolk	56.48	199600465	58.23	459	27.99	58.23
2. William Kruihof	Het Ravijn	1:02.52	198000857	1:01.07	398	28.56	1:01.07
3. Martijn Voortman	De IJsel	1:01.78	198604395	1:02.16	377	29.94	1:02.16
4. Thomas van Scheepen	Steenwijk 1934	1:02.23	200001387	1:02.91	364	30.02	1:02.91
5. Rutger Curfs	Swol 1894	1:07.86	199402893	1:04.39	339	31.46	1:04.39
6. Thomas-Indy Mulder	De IJsel	1:16.04	200204327	1:16.10	205	36.20	1:16.10
7. Wout Oldenhof	Het Ravijn	1:15.41	200104317	1:16.27	204	35.78	1:16.27
AFGEM Stef Koman	De IJsel	1:00.11	200105279				

Programmanr. 8
18-3-2023 - 14:11

Dames, 200m rugslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	150m	200m
-----------	------------	--------	------	-----	-----	------	------	------

Junioren 1 en 2

1. Julia Gulickx	Swol 1894	NT	201003472	3:31.61	177	48.26	1:44.49	2:38.15	3:31.61
<i>*100m</i>									

Junioren 3 en 4

1. Emmelien Smelt	ZVZwartsluis	2:27.89	200800012	2:27.02	529	35.21	1:12.94	1:50.94	2:27.02
2. Maud Stevens	Het Ravijn	2:52.67	200800774	2:45.43	371	38.19	1:20.78	2:04.54	2:45.43
3. Rosa Visscher	ZVZwartsluis	2:56.75	200800706	2:48.52	351	40.45	1:23.49	2:07.49	2:48.52
4. Myrthe te Winkel	Swol 1894	2:59.78	200804336	2:58.52	295	42.22	1:27.98	2:14.93	2:58.52
5. Leonore Heerschop	Steenwijk 1934	NT	200801310	3:05.50	263	41.69	1:28.18	2:19.01	3:05.50
6. Lola Kieft	De IJsel	3:16.69	200803622	3:09.22	248	46.07	1:33.89	2:23.24	3:09.22
7. Lynn Zandbelt	Swol 1894	3:21.89	200901288	3:17.49	218	48.51	1:40.15	2:31.65	3:17.49
<i>*50m, 100m, 150m</i>									
8. Esmee Koning	Swol 1894	3:29.79	200903234	3:18.79	214	48.11	1:39.69	2:31.32	3:18.79
<i>*100m, 150m</i>									
9. Anne Boswinkel	Swol 1894	3:28.21	200801724	3:23.12	200	48.12	1:38.49	2:32.20	3:23.12

Jeugd 1 en 2

1. Maud Dokter	Steenwijk 1934	2:31.81	200601672	2:34.64	455	37.39	1:16.86	1:56.74	2:34.64
2. Esmée de Mink	Hera'11	2:42.17	200600290	2:35.91	443	36.07	1:15.38	1:55.82	2:35.91

Senioren 1 en 2

1. Iris Timmermans	Het Ravijn	2:45.04	200500172	2:56.13	307	38.72	1:24.10	2:10.59	2:56.13
AFGEM Dana Kuipers	Het Ravijn	2:47.57	200401454						

Senioren

1. Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	2:34.75	200300232	2:34.00	460	36.74	1:15.46	1:55.24	2:34.00
2. Irenka van Dalfsen	De Eerste Kolk	NT	200302666	2:58.99	293	41.06	1:25.81	2:12.88	2:58.99

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 9 18-3-2023 - 14:19	Heren, 50m rugslag	Junioren 1 en ouder Resultaten
-------------------------------------	--------------------	-----------------------------------

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Roan van der Stege	Swol 1894	37.57	200900107	36.99 216
2.	Kick Germers	Swol 1894	43.20	201000185	38.64 190
3.	Tristan Meijers	Swol 1894	38.00	201000089	39.07 183
AFGEM	Mathijs van der Laan	Swol 1894	40.74	200901905	

Junioren 3 en 4

1.	Ivan Vuist	Steenwijk 1934	34.05	200802067	34.45 268
2.	Thijs Overmars	Het Ravijn	NT	200703993	45.53 116

Jeugd 1 en 2

1.	Ruben Overbeek	De IJsel	35.33	200502887	37.38 210
----	----------------	----------	-------	-----------	------------------

Senioren

1.	Robert Nijendijk	De IJsel	31.88	200102791	32.76 312
2.	William Kruihof	Het Ravijn	34.19	198000857	36.60 223
3.	Wout Oldenhof	Het Ravijn	41.03	200104317	43.67 131

Programmanr. 10 18-3-2023 - 14:22	Dames, 50m schoolslag	Senioren Open Resultaten
--------------------------------------	-----------------------	-----------------------------

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Annefleur Schraa	Swol 1894	44.19	201100044	46.97 224
2.	Julia Gulickx	Swol 1894	52.31	201003472	50.17 184
3.	Elin Visser	Swol 1894	50.30	201101948	52.41 161
4.	Silvia Vos	De Eerste Kolk	54.87	201000442	54.99 140
5.	Nora van den Berg	Het Ravijn	52.86	201101666	55.42 136
AFGEM	Quinty Hickendorff	De IJsel	59.54	201103096	

Junioren 3 en 4

1.	Maud Stevens	Het Ravijn	38.49	200800774	38.88 396
2.	Flore Blok	De IJsel	40.68	200804348	40.91 340
3.	Lena Stevcic-Lukic	De IJsel	43.77	200804122	42.45 304
4.	Elien Groothuismink	Swol 1894	42.78	200800920	43.33 286
5.	Anne Boswinkel	Swol 1894	44.87	200801724	45.04 254
6.	Amber Beens	De Eerste Kolk	47.10	200800020	46.03 238
7.	Amber Admiraal	Swol 1894	46.61	200900698	47.47 217
8.	Nova Bel	De IJsel	48.85	200803634	48.41 205
9.	Marloes Overbeek	De IJsel	47.57	200903232	48.65 202
10.	Dyann Canits	Hera'11	50.54	200804642	51.22 173
11.	Iris van Dijk	Het Ravijn	51.36	200903480	52.14 164
12.	Lynn Overmars	Het Ravijn	56.77	200804504	58.19 118
13.	Louisa Riezebos	De Eerste Kolk	NT	200804796	1:02.50 95

Jeugd 1 en 2

1.	Dieuwke Cleveringa	Swol 1894	38.67	200700708	40.82 342
2.	Jessica Dekkinga	Steenwijk 1934	43.33	200600180	41.95 315
3.	Christa Valk	Hera'11	41.76	200600066	43.45 283
4.	Floor Rietman	ZVZwartsuis	42.80	200603168	43.91 275
5.	Jorien Overbeek	De IJsel	44.11	200704668	46.40 233

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 10, Dames, 50m schoolslag

Senioren 1 en 2

1.	Iris Timmermans	Het Ravijn	39.74	200500172	40.62	347
2.	Jildau Meijer	De IJsel	38.74	200400324	42.16	310
3.	Alysha Peters	De IJsel	47.41	200500064	47.64	215
	Hanna Scholte Lubberink	De IJsel	48.20	200405068	47.64	215
5.	Eef Bel	De IJsel	49.64	200502668	48.38	205

Senioren

1.	Melissa de Lang	Swol 1894	36.64	200001186	37.57	439
2.	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	38.52	200300232	39.32	383
3.	Jildou Cleveringa	Swol 1894	39.99	200006754	40.14	360
4.	Debbie Broekhof	Hera'11	51.96	199806220	50.17	184

Programmanr. 11
18-3-2023 - 14:30

Heren, 100m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m
Junioren 1 en 2							
1.	Arthur Alberts	ZVZwartsluis	1:20.27	200900239	1:17.43	234	35.74 1:17.43
2.	Dyon Scholten	Steenwijk 1934	1:21.85	200900095	1:20.05	212	35.73 1:20.05
3.	Dhamin Ouali	Swol 1894	1:23.27	200902771	1:21.49	201	36.69 1:21.49
4.	Roan van der Stege	Swol 1894	1:27.81	200900107	1:22.97	190	38.31 1:22.97
5.	Daniël Scheppink	Swol 1894	1:49.28	200902769	1:35.97	123	44.36 1:35.97
6.	Daan Emming	Swol 1894	NT	201003115	1:38.13	115	44.96 1:38.13
DIS	Ryan Freriksen	Swol 1894	1:38.85	201000301			

VN - Niet gehele race aan het wateroppervlak gebleven (geldt niet voor keerpunt en 1e 15 m na start en keerpunt)

Junioren 3 en 4

1.	Tijs Kruithof	Het Ravijn	1:10.25	200701181	1:07.02	362	31.28 1:07.02
2.	Jaydey Schonewille	Steenwijk 1934	1:08.27	200800025	1:08.65	337	31.72 1:08.65
3.	Julian Zwarthoff	Swol 1894	1:20.46	200800945	1:22.51	194	40.47 1:22.51
4.	Laurens van der Pligt	De Eerste Kolk	1:21.89	200700015	1:22.82	192	38.09 1:22.82
5.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsluis	1:27.03	200702499	1:31.20	143	39.05 1:31.20
6.	Floris Petersen	De IJsel	NT	200803741	1:32.86	136	41.92 1:32.86
7.	Justus van Asselt	De IJsel	1:42.29	200703599	1:36.32	122	42.62 1:36.32

Jeugd 1 en 2

1.	Rick Smelt	ZVZwartsluis	1:10.34	200600051	1:11.58	297	32.54 1:11.58
2.	Bjorn Trinks	De Eerste Kolk	1:10.54	200600149	1:13.53	274	32.20 1:13.53
3.	Ian Huntink	De IJsel	1:17.67	200603473	1:15.69	251	34.33 1:15.69

Senioren 1 en 2

1.	Lanco Manaf	Het Ravijn	1:27.57	200402715	1:22.22	196	37.78 1:22.22
2.	Mark Hendricks	De IJsel	1:39.89	200304363	1:31.10	144	43.81 1:31.10

Senioren

1.	Sweeder Braakman	De IJsel	1:05.04	200200397	1:06.19	376	30.52 1:06.19
2.	Thomas van Scheepen	Steenwijk 1934	1:19.64	200001387	1:22.37	195	36.82 1:22.37
AFGEM	Stef Koman	De IJsel	1:13.93	200105279			

KNZB Regio Oost Circuit deel 4

Programmanr. 12
18-3-2023 - 14:36

Dames, 100m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt	50m	100m
Junioren 1 en 2								
1.	Eline Eertink	Hera'11	1:24.78	201000158	1:29.42	227	39.16	1:29.42
2.	Olivia Boschloo *50m, 100m	De IJssel	NT	201102398	1:35.76	185	45.72	1:35.76
3.	Hanna Heller	De IJssel	NT	201102730	1:44.41	143	48.04	1:44.41
Junioren 3 en 4								
1.	Emmelien Smelt	ZVZwartsluis	1:07.41	200800012	1:08.68	502	32.06	1:08.68
2.	Esmee van Dijk	Het Ravijn	1:17.39	200803180	1:18.26	339	34.11	1:18.26
3.	Rosa Visscher	ZVZwartsluis	1:22.94	200800706	1:19.14	328	35.68	1:19.14
4.	Yaell Elmerink	De IJssel	1:19.23	200900310	1:19.25	327	36.19	1:19.25
5.	Esmee Koning	Swol 1894	1:39.01	200903234	1:38.96	168	44.72	1:38.96
6.	Myrthe te Winkel	Swol 1894	1:38.60	200804336	1:40.41	160	46.25	1:40.41
7.	Lynn Zandbelt	Swol 1894	1:53.77	200901288	1:55.46	105	53.56	1:55.46
8.	Louise Neef	De IJssel	NT	200804616	2:01.04	91	55.34	2:01.04
Jeugd 1 en 2								
1.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	1:15.89	200600298	1:18.69	334	35.22	1:18.69
2.	Anna Klomp	Swol 1894	1:15.85	200600006	1:19.04	329	34.75	1:19.04
3.	Renske Willemsen	Hera'11	1:31.32	200600292	1:31.24	214	41.03	1:31.24
Senioren 1 en 2								
1.	Jolijn Liezen	Steenwijk 1934	1:06.54	200500518	1:07.46	530	31.20	1:07.46
2.	Lynn Reitsma	Swol 1894	1:15.56	200502750	1:22.38	291	35.26	1:22.38
3.	Jolieke van den Berg	Het Ravijn	1:23.49	200400810	1:30.79	217	38.62	1:30.79
AFGEM	Dana Kuipers	Het Ravijn	1:12.20	200401454				
Senioren								
1.	Marianne Naberman	De Eerste Kolk	1:23.64	199701984	1:25.59	259	38.30	1:25.59