

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 1
18/03/2023 - 16:45

Meisjes, 100m schoolslag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Lieke, van HUIS	Zcnf'34	1:49.45	201101184	1:44.36	
2.	Alena, YTSMA	HZ&PC Heerenveen	1:50.67	201201736	1:48.07	
3.	Jasmijn, BERGHOUT	Zcnf'34	1:58.10	201100836	1:53.03	
4.	Kensi, POSTMA	HZ&PC Heerenveen	2:10.65	201301150	2:01.19	
5.	Grietine, RISPENS	Zcnf'34	NT	201202530	2:01.38	
6.	Fardau, LOOTS	HZ&PC Heerenveen	2:09.27	201300376	2:03.66	
7.	Lieke, BOELSMA	HZ&PC Heerenveen	2:03.13	201201672	2:04.44	
8.	Carina, KOOISTRA	De Forel	2:24.44	201300950	2:12.47	
9.	Edith, ROBBEN	De Forel	2:25.44	201300948	2:14.20	
10.	Hinkelies, MEURS	De Wellerobben	NT	201301704	2:16.44	
11.	Enza, van den BERG	De Forel	2:26.97	201301420	2:23.42	
DIS	Senna, OOSTERKAMP	HZ&PC Heerenveen	NT	201300976		
<i>SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.</i>						
AFGEM	Tessa, ter BORG	Zcnf'34	NT	201201806		

Programmanr. 2
18/03/2023 - 16:54

Jongens, 100m schoolslag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Joep, BARWEGEN	HZ&PC Heerenveen	1:45.23	201201823	1:47.85	
2.	Timo, JOHANNES	HZ&PC Heerenveen	NT	201300819	1:51.28	
3.	Roan, KRIKKE	HZ&PC Heerenveen	1:59.96	201200501	2:03.68	
4.	Thijs, SCHOLTENS AUSMA	Zcnf'34	NT	201300039	2:08.05	
5.	Yannick, WEURDING	Isis	2:02.62	201300247	2:13.57	

Programmanr. 3
18/03/2023 - 16:57

Meisjes, 50m vlinderslag

11 - 16 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Veerle, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	35.05	200700778	33.65	
2.	Mandy, NOORD	De Wellerobben	35.34	200600584	34.61	
3.	Fardau, CAZEMIER	Zcnf'34	34.79	200901736	34.86	
4.	Lotte, BERGHOUT	Zcnf'34	36.92	200901644	36.35	
5.	Quirine, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	1:05.58	201000228	40.97	
6.	Femke, van WEPEREN	Zcnf'34	46.90	200800356	44.35	
7.	Elin, VOS	Zcnf'34	48.96	201001748	46.15	
8.	Anne, de JONGE	HZ&PC Heerenveen	48.29	200603018	48.88	
9.	Marit, van der FLIER	De Wellerobben	48.85	201000938	48.89	
10.	Marissa, VISSER	HZ&PC Heerenveen	48.43	200903858	49.01	

Programmanr. 4
18/03/2023 - 17:01

Jongens, 50m vlinderslag

11 - 15 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Jasper, TABAK	De Wellerobben	35.07	200701303	34.87	
2.	Luca, KARSTEN SCHÜLER	HZ&PC Heerenveen	43.41	201101451	41.54	
3.	Guido, BRANDER	Zcnf'34	50.35	201000625	44.08	
4.	Mark, van het MEER	HZ&PC Heerenveen	50.03	200900435	47.23	

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 5
18/03/2023 - 17:03

Dames, 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Arianne, JONKMAN	De Wellerobben	29.06	199801590	29.30	
2.	Liselotte, SCHAAP	HZ&PC Heerenveen	30.47	200603016	30.16	
3.	Roos, de JONG	Zcnf'34	32.09	200302948	31.24	
4.	Mirthe, de HAAN	Zcnf'34	34.21	201000866	32.28	
5.	Saskia, BERGSMA	De Wellerobben	29.34	199301686	32.58	
6.	Larissa, HENDRIKS	Zcnf'34	34.66	200900022	33.21	
7.	Wendy, ELFERINK	HZ&PC Heerenveen	35.33	200604202	33.31	
8.	Frédérique, ENSING	De Forel	34.55	200703326	33.54	
9.	Miranda, BIJZITTER	Zcnf'34	33.59	199000298	33.72	
10.	Aniek, WUBS	De Forel	35.44	200804294	34.60	
11.	Winnie, de VRIES	De Wellerobben	33.86	199606766	35.24	
12.	Ineke, VISSER	De Wellerobben	34.90	199902948	35.94	
13.	Mieke, van der LINDE	De Forel	39.77	200904044	37.21	
14.	Tessa, van DIJK	Isis	37.74	199401252	38.13	
15.	Rachel, YTSMA	De Wellerobben	42.50	200505404	42.66	

Programmanr. 6
18/03/2023 - 17:07

Heren, 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Remco, DIJKSTRA	HZ&PC Heerenveen	24.72	200100789	25.07	
2.	Arend, VLASMA	Zcnf'34	25.54	200403373	25.19	
3.	Ruben, van VEENEN	Zcnf'34	26.49	200400425	27.10	FJ 1
4.	Lars, HEDDEMA	Steenwijk 1934	26.70	200603697	27.10	FJ 2
5.	Harry, DIJKSMA	Isis	26.72	199100487	27.63	
6.	Jelmer, WATERLANDER	HZ&PC Heerenveen	30.55	198803741	27.65	
7.	Rene, KNIJPSTRA	Isis	28.24	198806181	28.58	
8.	Jan-Eggo, HUININGA	HZ&PC Heerenveen	30.57	198401001	28.97	
9.	Pascal, de JONG	De Wellerobben	27.78	199700415	29.33	
10.	Iwan, van der FLIER	De Wellerobben	30.60	200603535	30.21	
11.	Christiaan, ENSING	De Forel	31.43	200603311	31.01	
12.	Mick, de JONG	De Wellerobben	30.74	200303035	31.39	
DIS	Jamil, TIELAK	De Forel	36.10	201002921		

AA - De start ingezet voor het startsignaal (en wel gezwommen).

AFGEM Albert, DIJKSMA Isis 28.23 198700711

Programmanr. 7
18/03/2023 - 17:11

25m schoolslag

6 - 7 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Ben, BARWEGEN	HZ&PC Heerenveen	26.06	201500149	27.22	

Programmanr. 8
18/03/2023 - 17:12

25m vrije slag

7 - 9 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Kensi, POSTMA	HZ&PC Heerenveen	NT	201301150	18.31	
2.	Evan, BAKKER	HZ&PC Heerenveen	NT	201300769	18.82	
3.	Hinkelies, MEURS	De Wellerobben	NT	201301704	19.63	
4.	Fenna, van HUIS	Zcnf'34	23.38	201300674	19.72	
5.	Carina, KOOISTRA	De Forel	NT	201300950	19.80	
6.	Marlynn, van BERKUM	Zcnf'34	22.06	201400324	20.18	
7.	Enza, van den BERG	De Forel	20.67	201301420	20.52	
8.	Edith, ROBBEN	De Forel	NT	201300948	20.84	
9.	Jim, BAHLMANN	HZ&PC Heerenveen	23.40	201400301	21.09	
10.	Joyce, van DIJK	De Forel	24.94	201400494	22.72	

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 9
18/03/2023 - 17:15

Meisjes, 50m rugslag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Lieke, van HUIS	Zcnf'34	46.49	201101184	44.64	
2.	Jasmijn, BERGHOUT	Zcnf'34	46.29	201100836	46.13	
3.	Fardau, LOOTS	HZ&PC Heerenveen	49.01	201300376	46.84	
4.	Senna, OOSTERKAMP	HZ&PC Heerenveen	56.52	201300976	48.13	
5.	Grietine, RISPENS	Zcnf'34	53.30	201202530	50.15	
6.	Alena, YTSMA	HZ&PC Heerenveen	1:00.21	201201736	53.77	FJ 1
7.	Lieke, BOELSMA	HZ&PC Heerenveen	57.88	201201672	53.77	FJ 2
AFGEM	Tessa, ter BORG	Zcnf'34	51.30	201201806		

Programmanr. 10
18/03/2023 - 17:19

Jongens, 50m rugslag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Roan, KRIKKE	HZ&PC Heerenveen	43.85	201200501	42.52	
2.	Joep, BARWEGEN	HZ&PC Heerenveen	48.04	201201823	45.58	
3.	Timo, JOHANNES	HZ&PC Heerenveen	NT	201300819	50.32	
4.	Thijs, SCHOLTENS AUSMA	Zcnf'34	54.63	201300039	52.44	
5.	Yannick, WEURDING	Isis	1:01.09	201300247	53.63	

Programmanr. 11
18/03/2023 - 17:21

Meisjes, 100m schoolslag

11 - 16 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Mandy, NOORD	De Wellerobben	1:25.98	200600584	1:22.89	
2.	Veerle, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	1:31.27	200700778	1:26.51	
3.	Fardau, CAZEMIER	Zcnf'34	1:40.98	200901736	1:33.94	
4.	Lotte, BERGHOUT	Zcnf'34	1:52.17	200901644	1:36.94	
5.	Quirine, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	1:43.10	201000228	1:40.07	
6.	Frédérique, ENSING	De Forel	1:39.44	200703326	1:41.82	
7.	Femke, van WEPEREN	Zcnf'34	1:49.14	200800356	1:43.66	
8.	Marit, van der FLIER	De Wellerobben	1:41.44	201000938	1:45.31	
9.	Anne, de JONGE	HZ&PC Heerenveen	1:51.56	200603018	1:49.14	
10.	Marissa, VISSER	HZ&PC Heerenveen	1:47.21	200903858	1:52.25	
DIS	Mieke, van der LINDE	De Forel	1:49.68	200904044		
	<i>SA - Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het wideste gedeelte v.d. 2e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.</i>					
DIS	Elin, VOS	Zcnf'34	1:43.96	201001748		
	<i>SR - Meer dan 1 vlinderbeenslag gemaakt voordat de 1e schoolslagbeenslag is gemaakt.</i>					

Programmanr. 12
18/03/2023 - 17:28

Jongens, 100m schoolslag

11 - 15 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Jasper, TABAK	De Wellerobben	1:30.51	200701303	1:27.72	
2.	Luca, KARSTEN SCHÜLER	HZ&PC Heerenveen	1:43.70	201101451	1:42.49	
3.	Mark, van het MEER	HZ&PC Heerenveen	1:50.31	200900435	1:48.51	
4.	Guido, BRANDER	Zcnf'34	1:57.54	201000625	1:56.24	

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 13
18/03/2023 - 17:31

Dames, 50m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Ariane, JONKMAN	De Wellerobben	32.31	199801590	32.77	
2.	Liselotte, SCHAAP	HZ&PC Heerenveen	33.65	200603016	34.03	
3.	Roos, de JONG	Zcnf'34	35.38	200302948	35.81	
4.	Saskia, BERGSMA	De Wellerobben	32.15	199301686	37.21	
5.	Miranda, BIJZITTER	Zcnf'34	37.04	199000298	38.41	
6.	Wendy, ELFERINK	HZ&PC Heerenveen	44.08	200604202	39.00	
7.	Mirthe, de HAAN	Zcnf'34	41.61	201000866	40.67	
8.	Winnie, de VRIES	De Wellerobben	40.64	199606766	42.33	
9.	Larissa, HENDRIKS	Zcnf'34	41.77	200900022	43.34	
10.	Tessa, van DIJK	Isis	43.46	199401252	43.71	
11.	Ineke, VISSER	De Wellerobben	44.61	199902948	49.54	
DIS	Rachel, YTSMA	De Wellerobben	NT	200505404		

VD - Schoolslagbenen gezwommen.

Programmanr. 14
18/03/2023 - 17:36

Heren, 50m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Remco, DIJKSTRA	HZ&PC Heerenveen	26.48	200100789	26.56	
2.	Arend, VLASMA	Zcnf'34	27.82	200403373	27.56	
3.	Ruben, van VEENEN	Zcnf'34	28.84	200400425	29.38	
4.	Jelmer, WATERLANDER	HZ&PC Heerenveen	31.12	198803741	30.15	
5.	Lars, HEDDEMA	Steenwijk 1934	28.86	200603697	30.24	
6.	Jan-Eggo, HUINGA	HZ&PC Heerenveen	31.13	198401001	31.05	
7.	Harry, DIJKSMA	Isis	29.82	199100487	31.78	
8.	Rene, KNIJPSTRA	Isis	31.93	198806181	32.21	
9.	Mick, de JONG	De Wellerobben	34.01	200303035	35.34	
10.	Pascal, de JONG	De Wellerobben	34.12	199700415	35.86	
11.	Iwan, van der FLIER	De Wellerobben	35.18	200603535	36.73	
12.	Christiaan, ENSING	De Forel	40.34	200603311	40.88	
13.	Jamil, TIELAK	De Forel	47.92	201002921	40.93	
AFGEM	Albert, DIJKSMA	Isis	31.97	198700711		

Programmanr. 15
18/03/2023 - 17:40

25m rugslag

6 - 7 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Ben, BARWEGEN	HZ&PC Heerenveen	24.92	201500149	22.63	

Programmanr. 16
18/03/2023 - 17:41

25m rugslag

7 - 9 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Evan, BAKKER	HZ&PC Heerenveen	25.12	201300769	21.09	
2.	Fardau, LOOTS	HZ&PC Heerenveen	23.56	201300376	21.91	
3.	Kensi, POSTMA	HZ&PC Heerenveen	24.52	201301150	22.03	
4.	Marlynn, van BERKUM	Zcnf'34	23.97	201400324	22.82	
5.	Hinkelies, MEURS	De Wellerobben	NT	201301704	24.12	
6.	Fenna, van HUIS	Zcnf'34	26.14	201300674	24.35	
7.	Jim, BAHLMANN	HZ&PC Heerenveen	26.80	201400301	25.03	
8.	Joyce, van DIJK	De Forel	27.57	201400494	28.09	
AFGEM	Carina, KOOISTRA	De Forel	28.59	201300950		
AFGEM	Edith, ROBBEN	De Forel	25.31	201300948		

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 17
18/03/2023 - 17:44

Meisjes, 50m vrije slag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Lieke, van HUIS	Zcnf'34	39.44	201101184	36.27	
2.	Jasmijn, BERGHOUT	Zcnf'34	40.89	201100836	38.98	
3.	Lieke, BOELSMA	HZ&PC Heerenveen	48.00	201201672	45.49	
4.	Senna, OOSTERKAMP	HZ&PC Heerenveen	47.17	201300976	47.13	
5.	Carina, KOOISTRA	De Forel	56.67	201300950	47.59	
6.	Alena, YTSMA	HZ&PC Heerenveen	52.51	201201736	48.59	
7.	Enza, van den BERG	De Forel	51.07	201301420	49.18	FJ 1
8.	Grietine, RISPENS	Zcnf'34	48.87	201202530	49.18	FJ 2
9.	Edith, ROBBEN	De Forel	56.16	201300948	51.97	
AFGEM	Tessa, ter BORG	Zcnf'34	42.11	201201806		

Programmanr. 18
18/03/2023 - 17:48

Jongens, 50m vrije slag

9 - 11 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Joep, BARWEGEN	HZ&PC Heerenveen	36.46	201201823	34.57	
2.	Timo, JOHANNES	HZ&PC Heerenveen	39.38	201300819	38.25	FJ 1
3.	Roan, KRIKKE	HZ&PC Heerenveen	39.35	201200501	38.25	FJ 2
4.	Thijs, SCHOLTENS AUSMA	Zcnf'34	45.62	201300039	46.28	
5.	Yannick, WEURDING	Isis	NT	201300247	50.00	

Programmanr. 19
18/03/2023 - 17:49

Meisjes, 50m rugslag

11 - 16 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Veerle, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	32.90	200700778	32.24	
2.	Fardau, CAZEMIER	Zcnf'34	37.17	200901736	36.25	
3.	Mandy, NOORD	De Wellerobben	35.55	200600584	36.49	
4.	Lotte, BERGHOUT	Zcnf'34	37.88	200901644	38.03	
5.	Quirine, de RIDDER	HZ&PC Heerenveen	38.87	201000228	38.95	
6.	Femke, van WEPEREN	Zcnf'34	41.75	200800356	43.42	FJ 1
7.	Aniek, WUBS	De Forel	43.02	200804294	43.42	FJ 2
8.	Elin, VOS	Zcnf'34	43.53	201001748	43.53	
9.	Anne, de JONGE	HZ&PC Heerenveen	44.48	200603018	43.86	
10.	Marit, van der FLIER	De Wellerobben	43.06	201000938	45.12	
11.	Marissa, VISSER	HZ&PC Heerenveen	44.95	200903858	46.32	
12.	Mieke, van der LINDE	De Forel	46.99	200904044	50.38	

Programmanr. 20
18/03/2023 - 17:55

Jongens, 50m rugslag

11 - 15 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Jasper, TABAK	De Wellerobben	35.88	200701303	35.54	
2.	Luca, KARSTEN SCHÜLER	HZ&PC Heerenveen	41.68	201101451	40.51	
3.	Guido, BRANDER	Zcnf'34	41.44	201000625	41.56	
4.	Mark, van het MEER	HZ&PC Heerenveen	43.14	200900435	46.34	

Vijfkamp deel 4
Heerenveen, 18/3/2023

Programmanr. 21
18/03/2023 - 17:56

Dames, 100m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Mirthe, de HAAN	Zcnf'34	1:18.82	201000866	1:15.75	
2.	Liselotte, SCHAAP	HZ&PC Heerenveen	1:15.82	200603016	1:17.43	
3.	Arienne, JONKMAN	De Wellerobben	1:19.53	199801590	1:21.24	
4.	Miranda, BIJZITTER	Zcnf'34	1:19.46	199000298	1:22.16	
5.	Saskia, BERGSMA	De Wellerobben	1:15.40	199301686	1:23.65	
6.	Wendy, ELFERINK	HZ&PC Heerenveen	NT	200604202	1:24.85	
7.	Winnie, de VRIES	De Wellerobben	1:22.90	199606766	1:26.73	
8.	Larissa, HENDRIKS	Zcnf'34	1:29.47	200900022	1:31.60	
9.	Ineke, VISSER	De Wellerobben	1:28.90	199902948	1:32.00	
10.	Frédérique, ENSING	De Forel	1:30.84	200703326	1:32.14	
11.	Tessa, van DIJK	Isis	1:43.18	199401252	1:42.86	
12.	Rachel, YTSMA	De Wellerobben	NT	200505404	2:06.79	

Programmanr. 22
18/03/2023 - 18:04

Heren, 100m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Remco, DIJKSTRA	HZ&PC Heerenveen	1:03.71	200100789	1:04.39	
2.	Lars, HEDDEMA	Steenwijk 1934	1:05.29	200603697	1:06.20	
3.	Arend, VLASMA	Zcnf'34	1:05.94	200403373	1:06.66	
4.	Jelmer, WATERLANDER	HZ&PC Heerenveen	1:10.55	198803741	1:11.09	
5.	Ruben, van VEENEN	Zcnf'34	1:11.40	200400425	1:12.19	
6.	Jan-Eggo, HUININGA	HZ&PC Heerenveen	1:17.28	198401001	1:17.83	
7.	Rene, KNIJPSTRA	Isis	1:19.41	198806181	1:19.84	
8.	Iwan, van der FLIER	De Wellerobben	1:19.45	200603535	1:21.75	
9.	Mick, de JONG	De Wellerobben	1:19.40	200303035	1:22.99	
10.	Christiaan, ENSING	De Forel	1:25.24	200603311	1:26.71	
11.	Jamil, TIELAK	De Forel	1:37.34	201002921	1:32.32	
DIS	Pascal, de JONG	De Wellerobben	1:18.34	199700415		

RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.

AFGEM	Albert, DIJKSMA	Isis	1:14.51	198700711	
AFGEM	Harry, DIJKSMA	Isis	1:10.34	199100487	

Programmanr. 23
18/03/2023 - 18:11

Gemengd, 8 x 25m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	De Wellerobben 1	De Wellerobben	NT		1:56.93	
	Marit, van der FLIER	10	Iwan, van der FLIER	06		
	Jasper, TABAK	07	Saskia, BERGSMA	93		
	Mandy, NOORD	06	Mick, de JONG	03		
	Pascal, de JONG	97	Arienne, JONKMAN	98		
2.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	NT		2:00.47	
	Quirine, de RIDDER	10	Veerle, de RIDDER	07		
	Mark, van het MEER	09	Anne, de JONGE	06		
	Wendy, ELFERINK	06	Liselotte, SCHAAP	06		
	Luca, KARSTEN SCHÜLER	11	Jelmer, WATERLANDER	88		
3.	De Forel 1	De Forel	2:02.48		2:31.15	
	Joyce, van DIJK	14	Jamil, TIELAK	10		
	Edith, ROBBEN	13	Mieke, van der LINDE	09		
	Carina, KOOISTRA	13	Frédérique, ENSING	07		
	Enza, van den BERG	13	Christiaan, ENSING	06		