

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 1
14-1-2023 - 17:30

Heren, 400m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Dyon Scholten	Steenwijk 1934	5:11.64	200900095	5:17.03 300
	50m: 35.17 100m: 1:14.43	35.17 150m: 39.26 200m: 2:37.42		250m: 300m:	350m: 400m: 5:17.03
2.	Daan Emming	Swol 1894	NT	201003115	6:15.24 180
	50m: 40.79 100m: 1:29.53	40.79 150m: 48.74 200m: 3:09.38		250m: 300m:	350m: 400m: 6:15.24
3.	Corné Driessen	De Eerste Kolk	NT	200901505	7:27.98 106
	50m: 48.20 100m: 1:43.64	48.20 150m: 55.44 200m: 3:38.23		250m: 300m:	350m: 400m: 7:27.98
AFGEM	Kick Germers	Swol 1894	6:03.23	201000185	
Junioren 3 en 4					
1.	Jaydey Schonewille	Steenwijk 1934	4:23.99	200800025	4:21.48 534
	50m: 29.02 100m: 1:01.73	29.02 150m: 32.71 200m: 2:07.76		250m: 300m:	350m: 400m: 4:21.48
2.	Vasco Strampel	Steenwijk 1934	5:11.19	200702073	5:06.31 332
	50m: 32.29 100m: 1:10.04	32.29 150m: 37.75 200m: 2:28.55		250m: 300m:	350m: 400m: 5:06.31
3.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsuis	NT	200702499	5:42.45 238
	50m: 35.95 100m: 1:16.73	35.95 150m: 40.78 200m:		250m: 300m:	350m: 400m: 5:42.45
4.	Justus van Asselt	De IJssel	6:30.00	200703599	6:01.48 202
	50m: 39.96 100m: 1:23.71	39.96 150m: 43.75 200m: 2:55.28		250m: 300m:	350m: 400m: 6:01.48
5.	Herniek van Dalfsen	De Eerste Kolk	7:03.76	200800295	6:33.70 156
	50m: 41.49 100m: 1:27.70	41.49 150m: 46.21 200m: 3:06.02		250m: 300m:	350m: 400m: 6:33.70
Jeugd 1 en 2					
1.	Ruben Overbeek	De IJssel	5:35.31	200502887	5:04.99 337
	50m: 33.55 100m: 1:11.23	33.55 150m: 37.68 200m: 2:30.43		250m: 300m:	350m: 400m: 5:04.99
2.	Ian Huntink	De IJssel	6:00.00	200603473	5:33.54 257
	50m: 35.86 100m: 1:15.48	35.86 150m: 39.62 200m: 2:38.48		250m: 300m:	350m: 400m: 5:33.54
3.	Sebastiaan Scholten	De IJssel	6:00.01	200504299	5:40.29 242
	50m: 36.70 100m: 1:18.57	36.70 150m: 41.87 200m: 2:45.26		250m: 300m:	350m: 400m: 5:40.29
Senioren 1 en 2					
1.	Mark Hendricks	De IJssel	6:01.11	200304363	5:41.86 239
	50m: 37.36 100m: 1:18.43	37.36 150m: 41.07 200m: 2:43.93		250m: 300m:	350m: 400m: 5:41.86
AFGEM	Kay van Sleen	Steenwijk 1934	4:48.91	200400083	
BM	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	5:02.15	195800149	4:58.65 358
	50m: 33.44 100m: 1:11.05	33.44 150m: 37.61 200m: 2:26.58		250m: 300m:	350m: 400m: 4:58.65

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 2
14-1-2023 - 17:50

Dames, 400m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt
Junioren 1 en 2					
1.	Manora Ponne	Steenwijk 1934	6:10.30	201102222	6:01.33 271
	50m: 38.30 100m: 1:23.95	38.30 150m: 45.65 200m: 2:57.58		250m: 300m:	350m: 400m: 6:01.33
2.	Silvia Vos	De Eerste Kolk	7:20.57	201000442	7:06.42 165
	50m: 46.29 100m: 1:38.16	46.29 150m: 51.87 200m: 3:28.05		250m: 300m:	350m: 400m: 7:06.42
Junioren 3 en 4					
1.	Emmelien Smelt	ZVZwartsuis	4:56.94	200800012	4:47.76 537
	50m: 31.29 100m: 1:07.67	31.29 150m: 36.38 200m: 2:21.36		250m: 300m:	350m: 400m: 4:47.76
2.	Esmee van Dijk	Het Ravijn	5:45.16	200803180	5:26.90 366
	50m: 32.83 100m: 1:12.20	32.83 150m: 39.37 200m: 2:35.77		250m: 300m:	350m: 400m: 5:26.90
3.	Lola Kieft	De IJssel	NT	200803622	6:23.48 226
	50m: 42.14 100m: 1:29.45	42.14 150m: 47.31 200m: 3:10.08		250m: 300m:	350m: 400m: 6:23.48
4.	Marloes Overbeek	De IJssel	NT	200903232	6:28.60 218
	50m: 40.36 100m: 1:27.39	40.36 150m: 47.03 200m: 3:08.45		250m: 300m:	350m: 400m: 6:28.60
5.	Lena Stevcic-Lukic	De IJssel	NT	200804122	6:32.05 212
	50m: 42.32 100m: 1:29.58	42.32 150m: 47.26 200m: 3:11.66		250m: 300m:	350m: 400m: 6:32.05
6.	Nova Bel	De IJssel	NT	200803634	7:00.25 172
	50m: 44.60 100m: 1:36.60	44.60 150m: 52.00 200m: 3:24.44		250m: 300m:	350m: 400m: 7:00.25
Jeugd 1 en 2					
AFGEM	Kaylen Schonewille	Steenwijk 1934	5:03.66	200700500	
AFGEM	Jorien Overbeek	De IJssel	NT	200704668	
Senioren 1 en 2					
1.	Alysha Peters	De IJssel	6:02.23	200500064	6:15.12 242
	50m: 38.10 100m: 1:22.15	38.10 150m: 44.05 200m: 2:56.88		250m: 300m:	350m: 400m: 6:15.12
2.	Hanna Scholte Lubberink	De IJssel	6:03.83	200405068	6:24.76 224
	50m: 40.23 100m: 1:26.73	40.23 150m: 46.50 200m: 3:04.33		250m: 300m:	350m: 400m: 6:24.76
3.	Eef Bel	De IJssel	7:00.00	200502668	6:46.29 190
	50m: 43.20 100m: 1:31.82	43.20 150m: 48.62 200m: 3:16.95		250m: 300m:	350m: 400m: 6:46.29
Senioren					
1.	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	4:55.40	200300232	4:53.64 505
	50m: 32.54 100m: 1:08.70	32.54 150m: 36.16 200m: 2:23.48		250m: 300m:	350m: 400m: 4:53.64
2.	Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	5:33.65	199901022	5:25.41 371
	50m: 33.83 100m: 1:13.04	33.83 150m: 39.21 200m: 2:36.10		250m: 300m:	350m: 400m: 5:25.41
3.	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	5:32.51	196400506	5:29.43 358
	50m: 37.48 100m: 1:18.11	37.48 150m: 40.63 200m: 2:41.58		250m: 300m:	350m: 400m: 5:29.43
4.	Meike Cleveringa	Swol 1894	5:31.36	200206096	5:35.86 337
	50m: 34.57 100m: 1:15.21	34.57 150m: 40.64 200m: 2:40.63		250m: 300m:	350m: 400m: 5:35.86
5.	Irenka van Dalfsen	De Eerste Kolk	5:51.90	200302666	5:48.95 301
	50m: 36.69 100m: 1:18.25	36.69 150m: 41.56 200m: 2:48.91		250m: 300m:	350m: 400m: 5:48.95
6.	Lotte de Vente	Het Ravijn	6:01.44	199905814	5:57.12 281
	50m: 36.69 100m: 1:19.71	36.69 150m: 43.02 200m: 2:51.42		250m: 300m:	350m: 400m: 5:57.12

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 2, Dames, 400m vrije slag

BM Evelien te Paske	MSZV Tiburon	5:39.97	200400708	5:26.90	366
50m: 35.23	35.23	150m: 2:37.48	250m: 3:00m:	350m: 5:26.90	
100m: 1:13.92	38.69	200m:	300m:	400m:	

Programmanr. 3
14-1-2023 - 18:20

Heren, 50m vrije slag

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	31.83	200900107	30.62	285
2.	Ryan Freriksen	Swol 1894	34.00	201000301	31.54	261
3.	Dhamin Ouali	Swol 1894	31.11	200902771	31.74	256
4.	Tristan Meijers	Swol 1894	33.02	201000089	32.59	236
5.	Mathijs van der Laan	Swol 1894	33.23	200901905	32.61	236
6.	Arthur Alberts	ZVZwartsluit	32.25	200900239	33.16	224
AFGEM	Daniël Scheppink	Swol 1894	34.05	200902769		

Junioren 3 en 4

1.	Tijs Kruithof	Het Ravijn	26.86	200701181	26.28	451
2.	Julian Zwarthoff	Swol 1894	31.39	200800945	31.32	266
3.	Thijs Overmars	Het Ravijn	NT	200703993	41.47	114
AFGEM	Floris Petersen	De IJsel	35.68	200803741		

Jeugd 1 en 2

1.	Maarten Eertink	Hera'11	26.75	200501149	27.10	411
2.	Keanu Hawtin	Hera'11	28.52	200503619	27.61	389
3.	Bjorn Trinks	De Eerste Kolk	27.67	200600149	28.07	370
4.	Jóran Brouwer	De Eerste Kolk	29.20	200600449	28.39	358
5.	Finn van Sleen	Steenwijk 1934	34.24	200600005	33.53	217

Senioren 1 en 2

1.	Lanco Manaf	Het Ravijn	28.95	200402715	28.51	353
----	-------------	------------	-------	-----------	--------------	-----

Senioren

1.	Ian van der Pal	Swol 1894	26.08	200203645	25.45	497
2.	Martijn Lageweg	Steenwijk 1934	27.07	199701323	27.10	411
3.	William Kruithof	Het Ravijn	27.68	198000857	27.92	376
4.	Martijn Voortman	De IJsel	27.03	198604395	28.03	372
5.	Thomas-Indy Mulder	De IJsel	33.93	200204327	33.14	225
6.	Wout Oldenhof	Het Ravijn	33.34	200104317	35.23	187
AFGEM	Stef Koman	De IJsel	27.03	200105279		
BM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	25.00	197800471	24.57	552
BM	Marten Ettema	HZ&PC Heerenveen	28.49	199007703	28.88	340

Programmanr. 4
14-1-2023 - 18:25

Dames, 50m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt
Junioren 1 en 2						
1.	Annefleur Schraa	Swol 1894	38.21	201100044	37.96	264
2.	Charlotte Smelt	ZVZwartsluit	42.58	201000100	41.77	198
3.	Julia Gulickx	Swol 1894	51.57	201003472	44.15	168
4.	Elynn Fransz	Swol 1894	52.96	201102114	45.45	154
5.	Isis den Brok	ZVZwartsluit	59.38	201101536	52.15	102

Programmanr. 4, Dames, 50m vlinderslag

Junioren 3 en 4

1.	Karlijn Dijkshoorn	Steenwijk 1934	32.67	200803926	32.00	442
2.	Flore Blok	De IJsel	33.92	200804348	33.51	385
3.	Denise Thül	Swol 1894	36.50	200902530	35.59	321
4.	Ninthe van der Zwaag	Steenwijk 1934	36.89	200801764	36.02	310
5.	Elien Groothuismink	Swol 1894	40.09	200800920	38.95	245
6.	Myrthe te Winkel	Swol 1894	40.67	200804336	39.80	229
7.	Maud van Gelder	Steenwijk 1934	39.70	200801308	41.80	198
8.	Esmee Koning	Swol 1894	44.44	200903234	41.92	196
9.	Anna de Lange	Steenwijk 1934	45.64	200801762	45.92	149
10.	Hayleigh-Jade Kuiers	Swol 1894	48.27	200802328	47.26	137
11.	Louise Neef	De IJsel	51.70	200804616	51.92	103
DIS	Amber Admiraal	Swol 1894	48.31	200900698		

VP - Met handen over elkaar keerpunt of eindpunt aangetikt.

Jeugd 1 en 2

1.	Maud Dokter	Steenwijk 1934	29.80	200601672	31.07	483
2.	Puk Lubbers	Steenwijk 1934	31.28	200600832	32.25	432
3.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	32.39	200600298	32.94	405
4.	Anna Klomp	Swol 1894	32.71	200600006	33.26	393
5.	Jirsa van Dalfsen	De Eerste Kolk	35.05	200600146	35.57	321
6.	Renske Willemsen	Hera'11	35.96	200600292	37.45	275
7.	Floor Rietman	ZVZwartsluis	38.29	200603168	38.97	244

Senioren 1 en 2

1.	Jolijn Liezen	Steenwijk 1934	29.13	200500518	29.16	584
2.	Dana Kuipers	Het Ravijn	30.95	200401454	30.82	494
3.	Myrthe Bosman	De Eerste Kolk	35.42	200500838	35.17	333

Senioren

1.	Meike Cleveringa	Swol 1894	33.94	200206096	33.48	386
2.	Noa Boerma	Het Ravijn	35.05	200202736	35.60	321
3.	Marianne Naberman	De Eerste Kolk	35.99	199701984	36.92	287
4.	Jildou Cleveringa	Swol 1894	45.60	200006754	43.19	179

Programmanr. 5
14-1-2023 - 18:35

Heren, 200m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	150m	200m
Junioren 1 en 2								
DIS	Dhamin Ouali	Swol 1894	NT 200902771					
<i>VH - Niet met twee handen gelijktijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>								
Junioren 3 en 4								
1.	Laurens van der Pligt	De Eerste Kolk	NT 200700015	3:14.04	173	38.98	1:27.18	3:14.04
Jeugd 1 en 2								
1.	Rick Smelt	ZVZwartsluis	3:02.28 200600051	2:44.56	284	33.67	1:14.70	2:44.56
2.	Ruben Overbeek	De IJsel	3:13.11 200502887	2:56.86	229	37.20	1:21.70	2:56.86
Senioren								
1.	Robert Nijendijk	De IJsel	3:34.02 200102791	3:03.77	204	34.37	1:16.97	3:03.77

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 6
14-1-2023 - 18:40

Dames, 100m rugslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m	
Junioren 1 en 2								
1.	Eline Eertink	Hera'11	1:20.42	201000158	1:16.68	366	35.20	1:16.68
2.	Annefleur Schraa	Swol 1894	1:20.53	201100044	1:22.00	299	41.37	1:22.00
3.	Charlotte Smelt	ZVZwartsluis	1:33.70	201000100	1:30.64	222	44.84	1:30.64
4.	Julia Gulickx	Swol 1894	NT	201003472	1:35.31	191	45.32	1:35.31
5.	Elin Visser	Swol 1894	1:42.82	201101948	1:38.13	175	48.62	1:38.13
6.	Isis den Brok	ZVZwartsluis	1:50.20	201101536	1:51.86	118	54.07	1:51.86
7.	Nora van den Berg	Het Ravijn	1:58.99	201101666	1:54.86	109	54.93	1:54.86
AFGEM	Leah Kloosterman	De Eerste Kolk	1:53.84	201102782				

Junioren 3 en 4

1.	Emmelien Smelt	ZVZwartsluis	1:09.08	200800012	1:07.61	535	32.74	1:07.61
2.	Esmee van Dijk	Het Ravijn	1:18.82	200803180	1:17.95	349	37.62	1:17.95
3.	Rosa Visscher	ZVZwartsluis	1:18.52	200800706	1:20.13	321	38.08	1:20.13
4.	Karlijn Dijkshoorn	Steenwijk 1934	1:18.61	200803926	1:20.97	311	37.30	1:20.97
5.	Elien Groothuismink	Swol 1894	1:22.40	200800920	1:22.83	291	40.40	1:22.83
6.	Denise Thül	Swol 1894	1:22.39	200902530	1:23.09	288	40.86	1:23.09
7.	Myrthe te Winkel	Swol 1894	1:23.99	200804336	1:24.90	270	42.23	1:24.90
8.	Marloes Overbeek	De IJssel	1:30.81	200903232	1:28.10	241	43.97	1:28.10
9.	Lola Kieft	De IJssel	1:30.48	200803622	1:28.46	238	43.17	1:28.46
10.	Amber Admiraal	Swol 1894	1:38.26	200900698	1:29.50	230	43.62	1:29.50
11.	Lena Stevcic-Lukic	De IJssel	1:54.78	200804122	1:30.48	223	44.77	1:30.48
12.	Ninthe van der Zwaag	Steenwijk 1934	1:30.68	200801764	1:30.54	222	44.04	1:30.54
13.	Esmee Koning	Swol 1894	1:27.47	200903234	1:30.70	221	44.48	1:30.70
14.	Nova Bel	De IJssel	1:38.53	200803634	1:36.02	186	48.42	1:36.02
15.	Hayleigh-Jade Kuiers	Swol 1894	1:37.75	200802328	1:36.62	183	47.19	1:36.62
16.	Lynn Zandbelt	Swol 1894	1:39.34	200901288	1:36.64	183	48.15	1:36.64
17.	Lynn Overmars	Het Ravijn	1:50.99	200804504	1:47.85	131	52.22	1:47.85
18.	Dyann Canits	Hera'11	1:59.64	200804642	1:50.22	123	51.03	1:50.22
19.	Amber Beens	De Eerste Kolk	NT	200800020	1:56.30	105	54.73	1:56.30
DIS	Hannah Heuven	Het Ravijn	NT	200901926				

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

AFGEM Iris van Dijk Het Ravijn 1:44.20 200903480

Jeugd 1 en 2

1.	Dieuwke Cleveringa	Swol 1894	1:15.12	200700708	1:15.15	389	36.58	1:15.15
2.	Anna Klomp	Swol 1894	1:16.97	200600006	1:17.59	354	37.97	1:17.59
3.	Jessica Dekkinga	Steenwijk 1934	1:19.89	200600180	1:18.25	345	38.09	1:18.25
4.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	1:15.75	200600298	1:18.64	340	38.09	1:18.64
5.	Floor Rietman	ZVZwartsluis	1:28.31	200603168	1:28.75	236	43.47	1:28.75
AFGEM	Kaylen Schonewille	Steenwijk 1934	1:15.45	200700500				
AFGEM	Jorien Overbeek	De IJssel	1:43.55	200704668				

Senioren 1 en 2

1.	Dana Kuipers	Het Ravijn	1:13.55	200401454	1:18.63	340	37.03	1:18.63
2.	Alysha Peters	De IJssel	1:27.26	200500064	1:28.01	242	42.32	1:28.01
3.	H. Scholte Lubberink	De IJssel	1:28.10	200405068	1:31.41	216	44.35	1:31.41
4.	Eef Bel	De IJssel	1:33.05	200502668	1:37.98	175	47.64	1:37.98

Senioren

1.	M. van den Hoofdakker	Steenwijk 1934	1:07.92	200302708	1:12.63	431	36.24	1:12.63
2.	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	1:11.83	200300232	1:13.23	421	36.14	1:13.23
3.	Jacyntha Plat	Steenwijk 1934	1:12.58	199002956	1:14.08	406	35.63	1:14.08
4.	Heleen Arends	TriVia	1:16.00	199404416	1:14.40	401	35.69	1:14.40
5.	Noa Boerma	Het Ravijn	1:23.30	200202736	1:25.60	263	40.84	1:25.60

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 7
14-1-2023 - 18:55

Heren, 100m rugslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt	50m	100m
Junioren 1 en 2								
1.	Arthur Alberts	ZVZwartsluis	1:15.96	200900239	1:15.22	265	37.37	1:15.22
2.	Dyon Scholten	Steenwijk 1934	1:17.39	200900095	1:19.11	228	38.91	1:19.11
3.	Ryan Freriksen	Swol 1894	1:22.76	201000301	1:21.51	208	39.62	1:21.51
4.	Tristan Meijers	Swol 1894	1:19.02	201000089	1:21.91	205	39.80	1:21.91
5.	Mathijs van der Laan	Swol 1894	1:30.64	200901905	1:27.57	168	43.58	1:27.57
6.	Corné Driessen	De Eerste Kolk	1:46.23	200901505	1:50.18	84	53.03	1:50.18
DIS	Daan Emming	Swol 1894	NT	201003115				
<i>RF - Bij het loslaten van de wand na het keerpunt de rugligging niet aangenomen.</i>								
AFGEM	Daniël Scheppink	Swol 1894	1:28.98	200902769				
Junioren 3 en 4								
1.	Vasco Strampel	Steenwijk 1934	1:12.77	200702073	1:10.00	329	33.77	1:10.00
2.	Tijs Kruithof	Het Ravijn	1:11.00	200701181	1:11.57	307	34.15	1:11.57
3.	Julian Zwarthoff	Swol 1894	1:22.26	200800945	1:20.19	218	39.83	1:20.19
4.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsluis	1:19.70	200702499	1:20.49	216	38.24	1:20.49
5.	Justus van Asselt	De IJsel	1:49.21	200703599	1:28.40	163	42.96	1:28.40
6.	Herniek van Dalfsen	De Eerste Kolk	1:32.58	200800295	1:34.52	133	45.70	1:34.52
AFGEM	Floris Petersen	De IJsel	1:44.02	200803741				

Jeugd 1 en 2

1.	Ian Huntink	De IJsel	1:38.23	200603473	1:10.85	317	34.69	1:10.85
2.	Keanu Hawtin	Hera'11	1:18.59	200503619	1:18.43	233	36.37	1:18.43
3.	Sebastiaan Scholten	De IJsel	1:22.64	200504299	1:22.88	198	40.22	1:22.88
4.	Finn van Sleen	Steenwijk 1934	1:30.14	200600005	1:29.60	156	43.28	1:29.60

Senioren 1 en 2

1.	Mark Hendricks	De IJsel	1:18.71	200304363	1:18.43	233	38.44	1:18.43
2.	Lanco Manaf	Het Ravijn	1:27.18	200402715	1:22.25	202	41.02	1:22.25

Senioren

1.	Ian van der Pal	Swol 1894	1:09.09	200203645	1:06.13	390	32.41	1:06.13
2.	Martijn Lageweg	Steenwijk 1934	1:09.06	199701323	1:08.88	345	33.31	1:08.88
3.	Robert Nijendijk	De IJsel	1:12.68	200102791	1:15.81	259	37.19	1:15.81
4.	Wout Oldenhof	Het Ravijn	NT	200104317	1:32.81	141	43.43	1:32.81
5.	Thomas-Indy Mulder	De IJsel	1:40.62	200204327	1:43.59	101	50.19	1:43.59
AFGEM	Stef Koman	De IJsel	1:11.02	200105279				

Programmanr. 8
14-1-2023 - 19:05

Dames, 200m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt	50m	100m	150m	200m
Junioren 3 en 4										
1.	Rosa Visscher	ZVZwartsluis	NT	200800706	3:15.50	229	37.82	1:25.63		3:15.50
2.	Lynn Zandbelt	Swol 1894	NT	200901288	4:19.01	98	54.01			4:19.01

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 9 14-1-2023 - 19:10	Heren, 50m vlinderslag	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	40.21	200900107	37.45	195
	2. Tristan Meijers	Swol 1894	42.08	201000089	41.62	142
	3. Mathijs van der Laan	Swol 1894	42.50	200901905	45.13	111
AFGEM	Kick Germers	Swol 1894	44.64	201000185		
AFGEM	Daniël Scheppink	Swol 1894	48.31	200902769		

Junioren 3 en 4

	1. Tijs Kruithof	Het Ravijn	30.40	200701181	31.74	321
	2. Julian Zwarthoff	Swol 1894	38.42	200800945	36.72	207
DIS	Thijs Overmars	Het Ravijn	NT	200703993		

VA - Na de start en/of keerpunt meer dan één armdoortrekbeweging onder water gemaakt.

Jeugd 1 en 2

	1. Ruben Overbeek	De IJsel	33.66	200502887	31.79	320
	2. Keanu Hawtin	Hera'11	31.95	200503619	32.80	291
	3. Jöran Brouwer	De Eerste Kolk	33.88	200600449	32.98	286
	4. Finn van Sleen	Steenwijk 1934	43.38	200600005	47.03	98

Senioren

	1. Ian van der Pal	Swol 1894	28.62	200203645	30.39	366
BM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	27.14	197800471	26.81	533

Programmanr. 10 14-1-2023 - 19:15	Dames, 50m vrije slag	Senioren Open Resultaten
--------------------------------------	-----------------------	-----------------------------

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	
Junioren 1 en 2						
	1. Eline Eertink	Hera'11	31.40	201000158	32.87	339
	2. Annefleur Schraa	Swol 1894	33.89	201100044	34.43	295
	3. Charlotte Smelt	ZVZwartsluis	35.65	201000100	35.50	269
	4. Julia Gulickx	Swol 1894	39.45	201003472	38.61	209
	5. Elynn Fransz	Swol 1894	40.27	201102114	40.04	187
	6. Elin Visser	Swol 1894	44.16	201101948	40.69	178
	7. Isis den Brok	ZVZwartsluis	42.13	201101536	42.62	155
	8. Nora van den Berg	Het Ravijn	42.91	201101666	42.97	151

Junioren 3 en 4

	1. Emmelien Smelt	ZVZwartsluis	27.39	200800012	27.44	583
	2. Esmee van Dijk	Het Ravijn	29.89	200803180	29.97	447
	3. Karlijn Dijkshoorn	Steenwijk 1934	28.92	200803926	30.26	435
	4. Maud van Gelder	Steenwijk 1934	31.13	200801308	31.14	399
	5. Flore Blok	De IJsel	30.94	200804348	31.38	390
	6. Esmee Koning	Swol 1894	35.45	200903234	34.44	295
	7. Lola Kieft	De IJsel	37.15	200803622	37.81	223
	8. Hayleigh-Jade Kuiers	Swol 1894	38.85	200802328	38.72	207
	9. Lynn Overmars	Het Ravijn	43.04	200804504	41.11	173
	10. Hannah Heuven	Het Ravijn	50.40	200901926	48.32	106
AFGEM	Iris van Dijk	Het Ravijn	39.77	200903480		

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 10, Dames, 50m vrije slag

Jeugd 1 en 2

1.	Puk Lubbers	Steenwijk 1934	26.99	200600832	27.97	550
2.	Maud Dokter	Steenwijk 1934	28.53	200601672	29.46	471
3.	Kim Schraa	ZVZwartsluis	29.75	200600298	30.67	417
4.	Anna Klomp	Swol 1894	29.72	200600006	31.81	374
5.	Jirca van Daltsen	De Eerste Kolk	31.78	200600146	32.47	352
6.	Renske Willemsen	Hera'11	34.57	200600292	34.21	301
AFGEM	Jorien Overbeek	De IJsel	34.31	200704668		

Senioren 1 en 2

1.	Jolijn Liezen	Steenwijk 1934	27.31	200500518	27.46	582
2.	Dana Kuipers	Het Ravijn	28.36	200401454	29.22	483
3.	Myrthe Bosman	De Eerste Kolk	30.15	200500838	30.23	436
4.	Hanna Scholte Lubberink	De IJsel	32.93	200405068	33.56	318
5.	Alysha Peters	De IJsel	34.23	200500064	34.76	287
6.	Eef Bel	De IJsel	38.02	200502668	38.84	205

Senioren

1.	M. van den Hoofdakker	Steenwijk 1934	28.24	200302708	28.81	504
2.	Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	29.77	199901022	29.75	457
3.	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	30.23	200300232	30.23	436
4.	Meike Cleveringa	Swol 1894	30.05	200206096	30.57	422
5.	Marianne Naberman	De Eerste Kolk	31.12	199701984	31.91	371
6.	Jildou Cleveringa	Swol 1894	34.03	200006754	32.88	339
7.	Noa Boerma	Het Ravijn	32.19	200202736	33.14	331

Programmanr. 11
14-1-2023 - 19:20

Heren, 100m schoolslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	Pnt	50m	100m
Junioren 1 en 2							
1.	Dhamin Ouali	Swol 1894	1:32.39	200902771	1:30.00	232	42.34 1:30.00
2.	Roan van der Stege	Swol 1894	1:37.47	200900107	1:32.45	214	44.55 1:32.45
3.	Dyon Scholten	Steenwijk 1934	1:33.41	200900095	1:34.02	203	44.40 1:34.02
4.	Arthur Alberts	ZVZwartsluis	1:33.13	200900239	1:34.11	203	45.41 1:34.11
5.	Ryan Freriksen	Swol 1894	1:35.54	201000301	1:34.46	201	43.72 1:34.46
6.	Tristan Meijers	Swol 1894	1:34.84	201000089	1:37.21	184	46.54 1:37.21
7.	Mathijs van der Laan	Swol 1894	1:43.76	200901905	1:48.68	132	50.42 1:48.68
DIS	Daan Emming	Swol 1894	1:52.65	201003115			

SP - Eén of meerdere vlinderbeenslagen gemaakt na de eerste schoolslagbeenslag.

AFGEM Kick Germers Swol 1894 1:28.91 201000185

Junioren 3 en 4

1.	Jaydey Schonewille	Steenwijk 1934	1:13.44	200800025	1:14.00	418	33.95 1:14.00
2.	Vasco Strampel	Steenwijk 1934	1:16.38	200702073	1:19.69	334	37.86 1:19.69
3.	Laurens van der Pligt	De Eerste Kolk	1:30.07	200700015	1:28.44	245	41.57 1:28.44
4.	Justus van Asselt	De IJsel	1:36.87	200703599	1:31.72	219	42.90 1:31.72
5.	Cas Kleinpenning	ZVZwartsluis	1:45.72	200702499	1:40.82	165	45.73 1:40.82
DIS	Thijs Overmars	Het Ravijn	NT	200703993			

SA - Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het breedste gedeelte v.d. 2e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.

AFGEM Floris Petersen De IJsel 1:40.11 200803741

Jeugd 1 en 2

1.	Maarten Eertink	Hera'11	1:17.29	200501149	1:19.38	338	36.94 1:19.38
2.	Rick Smelt	ZVZwartsluis	1:19.95	200600051	1:20.85	320	37.93 1:20.85
3.	Ian Huntink	De IJsel	1:25.18	200603473	1:23.19	294	39.94 1:23.19
4.	Bjorn Trinks	De Eerste Kolk	1:20.60	200600149	1:24.11	284	38.65 1:24.11
5.	Jöran Brouwer	De Eerste Kolk	1:29.04	200600449	1:25.00	275	40.02 1:25.00
6.	Sebastiaan Scholten	De IJsel	1:31.60	200504299	1:28.44	245	41.79 1:28.44

KNZB Regio Oost Circuit deel 3

Programmanr. 11, Heren, 100m schoolslag

Senioren 1 en 2

1.	Mark Hendricks	De IJsel	1:23.42	200304363	1:23.34	292	40.13	1:23.34
2.	Lanco Manaf	Het Ravijn	1:27.08	200402715	1:26.55	261	41.29	1:26.55
AFGEM	Kay van Sleen	Steenwijk 1934	1:12.90	200400083				

Senioren

1.	Martijn Voortman	De IJsel	1:18.45	198604395	1:20.25	327	36.93	1:20.25
2.	William Kruithof	Het Ravijn	1:22.68	198000857	1:21.01	318	38.13	1:21.01
3.	Robert Nijendijk	De IJsel	1:24.08	200102791	1:23.84	287	39.36	1:23.84
4.	Wout Oldenhof	Het Ravijn	1:39.00	200104317	1:40.30	167	46.43	1:40.30
5.	Thomas-Indy Mulder	De IJsel	1:39.75	200204327	1:44.22	149	47.77	1:44.22
DIS	Marten Ettema	HZ&PC Heerenveen	1:16.13	199007703				
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>								
AFGEM	Stef Koman	De IJsel	1:26.40	200105279				

Programmanr. 12
14-1-2023 - 19:35

Dames, 100m schoolslag

Senioren Open
Resultaten

Punten: FINA 2021

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	Pnt	50m	100m
Junioren 1 en 2								
1.	Annefleur Schraa	Swol 1894	1:32.84	201100044	1:36.07	273	45.57	1:36.07
2.	Elin Visser	Swol 1894	1:47.25	201101948	1:50.63	179	52.15	1:50.63
3.	Julia Gulickx	Swol 1894	1:54.43	201003472	1:52.69	169	52.70	1:52.69
4.	Manora Ponne	Steenwijk 1934	1:55.01	201102222	1:54.16	162	52.90	1:54.16
5.	Elynn Fransz	Swol 1894	NT	201102114	1:54.33	162	56.24	1:54.33
6.	Iris Rensen	Hera'11	1:55.57	201102836	1:59.31	142	56.10	1:59.31
7.	Nora van den Berg	Het Ravijn	NT	201101666	2:01.08	136	1:03.69	2:01.08
8.	Silvia Vos	De Eerste Kolk	2:04.70	201000442	2:03.88	127	57.56	2:03.88
9.	Esterfan Abdal	Hera'11	NT	201102444	2:07.01	118	59.69	2:07.01
AFGEM	Leah Kloosterman	De Eerste Kolk	NT	201102782				

Junioren 3 en 4

1.	Maud van Gelder	Steenwijk 1934	1:29.40	200801308	1:28.09	354	40.71	1:28.09
2.	Rosa Visscher	ZVZwartsluis	1:29.51	200800706	1:30.96	322	42.59	1:30.96
3.	Elien Groothuismink	Swol 1894	1:34.65	200800920	1:34.26	289	44.64	1:34.26
4.	Denise Thül	Swol 1894	1:32.02	200902530	1:34.69	285	44.63	1:34.69
5.	Ninthe van der Zwaag	Steenwijk 1934	1:38.50	200801764	1:36.75	267	45.50	1:36.75
6.	Esmee Koning	Swol 1894	1:37.85	200903234	1:37.93	258	46.96	1:37.93
7.	Lena Stevcic-Lukic	De IJsel	1:54.34	200804122	1:38.94	250	47.38	1:38.94
8.	Myrthe te Winkel	Swol 1894	1:37.14	200804336	1:40.31	240	46.88	1:40.31
9.	Marloes Overbeek	De IJsel	1:47.46	200903232	1:40.52	238	47.57	1:40.52
10.	Amber Admiraal	Swol 1894	1:46.13	200900698	1:41.59	231	48.23	1:41.59
11.	Lynn Zandbelt	Swol 1894	1:40.63	200901288	1:44.46	212	50.36	1:44.46
12.	Amber Beens	De Eerste Kolk	NT	200800020	1:47.39	195	47.10	1:47.39
13.	Louise Neef	De IJsel	NT	200804616	1:48.66	189	51.16	1:48.66
14.	Anna de Lange	Steenwijk 1934	1:47.76	200801762	1:50.72	178	51.37	1:50.72
15.	Nova Bel	De IJsel	1:52.60	200803634	1:51.56	174	52.22	1:51.56
16.	Dyann Canits	Hera'11	1:51.43	200804642	1:54.31	162	52.62	1:54.31
17.	Hannah Heuven	Het Ravijn	NT	200901926	1:57.78	148	54.46	1:57.78
18.	Lynn Overmars	Het Ravijn	2:25.87	200804504	2:06.19	120	1:00.03	2:06.19
AFGEM	Iris van Dijk	Het Ravijn	2:03.00	200903480				

Jeugd 1 en 2

1.	Dieuwke Cleveringa	Swol 1894	1:25.77	200700708	1:27.77	358	40.97	1:27.77
2.	Jessica Dekkinga	Steenwijk 1934	1:31.77	200600180	1:32.30	308	43.33	1:32.30
3.	Floor Rietman	ZVZwartsluis	1:34.88	200603168	1:36.43	270	44.65	1:36.43

Programmanr. 12, Dames, 100m schoolslag

Senioren

1.	Jacyntha Plat	Steenwijk 1934	1:18.60	199002956	1:20.55	464	37.84	1:20.55
2.	Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	1:22.80	199901022	1:23.77	412	39.71	1:23.77
3.	Heleen Arends	TriVia	1:30.00	199404416	1:25.35	390	39.55	1:25.35
4.	Irenka van Dalfsen	De Eerste Kolk	1:32.28	200302666	1:31.11	320	41.39	1:31.11
5.	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	1:45.97	196400506	1:42.85	222	47.80	1:42.85
DIS	Jildou Cleveringa	Swol 1894	1:33.69	200006754				
<i>SQ - Bij de laatste slag voor keer- of eindpunt een beenslag gemaakt, die niet vooraf is gegaan door een armslag</i>								
AFGEM	Lotte de Vente	Het Ravijn	1:28.10	199905814				
BM	Evelien te Paske	MSZV Tiburon	1:22.71	200400708	1:23.06	423	39.00	1:23.06