

Sprintlangeafstandlimiet2008
Heerenveen, 20.12.2008

Programmanr. 1 Dames, 50m rugslag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Nanda de Vries	9204328 HZ&PC Heerenveen	33.11 2
1.	Myrthe Sytsema	9502706 HZ&PC Heerenveen	33.11 1
3.	Hjordis Wagenaar	9502170 HZ&PC Heerenveen	34.46
4.	Eva Zwertbroek	9302340 HZ&PC Heerenveen	35.39
5.	Anna-Jetske Baron	9203044 F.Z.C.'54	35.57
6.	Jolien Bleichrodt	9203650 De Vikings	36.10
7.	Lisa Rozema	9600860 F.Z.C.'54	36.37
8.	Henny de Vries	9500556 HZ&PC Heerenveen	36.85
9.	Femke van der Gaast	9404142 SG. Bolsward-Workum	37.15
10.	Margot Schulpen	9305254 F.Z.C.'54	37.52
11.	Jennifer ter Beke	9500284 SG. Bolsward-Workum	38.48
12.	Julia Zwertbroek	9600950 HZ&PC Heerenveen	38.83
13.	Arianne Huisman	9403036 Zcnf'34	39.36
14.	Rixt Meijer	9700202 HZ&PC Heerenveen	41.02
15.	Nadine Smits	9801098 Orca	45.67
DIS	Lara de Zeeuw	9802144 Orca	45.61 RD
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen gemaakt zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>			
NG.ZA	Marjet de Boer	9505810 HZ&PC Heerenveen	

Programmanr. 2 Heren, 50m rugslag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Jelmer Meijer	9001961 HZ&PC Heerenveen	28.95
2.	Arno Nieuwhof	9302375 F.Z.C.'54	29.55
3.	Jildert Prins	8902509 F.Z.C.'54	30.16
4.	Abe Ringnalda	8302849 SG. Bolsward-Workum	34.33
5.	Chris ter Beke	9300895 SG. Bolsward-Workum	34.98
6.	Simon Holthof	9106317 HZ&PC Heerenveen	35.19
7.	Andrei Vonk	9303455 De Forel	37.13
8.	Mathijs Mulder	9700071 De Forel	38.56
9.	Marc de Vries	9500381 HZ&PC Heerenveen	40.08
10.	Thomas de Boer	9603127 Zcnf'34	40.95
11.	Robin Keuning	9504681 SG. Bolsward-Workum	43.82
AFGEM	Cor Sytsema	9503385 SG. Bolsward-Workum	

Programmanr. 3 Dames, 800m vrije slag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Baukje Hooghiemstra	8801880 HZ&PC Heerenveen	9:53.73
2.	Lysbeth Wiersma	9204486 HZ&PC Heerenveen	10:16.17
3.	Saskia Bergsma	9301686 Zcnf'34	10:26.37
4.	Aukje Zwart	9402916 Avena	10:28.93
5.	Marjolein Tissingh	8904130 HZ&PC Heerenveen	10:37.70
6.	Eline Ligthart	9301706 De Vikings	10:41.65
7.	Desiree Vedder	9600864 HZ&PC Heerenveen	10:52.26
8.	Esther Visser	9700544 De Vikings	11:49.23
9.	Roos Eilers	9700630 De Forel	11:50.41
10.	Indyra Hummel	9600624 Zcnf'34	11:55.20
11.	Martine van der Sluis	9702888 De Vikings	12:06.47

Sprintlangeafstandlimiet2008
Heerenveen, 20.12.2008

Programmanr. 3, Dames, 800m vrije slag, alg. leeftijdsgroep

Rang			Tijd
12.	Rixt de Vos	92-07630 Neptunia '24	12:08.08
13.	Aldith Pasveer	9701398 Orca	12:19.63
14.	Willeke Willems	9600232 Zcnf'34	12:29.26
15.	Nienke Postma	9801096 Orca	14:24.09
AFGEM	Merel Weysenfeld	9404110 De Vikings	

Programmanr. 4
20.12.08

Heren, 800m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Jorrit Visser	8903393 F.Z.C.'54	8:55.54
2.	Axl Akkermans	9301885 Zcnf'34	11:23.08
3.	Ruben Bonnema	9504389 HZ&PC Heerenveen	11:25.69
4.	Pieter Ponne	7600749 HZ&PC Heerenveen	11:54.81
5.	Zino Holwerda	9700975 Orca	14:19.96
6.	Auke Jan Ytsma	9900905 Orca	15:02.19

Programmanr. 5
20.12.08

Dames, 50m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Iris Rozema	9305108 F.Z.C.'54	32.89
2.	Eva Zwertbroek	9302340 HZ&PC Heerenveen	34.94
3.	Rixt-Nynke Baron	9601896 F.Z.C.'54	35.67
4.	Julia Zwertbroek	9600950 HZ&PC Heerenveen	36.15
5.	Henny de Vries	9500556 HZ&PC Heerenveen	37.02
6.	Femke van der Gaast	9404142 SG. Bolsward-Workum	37.67
7.	Kim Vlottes	9404596 De Vikings	39.12
8.	Aniek Bergsma	9601088 HZ&PC Heerenveen	40.89
9.	Willeke Jonkman	9604304 Zcnf'34	42.50
10.	Danielle Trippenzee	9802146 Orca	44.29
11.	Lara de Zeeuw	9802144 Orca	50.66
NG.ZA	Marjet de Boer	9505810 HZ&PC Heerenveen	

Programmanr. 6
20.12.08

Heren, 50m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Aydin Hummel	9201577 Zcnf'34	27.63
2.	Maxim Veldhuis	9400195 HZ&PC Heerenveen	28.62
3.	Arjen Schram	8805103 SG. Bolsward-Workum	30.19
4.	Gerard Brondijk	9206867 F.Z.C.'54	32.18
5.	Mike Koelewijn	9303597 HZ&PC Heerenveen	32.30
6.	Abe Ringnalda	8302849 SG. Bolsward-Workum	33.23
7.	Sander Akkerman	9501527 HZ&PC Heerenveen	34.30
8.	Vincent Visser	9700395 SG. Bolsward-Workum	42.09
9.	Jonne Westenberg	9601695 De Forel	44.51
10.	Elmo Doorn	9601995 De Forel	47.50

Sprintlangeafstandlimiet2008
Heerenveen, 20.12.2008

Programmanr. 7 Dames, 400m wisselslag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Danielle de Boer	9404736 HZ&PC Heerenveen	5:42.80
2.	Leandra Vedder	9600866 HZ&PC Heerenveen	6:13.07
3.	Kelly de Jong	9501920 HZ&PC Heerenveen	6:15.66
4.	Laura Terpstra	9402914 Avena	6:17.51
5.	Melissa Nauta	9602388 De Vikings	6:28.13
6.	Ita Visser	9601444 SG. Bolsward-Workum	7:00.58
7.	Rixt Meijer	9700202 HZ&PC Heerenveen	7:01.31
DIS	Lenneke Muggen	9500128 HZ&PC Heerenveen	6:38.47 VH

VH - Ongelijkzijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.

Programmanr. 8 Heren, 400m wisselslag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Jelmer Meijer	9001961 HZ&PC Heerenveen	4:51.20
2.	Maxim Veldhuis	9400195 HZ&PC Heerenveen	5:10.82

Programmanr. 9 Dames, 50m vrije slag alg. leeftijdsgroep
20.12.08 Resultaten

Rang			Tijd
1.	Iris Rozema	9305108 F.Z.C.'54	29.04
2.	Lysbeth Wiersma	9204486 HZ&PC Heerenveen	30.80
3.	Hjordis Wagenaar	9502170 HZ&PC Heerenveen	31.02
4.	Rixt-Nynke Baron	9601896 F.Z.C.'54	31.08
5.	Femke van der Gaast	9404142 SG. Bolsward-Workum	31.22
6.	Margot Schulpen	9305254 F.Z.C.'54	31.40
7.	Desiree Vedder	9600864 HZ&PC Heerenveen	31.54
8.	Leandra Vedder	9600866 HZ&PC Heerenveen	31.95
9.	Henny de Vries	9500556 HZ&PC Heerenveen	32.45
10.	Joyce Postma	9402098 SG. Bolsward-Workum	32.47
11.	Eva Zwertbroek	9302340 HZ&PC Heerenveen	32.76
12.	Lisa Rozema	9600860 F.Z.C.'54	32.88
13.	Kim Vlottes	9404596 De Vikings	33.19
14.	Julia Zwertbroek	9600950 HZ&PC Heerenveen	33.22
15.	Jennifer ter Beke	9500284 SG. Bolsward-Workum	34.76
16.	Aniek Bergsma	9601088 HZ&PC Heerenveen	36.08
17.	Arianne Huisman	9403036 Zcnf'34	39.26
18.	Nadine Smits	9801098 Orca	40.36
19.	Danielle Trippenzee	9802146 Orca	40.73
20.	Eva Teunissen	9505484 HZ&PC Heerenveen	40.86
NG.ZA	Marjet de Boer	9505810 HZ&PC Heerenveen	

Sprintlangeafstandlimiet2008
Heerenveen, 20.12.2008

Programmanr. 13, Dames, 50m schoolslag, alg. leeftijdsgroep

Rang			Tijd
16.	Julia Zwertbroek	9600950 HZ&PC Heerenveen	47.03
17.	Nadine Smits	9801098 Orca	50.20
18.	Lara de Zeeuw	9802144 Orca	52.09
AFGEM	Eva Teunissen	9505484 HZ&PC Heerenveen	

Programmanr. 14
20.12.08

Heren, 50m schoolslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Frank Bosma	8700399 F.Z.C.'54	35.47
2.	Chris ter Beke	9300895 SG. Bolsward-Workum	37.50
3.	Pieter Ponne	7600749 HZ&PC Heerenveen	38.68
4.	Abe Ringnalda	8302849 SG. Bolsward-Workum	39.09
5.	Simon Holthof	9106317 HZ&PC Heerenveen	39.64
6.	Robin Keuning	9504681 SG. Bolsward-Workum	51.43
DIS	Vincent Visser	9700395 SG. Bolsward-Workum	47.14 SL
	<i>SL - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>		
AFGEM	Cor Sytsma	9503385 SG. Bolsward-Workum	

Programmanr. 15
20.12.08

Dames, 1500m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Marjolein Tissingh	8904130 HZ&PC Heerenveen	20:05.75
2.	Joyce Bakker	9600522 De Forel	23:55.18

Programmanr. 16
20.12.08

Heren, 1500m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten

Rang			Tijd
1.	Harm Lemstra	9305009 De Vikings	20:21.34
2.	Harry Bartelds	9200047 Neptunia '24	20:53.80
3.	Rick Halma	9505121 De Vikings	21:20.52
4.	Arjen Schram	8805103 SG. Bolsward-Workum	21:33.92
5.	Marc de Vries	9500381 HZ&PC Heerenveen	22:03.40
6.	Jelmer Postma	9701631 Orca	23:43.48