

## Lange afstand wedstrijd op 14-04-2022 te Lochem

		Pl.	oude PR.	Tijd
Anouk Arfman	50 vrije slag	tt	35.96	39.78
	100 vrije slag	tt	1:21.19	1:26.40
	200 vrije slag	tt	2:53.63	3:01.23
	400 vrije slag		7:18.01	6:10.64 PR.
Jetske Arfman	50 vrije slag	tt	33.26	40.74
	100 vrije slag	tt	1:12.38	1:26.13
	200 vrije slag	tt	2:49.05	2:59.32
	400 vrije slag		5:59.42	6:01.52
Melle Arfman	50 vrije slag	tt	29.07	33.58
	100 vrije slag	tt	1:03.49	1:12.07
	200 vrije slag	tt	2:20.53	2:31.83
	400 vrije slag		5:28.46	5:12.74 PR.
Wieke Arfman	50 vrije slag	tt	35.55	41.75
	100 vrije slag	tt	1:18.16	1:28.48
	200 vrije slag	tt	3:06.42	3:05.68 PR.
	400 vrije slag		6:29.37	6:12.32 PR.
Milan Bakker	50 vrije slag	tt	52.23	54.00
	100 vrije slag	tt	2:09.38	2:06.38 PR.
	200 vrije slag	<b>2</b>	--	4:27.63 <b>NT</b>
Marloes Berenpas	50 vrije slag	tt	36.20	41.50
	100 vrije slag	tt	1:18.96	1:27.91
	200 vrije slag	tt	2:50.98	3:03.59
	400 vrije slag		6:11.29	6:09.52 PR.
Ryan Bleumink	50 vrije slag	tt	29.66	32.00
	100 vrije slag	tt	1:09.17	1:09.85
	200 vrije slag	tt	2:37.10	2:28.34 PR.
	400 vrije slag	<b>3</b>	5:50.24	5:04.25 PR.
Albert Bolink	50 vrije slag	tt	27.42	36.45
	100 vrije slag	tt	59.77	1:17.11
	200 vrije slag	tt	2:16.11	2:40.78
	400 vrije slag	tt	5:10.18	5:33.20
	800 vrije slag	tt	10:57.10	11:31.23
Femke Bolink	1500 vrije slag	<b>3</b>	20:43.29	21:46.72
	50 vrije slag	tt	30.68	34.74
	100 vrije slag	tt	1:07.53	1:13.92
	200 vrije slag	tt	2:28.60	2:36.81
	400 vrije slag		5:24.41	5:27.78
Taco Braakhekke	50 vrije slag	tt	27.02	34.03
	100 vrije slag	tt	1:00.01	1:11.44
	200 vrije slag	tt	2:20.31	2:32.67
	400 vrije slag		5:07.42	5:17.07
Emma Brummelman	50 vrije slag	tt	32.49	41.79
	100 vrije slag	tt	1:13.32	1:26.91
	200 vrije slag	tt	3:31.24	2:59.61 PR.
	400 vrije slag		7:15.38	6:07.44 PR.
Ilse Dadema	50 vrije slag	tt	32.45	36.82
	100 vrije slag	tt	1:11.43	1:18.47
	200 vrije slag	tt	2:40.51	2:45.39
	400 vrije slag		5:57.44	5:39.05 PR.

Dana Eelderink	50 vrije slag	tt	31.33	39.81
	100 vrije slag	tt	1:13.19	1:25.76
	200 vrije slag	tt	2:57.15	3:00.40
	400 vrije slag		6:52.13	6:09.44 PR.
Lonneke Gieteling	50 vrije slag	tt	33.60	41.42
	100 vrije slag	tt	1:13.82	1:26.59
	200 vrije slag	tt	2:52.70	2:59.22
	400 vrije slag		6:05.95	5:59.46 PR.
Suzet van Gijtenbeek	50 vrije slag	tt	32.76	37.87
	100 vrije slag	tt	1:13.98	1:19.50
	200 vrije slag	tt	2:43.32	2:46.23
	400 vrije slag		6:08.74	5:37.58 PR.
Indy Groot Roessink	50 vrije slag	tt	32.67	37.22
	100 vrije slag	tt	1:12.25	1:19.93
	200 vrije slag	tt	3:06.36	2:49.00 PR.
	400 vrije slag		6:36.88	5:45.76 PR.
Finn Harmsen	50 vrije slag	tt	38.21	42.97
	100 vrije slag	tt	1:27.09	1:31.54
	200 vrije slag	tt	3:46.80	3:14.70 PR.
	400 vrije slag		7:45.67	6:44.37 PR.
Jesmé Haytink	50 vrije slag	tt	34.33	41.13
	100 vrije slag	tt	1:19.78	1:27.96
	200 vrije slag	tt	2:53.12	3:02.46
	400 vrije slag		6:56.60	6:11.88 PR.
Lars Haytink	50 vrije slag	tt	28.67	32.67
	100 vrije slag	tt	1:03.82	1:09.79
	200 vrije slag	tt	2:24.08	2:28.54
	400 vrije slag	tt	5:07.54	5:08.97
	800 vrije slag	<b>1</b>	10:37.99	10:26.42 PR.
Meyke Haytink	50 vrije slag	tt	31.25	36.86
	100 vrije slag	tt	1:14.43	1:19.64
	200 vrije slag	tt	2:40.40	2:49.23
	400 vrije slag	tt	6:13.42	5:53.05 PR.
	800 vrije slag	<b>2</b>	12:54.80	11:56.76 PR.
Jorim Hebbink	50 vrije slag	tt	27.76	32.55
	100 vrije slag	tt	1:00.17	1:10.61
	200 vrije slag	tt	2:20.48	2:31.43
	400 vrije slag		5:14.58	5:12.49 PR.
Loes Hekkelman	50 vrije slag	tt	34.79	37.77
	100 vrije slag	tt	1:18.12	1:21.69
	200 vrije slag	tt	2:57.55	2:55.02 PR.
	400 vrije slag		6:15.79	6:02.67 PR.
Dante Hendriks	50 vrije slag	tt	27.07	31.89
	100 vrije slag	tt	59.74	1:08.31
	200 vrije slag	tt	2:20.62	2:24.06
	400 vrije slag	<b>2</b>	4:57.26	4:59.17
Seppe Hendriks	50 vrije slag	tt	30.61	38.06
	100 vrije slag	tt	1:09.56	1:20.27
	200 vrije slag	tt	2:43.46	2:49.41
	400 vrije slag		6:04.23	5:58.87 PR.
Ilse Hoentjen	50 vrije slag	tt	39.11	41.83
	100 vrije slag	tt	1:31.52	1:30.96 PR.
	200 vrije slag	tt	3:15.02	3:15.33
	400 vrije slag		7:38.99	6:45.00 PR.

Tycho Jurjens	50 vrije slag	tt	28.49	33.48
	100 vrije slag	tt	1:01.50	1:11.97
	200 vrije slag	tt	2:20.24	2:32.83
	400 vrije slag	tt	5:08.81	5:20.17
	800 vrije slag	tt	10:38.62	11:01.49
	1500 vrije slag	<b>1</b>	20:21.01	21:01.39
Sterre Karmiggelt	50 vrije slag	tt	34.42	38.51
	100 vrije slag	tt	1:10.88	1:20.67
	200 vrije slag	tt	2:45.39	2:48.67
	400 vrije slag	tt	5:55.00	5:49.22 PR.
	800 vrije slag	tt	12:05.63	11:55.32 PR.
	1500 vrije slag	<b>1</b>	23:12.01	22:40.65 PR.
Siebe Keestra	50 vrije slag	tt	37.70	38.62
	100 vrije slag	tt	1:31.79	1:23.86 PR.
	200 vrije slag	tt	3:32.92	3:04.02 PR.
	400 vrije slag		7:19.18	6:16.00 PR.
Suus Krabbenborg	50 vrije slag	tt	45.98	44.53 PR.
	100 vrije slag	tt	1:41.23	1:41.00 PR.
	200 vrije slag	<b>1</b>	--:--	3:39.70 <b>NT</b>
Pepijn Langenkamp	50 vrije slag	tt	56.98	54.47 PR.
	100 vrije slag	tt	2:09.42	1:56.59 PR.
	200 vrije slag	<b>2</b>	4:20.48	4:01.85 PR.
Froukje van Leeuwen	50 vrije slag	tt	34.08	39.22
	100 vrije slag	tt	1:25.35	1:25.44
	200 vrije slag	tt	3:23.07	2:59.42 PR.
	400 vrije slag		6:50.13	6:04.61 PR.
Nynke van Leeuwen	50 vrije slag	tt	29.67	33.79
	100 vrije slag	tt	1:06.89	1:13.51
	200 vrije slag	tt	2:32.39	2:38.72
	400 vrije slag	<b>3</b>	5:25.04	5:26.57
Anouk Menkveld	50 vrije slag	tt	32.78	37.94
	100 vrije slag	tt	1:11.42	1:20.16
	200 vrije slag	tt	2:33.72	2:46.86
	400 vrije slag		6:08.16	5:39.97 PR.
Sanne Mol	50 vrije slag	tt	35.20	40.53
	100 vrije slag	tt	1:19.23	1:26.87
	200 vrije slag	tt	2:59.92	3:05.88
	400 vrije slag		6:26.70	6:24.19 PR.
Jenthe Niesink	50 vrije slag	tt	36.88	45.22
	100 vrije slag	tt	1:49.26	1:35.94 PR.
	200 vrije slag	tt	4:04.15	3:22.37 PR.
	400 vrije slag		8:09.24	7:03.76 PR.
Finn Ooijman	50 vrije slag	tt	28.36	33.27
	100 vrije slag	tt	1:03.27	1:11.57
	200 vrije slag	tt	2:38.26	2:29.80 PR.
	400 vrije slag	tt	5:43.17	5:10.16 PR.
	800 vrije slag	<b>2</b>	11:44.51	10:26.61 PR.
Pien Ooijman	50 vrije slag	tt	31.61	36.67
	100 vrije slag	tt	1:09.95	1:18.26
	200 vrije slag	tt	2:41.19	2:45.79
	400 vrije slag	tt	5:59.48	5:43.34 PR.
	800 vrije slag	<b>1</b>	12:06.12	11:37.78 PR.

Lisa Rinders	50 vrije slag	tt	32.02	37.97
	100 vrije slag	tt	1:10.27	1:19.87
	200 vrije slag	tt	2:35.87	2:49.06
	400 vrije slag		5:37.55	5:51.92
Rian Schoneveld	50 vrije slag	tt	27.70	31.19
	100 vrije slag	tt	1:00.20	1:06.19
	200 vrije slag	tt	2:21.17	2:21.58
	400 vrije slag	<b>1</b>	5:35.39	4:51.01 PR.
Isabel Segura	50 vrije slag	tt	34.26	40.25
	100 vrije slag	tt	1:26.76	1:26.71 PR.
	200 vrije slag	tt	--:--	3:04.44 <b>NT</b>
	400 vrije slag		--:--	6:20.80 <b>NT</b>
Sophia Segura	50 vrije slag	tt	31.07	34.18
	100 vrije slag	tt	1:08.18	1:13.29
	200 vrije slag	tt	2:42.64	2:34.22 PR.
	400 vrije slag	<b>2</b>	7:15.52	5:15.47 PR.
Imke Temmink	50 vrije slag	tt	29.79	35.32
	100 vrije slag	tt	1:07.45	1:13.68
	200 vrije slag	tt	2:26.80	2:34.11
	400 vrije slag	<b>1</b>	5:28.29	5:12.79 PR.
Levy Vaarhorst	50 vrije slag	tt	51.47	51.89
	100 vrije slag	tt	1:49.84	1:55.20
	200 vrije slag	<b>1</b>	4:19.33	4:01.31 PR.
Naomi Vorenkamp	50 vrije slag	tt	45.89	48.59
	100 vrije slag	tt	1:40.78	1:49.32
	200 vrije slag	<b>2</b>	--:--	3:43.32 <b>NT</b>
Otto Zeijpveld	50 vrije slag	tt	27.40	39.56
	100 vrije slag	tt	59.40	1:24.19
	200 vrije slag	tt	2:08.00	2:53.75
	400 vrije slag	tt	4:36.60	5:52.31
	800 vrije slag	tt	9:44.00	11:45.60
	1500 vrije slag	<b>2</b>	18:35.80	21:46.71
Ryan Zweers	50 vrije slag	tt	51.92	52.53
	100 vrije slag	tt	1:51.97	1:53.22
	200 vrije slag	<b>1</b>	3:59.16	3:55.79 PR.

Grootste verbetering: Sophia Segura, 400 vrije slag 5:15.47