

Programmanr. 1  
8-12-2019

Meisjes, 200m vrije slag

Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Manou Longayroux	ZZ&PC De Devel	3:00.69	201000580	<b>2:56.97</b>	41.18	1:27.74		2:56.97
2. Iris de Bode	KZV de Lansingh	3:23.00	201000324	<b>3:04.29</b>	41.84	1:28.70		3:04.29
3. Milou Filemon	ZZ&PC De Devel	3:16.72	201100078	<b>3:15.35</b>	42.35	1:32.17		3:15.35
4. Minke Olivia Bouman	ZZ&PC De Devel	3:21.84	201100104	<b>3:18.09</b>	45.01	1:37.24		3:18.09
5. Naomi Mikhout	ZZ&PC De Devel	3:28.69	201100414	<b>3:34.38</b>	44.47	1:39.34		3:34.38
6. Ilse Stout	KZV de Lansingh	NT	201001704	<b>3:38.75</b>	48.00	1:46.56		3:38.75
7. Ilvy Lodder	ZZ&PC De Devel	3:41.91	201100012	<b>3:40.55</b>	46.47	1:45.37		3:40.55
8. Lynn Walter	ZPV Barracuda	3:32.78	201000394	<b>3:41.76</b>	50.71	1:49.57		3:41.76
9. Rosalie Zonneveld	Wiekslag	NT	201001588	<b>3:52.09</b>	49.57	1:47.38		3:52.09
10. Roos Kleijn	De Geul	4:11.64	201100062	<b>3:53.34</b>	52.16	1:51.09		3:53.34
11. Eko Witpen	ZPB H&L Productions	4:21.11	201001648	<b>4:05.88</b>	52.76	1:56.71		4:05.88

Programmanr. 2  
8-12-2019

Meisjes, 200m wisselslag

Minioren 5  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Grace Peters	ZPV Barracuda	3:15.58	200901474	<b>3:15.44</b>	42.60			3:15.44
2. Valerie Hesper	ZPV Barracuda	3:35.24	200900260	<b>3:29.41</b>	48.02			3:29.41
3. Lynn Peters	ZPB H&L Productions	4:03.70	200900454	<b>3:47.05</b>	52.13			3:47.05
AFGEM Aminata Turay	ZPV Barracuda	4:21.47	200900282	SM10				

Programmanr. 3  
8-12-2019

Jongens, 200m vrije slag

Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Eli Shields	KZV de Lansingh	NT	201000407	<b>2:53.52</b>	40.25	1:26.76		2:53.52
2. Jordan Neyhoff	Wiekslag	4:00.61	201000765	<b>3:09.73</b>	44.47	1:34.01		3:09.73
3. Kris Westerhout	ZZ&PC De Devel	3:30.47	201000883	<b>3:10.71</b>	42.10	1:31.88		3:10.71
4. Vince van Dam	KZV de Lansingh	3:44.39	201000405	<b>3:14.58</b>	44.44	1:35.12		3:14.58
5. Nick de Vries	Poseidon'56	3:27.08	201000225	<b>3:17.39</b>	42.09	1:35.79		3:17.39
6. Bastiaan Flobbe	ZPB H&L Productions	NT	201000083	<b>3:20.15</b>	48.90	1:41.83		3:20.15
7. Ghailil Lodder	Wiekslag	3:27.70	201000711	<b>3:21.03</b>	42.03	1:35.36		3:21.03
8. Thijs Jansen	ZZ&PC De Devel	3:45.31	201000415	<b>3:34.58</b>	48.04	1:43.17		3:34.58
9. Tygo van Berkel	De Geul	4:04.41	201000327	<b>3:42.88</b>	45.92	1:43.29		3:42.88
DIS Rens van der Es	De Geul	3:44.65	201000583					

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Programmanr. 4  
8-12-2019

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 5 en 6  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Yarno van Dam	KZV de Lansingh	2:47.04	200800115	<b>2:43.67</b>	35.45			2:43.67
2. Ivo Bot	Wiekslag	3:12.46	200900509	<b>3:01.31</b>	41.24			3:01.31
3. Jesper van Tilburg	De Geul	3:10.75	200800043	<b>3:07.13</b>	42.63			3:07.13
4. Thom Veldhoen	ZZ&PC De Devel	3:12.93	200901159	<b>3:11.62</b>	40.07			3:11.62
5. Daan Borst	ZPV Barracuda	3:38.86	200801435	<b>3:14.94</b>	45.47			3:14.94
6. Lars Barendrecht	ZPV Barracuda	3:26.31	200800587	<b>3:16.02</b>	44.61			3:16.02
7. Owen Houdé	De Geul	3:28.18	200900903	<b>3:28.67</b>	52.37			3:28.67
8. Dylan Dortland	ZPV Barracuda	3:26.35	200900165	<b>3:29.57</b>	43.88			3:29.57
9. Paul Ruitenbergh	De Geul	3:45.36	200900979	<b>3:35.01</b>	51.39			3:35.01
10. Valentijn Penning	ZZ&PC De Devel	3:31.67	200900099	<b>3:35.63</b>	52.87			3:35.63
11. Luuk Schippers	Poseidon'56	3:34.35	200901161	<b>3:36.49</b>	49.16			3:36.49
12. Thijs Bijman	ZPV Barracuda	3:48.74	200901111	<b>3:38.55</b>	49.25			3:38.55

Programmanr. 4, Jongens, 200m wisselslag, Minioren 5 en 6

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
DIS Mauro Simmerok	Poseidon'56	3:55.27	200801439					
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>								
AFGEM Aidan van der Stelt	ZZ&PC De Devel	3:42.12	200900901					

Programmanr. 5  
8-12-2019

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Britte Lodder	ZZ&PC De Devel	2:52.85	200702290	<b>2:48.71</b>	37.07			2:48.71
2. Jinh Engelse	ZPV Barracuda	2:52.00	200800204	<b>2:54.18</b>	37.76			2:54.18
3. Julia van Wingerden	ZZ&PC De Devel	2:52.08	200800436	<b>2:55.69</b>	38.12			2:55.69
4. Donna Verhoef	De Geul	3:02.05	200701934	<b>3:00.92</b>	39.60			3:00.92
5. Kyana van Dam	ZPV Barracuda	3:09.18	200703008	<b>3:03.26</b>	38.97			3:03.26
6. Aukje Schonewille	ZPB H&L Productions	3:09.53	200702340	<b>3:06.57</b>	41.92			3:06.57
7. Eva Bot	Wiekslag	3:14.57	200702392	<b>3:12.96</b>	42.19			3:12.96
8. Madelief Penning	ZZ&PC De Devel	3:14.96	200701298	<b>3:13.84</b>	48.37			3:13.84
9. Elvera Jonkers	Poseidon'56	3:37.00	200800196	<b>3:27.73</b>	46.06			3:27.73
10. Sanne Soeteman	Poseidon'56	3:38.23	200800664	<b>3:39.53</b>	52.99			3:39.53
11. Tanisha Sambo	ZZ&PC De Devel	NT	200803944	<b>4:29.68</b>	1:12.61			4:29.68
DIS Aleksandra Zalewska	ZPB H&L Productions	3:16.09	200802836					
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>								
AFGEM Anne de Bruijn	ZPV Barracuda	3:42.02	200801238					

Programmanr. 6  
8-12-2019

Dames, 1500m vrije slag

Junioren 3 en ouder  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
<b>13 - 14 jaar</b>				
1. Laura Hoogenboezem	KZV de Lansingh	20:01.34	200500390	<b>19:40.05</b>
100m: 1:13.71	1:13.71	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:33.12	1:19.41	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:40.05
400m: 5:12.12		800m: 10:30.41	1200m:	
2. Laura 't Lam	De Geul	22:39.34	200603376	<b>20:53.01</b>
100m: 1:13.82	1:13.82	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:34.72	1:20.90	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:53.01
400m: 5:22.35		800m: 11:00.72	1200m:	
3. Noémi Oldenkamp	KZV de Lansingh	21:57.50	200600162	<b>21:29.37</b>
100m: 1:18.55	1:18.55	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:42.98	1:24.43	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:29.37
400m: 5:35.27		800m: 11:20.48	1200m:	
4. Daphne van Tilburg	De Geul	21:34.65	200500580	<b>21:48.22</b>
100m: 1:18.74	1:18.74	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:46.37	1:27.63	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:48.22
400m: 5:43.80		800m: 11:39.38	1200m:	
5. Jessica Pol	Poseidon'56	23:31.41	200600030	<b>22:22.40</b>
100m: 1:24.05	1:24.05	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:54.04	1:29.99	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:22.40
400m: 5:53.58		800m: 11:55.78	1200m:	
6. Evi Kleijn	De Geul	24:31.24	200603004	<b>23:12.87</b>
100m: 1:19.19	1:19.19	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:48.44	1:29.25	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:12.87
400m: 5:51.38		800m: 12:01.13	1200m:	

Programmanr. 6, Meisjes, 1500m vrije slag, 13 - 14 jaar

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
7.	Dayna van Hoorn	Poseidon'56	24:05.47	200502800	<b>24:29.60</b>	
	100m: 1:27.68	1:27.68	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:03.16	1:35.48	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 24:29.60	
	400m: 6:18.43		800m: 12:56.99	1200m:		
8.	Rosalie Steffers	ZPB H&L Productions	NT	200604486	<b>25:15.43</b>	
	100m: 1:29.92	1:29.92	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:08.49	1:38.57	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:15.43	
	400m: 6:28.41		800m: 13:13.74	1200m:		
9.	Roos Westerhout	ZZ&PC De Devel	NT	200604714	<b>25:32.19</b>	
	100m: 1:27.16	1:27.16	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:04.87	1:37.71	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:32.19	
	400m: 6:27.87		800m: 13:24.97	1200m:		
10.	Tippi Korving	ZPB H&L Productions	27:41.14	200601172	<b>25:33.86</b>	
	100m: 1:30.03	1:30.03	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:07.59	1:37.56	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:33.86	
	400m: 6:30.85		800m: 13:24.76	1200m:		
AFGEM	Sanne Jansen	ZZ&PC De Devel	25:04.15	200601970		

15 - 16 jaar

1.	Esther Reinders	KZV de Lansingh	20:21.21	200301798	<b>20:17.21</b>	
	100m: 1:13.05	1:13.05	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.93	1:19.88	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:17.21	
	400m: 5:15.15		800m: 10:43.24	1200m:		
2.	Wendy ten Wolde	Wiekslag	NT	200302658	<b>20:43.08</b>	
	100m: 1:10.46	1:10.46	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:28.89	1:18.43	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:43.08	
	400m: 5:12.67		800m: 10:48.48	1200m:		
3.	Julia de Heide	KZV de Lansingh	21:21.51	200302934	<b>23:26.83</b>	
	100m: 1:19.97	1:19.97	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:49.45	1:29.48	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:26.83	
	400m: 5:57.74		800m: 12:21.32	1200m:		
4.	Dana Kleijn	De Geul	24:18.66	200304986	<b>24:07.21</b>	
	100m: 1:21.80	1:21.80	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:52.08	1:30.28	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 24:07.21	
	400m: 6:03.15		800m: 12:39.49	1200m:		

Senioren

1.	Debra de Lange	De Geul	19:41.76	200202380	<b>19:38.56</b>	
	100m: 1:12.10	1:12.10	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:29.17	1:17.07	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:38.56	
	400m: 5:05.67		800m: 10:24.70	1200m:		
2.	Nanda van Heteren	De Geul	20:34.48	198901728	<b>21:35.00</b>	
	100m: 1:16.19	1:16.19	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:40.47	1:24.28	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:35.00	
	400m: 5:36.01		800m: 11:27.36	1200m:		
3.	Kimberly Coenders	KZV de Lansingh	21:01.78	199900880	<b>22:27.69</b>	
	100m: 1:17.75	1:17.75	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:44.67	1:26.92	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:27.69	
	400m: 5:45.25		800m: 11:50.62	1200m:		
4.	Marijke Campfens	De Geul	NT	196900960	<b>23:41.38</b>	
	100m: 1:21.65	1:21.65	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:53.14	1:31.49	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:41.38	
	400m: 6:01.85		800m: 12:23.90	1200m:		
5.	Lisette van den Bos	De Geul	24:10.00	198700468	<b>24:18.67</b>	
	100m: 1:29.22	1:29.22	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:07.70	1:38.48	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 24:18.67	
	400m: 6:20.03		800m: 12:50.37	1200m:		

Programmanr. 6, Dames, 1500m vrije slag, Senioren

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
6.	Clementine van Bruxvoort	ZPB H&L Productions	26:27.31	197700138	<b>25:33.86</b>
	100m: 1:32.41	1:32.41	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:12.72	1:40.31	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 25:33.86	
	6:35.79		800m: 1200m:		
			13:25.30		
7.	Maaïke Heidt	ZPB H&L Productions	28:40.62	196901068	<b>28:28.79</b>
	100m: 1:43.51	1:43.51	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:36.97	1:53.46	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 28:28.79	
	7:26.88		800m: 1200m:		
			15:06.24		
8.	Annemarie Straetemans	De Geul	26:08.09	196300508	<b>28:46.53</b>
	100m: 1:50.74	1:50.74	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 3:50.03	1:59.29	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 28:46.53	
	7:42.42		800m: 1200m:		
			15:17.81		
AFGEM	Iva den Haan	KZV de Lansingh	23:02.81	199900882	

Programmanr. 7  
8-12-2019

Jongens, 200m wisselslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Tibbe Veldboer	ZPB H&L Productions	2:50.00	200600911	<b>2:48.60</b>	35.28			2:48.60
2.	Wout Jonkers	Poseidon'56	2:56.22	200600939	<b>2:58.50</b>	36.26			2:58.50
3.	Arav Ramcharan	Poseidon'56	3:02.73	200603067	<b>2:59.67</b>	38.30			2:59.67
4.	Jimmy Hegger	ZZ&PC De Devel	3:11.54	200703037	<b>3:18.84</b>	40.81			3:18.84
5.	Hassan Turay	ZPV Barracuda	3:29.81	200700519	<b>3:22.84</b>	47.23			3:22.84
6.	Naveh Goodchild	KZV de Lansingh	3:20.20	200702217	<b>3:28.17</b>	47.34			3:28.17
7.	Ties Lakke	KZV de Lansingh	NT	200703517	<b>3:40.12</b>	51.50			3:40.12
AFGEM	Roan Dekema	ZZ&PC De Devel	3:21.28	200701911					

Programmanr. 8  
8-12-2019

Heren, 1500m vrije slag

Junioren 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
<b>Junioren</b>					
1.	Stijn de Bondt	ZPB H&L Productions	NT	200502249	<b>19:22.50</b>
	100m: 1:09.17	1:09.17	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:27.41	1:18.24	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 19:22.50	
	5:05.04		800m: 1200m:		
			10:21.97		
2.	Sem Kauffeld	ZZ&PC De Devel	24:01.52	200403605	<b>21:14.86</b>
	100m: 1:14.84	1:14.84	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:37.37	1:22.53	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 21:14.86	
	5:25.77		800m: 1200m:		
			11:11.93		
3.	Reinier Velthuijs	ZPV Barracuda	NT	200503537	<b>22:16.73</b>
	100m: 1:14.90	1:14.90	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:41.27	1:26.37	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 22:16.73	
	5:40.53		800m: 1200m:		
			11:45.09		
4.	Bart Tuinenburg	Wiekslag	NT	200602347	<b>23:05.84</b>
	100m: 1:25.41	1:25.41	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:57.41	1:32.00	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 23:05.84	
	6:03.44		800m: 1200m:		
			12:18.16		
5.	Jip van Veen	ZPV Barracuda	NT	200401353	<b>23:53.84</b>
	100m: 1:25.17	1:25.17	500m: 900m:	1300m:	
	200m: 2:58.58	1:33.41	600m: 1000m:	1400m:	
	300m: 400m:		700m: 1100m:	1500m: 23:53.84	
	6:11.65		800m: 1200m:		
			12:40.46		

Programmanr. 8, Jongens, 1500m vrije slag, Junioren

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
6.	Sidique Turay	ZPV Barracuda	26:42.99	200500981	<b>26:45.14</b>	
	100m: 1:25.44	1:25.44	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:03.37	1:37.93	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 26:45.14	
	400m: 6:36.06		800m: 13:58.34	1200m:		
AFGEM	Aaike de Tender	Wiekslag	20:02.93	200502189		
AFGEM	Tjomme de Tender	Wiekslag	20:28.34	200502187		

Jeugd 1 en 2

1.	Tygo Korving	ZPB H&L Productions	19:33.82	200300773	<b>19:41.12</b>	
	100m: 1:07.23	1:07.23	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:21.61	1:14.38	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:41.12	
	400m: 4:56.98		800m: 10:17.17	1200m:		
2.	Robert Speksnijder	ZPB H&L Productions	20:20.17	200200429	<b>20:25.85</b>	
	100m: 1:09.59	1:09.59	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.33	1:22.74	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:25.85	
	400m: 5:18.95		800m: 10:54.69	1200m:		
3.	Dylan van Kleij	Poseidon'56	20:50.63	200203297	<b>20:28.33</b>	
	100m: 1:08.19	1:08.19	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:26.25	1:18.06	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:28.33	
	400m: 5:12.09		800m: 10:52.93	1200m:		

Senioren 1 en ouder

1.	Emiel van Beusekom	ZPV Barracuda	17:32.97	199403951	<b>17:48.16</b>	
	100m: 1:04.76	1:04.76	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:16.69	1:11.93	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 17:48.16	
	400m: 4:42.94		800m: 9:33.55	1200m:		
2.	Thomas Hesper	ZPV Barracuda	18:27.77	200004181	<b>18:28.90</b>	
	100m: 1:05.18	1:05.18	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:16.33	1:11.15	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 18:28.90	
	400m: 4:43.50		800m: 9:43.65	1200m:		
3.	Joeri Prins	Wiekslag	19:16.46	199302037	<b>19:10.01</b>	
	100m: 1:05.90	1:05.90	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:19.03	1:13.13	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:10.01	
	400m: 4:48.02		800m: 9:58.02	1200m:		
4.	Dennis Dortland	ZPV Barracuda	NT	197800261	<b>19:33.32</b>	
	100m: 1:09.93	1:09.93	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:27.52	1:17.59	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:33.32	
	400m: 5:04.75		800m: 10:22.40	1200m:		
5.	Jeroen van Blanken	KZV de Lansingh	19:30.38	199206451	<b>20:21.48</b>	
	100m: 1:09.92	1:09.92	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:31.32	1:21.40	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:21.48	
	400m: 5:18.81		800m: 10:53.88	1200m:		
6.	Mark Slagmolen	ZPV Barracuda	21:05.94	199302277	<b>21:12.57</b>	
	100m: 1:12.33	1:12.33	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:35.68	1:23.35	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:12.57	
	400m: 5:27.27		800m: 11:14.09	1200m:		
7.	Sven Janssens	ZPB H&L Productions	20:58.30	200102659	<b>21:22.58</b>	
	100m: 1:14.49	1:14.49	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:38.27	1:23.78	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:22.58	
	400m: 5:29.41		800m: 11:16.99	1200m:		
8.	Erik Speksnijder	ZPB H&L Productions	20:34.89	200001375	<b>22:14.00</b>	
	100m: 1:16.46	1:16.46	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:42.72	1:26.26	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:14.00	
	400m: 5:41.96		800m: 11:44.90	1200m:		

Programmanr. 9  
8-12-2019

Heren, 800m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Martijn Houweling	ZPV Barracuda	10:32.05	199600893	<b>10:19.86</b>	
	100m: 1:07.96	1:07.96 300m:		500m:	700m:	
	200m: 2:23.42	1:15.46 400m: 4:58.72		600m:	800m: 10:19.86	
2.	Jasper Groen	KZV de Lansingh	11:41.80	200602325	<b>12:01.29</b>	
	100m: 1:19.49	1:19.49 300m:		500m:	700m:	
	200m: 2:49.37	1:29.88 400m: 5:52.84		600m:	800m: 12:01.29	
AFGEM	Bas Bechtold	ZPV Barracuda	11:40.69	200600007		