



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 1 Heren, 400m vrije slag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang		In.tijd		100m	200m	300m	400m
1.	Jacco Doest DWK	4:18.98	9400711	1:02.23	2:10.36	3:21.10	4:28.73
2.	Dennis Bos HZ&PC Heerenveen	4:21.54	9201965	1:02.58	2:12.28	3:23.33	4:29.49
3.	Jeffry van Zetten Octopus	4:45.39	9500755	1:04.41	2:14.98	3:25.98	4:33.89
4.	Mitchel Doldersum Deltasteur	4:36.95	9501167	1:04.10	2:14.39	3:25.56	4:34.11
5.	Tim Blauw ZPC Stadskanaal	4:35.39	9301345	1:04.39	2:14.21	3:26.49	4:41.07
6.	M. Uppelschoten De Houtrib	4:37.98	9500375	1:04.32	2:16.40	3:30.89	4:44.77
7.	Jorn Steenbergen DZ&PC	5:00.75	9700039	1:13.48	2:30.68	3:47.36	5:00.43
NG.ZA	Sjors Lieverst DAW-Finzeno	4:35.43	9501389				

Programmanr. 2 Dames, 400m vrije slag 11 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang		In.tijd		100m	200m	300m	400m
1.	Manon Friskes DWK	4:52.08	9701566	1:09.94	2:25.25	3:41.02	4:52.58
2.	Mandy Verhage DAW-Finzeno	4:52.05	9501382	1:09.03	2:23.48	3:39.21	4:53.95
3.	Nanda de Vries HZ&PC Heerenveen	4:51.26	9204328	1:09.84	2:25.88	3:42.54	4:57.57
4.	Davina van Perge DAW-Finzeno	4:56.64	9503786	1:11.22	2:29.53	3:49.03	5:08.42
5.	Elena Peeters DAW-Finzeno	5:03.79	9603690	1:13.63	2:33.55	3:54.75	5:14.27
6.	Nynke Klokman DZ&PC	5:47.38	9801424	1:17.26	2:40.91	4:06.98	5:27.68
7.	Carmen ter Weele Octopus	5:23.86	9800384	1:15.61	2:39.75	4:05.09	5:29.34
8.	Denise van Zetten Octopus	5:41.14	9600932	1:20.35	2:52.00	45.41	5:55.28
9.	Linda Noord DZ&PC	6:28.94	9800454	1:23.02	2:56.71	4:31.84	6:03.25

Programmanr. 3 Heren, 100m schoolslag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Rudy Ted de Haan	Anker Team Groningen	59.04	8400805	1:05.44
2.	Timon Evenhuis	Anker Team Groningen	1:01.30	9000843	1:06.88
3.	Roald Blok	Octopus	1:10.36	9302685	1:07.70
4.	Marcel van Essen	Octopus	1:11.61	9400019	1:14.26
5.	Aschwin van Zoest	Zpca	1:16.51	9102677	1:14.48
6.	Remco Jorink	Octopus	1:19.83	8000719	1:15.72
7.	Stefan van der Griff	Octopus	1:14.95	8701121	1:15.73
8.	Brian van de Graaf	De Houtrib	1:12.98	9401653	1:15.96
9.	Gert Norg	Deltasteur	1:14.23	9401735	1:16.60
10.	Maurice Deelen	AZ&PC	1:14.56	7101407	SB8 1:19.03
11.	Twan Klaver	Steenwijk 1934	1:21.13	9300265	1:24.84
12.	Mike Bennink	Deltasteur	1:25.25	9400861	1:25.22
13.	Oebele v/d Velde	DZ&PC	1:24.46	9502731	1:25.43
14.	Harry Westers	De Vikings	1:34.76	9504869	1:35.31



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 4
20-03-2010

Dames, 100m schoolslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Erika Aan het Rot	Octopus	1:16.54	9000010	1:19.66
2.	Sharon Gelmers	Octopus	1:20.77	9400416	1:20.05
3.	Marit Visscher	DAW-Finzeno	1:20.09	9600004	1:22.83
4.	Paula Duursma	DZ&PC	1:15.69	9300982	1:23.04
5.	Rixt Veldkamp	ZPC Stadskanaal	1:24.35	9404344	1:23.63
6.	Maxine Alfonsi	DAW-Finzeno	1:20.90	9502900	1:23.76
7.	Rixt Menger	DZ&PC	1:22.17	9602052	1:25.32
8.	Annelinde Veldman	Zpca	1:23.60	9302758	1:25.51
9.	Aimée Groenveld	De Houtrib	1:23.83	9503394	1:26.36
10.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:25.38	9600866	1:27.88
11.	Femke Groos	DZ&PC	1:28.49	9404492	1:31.78
12.	Jolien Bleichrodt	De Vikings	1:26.40	9203650	1:32.07
13.	Carmen Märsylä	Zpca	1:30.25	9405244	1:32.48
14.	Tara van Bottenburg	Octopus	1:33.80	9300114	1:32.73
15.	Eva Visscher	Deltasteur	1:27.77	9402722	1:32.81
16.	Eline Ligthart	De Vikings	1:27.29	9301706	1:33.79
17.	Romy Worst	Octopus	1:30.88	9505272	1:34.08
18.	Margriet Aan het Rot	Octopus	1:39.58	8603088	1:35.01
19.	Rebecca Jager	ZC De Toekomst	1:28.93	9800402	1:36.70
20.	Martine van Sluis	De Vikings	1:27.76	9702888	1:37.20
21.	Albertien Godthelp	De Vikings	1:32.35	8701346	1:37.42
22.	Fitria Engelsman	Zpca	1:39.86	9801896	1:38.30
23.	Margreet Koster	Zpca	1:32.40	9700330	1:38.96
24.	Monica Bosman	Deltasteur	1:40.02	9603048	1:40.20
DIS	Merel Huiskamp	Octopus	1:44.02	9802876	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start. (geen tijd noteren)

Programmanr. 5
20-03-2010

Heren, 200m rugslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	2:11.68	9001961	1:10.02	2:15.60
2.	Joey Stokx	DAW-Finzeno	2:20.60	9301251	1:06.35	2:23.86
3.	Erik Nijholt	DZ&PC	2:20.48	9401349	1:11.11	2:24.84
4.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	2:19.72	9200245	1:09.89	2:27.77
5.	Christian Renshoff	Octopus	2:27.01	9404343	1:11.15	2:28.30
6.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	2:40.35	9600017	1:18.64	2:42.74
7.	Eko Doedel	Zpca	2:42.10	9600543	1:19.08	2:43.17
8.	Harm Lemstra	De Vikings	2:34.25	9305009	1:21.78	2:45.02
9.	Stefan Ridderbos	Bubble	2:48.76	9700851	1:26.11	2:53.24
10.	Kevin Rozema	DZ&PC	3:12.26	9701451	1:29.36	3:01.18



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 6
20-03-2010

Dames, 200m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd		100m	200m
1.	Sharona Mlcoch	DAW-Finzeno	2:28.75	9406178	1:12.52 2:31.50
2.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	2:31.03	9404736	1:14.66 2:34.64
3.	Brenda Zwarthoed	DAW-Finzeno	2:28.50	9604938	1:15.36 2:35.63
4.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	2:27.33	9400302	1:14.86 2:37.90
5.	Judith Veldman	Eemsrobbe	2:33.86	9702422	1:18.06 2:40.38
6.	Beau de Bruijn	Dedemsvaart-AC	2:35.20	9400608	1:17.57 2:42.77
7.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	2:39.82	9502170	1:19.53 2:46.91
8.	Josephine Meerman	DZ&PC	2:38.24	9304258	1:21.76 2:47.10
9.	Amber IJzebrink	Dedemsvaart-AC	2:51.68	9602258	1:27.75 2:56.84
	*				
10.	Marijke van de Beek	Octopus	2:54.67	9602660	1:27.45 2:57.18
11.	Eva Willemsen	Zpca	2:46.16	9602570	1:29.31 2:59.25
12.	Annemiek Halma	De Vikings	3:15.18	9702884	1:33.43 3:06.34
13.	Janke Mars	Zpca	2:58.02	9503868	1:31.87 3:08.06
14.	Caroline Nauta	De Vikings	3:17.64	9803148	1:43.94 3:28.84
15.	Anoek Huiskamp	Octopus	3:22.92	9802872	1:42.53 3:29.89

Programmanr. 7
20-03-2010

Heren, 100m vlinderslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd	
1.	Rory Bob de Haan	Anker Team Groningen	55.89	8100609	59.61
2.	Erik Hagting	DZ&PC	59.60	9100829	1:02.08
3.	Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	1:01.58	9400195	1:03.94
4.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	1:02.88	9500093	1:06.70
5.	Remco Kamps	DZ&PC	1:04.75	9001465	1:07.47
6.	Mike Bakker	Zpca	1:05.19	9007253	1:08.87
7.	Sjors Boverhoff	Octopus	1:10.70	9500741	1:09.86
8.	Klaas Schoute	DAW-Finzeno	1:11.92	9500891	1:14.78
9.	Jelmer Groos	DZ&PC	1:23.17	9602945	1:18.34
10.	Vincent Visser	Sg. Bolsward-Workum	1:30.67	9700395	1:28.12
DIS	Rick Halma	De Vikings	1:23.08	9505121	1:27.35
	<i>VC - Armen niet over het water naar voren gebracht.</i>				
AFGEM	Jory Willemsen	Octopus	1:10.38	9500747	
AFGEM	Arjan Baron	DAW-Finzeno	1:00.65	9100067	
AFGEM	Dennis Cramer	Zpca	1:00.21	9200199	

Programmanr. 8
20-03-2010

Dames, 100m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd	
1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	1:03.57	8903004	1:07.70
2.	Suzanne Brummel	Octopus	1:15.10	9401366	1:14.24
3.	Renske de Groot	DZ&PC	1:14.49	9300276	1:16.79
4.	Sifra van Bottenburg	Octopus	1:14.89	9501178	1:16.87
5.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	1:13.80	9502706	1:19.94
6.	Miriam Visserman	Octopus	1:22.09	8704364	1:21.46
7.	Anouk Zuidema	De Aquaflippers	1:19.76	9801654	1:23.61



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 8, Dames, 100m vlinderslag, 11 jaar en ouder

Rang		In.tijd	Tijd
8.	Annebeth van Ark Octopus	1:26.95 8805588	1:34.96

Programmanr. 9
20-03-2010

Heren, 200m wisselslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd	100m	200m
1.	Emile Manni Octopus	2:21.38 9001901		2:20.50
2.	Jonathan Rozema DZ&PC	2:21.64 9501157		2:24.20
3.	Brian van de Graaf De Houtrib	2:24.37 9401653		2:29.55
4.	Marco Uppelschoten De Houtrib	2:29.63 9500375		2:31.27
5.	Marcel van Essen Octopus	2:40.42 9400019		2:33.08
6.	Robert Braad Steenwijk 1934	2:29.60 8600407		2:34.21
7.	Willem-Jan Huisman Steenwijk 1934	2:31.07 9402125		2:37.18
8.	Mike Koelewijn Steenwijk 1934	2:35.92 9303597		2:40.25
9.	Robert-Jan Homsma Steenwijk 1934	2:39.07 9500027		2:41.04
10.	Peter Werkman DZ&PC	2:40.82 8703739		2:41.08
11.	Oebele v/d Velde DZ&PC	2:45.63 9502731		2:44.52
12.	Twan Klaver Steenwijk 1934	2:38.98 9300265		2:49.38
13.	Eelco Nauta De Vikings	3:00.47 9305011		3:02.72

Programmanr. 10
20-03-2010

Dames, 200m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd	100m	200m
1.	Iris Riezebos Deltasteur	2:35.45 9400114		2:37.29
2.	Maaïke van Veen Dedemsvaart-AC	2:30.55 9700292		2:38.39
3.	Aimée Groenveld De Houtrib	2:37.51 9503394		2:41.03
4.	Desiree Vedder HZ&PC Heerenveen	2:42.70 9600864		2:44.41
5.	Clarís de Vries DZ&PC	2:44.94 9700942		2:45.95
6.	Nenne Venema DZ&PC	2:40.65 9503586		2:46.30
7.	Jill Muller DZ&PC	2:40.69 9600728		2:46.35
8.	Joyce Mennink Dedemsvaart-AC	2:40.76 9601180		2:48.11
9.	Femke Groos DZ&PC	2:42.81 9404492		2:49.30
10.	Sharon Julius Octopus	2:49.76 9602664		2:52.01
11.	Iris van Marle Steenwijk 1934	2:53.14 9600928		2:53.55
12.	Inge Willemsen Zpca	2:56.07 9801958		2:57.61
13.	Nynke Klokman DZ&PC	2:54.59 9801424		2:59.24
14.	Joëlle Rozema DZ&PC	2:53.04 9601124		2:59.87
15.	Merel Weysenfeld De Vikings	2:56.82 9404110		3:08.81
16.	Monica Bosman Deltasteur	3:22.02 9603048		3:10.58
17.	Joyce Postma Sg. Bolsward-Workum	NT 9402098		3:11.76
18.	Evabeth de Jong De Vikings	3:22.57 9506240		3:15.89
DIS	Femke Kirkenier DZ&PC	3:05.94 9500936		3:06.33

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 11 Heren, 200m vrije slag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Maiko Postma	DZ&PC	1:59.82	9400963	1:01.44	2:07.27
2.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	2:01.24	9201965	1:01.70	2:07.42
3.	Lars Haarsma	DAW-Finzeno	2:05.03	9600745	1:02.46	2:09.67
4.	Luc van der Wolde	ZPC Stadskanaal	2:07.38	9500281	1:04.83	2:12.01
5.	Job Boersma	DAW-Finzeno	2:13.34	9501185	1:00.82	2:12.25
6.	Mark Rozema	DZ&PC	2:14.04	9202785	1:05.13	2:21.32
7.	Jorn Steenberg	DZ&PC	2:22.88	9700039	1:10.42	2:23.77
NG.ZA	Sjors Lieverst	DAW-Finzeno	2:11.03	9501389		

Programmanr. 12 Dames, 200m vrije slag 11 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Mandy Verhage	DAW-Finzeno	2:16.64	9501382	1:05.87	2:17.87
2.	Judith Veldman	Eemsrobbe	2:17.88	9702422	1:08.15	2:20.97
3.	Judith Ringnalda	Steenwijk 1934	2:38.36	9603904	1:10.31	2:26.68
4.	Davina van Perge	DAW-Finzeno	2:20.25	9503786	1:10.07	2:27.59
5.	Romy Worst	Octopus	2:31.57	9505272	1:11.45	2:31.58
6.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	2:20.18	9204328	1:14.19	2:31.89
7.	Eline Ligthart	De Vikings	2:22.99	9301706	1:13.98	2:33.04
8.	Rixt Menger	DZ&PC	2:27.16	9602052	1:14.91	2:35.36
9.	Elena Peeters	DAW-Finzeno	2:30.10	9603690	1:15.66	2:35.40
10.	Amarins Menger	DZ&PC	2:37.33	9406716	1:14.35	2:41.21

Programmanr. 13 Heren, 100m rugslag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Rudy Ted de Haan	Anker Team Groningen	56.43	8400805	1:00.36
2.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	59.29	9001961	1:03.96
3.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	1:01.10	9200245	1:05.69
4.	Floris Polman	Dedemsvaart-AC	1:03.13	9500093	1:06.18
5.	Joey Stokx	DAW-Finzeno	1:02.64	9301251	1:06.36
6.	Robert Braad	Steenwijk 1934	1:03.23	8600407	1:08.25
7.	Willem-Jan Huisman	Steenwijk 1934	1:04.82	9402125	1:08.43
8.	Mitchel Doldersum	Deltasteur	1:05.07	9501167	1:08.97
9.	Jeffry van Zetten	Octopus	1:15.16	9500755	1:10.84
10.	Sjors Boverhoff	Octopus	1:08.75	9500741	1:11.23
11.	Mark Schouten	Eemsrobbe	1:07.08	9405171	1:11.40
12.	Remco Jorink	Octopus	1:12.88	8000719	1:12.36
13.	Tim Blauw	ZPC Stadskanaal	1:10.22	9301345	1:12.86
14.	Stefan van der Griff	Octopus	1:12.20	8701121	1:12.99
	Rycklef Epema	DZ&PC	1:11.31	9202787	1:12.99
16.	Aschwin van Zoest	Zpca	1:11.70	9102677	1:14.12
17.	Jelmer Groos	DZ&PC	1:14.25	9602945	1:15.99
18.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	1:17.69	9600017	1:16.22
19.	Eko Doedel	Zpca	1:14.44	9600543	1:17.74
20.	Eelco Nauta	De Vikings	1:21.26	9305011	1:21.16



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 13, Heren, 100m rugslag, 12 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
21.	Rick Halma	De Vikings	1:19.73	9505121	1:25.38
AFGEM	Jory Willemsen	Octopus	1:11.87	9500747	
AFGEM	Dennis Cramer	Zpca	1:00.27	9200199	

Programmanr. 14
20-03-2010

Dames, 100m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Sharon Gelmers	Octopus	1:10.67	9400416	1:09.27
2.	Sharona Mlcoch	DAW-Finanzo	1:08.39	9406178	1:10.13
3.	Annelinde Veldman	Zpca	1:07.25	9302758	1:11.27
4.	Myrthe Sijtsema	HZ&PC Heerenveen	1:08.61	9502706	1:12.47
5.	Rixt Veldkamp	ZPC Stadskanaal	1:12.53	9404344	1:14.31
6.	Beau de Bruijn	Dedemsvaart-AC	1:11.57	9400608	1:14.65
7.	Manon Kuiper	HZ&PC Heerenveen	1:08.20	9400302	1:16.16
8.	Paula Duursma	DZ&PC	1:13.22	9300982	1:16.19
9.	Marije Oosterhuis	Eemsrobben	1:21.07	9500318	1:19.74
10.	Jolien Bleichrodt	De Vikings	1:16.31	9203650	1:21.10
11.	Tara van Bottenburg	Octopus	1:27.53	9300114	1:21.95
12.	Margreet Koster	Zpca	1:21.86	9700330	1:23.61
13.	Carmen Märsylä	Zpca	1:21.64	9405244	1:24.55
14.	Denise van Zetten	Octopus	1:20.80	9600932	1:24.60
15.	Femke Kirkenier	DZ&PC	1:19.07	9500936	1:24.67
16.	Miriam Visserman	Octopus	1:25.87	8704364	1:25.25
17.	Eva Willemsen	Zpca	1:21.31	9602570	1:25.52
18.	Carmen ter Weele	Octopus	1:25.16	9800384	1:27.36
19.	Janke Mars	Zpca	1:21.60	9503868	1:27.83
20.	Anoek Huiskamp	Octopus	1:38.82	9802872	1:38.54
NG	Eva Visscher	Deltasteur	1:23.23	9402722	

Programmanr. 15
20-03-2010

Heren, 200m schoolslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Roald Blok	Octopus	NT	9302685	1:10.81	2:30.71
2.	Gert Norg	Deltasteur	2:46.04	9401735	1:21.90	2:52.81
3.	Maurice Deelen	AZ&PC	2:43.37	7101407	1:25.09	2:55.73
4.	Erik Nijholt	DZ&PC	2:55.21	9401349	1:26.63	3:00.35
5.	Mike Koelewijn	Steenwijk 1934	2:59.51	9303597	1:25.21	3:02.22
6.	Vincent Visser	Sg. Bolsward-Workum	NT	9700395	1:36.97	3:16.92



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 16 Dames, 200m schoolslag 11 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Suzanne Brummel	Octopus	2:50.85	9401366	1:21.84	2:49.90
2.	Erika Aan het Rot	Octopus	2:57.22	9000010	1:22.18	2:52.32
3.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	2:51.61	9404736	1:23.19	2:56.63
4.	Maxine Alfonsi	DAW-Finzeno	2:52.93	9502900	1:24.77	2:56.96
5.	Manon Friskes	DWK	3:00.53	9701566	1:25.87	3:00.09
6.	Marit Visscher	DAW-Finzeno	2:56.94	9600004	1:26.33	3:06.06
7.	Jill Muller	DZ&PC	3:01.12	9600728	1:13.62	3:11.20
8.	Iris van Marle	Steenwijk 1934	3:06.80	9600928	1:32.87	3:11.42
9.	Anouk Zuidema	De Aquaflippers	3:05.51	9801654	1:32.71	3:11.84
10.	Merel Huiskamp	Octopus	3:11.76	9802876	1:33.49	3:13.96
11.	Margriet Aan het Rot	Octopus	3:37.04	8603088	1:39.42	3:29.47
12.	Rebecca Jager	ZC De Toekomst	3:14.81	9800402	1:42.49	3:30.23
13.	Linda Noord	DZ&PC	3:39.54	9800454	1:50.06	3:45.59

Programmanr. 17 Heren, 200m vlinderslag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Jonathan Rozema	DZ&PC	2:18.00	9501157	1:06.65	2:21.93
NG	Rory Bob de Haan	Anker Team Groningen	2:05.44	8100609		
	<i>blessure</i>					

Programmanr. 18 Dames, 200m vlinderslag 11 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m
1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	2:26.44	8903004	1:14.97	2:41.18
2.	Maaïke van Veen	Dedemsvaart-AC	2:56.95	9700292	1:17.27	2:47.11
DIS	Brenda Zwarthoed	DAW-Finzeno	2:42.18	9604938	1:15.85	2:48.10
	<i>VI - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>					

Programmanr. 19 Heren, 400m wissel­slag 12 jaar en ouder
20-03-2010 Resultaten

Rang			In.tijd		100m	200m	300m	400m
1.	Maxim Veldhuis	HZ&PC Heerenveen	4:56.46	9400195	1:07.04			5:10.96
2.	Timon Evenhuis	Anker Team Groningen	5:19.26	9000843	1:06.44			5:11.40
3.	Klaas Schoute	DAW-Finzeno	5:27.09	9500891	1:24.07			5:58.38
4.	Stefan Ridderbos	Bubble	5:49.41	9700851	1:26.83			6:01.78
DIS	Erik Hagting	DZ&PC	4:39.22	9100829	1:08.68			4:51.62
	<i>VH - Ongelijk­tijdig keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>							
DIS	Lars Haarsma	DAW-Finzeno	5:09.85	9600745	1:11.40			5:21.37
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 20
20-03-2010

Dames, 400m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang		In.tijd		100m	200m	300m	400m
1.	Desiree Vedder	HZ&PC Heerenveen	5:36.42	9600864	1:20.83		5:49.10
2.	Rixt Menger	DZ&PC	5:59.22	9602052	1:23.66		5:54.32
3.	Annemiek Halma	De Vikings	NT	9702884	1:39.77		6:35.84

Programmanr. 21
20-03-2010

Heren, 100m vrije slag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Emile Manni	Octopus	56.83	9001901	56.67
2.	Remco Kamps	DZ&PC	54.48	9001465	57.99
3.	Aschwin van Zoest	Zpca	59.28	9102677	58.28
4.	Job Boersma	DAW-Finzeno	57.33	9501185	58.63
5.	Sjors Boverhoff	Octopus	59.40	9500741	59.36
6.	Tim Blauw	ZPC Stadskanaal	55.58	9301345	59.37
7.	Remco Jorink	Octopus	1:00.84	8000719	59.91
8.	Jeffry van Zetten	Octopus	1:03.47	9500755	1:00.23
9.	Mark Schouten	Eemsrobber	57.76	9405171	1:00.98
10.	Rycklef Epema	DZ&PC	59.96	9202787	1:02.36
11.	Robert-Jan Homsma	Steenwijk 1934	1:00.16	9500027	1:02.38
12.	Peter Werkman	DZ&PC	1:01.59	8703739	1:02.46
13.	Mark Rozema	DZ&PC	1:01.36	9202785	1:02.74
14.	Christian Renshoff	Octopus	1:03.70	9404343	1:02.88
15.	Harm Lemstra	De Vikings	1:01.82	9305009	1:03.55
16.	Mike Bakker	Zpca	58.88	9007253	1:03.58
17.	Marcel van Essen	Octopus	1:05.51	9400019	1:04.34
18.	Marc Blauw	ZPC Stadskanaal	1:03.25	9600017	1:04.39
19.	Stefan van der Griff	Octopus	1:05.22	8701121	1:05.36
20.	Mike Bennink	Deltasteur	1:04.22	9400861	1:05.59
21.	Eko Doedel	Zpca	1:05.02	9600543	1:06.79
22.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	1:07.21	9700039	1:07.97
23.	Harry Westers	De Vikings	1:06.38	9504869	1:08.27
24.	Kevin Rozema	DZ&PC	1:15.05	9701451	1:14.31
AFGEM	Dennis Cramer	Zpca	55.51	9200199	
AFGEM	Jory Willemsen	Octopus	1:01.54	9500747	
AFGEM	Arjan Baron	DAW-Finzeno	57.65	9100067	

Programmanr. 22
20-03-2010

Dames, 100m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Sharon Gelmers	Octopus	1:03.01	9400416	1:02.08
2.	Annelinde Veldman	Zpca	59.70	9302758	1:02.22
3.	Iris Riezebos	Deltasteur	1:00.92	9400114	1:03.10
4.	Judith Ringnalda	Steenwijk 1934	1:02.86	9603904	1:03.18
5.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	1:03.09	9204328	1:05.07
6.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	1:04.15	9502170	1:06.15
7.	Josephine Meerman	DZ&PC	1:08.10	9304258	1:06.67
8.	Renske de Groot	DZ&PC	1:05.89	9300276	1:07.30



Limietwedstrijd 50 meter bad
20 maart 2010, Drachten

Programmanr. 22, Dames, 100m vrije slag, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
9.	Sifra van Bottenburg	Octopus	1:11.25	9501178	1:07.54
10.	Tara van Bottenburg	Octopus	1:09.12	9300114	1:08.50
11.	Sharon Julius	Octopus	1:07.83	9602664	1:08.89
12.	Claris de Vries	DZ&PC	1:06.46	9700942	1:08.90
13.	Joyce Mennink	Dedemsvaart-AC	1:04.76	9601180	1:09.60
14.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	1:07.75	9600866	1:09.77
15.	Joëlle Rozema	DZ&PC	1:08.77	9601124	1:10.09
16.	Carmen Märsylä	Zpca	1:07.54	9405244	1:10.21
17.	Miriam Visserman	Octopus	1:10.17	8704364	1:10.37
18.	Amber IJzebrink	Dedemsvaart-AC	1:09.64	9602258	1:11.43
19.	Romy Worst	Octopus	1:09.38	9505272	1:11.60
20.	Fitria Engelsman	Zpca	1:10.89	9801896	1:11.94
21.	Marije Oosterhuis	Eemsrobben	1:14.82	9500318	1:12.53
22.	Joyce Postma	Sg. Bolsward-Workum	1:10.94	9402098	1:12.56
23.	Inge Willemsen	Zpca	1:11.46	9801958	1:13.25
24.	Eva Visscher	Deltasteur	1:12.34	9402722	1:13.38
25.	Rebecca Jager	ZC De Toekomst	1:09.65	9800402	1:13.78
26.	Eva Willemsen	Zpca	1:08.65	9602570	1:14.62
27.	Nynke Klokman	DZ&PC	1:11.37	9801424	1:14.91
28.	Merel Weysenfeld	De Vikings	1:11.00	9404110	1:15.35
29.	Carmen ter Weele	Octopus	1:12.66	9800384	1:15.43
30.	Martine van Sluis	De Vikings	1:09.36	9702888	1:15.47
31.	Margreet Koster	Zpca	1:09.57	9700330	1:15.54
32.	Marijke van de Beek	Octopus	1:16.20	9602660	1:16.12
33.	Annebeth van Ark	Octopus	1:15.57	8805588	1:17.33
34.	Femke Kirkenier	DZ&PC	1:16.60	9500936	1:19.76
35.	Monica Bosman	Deltasteur	1:17.57	9603048	1:20.54
36.	Janke Mars	Zpca	1:13.19	9503868	1:20.97
37.	Evabeth de Jong	De Vikings	1:22.76	9506240	1:22.71
38.	Caroline Nauta	De Vikings	1:34.37	9803148	1:32.26