

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 12 Heren, 50m vrije slag alg. leeftijdsgroep
28-5-2011 Resultaten Finale

Rang		In.tijd	Tijd
Finale A			
1.	Willem Kees Roos	ORCA	24.61 9402693 24.59
2.	Wouter Sikma	Neptunia '24	25.10 9302335 25.25
3.	Maiko Postma	DZ&PC	25.13 9400963 25.44
4.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	25.19 9200245 25.75
5.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	25.44 9302375 25.80
6.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.36 8902291 26.08
Finale B			
7.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	25.53 9001961 24.68
8.	Ramon Fredrik	ORCA	25.51 9403933 25.12
9.	Erik Nijholt	DZ&PC	25.45 9401349 25.75
10.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	25.62 9201965 25.76
11.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	26.20 8804761 26.35
12.	Pieter Ytsma	ORCA	26.31 9501809 26.46

Programmanr. 12 Heren, 50m vrije slag 12 jaar en ouder
28-5-2011 Resultaten Voorronde

Rang		In.tijd	Tijd
12 jaar en ouder			
1.	Willem Kees Roos	ORCA	25.00 9402693 24.61A
2.	Wouter Sikma	Neptunia '24	24.63 9302335 25.10A
3.	Maiko Postma	DZ&PC	24.73 9400963 25.13A
4.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	24.92 9200245 25.19A
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.09 8902291 25.36A
6.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	25.92 9302375 25.44A
7.	Erik Nijholt	DZ&PC	25.25 9401349 25.45B
8.	Ramon Fredrik	ORCA	25.13 9403933 25.51B
9.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	25.86 9001961 25.53B
10.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	26.23 9201965 25.62B
11.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	26.52 8804761 26.20B
12.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	28.24 9504389 26.30B
13.	Pieter Ytsma	ORCA	26.90 9501809 26.31R
14.	Bauke Ytsma	Wetterwille	26.41 9301311 26.59R
15.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	27.84 9205557 26.92
16.	Alan Slomp	DZ&PC	26.77 8703071 27.13
17.	Jens Kuitert	ORCA	28.14 9603891 27.25
18.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	27.05 9305447 27.58
19.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	26.72 6900069 27.60
20.	Stuart Vis	ORCA	27.67 9702991 27.71
21.	Harm Lemstra	De Vikings	27.40 9305009 27.72
22.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	27.16 9501527 27.82
23.	Oebele van der Velde	DZ&PC	27.36 9502731 27.84
24.	Minne Koopmans	Neptunia '24	27.39 9603557 28.08
25.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	28.04 9300895 28.11
26.	Eelco Nauta	De Vikings	27.34 9305011 28.13
27.	Willem Heijting	ORCA	28.08 9704169 28.25
28.	Dirk van der Eems	Wetterwille	27.58 9501565 28.53
29.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	29.19 9703453 28.54
30.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	27.87 9503385 28.61
31.	Jelmer Groos	DZ&PC	29.16 9602945 28.63

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 12, Heren, 50m vrije slag, Voorronde, 12 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
32.	Richard Kuipers	ORCA	29.91	9704171	28.64
33.	Joren Barkmeijer	PWC Buitenpost	29.32	9503657	28.65
34.	Marco Leeverink	SG. Bolsward-Workum	28.84	9301627	28.68
35.	Rick Halma	De Vikings	28.00	9505121	28.79
36.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	27.91	9602255	28.80
	Robert Westerdijk	Neptunia '24	29.33	9402139	28.80
38.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	30.12	9401149	28.94
39.	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	29.75	9401883	29.01
40.	Koen van der Eems	Wetterwille	29.38	9700807	29.17
41.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	29.39	9503655	29.19
	Jelmer Postma	ORCA	29.53	9701631	29.19
43.	Marcel van der Heide	De Vikings	29.62	9701503	29.55
44.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	29.46	9702657	29.76
45.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	28.69	9601523	29.78
46.	Jacko Korporaal	ZPD	29.93	9802247	30.02
47.	Vincent Visser	SG. Bolsward-Workum	29.39	9700395	30.32
48.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	30.15	9800735	30.36
49.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	29.90	9700039	30.53
50.	Rutger Hoving	PWC Buitenpost	30.06	9503661	30.62
DIS	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	28.42	9501951	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Bart Weiland	Wetterwille	30.55	9700777	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Jonathan Rozema	DZ&PC	25.93	9501157	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	28.25	8302849	
12 - 15 jaar					
1.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	28.24	9504389	26.30B
2.	Pieter Ytsma	ORCA	26.90	9501809	26.31R
3.	Jens Kuitert	ORCA	28.14	9603891	27.25
4.	Stuart Vis	ORCA	27.67	9702991	27.71
5.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	27.16	9501527	27.82
6.	Oebele van der Velde	DZ&PC	27.36	9502731	27.84
7.	Minne Koopmans	Neptunia '24	27.39	9603557	28.08
8.	Willem Heijting	ORCA	28.08	9704169	28.25
9.	Dirk van der Eems	Wetterwille	27.58	9501565	28.53
10.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	29.19	9703453	28.54
11.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	27.87	9503385	28.61
12.	Jelmer Groos	DZ&PC	29.16	9602945	28.63
13.	Richard Kuipers	ORCA	29.91	9704171	28.64
14.	Joren Barkmeijer	PWC Buitenpost	29.32	9503657	28.65
15.	Rick Halma	De Vikings	28.00	9505121	28.79
16.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	27.91	9602255	28.80
17.	Koen van der Eems	Wetterwille	29.38	9700807	29.17
18.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	29.39	9503655	29.19
	Jelmer Postma	ORCA	29.53	9701631	29.19
20.	Marcel van der Heide	De Vikings	29.62	9701503	29.55
21.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	29.46	9702657	29.76
22.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	28.69	9601523	29.78
23.	Jacko Korporaal	ZPD	29.93	9802247	30.02
24.	Vincent Visser	SG. Bolsward-Workum	29.39	9700395	30.32
25.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	30.15	9800735	30.36
26.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	29.90	9700039	30.53
27.	Rutger Hoving	PWC Buitenpost	30.06	9503661	30.62

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 12, Jongens, 50m vrije slag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
DIS	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	28.42	9501951	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Bart Weiland	Wetterwille	30.55	9700777	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Jonathan Rozema	DZ&PC	25.93	9501157	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				

16 - 17 jaar

1.	Willem Kees Roos	ORCA	25.00	9402693	24.61A
2.	Wouter Sikma	Neptunia '24	24.63	9302335	25.10A
3.	Maiko Postma	DZ&PC	24.73	9400963	25.13A
4.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	25.92	9302375	25.44A
5.	Erik Nijholt	DZ&PC	25.25	9401349	25.45B
6.	Ramon Fredrik	ORCA	25.13	9403933	25.51B
7.	Bauke Ytsma	Wetterwille	26.41	9301311	26.59R
8.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	27.05	9305447	27.58
9.	Harm Lemstra	De Vikings	27.40	9305009	27.72
10.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	28.04	9300895	28.11
11.	Eelco Nauta	De Vikings	27.34	9305011	28.13
12.	Marco Leeveerink	SG. Bolsward-Workum	28.84	9301627	28.68
13.	Robert Westerdijk	Neptunia '24	29.33	9402139	28.80
14.	Jouke Minze Benedictus	PWC Buitenpost	30.12	9401149	28.94
15.	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	29.75	9401883	29.01

18 jaar en ouder

1.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	24.92	9200245	25.19A
2.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	25.09	8902291	25.36A
3.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	25.86	9001961	25.53B
4.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	26.23	9201965	25.62B
5.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	26.52	8804761	26.20B
6.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	27.84	9205557	26.92
7.	Alan Slomp	DZ&PC	26.77	8703071	27.13
8.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	26.72	6900069	27.60
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	28.25	8302849	

Programmanr. 4
28-5-2011

Heren, 50m rugslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Erik Hagting	DZ&PC	27.06	9100829	27.19
2.	Ramon Fredrik	ORCA	28.12	9403933	27.62
3.	Willem Kees Roos	ORCA	28.14	9402693	27.99
4.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	28.54	9001961	28.29
5.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	28.44	9302375	28.50
6.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	29.33	9200245	30.00
Finale B					
7.	Erik Nijholt	DZ&PC	29.47	9401349	29.32
8.	Pieter Ytsma	ORCA	30.29	9501809	30.79
9.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	30.46	9205557	30.86
10.	Jens Kuitert	ORCA	30.77	9603891	31.05
11.	Jonathan Rozema	DZ&PC	31.35	9501157	31.38
12.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	31.44	6900069	31.66

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 4
28-5-2011

Heren, 50m rugslag

12 jaar en ouder
Resultaten Voorrunde

Rang			In.tijd	Tijd	
12 jaar en ouder					
1.	Erik Hagting	DZ&PC	27.62	9100829	27.06A
2.	Ramon Fredrik	ORCA	28.55	9403933	28.12A
3.	Willem Kees Roos	ORCA	28.23	9402693	28.14A
4.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	28.86	9302375	28.44A
5.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	28.28	9001961	28.54A
6.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	28.43	9200245	29.33A
7.	Erik Nijholt	DZ&PC	29.72	9401349	29.47B
8.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	29.43	8902291	30.22B
9.	Pieter Ytsma	ORCA	30.85	9501809	30.29B
10.	Wouter Sikma	Neptunia '24	29.20	9302335	30.37B
11.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	31.26	9205557	30.46B
12.	Jens Kuitert	ORCA	31.92	9603891	30.77B
13.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	30.36	9305447	30.79R
14.	Jonathan Rozema	DZ&PC	31.20	9501157	31.35R
15.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	32.66	6900069	31.44
16.	Bauke Ytsma	Wetterwille	32.56	9301311	31.70
17.	Richard Kuipers	ORCA	34.09	9704171	32.07
18.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	33.28	9504389	32.18
19.	Harm Lemstra	De Vikings	32.49	9305009	32.42
20.	Minne Koopmans	Neptunia '24	32.54	9603557	32.64
21.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	31.64	9300895	32.77
22.	Jelmer Groos	DZ&PC	33.38	9602945	32.92
23.	Jelmer Postma	ORCA	35.51	9701631	33.00
24.	Stuart Vis	ORCA	35.09	9702991	34.08
25.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	35.16	9602255	34.34
26.	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	34.02	9401883	34.35
27.	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	34.75	9501951	34.46
28.	Eelco Nauta	De Vikings	34.24	9305011	34.48
29.	Marcel van der Heide	De Vikings	34.96	9701503	34.83
30.	Thomas de Boer	ZCNF'34	35.62	9603127	34.93
31.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	35.60	9700039	35.01
32.	Hendrik Rozema	Neptunia '24	35.69	9600281	35.31
33.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.60	8804761	35.63
34.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	36.03	9500381	35.67
35.	Joren Barkmeijer	PWC Buitenpost	36.33	9503657	35.74
36.	Koen van der Eems	Wetterwille	35.22	9700807	35.91
37.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	35.22	9800735	36.02
38.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	35.06	9601523	36.17
39.	Wijbe Bauke Wouda	ZPD	35.68	9206495	36.79
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	32.73	8302849	
NG	Gerard Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	33.87	7400197	

12 - 15 jaar

1.	Pieter Ytsma	ORCA	30.85	9501809	30.29B
2.	Jens Kuitert	ORCA	31.92	9603891	30.77B
3.	Jonathan Rozema	DZ&PC	31.20	9501157	31.35R
4.	Richard Kuipers	ORCA	34.09	9704171	32.07
5.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	33.28	9504389	32.18
6.	Minne Koopmans	Neptunia '24	32.54	9603557	32.64
7.	Jelmer Groos	DZ&PC	33.38	9602945	32.92
8.	Jelmer Postma	ORCA	35.51	9701631	33.00
9.	Stuart Vis	ORCA	35.09	9702991	34.08

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 4, Jongens, 50m rugslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
10.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	35.16	9602255	34.34
11.	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	34.75	9501951	34.46
12.	Marcel van der Heide	De Vikings	34.96	9701503	34.83
13.	Thomas de Boer	ZCNF'34	35.62	9603127	34.93
14.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	35.60	9700039	35.01
15.	Hendrik Rozema	Neptunia '24	35.69	9600281	35.31
16.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	36.03	9500381	35.67
17.	Joren Barkmeijer	PWC Buitenpost	36.33	9503657	35.74
18.	Koen van der Eems	Wetterwille	35.22	9700807	35.91
19.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	35.22	9800735	36.02
20.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	35.06	9601523	36.17

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	28.55	9403933	28.12A
2.	Willem Kees Roos	ORCA	28.23	9402693	28.14A
3.	Arno Nieuwhof	F.Z.C.'54	28.86	9302375	28.44A
4.	Erik Nijholt	DZ&PC	29.72	9401349	29.47B
5.	Wouter Sikma	Neptunia '24	29.20	9302335	30.37B
6.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	30.36	9305447	30.79R
7.	Bauke Ytsma	Wetterwille	32.56	9301311	31.70
8.	Harm Lemstra	De Vikings	32.49	9305009	32.42
9.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	31.64	9300895	32.77
10.	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	34.02	9401883	34.35
11.	Eelco Nauta	De Vikings	34.24	9305011	34.48

18 jaar en ouder

1.	Erik Hagting	DZ&PC	27.62	9100829	27.06A
2.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	28.28	9001961	28.54A
3.	Christiaan van Dijk	HZ&PC Heerenveen	28.43	9200245	29.33A
4.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	29.43	8902291	30.22B
5.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	31.26	9205557	30.46B
6.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	32.66	6900069	31.44
7.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.60	8804761	35.63
8.	Wijbe Bauke Wouda	ZPD	35.68	9206495	36.79
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	32.73	8302849	
NG	Gerard Eghuizen	HZ&PC Heerenveen	33.87	7400197	

Programmanr. 10
28-5-2011

Heren, 50m schoolslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	32.15	9001961	31.38
2.	Alan Slomp	DZ&PC	33.03	8703071	32.17
3.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	32.38	8804761	32.34
4.	Ramon Fredrik	ORCA	32.48	9403933	32.44
5.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	33.03	9305447	32.54
6.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	32.92	8902291	33.58
Finale B					
7.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	33.71	6900069	33.23
8.	Oebele van der Velde	DZ&PC	33.09	9502731	33.69
9.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	34.62	9205557	35.01
NG.ZA	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	35.30	9503385	

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 10, Heren, 50m schoolslag, Finale, alg. leeftijdsgroep

Rang			In.tijd	Tijd
NG.ZA	Robert Westerdijk	Neptunia '24	35.32	9402139
AFGEM	Harm Lemstra	De Vikings	34.15	9305009

Programmanr. 10
28-5-2011

Heren, 50m schoolslag

12 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd	Tijd	
12 jaar en ouder					
1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	34.60	9001961	32.15A
2.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	33.21	8804761	32.38A
3.	Ramon Fredrik	ORCA	32.32	9403933	32.48A
4.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	33.38	8902291	32.92A
5.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	32.33	9305447	33.03A
	Alan Slomp	DZ&PC	32.29	8703071	33.03A
7.	Herman van Dijk	Wetterwille	32.57	8900691	33.06B
8.	Oebele van der Velde	DZ&PC	34.49	9502731	33.09B
9.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	34.36	6900069	33.71B
10.	Willem Kees Roos	ORCA	34.09	9402693	34.01B
11.	Wouter Sikma	Neptunia '24	33.13	9302335	34.04B
12.	Harm Lemstra	De Vikings	34.94	9305009	34.15B
13.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	34.42	9205557	34.62R
14.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	35.20	9300895	35.16R
15.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	34.59	9503385	35.30
16.	Robert Westerdijk	Neptunia '24	37.00	9402139	35.32
17.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	38.46	9504389	35.52
18.	Bauke Ytsma	Wetterwille	36.20	9301311	35.89
	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	35.12	9401883	35.89
20.	Dirk van der Eems	Wetterwille	36.18	9501565	36.33
21.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	35.40	9601523	36.45
22.	Pieter Ytsma	ORCA	36.97	9501809	36.98
23.	Minne Koopmans	Neptunia '24	36.48	9603557	37.14
24.	Stuart Vis	ORCA	37.45	9702991	37.18
25.	Vincent Visser	SG. Bolsward-Workum	37.13	9700395	37.23
26.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	37.32	9503655	37.47
27.	Hessel Bierma	PWC Buitenpost	38.15	9602257	37.67
28.	Marco Leeveerink	SG. Bolsward-Workum	39.04	9301627	38.06
29.	Richard Kuipers	ORCA	39.93	9704171	38.08
30.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	37.36	9702657	38.32
31.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	37.49	9703453	38.39
32.	Martin van Kammen	ZPD	38.82	9502687	38.71
33.	Jorn Steenberg	DZ&PC	38.65	9700039	38.99
34.	Hendrik Rozema	Neptunia '24	38.75	9600281	39.51
35.	Jelmer Postma	ORCA	40.02	9701631	40.22
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	36.85	8302849	

12 - 15 jaar

1.	Oebele van der Velde	DZ&PC	34.49	9502731	33.09B
2.	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	34.59	9503385	35.30
3.	Ruben Bonnema	HZ&PC Heerenveen	38.46	9504389	35.52
4.	Dirk van der Eems	Wetterwille	36.18	9501565	36.33
5.	Marcel de Groot	SG. Bolsward-Workum	35.40	9601523	36.45
6.	Pieter Ytsma	ORCA	36.97	9501809	36.98
7.	Minne Koopmans	Neptunia '24	36.48	9603557	37.14

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 10, Jongens, 50m schoolslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
8.	Stuart Vis	ORCA	37.45	9702991	37.18
9.	Vincent Visser	SG. Bolsward-Workum	37.13	9700395	37.23
10.	Jeroen Tijsma	PWC Buitenpost	37.32	9503655	37.47
11.	Hessel Bierma	PWC Buitenpost	38.15	9602257	37.67
12.	Richard Kuipers	ORCA	39.93	9704171	38.08
13.	Wiebe Auke Postma	Wetterwille	37.36	9702657	38.32
14.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	37.49	9703453	38.39
15.	Martin van Kammen	ZPD	38.82	9502687	38.71
16.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	38.65	9700039	38.99
17.	Hendrik Rozema	Neptunia '24	38.75	9600281	39.51
18.	Jelmer Postma	ORCA	40.02	9701631	40.22

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	32.32	9403933	32.48A
2.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	32.33	9305447	33.03A
3.	Willem Kees Roos	ORCA	34.09	9402693	34.01B
4.	Wouter Sikma	Neptunia '24	33.13	9302335	34.04B
5.	Harm Lemstra	De Vikings	34.94	9305009	34.15B
6.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	35.20	9300895	35.16R
7.	Robert Westerdijk	Neptunia '24	37.00	9402139	35.32
8.	Bauke Ytsma	Wetterwille	36.20	9301311	35.89
	Jacob Sikkes	HZ&PC Heerenveen	35.12	9401883	35.89
10.	Marco Leeveerink	SG. Bolsward-Workum	39.04	9301627	38.06

18 jaar en ouder

1.	Jelmer Meijer	HZ&PC Heerenveen	34.60	9001961	32.15A
2.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	33.21	8804761	32.38A
3.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	33.38	8902291	32.92A
4.	Alan Slomp	DZ&PC	32.29	8703071	33.03A
5.	Herman van Dijk	Wellerobben	32.57	8900691	33.06B
6.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	34.36	6900069	33.71B
7.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	34.42	9205557	34.62R
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	36.85	8302849	

Programmanr. 8
28-5-2011

Heren, 50m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	26.57	9403933	26.46
2.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	27.13	9201965	27.19
3.	Jonathan Rozema	DZ&PC	28.18	9501157	28.14
4.	Erik Nijholt	DZ&PC	28.36	9401349	28.25
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	28.10	8902291	28.58
6.	Wouter Sikma	Neptunia '24	27.93	9302335	28.91
Finale B					
7.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	28.50	9205557	28.51
8.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	29.78	9305447	28.88
9.	Minne Koopmans	Neptunia '24	29.94	9603557	29.67
10.	Bauke Ytsma	Wetterwille	29.66	9301311	29.96
11.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	30.10	6900069	30.11
DIS	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	29.42	8804761	29.41

VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 8
28-5-2011

Heren, 50m vlinderslag

12 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd	Tijd	
12 jaar en ouder					
1.	Ramon Fredrik	ORCA	25.98	9403933	26.57A
2.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	27.70	9201965	27.13A
3.	Willem Kees Roos	ORCA	26.88	9402693	27.22A
4.	Wouter Sikma	Neptunia '24	27.77	9302335	27.93A
5.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	28.15	8902291	28.10A
6.	Jonathan Rozema	DZ&PC	26.99	9501157	28.18A
7.	Maiko Postma	DZ&PC	27.36	9400963	28.26B
8.	Erik Nijholt	DZ&PC	27.74	9401349	28.36B
9.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	28.94	9205557	28.50B
10.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	29.86	8804761	29.42B
11.	Bauke Ytsma	Wetterwille	30.35	9301311	29.66B
12.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	29.09	9305447	29.78B
13.	Pieter Ytsma	ORCA	29.92	9501809	29.90R
14.	Minne Koopmans	Neptunia '24	29.55	9603557	29.94R
15.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	29.74	6900069	30.10
16.	Willem Heijting	ORCA	31.44	9704169	30.29
17.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	29.54	9501527	30.39
18.	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	30.97	9501951	30.51
19.	Jens Kuitert	ORCA	32.42	9603891	31.51
20.	Stuart Vis	ORCA	32.26	9702991	31.70
21.	Robert Westerdijk	Neptunia '24	32.48	9402139	32.25
22.	Rick Halma	De Vikings	32.63	9505121	32.31
23.	Dirk van der Eems	Wetterwille	31.42	9501565	32.44
24.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	32.08	9300895	33.04
	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	33.29	9703453	33.04
26.	Richard Kuipers	ORCA	35.06	9704171	33.50
27.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	35.26	9602255	34.05
28.	Jeroen Tijtsma	PWC Buitenpost	33.69	9503655	34.95
29.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	34.88	9500381	35.16
30.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	34.75	9800735	35.40
31.	Thomas de Boer	ZCNF'34	34.75	9603127	36.42
32.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	34.60	9700039	36.63
33.	Wijbe Bauke Wouda	ZPD	36.03	9206495	36.77
DIS	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	32.04	9503385	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	31.56	8302849	
12 - 15 jaar					
1.	Jonathan Rozema	DZ&PC	26.99	9501157	28.18A
2.	Pieter Ytsma	ORCA	29.92	9501809	29.90R
3.	Minne Koopmans	Neptunia '24	29.55	9603557	29.94R
4.	Willem Heijting	ORCA	31.44	9704169	30.29
5.	Sander Akkerman	HZ&PC Heerenveen	29.54	9501527	30.39
6.	Lennart van Ligtenberg	Wetterwille	30.97	9501951	30.51
7.	Jens Kuitert	ORCA	32.42	9603891	31.51
8.	Stuart Vis	ORCA	32.26	9702991	31.70
9.	Rick Halma	De Vikings	32.63	9505121	32.31
10.	Dirk van der Eems	Wetterwille	31.42	9501565	32.44
11.	Allard Veenstra	HZ&PC Heerenveen	33.29	9703453	33.04
12.	Richard Kuipers	ORCA	35.06	9704171	33.50
13.	Bouke van der Zaag	PWC Buitenpost	35.26	9602255	34.05
14.	Jeroen Tijtsma	PWC Buitenpost	33.69	9503655	34.95

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 8, Jongens, 50m vlinderslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
15.	Marc de Vries	HZ&PC Heerenveen	34.88	9500381	35.16
16.	Mirko van Ligtenberg	Wetterwille	34.75	9800735	35.40
17.	Thomas de Boer	ZCNF'34	34.75	9603127	36.42
18.	Jorn Steenbergen	DZ&PC	34.60	9700039	36.63
DIS	Cor Sytsma	SG. Bolsward-Workum	32.04	9503385	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik	ORCA	25.98	9403933	26.57A
2.	Willem Kees Roos	ORCA	26.88	9402693	27.22A
3.	Wouter Sikma	Neptunia '24	27.77	9302335	27.93A
4.	Maiko Postma	DZ&PC	27.36	9400963	28.26B
5.	Erik Nijholt	DZ&PC	27.74	9401349	28.36B
6.	Bauke Ytsma	Wetterwille	30.35	9301311	29.66B
7.	Henk-Jan Verkaik	de Granaet	29.09	9305447	29.78B
8.	Robert Westerdijk	Neptunia '24	32.48	9402139	32.25
9.	Chris ter Beke	SG. Bolsward-Workum	32.08	9300895	33.04

18 jaar en ouder

1.	Dennis Bos	HZ&PC Heerenveen	27.70	9201965	27.13A
2.	Janco Nolles	HZ&PC Heerenveen	28.15	8902291	28.10A
3.	Alex Odinga	SG Middelse-Skelp	28.94	9205557	28.50B
4.	Hendrik Ben v/d Boon	ZPD	29.86	8804761	29.42B
5.	René Beetsma	HZ&PC Heerenveen	29.74	6900069	30.10
6.	Wijbe Bauke Wouda	ZPD	36.03	9206495	36.77
AFGEM	Abe Ringnalda	SG. Bolsward-Workum	31.56	8302849	

Programmanr. 2
28-5-2011

Heren, 100m wisselslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.		Tijd	Pnt	50m	100m
Finale A						
1.	Ramon Fredrik	94 ORCA	59.82	666		
2.	Erik Hagting	91 DZ&PC	59.92	662		
3.	Maiko Postma	94 DZ&PC	1:03.31	561		
4.	Henk-Jan Verkaik	93 de Granaet	1:03.76	550		
5.	Wouter Sikma	93 Neptunia '24	1:07.18	470		
6.	Pieter Ytsma	95 ORCA	1:07.48	464		
Finale B						
7.	Minne Koopmans	96 Neptunia '24	1:07.09	472		
8.	Sander Akkerman	95 HZ&PC Heerenveen	1:09.97	416		
9.	Oebele van der Velde	95 DZ&PC	1:11.21	395		
DIS	Hendrik Ben v/d Boon	88 ZPD	1:07.17			
<i>SD - De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.</i>						
NG	Harm Lemstra	93 De Vikings				
NG	Gerard Eghuizen	74 HZ&PC Heerenveen				

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 2
28-5-2011

Heren, 100m wisselslag

12 jaar en ouder
Resultaten Voorrunde

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m		
12 jaar en ouder							
1.	Erik Hagting 91	DZ&PC	59.83	665	A	27.05	32.78
2.	Ramon Fredrik 94	ORCA	1:00.07	657	A	27.31	32.76
3.	Maiko Postma 94	DZ&PC	1:02.86	574	A	30.00	32.86
4.	Willem Kees Roos 94	ORCA	1:03.47	557	A	28.41	35.06
5.	Wouter Sikma 93	Neptunia '24	1:05.14	515	A	29.50	35.64
6.	Dennis Bos 92	HZ&PC Heerenveen	1:05.21	514	A	29.89	35.32
7.	Henk-Jan Verkaik 93	de Granaet	1:05.83	499	B	30.64	35.19
8.	Christiaan van Dijk 92	HZ&PC Heerenveen	1:05.84	499	B	28.93	36.91
	Pieter Ytsma 95	ORCA	1:05.84	499	B	30.44	35.40
10.	Minne Koopmans 96	Neptunia '24	1:07.30	467	B	31.34	35.96
11.	Hendrik Ben v/d Boon 88	ZPD	1:07.43	465	B	31.23	36.20
12.	Sander Akkerman 95	HZ&PC Heerenveen	1:07.80	457	B	31.26	36.54
13.	Harm Lemstra 93	De Vikings	1:07.99	453	R	32.32	35.67
14.	Ruben Bonnema 95	HZ&PC Heerenveen	1:08.41	445	R	31.55	36.86
15.	Gerard Eghuizen 74	HZ&PC Heerenveen	1:08.88	436		31.78	37.10
16.	Oebele van der Velde 95	DZ&PC	1:09.14	431		33.98	35.16
17.	Robert Westerdijk 94	Neptunia '24	1:09.35	427		32.95	36.40
18.	Allard Veenstra 97	HZ&PC Heerenveen	1:10.44	408		32.51	37.93
19.	Jens Kuitert 96	ORCA	1:10.69	403		31.75	38.94
20.	Richard Kuipers 97	ORCA	1:10.92	399		32.47	38.45
21.	Chris ter Beke 93	SG. Bolsward-Workum	1:11.11	396		33.24	37.87
22.	Lennart van Ligtenberg 95	Wetterwille	1:11.92	383		33.14	38.78
23.	Bauke Ytsma 93	Wetterwille	1:12.38	376		31.63	40.75
24.	Cor Sytsma 95	SG. Bolsward-Workum	1:13.30	362		34.61	38.69
25.	Jelmer Postma 97	ORCA	1:13.81	354		34.14	39.67
26.	Jouke Minze Benedictus 94	PWC	1:14.41	346		35.08	39.33
27.	Vincent Visser 97	SG. Bolsward-Workum	1:14.89	339		35.71	39.18
28.	Mirko van Ligtenberg 98	Wetterwille	1:14.93	339		33.69	41.24
29.	Marcel de Groot 96	SG. Bolsward-Workum	1:14.94	339		36.05	38.89
30.	Jeroen Tijsma 95	PWC	1:15.22	335		36.16	39.06
31.	Hendrik Rozema 96	Neptunia '24	1:15.96	325		35.48	40.48
32.	Rick Halma 95	De Vikings	1:16.01	324		35.61	40.40
33.	Eelco Nauta 93	De Vikings	1:16.27	321		36.65	39.62
34.	Matthijs Jansen 96	Wetterwille	1:16.67	316		35.75	40.92
DIS	Stuart Vis 97	ORCA				32.12	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
DIS	Marc de Vries 95	HZ&PC Heerenveen	1:15.55			35.07	40.48
	<i>SL - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>						

12 - 15 jaar

1.	Pieter Ytsma 95	ORCA	1:05.84	499	B	30.44	35.40
2.	Minne Koopmans 96	Neptunia '24	1:07.30	467	B	31.34	35.96
3.	Sander Akkerman 95	HZ&PC Heerenveen	1:07.80	457	B	31.26	36.54
4.	Ruben Bonnema 95	HZ&PC Heerenveen	1:08.41	445	R	31.55	36.86
5.	Oebele van der Velde 95	DZ&PC	1:09.14	431		33.98	35.16
6.	Allard Veenstra 97	HZ&PC Heerenveen	1:10.44	408		32.51	37.93
7.	Jens Kuitert 96	ORCA	1:10.69	403		31.75	38.94
8.	Richard Kuipers 97	ORCA	1:10.92	399		32.47	38.45
9.	Lennart van Ligtenberg 95	Wetterwille	1:11.92	383		33.14	38.78
10.	Cor Sytsma 95	SG. Bolsward-Workum	1:13.30	362		34.61	38.69
11.	Jelmer Postma 97	ORCA	1:13.81	354		34.14	39.67
12.	Vincent Visser 97	SG. Bolsward-Workum	1:14.89	339		35.71	39.18
13.	Mirko van Ligtenberg 98	Wetterwille	1:14.93	339		33.69	41.24
14.	Marcel de Groot 96	SG. Bolsward-Workum	1:14.94	339		36.05	38.89
15.	Jeroen Tijsma 95	PWC	1:15.22	335		36.16	39.06
16.	Hendrik Rozema 96	Neptunia '24	1:15.96	325		35.48	40.48

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 2, Jongens, 100m wisselslag, Voorronde, 12 - 15 jaar

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m
17.	Rick Halma 95 De Vikings	1:16.01	324	35.61	40.40
18.	Matthijs Jansen 96 Wetterwille	1:16.67	316	35.75	40.92
DIS	Stuart Vis 97 ORCA			32.12	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Marc de Vries 95 HZ&PC Heerenveen	1:15.55		35.07	40.48
	<i>SL - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>				

16 - 17 jaar

1.	Ramon Fredrik 94 ORCA	1:00.07	657 A	27.31	32.76
2.	Maiko Postma 94 DZ&PC	1:02.86	574 A	30.00	32.86
3.	Willem Kees Roos 94 ORCA	1:03.47	557 A	28.41	35.06
4.	Wouter Sikma 93 Neptunia '24	1:05.14	515 A	29.50	35.64
5.	Henk-Jan Verkaik 93 de Granaet	1:05.83	499 B	30.64	35.19
6.	Harm Lemstra 93 De Vikings	1:07.99	453 R	32.32	35.67
7.	Robert Westerdijk 94 Neptunia '24	1:09.35	427	32.95	36.40
8.	Chris ter Beke 93 SG. Bolsward-Workum	1:11.11	396	33.24	37.87
9.	Bauke Ytsma 93 Wetterwille	1:12.38	376	31.63	40.75
10.	Jouke Minze Benedictus 94 PWC	1:14.41	346	35.08	39.33
11.	Eelco Nauta 93 De Vikings	1:16.27	321	36.65	39.62

18 jaar en ouder

1.	Erik Hagting 91 DZ&PC	59.83	665 A	27.05	32.78
2.	Dennis Bos 92 HZ&PC Heerenveen	1:05.21	514 A	29.89	35.32
3.	Christiaan van Dijk 92 HZ&PC Heerenveen	1:05.84	499 B	28.93	36.91
4.	Hendrik Ben v/d Boon 88 ZPD	1:07.43	465 B	31.23	36.20
5.	Gerard Eghuizen 74 HZ&PC Heerenveen	1:08.88	436	31.78	37.10

Programmanr. 16
28-5-2011

Jongens, 4 x 50m vrije slag

9 - 11 jaar
Resultaten

Rang	In.tijd	Tijd
1. DZ&PC 2	DZ&PC	2:08.81
Jacob de Roos 99	29.47	Jelle Betten 00
Koendert Kellner 00		Jan-Arnoud Melse 99
2. HZ&pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	2:17.46
Erwin Heinsius 99	35.57	Daan Zwertbroek 99
Rob van Wier 99		Jelmer Meijer 99
3. ORCA 1	ORCA	2:22.07
Remco Witteveen 99	35.61	David Kuipers 00
Teun de Boer 99		Auke Jan Ytsma 99
4. HZ&pc 2 2	HZ&PC Heerenveen 2	2:27.74
Gerco Ganzevoort 99	37.32	Jilles Lycklama a Nijholt 00
Thomas Stuiver 00		Thijs Hoekstra 00
AFGEM de Granaet 1	de Granaet	2:32.12

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 6
28-5-2011

Heren, 4 x 50m vrije slag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:42.10		1:39.87
	Dennis Bos 92	25.52	Janco Nolles 89	25.07	
	Jelmer Meijer 90	24.56	Christiaan van Dijk 92	24.72	
2.	DZ&PC 1	DZ&PC	1:41.05		1:39.97
	Erik Nijholt 94	25.33	Erik Hagting 91	24.50	
	Jonathan Rozema 95	25.54	Maiko Postma 94	24.60	
3.	ORCA 1	ORCA	1:38.09		1:41.85
	Willem Kees Roos 94	24.51	Ramon Fredrik 94	24.61	
	Vincent van Iperen 91	25.78	Michiel Punter 84	26.95	
4.	ORCA 1	ORCA	1:52.62		1:51.70
	Richard Kuipers 97	28.44	Jelmer Postma 97	29.20	
	Stuart Vis 97	26.85	Willem Heijting 97	27.21	
5.	HZ&PC Heerenveen 2	HZ&PC Heerenveen	1:59.38		1:51.90
	Ruben Bonnema 95	26.43	Allard Veenstra 97	27.62	
	Silvan Akkerman 97	31.13	Sander Akkerman 95	26.72	
6.	PWC 1	PWC Buitenpost	1:56.68		1:55.87
	Jeroen Tijsma 95	29.31	Joren Barkmeijer 95	27.99	
	Rutger Hoving 95	30.53	Bouke van der Zaag 96	28.04	

Programmanr. 18
28-5-2011

Jongens, 4 x 50m wisselslag

9 - 11 jaar
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	DZ&PC 2	DZ&PC	2:24.17		2:24.17
	Jacob de Roos 99	33.48	Koendert Kellner 00		
	Stefan Reinderink 99		Jan-Arnoud Melse 99		
2.	HZ&pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	2:40.56		2:42.44
	Erwin Heinsius 99	40.74	Daan Zwertbroek 99		
	Gerco Ganzevoort 99		Jelmer Meijer 99		
3.	ORCA 1	ORCA	2:47.64		2:46.60
	Teun de Boer 99	40.66	Auke Jan Ytsma 99		
	Remco Witteveen 99		David Kuipers 00		
4.	HZ&pc 2 2	HZ&PC Heerenveen 2	2:57.21		3:01.89
	Rob van Wier 99	43.13	Jilles Lycklama a Nijholt 00		
	Thomas Stuver 00		Thijs Hoekstra 00		
AFGEM	de Granaet 2	de Granaet	2:58.84		

Programmanr. 14
28-5-2011

Heren, 4 x 50m wisselslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
------	--	--	---------	--	------

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 14, Heren, 4 x 50m wisselslag

1. DZ&PC 1	DZ&PC	1:51.63	1:50.38
Erik Hagting 91	27.02 Jonathan Rozema 95		27.39
Alan Slomp 87	31.12 Maiko Postma 94		24.85
2. HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:55.37	1:54.71
Christiaan van Dijk 92	29.44 Dennis Bos 92		27.24
Janco Nolles 89	33.24 Jelmer Meijer 90		24.79
3. ORCA 1	ORCA	1:48.14	1:56.97
Willem Kees Roos 94	28.42 Ramon Fredrik 94		26.02
Stuart Vis 97	36.38 Pieter Ytsma 95		26.15
4. HZ&PC Heerenveen 2	HZ&PC Heerenveen	2:15.71	2:06.87
Allard Veenstra 97	31.97 Sander Akkerman 95		30.46
Marc de Vries 95	38.53 Ruben Bonnema 95		25.91
5. ORCA 1	ORCA	2:09.84	2:08.62
Jelmer Postma 97	34.08 Willem Heijting 97		30.38
Richard Kuipers 97	37.72 Jens Kuitert 96		26.44
6. PWC 1	PWC Buitenpost	2:16.32	2:14.75
Bouke van der Zaag 96	35.00 Jeroen Tijisma 95		34.16
Hessel Bierma 96	38.10 Joren Barkmeijer 95		27.49

Programmanr. 1
28-5-2011

Dames, 50m vrije slag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang	In.tijd	Tijd
Finale A		
1. Femke Leenstra	ORCA 27.05 9503038	26.90
2. Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen 27.32 9102496	27.30
3. Cynthia Verkaik	ORCA 27.49 9601288	27.32
4. Renate Hemmes	DZ&PC 27.61 9600418	27.77
5. Monique van de Struik	DZ&PC 27.65 9502502	28.04
6. Anja Mus	SG Middelse-Skelp 28.39 9403928	28.97
Finale B		
7. Evelien van Ruiten	ORCA 28.75 9602924	28.43
8. Marre Zandringa	ORCA 28.96 9701136	28.57
9. Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen 28.90 9502170	28.64
10. Kinge Zandringa	ORCA 28.71 9801422	28.78
11. Femke Groos	DZ&PC 28.84 9404492	29.07
12. Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen 29.07 9204328	29.10

Programmanr. 1
28-5-2011

Dames, 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorrunde

Rang	In.tijd	Tijd
11 jaar en ouder		
1. Femke Leenstra	ORCA 26.61 9503038	27.05A
2. Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen 27.07 9102496	27.32A
3. Cynthia Verkaik	ORCA 27.70 9601288	27.49A
4. Renate Hemmes	DZ&PC 27.40 9600418	27.61A
5. Monique van de Struik	DZ&PC 27.65 9502502	27.65A
6. Anja Mus	SG Middelse-Skelp 27.90 9403928	28.39A
7. Angelique Boersma	De Vikings 28.42 8001586	28.63B
8. Kinge Zandringa	ORCA 29.65 9801422	28.71B
9. Evelien van Ruiten	ORCA 28.09 9602924	28.75B
10. Femke Groos	DZ&PC 28.16 9404492	28.84B

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 1, Dames, 50m vrije slag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd	Tijd	
11.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	28.99	9502170	28.90B
12.	Marre Zandringa	ORCA	27.73	9701136	28.96B
13.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	27.97	9204328	29.07R
14.	Anneliene Zuidema	ORCA	28.79	9800768	29.12R
15.	Claris de Vries	ORCA	29.24	9700942	29.23
16.	Nenne Venema	DZ&PC	29.16	9503586	29.43
17.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	29.24	9501920	29.47
18.	Saskia Bergsma	Wellerobben	29.31	9301686	29.77
19.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	29.92	9601896	29.82
20.	Esther Visser	De Vikings	29.28	9700544	29.92
	Freya Holwerda	ORCA	31.03	9502780	29.92
22.	Rixt Wilbers	de Granaet	29.98	9503480	30.17
	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	29.96	7500604	30.17
24.	Hanny van Dijk	ORCA	30.45	9804514	30.23
25.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	30.53	9404142	30.26
26.	Rixt Menger	ORCA	32.10	9602052	30.39
27.	Melissa Nauta	ORCA	30.61	9602388	30.49
28.	Mirthe Alkema	ORCA	30.24	9603616	30.50
29.	Hinke Groos	DZ&PC	31.24	9901768	30.66
	Carolien Baarda	ORCA	31.59	9704060	30.66
31.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	30.03	9601932	30.78
32.	Thea Baas	PWC Buitenpost	30.48	9501388	30.81
33.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	31.77	9902866	30.87
34.	Rebecca Jansen	ORCA	30.30	9703490	30.89
35.	Roelie de Boer	Wetterwille	31.10	9600508	30.93
36.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	30.29	9600866	30.94
	Femke de Jong	ORCA	30.38	9306390	30.94
38.	Carmen Weistra	ORCA	30.91	9802148	30.98
39.	Eline Ligthart	De Vikings	30.91	9301706	31.01
	Nynke Klokman	DZ&PC	31.53	9801424	31.01
41.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	29.18	9404736	31.02
42.	Lisanne Hassing	De Forel	30.91	9702584	31.12
43.	Annemiek Halma	De Vikings	31.04	9702884	31.13
44.	Irene Dotinga	Neptunia '24	31.31	9603516	31.24
45.	Jill Muller	DZ&PC	31.14	9600728	31.31
46.	Merel Weysenfeld	De Vikings	31.64	9404110	31.34
47.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	33.08	9900962	31.41
48.	Amarins Menger	DZ&PC	30.83	9406716	31.44
49.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	31.87	9700202	31.51
50.	Annemiek Meulenbeld	de Granaet	31.92	9506230	31.52
51.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	31.95	9703368	31.55
52.	Myrthe Offenga	de Granaet	32.41	9901874	31.58
53.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	32.20	9402098	31.61
54.	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	31.69	9500284	31.75
55.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	31.83	9801384	31.84
56.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	31.75	9600950	31.88
57.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	31.43	9306096	32.06
58.	Nikki Jepkema	ORCA	32.57	9505956	32.23
59.	Anna Regnerus	Wetterwille	31.24	9701656	32.34
	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	32.41	9600860	32.34
61.	Brigitte van der Veen	de Granaet	32.35	9802600	32.43
	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	32.98	9500328	32.43
63.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	33.27	9802342	32.52
64.	Naomi Rozema	DZ&PC	32.52	9901194	32.76
65.	Femke de Meer	ZPD	32.63	9703080	32.78
66.	Nynke Ytsma	Wetterwille	33.11	9700792	32.79

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 1, Dames, 50m vrije slag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
67.	Rosanna van Teijen	isis	32.81	9803524	32.83
68.	Laura Terpstra	Neptunia '24	33.30	9402914	33.08
69.	Larissa Heddema	DZ&PC	33.21	9705426	33.11
70.	Esmee Verhoef	ORCA	31.13	9603802	33.29
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	31.72	9802760	
11 - 13 jaar					
1.	Kinge Zandringa	ORCA	29.65	9801422	28.71B
2.	Marre Zandringa	ORCA	27.73	9701136	28.96B
3.	Anneliene Zuidema	ORCA	28.79	9800768	29.12R
4.	Clariss de Vries	ORCA	29.24	9700942	29.23
5.	Esther Visser	De Vikings	29.28	9700544	29.92
6.	Hanny van Dijk	ORCA	30.45	9804514	30.23
7.	Hinke Groos	DZ&PC	31.24	9901768	30.66
	Carolien Baarda	ORCA	31.59	9704060	30.66
9.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	31.77	9902866	30.87
10.	Rebecca Jansen	ORCA	30.30	9703490	30.89
11.	Carmen Weistra	ORCA	30.91	9802148	30.98
12.	Nynke Klokman	DZ&PC	31.53	9801424	31.01
13.	Lisanne Hassing	De Forel	30.91	9702584	31.12
14.	Annemiek Halma	De Vikings	31.04	9702884	31.13
15.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	33.08	9900962	31.41
16.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	31.87	9700202	31.51
17.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	31.95	9703368	31.55
18.	Myrthe Offenga	de Granaet	32.41	9901874	31.58
19.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	31.83	9801384	31.84
20.	Anna Regnerus	Wetterwille	31.24	9701656	32.34
21.	Brigitte van der Veen	de Granaet	32.35	9802600	32.43
22.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	33.27	9802342	32.52
23.	Naomi Rozema	DZ&PC	32.52	9901194	32.76
24.	Femke de Meer	ZPD	32.63	9703080	32.78
25.	Nynke Ytsma	Wetterwille	33.11	9700792	32.79
26.	Rosanna van Teijen	isis	32.81	9803524	32.83
27.	Larissa Heddema	DZ&PC	33.21	9705426	33.11
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	31.72	9802760	
14 - 15 jaar					
1.	Femke Leenstra	ORCA	26.61	9503038	27.05A
2.	Cynthia Verkaik	ORCA	27.70	9601288	27.49A
3.	Renate Hemmes	DZ&PC	27.40	9600418	27.61A
4.	Monique van de Struik	DZ&PC	27.65	9502502	27.65A
5.	Evelien van Ruiten	ORCA	28.09	9602924	28.75B
6.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	28.99	9502170	28.90B
7.	Nenne Venema	DZ&PC	29.16	9503586	29.43
8.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	29.24	9501920	29.47
9.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	29.92	9601896	29.82
10.	Freya Holwerda	ORCA	31.03	9502780	29.92
11.	Rixt Wilbers	de Granaet	29.98	9503480	30.17
12.	Rixt Menger	ORCA	32.10	9602052	30.39
13.	Melissa Nauta	ORCA	30.61	9602388	30.49
14.	Mirthe Alkema	ORCA	30.24	9603616	30.50
15.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	30.03	9601932	30.78
16.	Thea Baas	PWC Buitenpost	30.48	9501388	30.81
17.	Roelie de Boer	Wetterwille	31.10	9600508	30.93
18.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	30.29	9600866	30.94

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 1, Meisjes, 50m vrije slag, Voorronde, 14 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
19.	Irene Dotinga	Neptunia '24	31.31	9603516	31.24
20.	Jill Muller	DZ&PC	31.14	9600728	31.31
21.	Annemiek Meulenbeld	de Granaet	31.92	9506230	31.52
22.	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	31.69	9500284	31.75
23.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	31.75	9600950	31.88
24.	Nikki Jepkema	ORCA	32.57	9505956	32.23
25.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	32.41	9600860	32.34
26.	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	32.98	9500328	32.43
27.	Esmee Verhoef	ORCA	31.13	9603802	33.29

16 jaar en ouder

1.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	27.07	9102496	27.32A
2.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	27.90	9403928	28.39A
3.	Angelique Boersma	De Vikings	28.42	8001586	28.63B
4.	Femke Groos	DZ&PC	28.16	9404492	28.84B
5.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	27.97	9204328	29.07R
6.	Saskia Bergsma	Wellerobben	29.31	9301686	29.77
7.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	29.96	7500604	30.17
8.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	30.53	9404142	30.26
9.	Femke de Jong	ORCA	30.38	9306390	30.94
10.	Eline Ligthart	De Vikings	30.91	9301706	31.01
11.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	29.18	9404736	31.02
12.	Merel Weysenfeld	De Vikings	31.64	9404110	31.34
13.	Amarins Menger	DZ&PC	30.83	9406716	31.44
14.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	32.20	9402098	31.61
15.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	31.43	9306096	32.06
16.	Laura Terpstra	Neptunia '24	33.30	9402914	33.08

Programmanr. 9
28-5-2011

Dames, 50m rugslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Monique van de Struik	DZ&PC	31.07	9502502	30.38
2.	Claris de Vries	ORCA	31.15	9700942	31.48
3.	Cynthia Verkaik	ORCA	31.93	9601288	31.82
4.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	31.94	9502706	32.09
5.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	32.26	9502170	32.15
6.	Hanny van Dijk	ORCA	32.81	9804514	32.54
Finale B					
7.	Evelien van Ruiten	ORCA	33.05	9602924	32.96
8.	Melissa Nauta	ORCA	33.67	9602388	33.40
9.	Rixt Menger	ORCA	33.53	9602052	33.50
10.	Anneliene Zuidema	ORCA	34.09	9800768	34.27
11.	Thea Baas	PWC Buitenpost	34.15	9501388	34.29
12.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	34.18	9501920	34.78

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 9
28-5-2011

Dames, 50m rugslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorrunde

Rang			In.tijd	Tijd
11 jaar en ouder				
1.	Monique van de Struik	DZ&PC	30.69 9502502	31.07A
2.	Claris de Vries	ORCA	31.96 9700942	31.15A
3.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	31.53 9102496	31.67A
4.	Cynthia Verkaik	ORCA	31.82 9601288	31.93A
5.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	31.94 9502706	31.94A
6.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	32.56 9502170	32.26A
7.	Hanny van Dijk	ORCA	34.57 9804514	32.81B
8.	Evelien van Ruiten	ORCA	32.87 9602924	33.05B
9.	Rixt Menger	ORCA	34.60 9602052	33.53B
10.	Melissa Nauta	ORCA	33.27 9602388	33.67B
11.	Nynke Klokman	DZ&PC	34.07 9801424	34.02B
12.	Anneliene Zuidema	ORCA	34.56 9800768	34.09B
13.	Thea Baas	PWC Buitenpost	34.26 9501388	34.15R
14.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	34.22 9501920	34.18R
15.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	33.04 9404736	34.22
16.	Freya Holwerda	ORCA	33.48 9502780	34.47
17.	Kinge Zandringa	ORCA	36.10 9801422	34.57
18.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	35.47 9802342	34.62
19.	Anna Regnerus	Wetterwille	34.87 9701656	34.82
20.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	36.25 9403928	35.52
21.	Femke de Jong	ORCA	35.18 9306390	35.54
22.	Maaïke de Ruijter	ORCA	35.78 9704684	35.67
23.	Myrna Gorter	Neptunia '24	33.65 9503158	35.70
24.	Irene Dotinga	Neptunia '24	34.47 9603516	35.81
25.	Esmee Verhoef	ORCA	36.80 9603802	35.88
	Carmen Weistra	ORCA	35.46 9802148	35.88
27.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	35.86 9601932	36.04
28.	Indyra Hummel	ZCNF'34	38.19 9600624	36.12
29.	Merel Weysenfeld	De Vikings	35.96 9404110	36.18
30.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	36.48 9703368	36.40
31.	Carolien Baarda	ORCA	36.86 9704060	36.59
32.	Esther Visser	De Vikings	34.56 9700544	36.70
	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	36.05 9500284	36.70
34.	Mirthe Alkema	ORCA	35.25 9603616	36.77
35.	Myrthe Offenga	de Granaet	36.80 9901874	36.78
36.	Willeke Willems	ZCNF'34	37.66 9600232	36.83
37.	Laura Terpstra	Neptunia '24	37.18 9402914	37.07
38.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	36.84 9801384	37.16
39.	Roelie de Boer	Wetterwille	35.83 9600508	37.20
40.	Rebecca Jansen	ORCA	36.15 9703490	37.29
41.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	39.16 9902866	37.36
42.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	38.41 9700202	37.47
43.	Nynke Ytsma	Wetterwille	37.98 9700792	37.55
44.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	37.09 9402098	37.61
45.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	38.47 7500604	37.73
46.	Brigitte van der Veen	de Granaet	38.66 9802600	37.88
47.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	37.80 9600950	38.24
48.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	38.91 9306096	38.27
49.	Lisanne Hassing	De Forel	37.65 9702584	38.34
50.	Rixt Wilbers	de Granaet	38.41 9503480	38.82
51.	Swanet van der Wal	ZPD	38.57 9701930	38.84
52.	Annemiek Halma	De Vikings	39.32 9702884	39.19

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 9, Dames, 50m rugslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
53.	Annemiek Meulenbeld	de Granaet	39.12	9506230	39.21
54.	Paulien Peterson	ZPD	38.57	9700906	39.63
55.	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	38.92	9500328	40.08
DIS	Winnie de Vries	ZCNF'34	39.37	9601456	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
DIS	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	36.86	9900962	36.82
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
DIS	Femke de Meer	ZPD	38.97	9703080	40.59
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	38.77	9802760	

11 - 13 jaar

1.	Clariss de Vries	ORCA	31.96	9700942	31.15A
2.	Hanny van Dijk	ORCA	34.57	9804514	32.81B
3.	Nynke Klokman	DZ&PC	34.07	9801424	34.02B
4.	Anneliene Zuidema	ORCA	34.56	9800768	34.09B
5.	Kinge Zandringa	ORCA	36.10	9801422	34.57
6.	Gwen Sieswerda	F.Z.C.'54	35.47	9802342	34.62
7.	Anna Regnerus	Wetterwille	34.87	9701656	34.82
8.	Maaïke de Ruijter	ORCA	35.78	9704684	35.67
9.	Carmen Weistra	ORCA	35.46	9802148	35.88
10.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	36.48	9703368	36.40
11.	Carolien Baarda	ORCA	36.86	9704060	36.59
12.	Esther Visser	De Vikings	34.56	9700544	36.70
13.	Myrthe Offenga	de Granaet	36.80	9901874	36.78
14.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	36.84	9801384	37.16
15.	Rebecca Jansen	ORCA	36.15	9703490	37.29
16.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	39.16	9902866	37.36
17.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	38.41	9700202	37.47
18.	Nynke Ytsma	Wetterwille	37.98	9700792	37.55
19.	Brigitte van der Veen	de Granaet	38.66	9802600	37.88
20.	Lisanne Hassing	De Forel	37.65	9702584	38.34
21.	Swanet van der Wal	ZPD	38.57	9701930	38.84
22.	Annemiek Halma	De Vikings	39.32	9702884	39.19
23.	Paulien Peterson	ZPD	38.57	9700906	39.63
DIS	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	36.86	9900962	36.82
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
DIS	Femke de Meer	ZPD	38.97	9703080	40.59
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.</i>				
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	38.77	9802760	

14 - 15 jaar

1.	Monique van de Struik	DZ&PC	30.69	9502502	31.07A
2.	Cynthia Verkaik	ORCA	31.82	9601288	31.93A
3.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	31.94	9502706	31.94A
4.	Hjordis Wagenaar	HZ&PC Heerenveen	32.56	9502170	32.26A
5.	Evelien van Ruiten	ORCA	32.87	9602924	33.05B
6.	Rixt Menger	ORCA	34.60	9602052	33.53B
7.	Melissa Nauta	ORCA	33.27	9602388	33.67B
8.	Thea Baas	PWC Buitenpost	34.26	9501388	34.15R
9.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	34.22	9501920	34.18R
10.	Freya Holwerda	ORCA	33.48	9502780	34.47
11.	Myrna Gorter	Neptunia '24	33.65	9503158	35.70
12.	Irene Dotinga	Neptunia '24	34.47	9603516	35.81
13.	Esmee Verhoef	ORCA	36.80	9603802	35.88

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 9, Meisjes, 50m rugslag, Voorronde, 14 - 15 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
14.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	35.86	9601932	36.04
15.	Indyra Hummel	ZCNF'34	38.19	9600624	36.12
16.	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	36.05	9500284	36.70
17.	Mirthe Alkema	ORCA	35.25	9603616	36.77
18.	Willeke Willems	ZCNF'34	37.66	9600232	36.83
19.	Roelie de Boer	Wetterwille	35.83	9600508	37.20
20.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	37.80	9600950	38.24
21.	Rixt Wilbers	de Granaet	38.41	9503480	38.82
22.	Annemiek Meulenbeld	de Granaet	39.12	9506230	39.21
23.	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	38.92	9500328	40.08
DIS	Winnie de Vries	ZCNF'34	39.37	9601456	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.

16 jaar en ouder

1.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	31.53	9102496	31.67A
2.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	33.04	9404736	34.22
3.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	36.25	9403928	35.52
4.	Femke de Jong	ORCA	35.18	9306390	35.54
5.	Merel Weysenfeld	De Vikings	35.96	9404110	36.18
6.	Laura Terpstra	Neptunia '24	37.18	9402914	37.07
7.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	37.09	9402098	37.61
8.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	38.47	7500604	37.73
9.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	38.91	9306096	38.27

Programmanr. 3
28-5-2011

Dames, 50m schoolslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	35.97	9102496	34.91
2.	Renate Hemmes	DZ&PC	35.60	9600418	35.31
3.	Cynthia Verkaik	ORCA	35.17	9601288	35.44
4.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	35.61	8600850	35.64
5.	Willeke Jonkman	DZ&PC	35.87	9604304	36.24
6.	Paula Duursma	DZ&PC	36.70	9300982	37.51
Finale B					
7.	Joyce Duurken	ORCA	37.05	9205938	36.45
8.	Anneliene Zuidema	ORCA	38.41	9800768	37.71
9.	Hinke Groos	DZ&PC	38.54	9901768	38.08
10.	Clariss de Vries	ORCA	38.51	9700942	38.58
11.	Carolien Baarda	ORCA	38.48	9704060	38.92
12.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	38.92	9404736	39.49

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 3
28-5-2011

Dames, 50m schoolslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang		In.tijd	Tijd
11 jaar en ouder			
1.	Cynthia Verkaik	ORCA	34.99 9601288 35.17A
2.	Renate Hemmes	DZ&PC	34.74 9600418 35.60A
3.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	35.64 8600850 35.61A
4.	Willeke Jonkman	DZ&PC	34.80 9604304 35.87A
5.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	34.11 9102496 35.97A
6.	Paula Duursma	DZ&PC	35.53 9300982 36.70A
7.	Joyce Duurken	ORCA	36.58 9205938 37.05B
8.	Nenne Venema	DZ&PC	38.09 9503586 38.01B
9.	Anneliene Zuidema	ORCA	38.30 9800768 38.41B
10.	Carolien Baarda	ORCA	39.47 9704060 38.48B
11.	Claris de Vries	ORCA	38.75 9700942 38.51B
12.	Hinke Groos	DZ&PC	38.93 9901768 38.54B
13.	Angelique Boersma	De Vikings	38.89 8001586 38.87R
14.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	37.83 9404736 38.92R
15.	Freya Holwerda	ORCA	38.54 9502780 39.00
16.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	38.86 9600866 39.10
17.	Melissa Nauta	ORCA	39.04 9602388 39.21
18.	Myrna Gorter	Neptunia '24	38.31 9503158 39.30
19.	Sieta Ludema	PWC Buitenpost	39.38 9500436 39.61
20.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	40.00 9703368 39.62
21.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	39.98 9403928 39.85
22.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	41.74 9601088 40.34
23.	Eline Ligthart	De Vikings	41.89 9301706 40.35
24.	Jill Muller	DZ&PC	41.33 9600728 40.47
25.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	41.44 9601932 40.60
26.	Mirthe Alkema	ORCA	42.85 9603616 40.70
27.	Rixt Wilbers	de Granaet	41.06 9503480 40.76
28.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	42.02 9601896 41.19
29.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	40.81 9700202 41.28
30.	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	41.94 9500284 41.38
31.	Thea Baas	PWC Buitenpost	41.91 9501388 41.53
32.	Irene Dotinga	Neptunia '24	40.98 9603516 41.61
33.	Marieke de Boer	de Granaet	42.89 9705302 41.70
34.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	41.09 9404142 41.82
35.	Paulien Peterson	ZPD	42.70 9700906 41.96
36.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	44.72 9902866 41.98
37.	Amarins Menger	DZ&PC	40.89 9406716 42.14
38.	Rebecca Jansen	ORCA	40.74 9703490 42.20
39.	Lisanne Hassing	De Forel	40.38 9702584 42.30
40.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	43.89 9402098 42.42
	Indyra Hummel	ZCNF'34	42.53 9600624 42.42
42.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	41.94 9804526 42.60
43.	Hanneleen Trul	Neptunia '24	41.70 9307664 42.62
44.	Astrid de Vegt	ZCNF'34	41.91 9800036 42.68
45.	Nynke Ytsma	Wetterwille	43.20 9700792 42.80
46.	Nikki Jepkema	ORCA	44.40 9505956 42.86
47.	Winnie de Vries	ZCNF'34	41.47 9601456 42.88
48.	Myrthe Offenga	de Granaet	41.83 9901874 43.04
49.	Esther Pot	ORCA	44.59 9903462 43.29
50.	Roelie de Boer	Wetterwille	42.46 9600508 43.33
51.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	41.33 9306096 43.35
52.	Carmen Weistra	ORCA	43.54 9802148 43.45

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 3, Dames, 50m schoolslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
53.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	42.98	9900962	43.49
54.	Laura Terpstra	Neptunia '24	44.39	9402914	43.78
55.	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	43.16	9500328	43.94
56.	Rosalie Baarda	ORCA	44.79	9903460	44.25
57.	Brigitte van der Veen	de Granaet	44.45	9802600	44.37
58.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	44.38	7500604	45.03
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	41.51	9802760	

11 - 13 jaar

1.	Anneliene Zuidema	ORCA	38.30	9800768	38.41B
2.	Carolien Baarda	ORCA	39.47	9704060	38.48B
3.	Clariss de Vries	ORCA	38.75	9700942	38.51B
4.	Hinke Groos	DZ&PC	38.93	9901768	38.54B
5.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	40.00	9703368	39.62
6.	Rixt Meijer	HZ&PC Heerenveen	40.81	9700202	41.28
7.	Marika de Boer	de Granaet	42.89	9705302	41.70
8.	Paulien Peterson	ZPD	42.70	9700906	41.96
9.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	44.72	9902866	41.98
10.	Rebecca Jansen	ORCA	40.74	9703490	42.20
11.	Lisanne Hassing	De Forel	40.38	9702584	42.30
12.	Anne Tuinstra	SG. Bolsward-Workum	41.94	9804526	42.60
13.	Astrid de Vegt	ZCNF'34	41.91	9800036	42.68
14.	Nynke Ytsma	Wetterwille	43.20	9700792	42.80
15.	Myrthe Offenga	de Granaet	41.83	9901874	43.04
16.	Esther Pot	ORCA	44.59	9903462	43.29
17.	Carmen Weistra	ORCA	43.54	9802148	43.45
18.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	42.98	9900962	43.49
19.	Rosalie Baarda	ORCA	44.79	9903460	44.25
20.	Brigitte van der Veen	de Granaet	44.45	9802600	44.37
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	41.51	9802760	

14 - 15 jaar

1.	Cynthia Verkaik	ORCA	34.99	9601288	35.17A
2.	Renate Hemmes	DZ&PC	34.74	9600418	35.60A
3.	Willeke Jonkman	DZ&PC	34.80	9604304	35.87A
4.	Nenne Venema	DZ&PC	38.09	9503586	38.01B
5.	Freya Holwerda	ORCA	38.54	9502780	39.00
6.	Leandra Vedder	HZ&PC Heerenveen	38.86	9600866	39.10
7.	Melissa Nauta	ORCA	39.04	9602388	39.21
8.	Myrna Gorter	Neptunia '24	38.31	9503158	39.30
9.	Sieta Ludema	PWC Buitenpost	39.38	9500436	39.61
10.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	41.74	9601088	40.34
11.	Jill Muller	DZ&PC	41.33	9600728	40.47
12.	Simone Mus	SG Middelse-Skelp	41.44	9601932	40.60
13.	Mirthe Alkema	ORCA	42.85	9603616	40.70
14.	Rixt Wilbers	de Granaet	41.06	9503480	40.76
15.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	42.02	9601896	41.19
16.	Jennifer ter Beke	SG. Bolsward-Workum	41.94	9500284	41.38
17.	Thea Baas	PWC Buitenpost	41.91	9501388	41.53
18.	Irene Dotinga	Neptunia '24	40.98	9603516	41.61
19.	Indyra Hummel	ZCNF'34	42.53	9600624	42.42
20.	Nikki Jepkema	ORCA	44.40	9505956	42.86
21.	Winnie de Vries	ZCNF'34	41.47	9601456	42.88
22.	Roelie de Boer	Wetterwille	42.46	9600508	43.33
23.	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	43.16	9500328	43.94

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 3, Dames, 50m schoolslag, Voorronde

16 jaar en ouder

1.	Karin van Dijk	HZ&PC Heerenveen	35.64	8600850	35.61A
2.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	34.11	9102496	35.97A
3.	Paula Duursma	DZ&PC	35.53	9300982	36.70A
4.	Joyce Durken	ORCA	36.58	9205938	37.05B
5.	Angelique Boersma	De Vikings	38.89	8001586	38.87R
6.	Danielle de Boer	HZ&PC Heerenveen	37.83	9404736	38.92R
7.	Anja Mus	SG Middelse-Skelp	39.98	9403928	39.85
8.	Eline Ligthart	De Vikings	41.89	9301706	40.35
9.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	41.09	9404142	41.82
10.	Amarins Menger	DZ&PC	40.89	9406716	42.14
11.	Joyce Postma	SG. Bolsward-Workum	43.89	9402098	42.42
12.	Hanneleen Trul	Neptunia '24	41.70	9307664	42.62
13.	Yvonne Dotinga	Neptunia '24	41.33	9306096	43.35
14.	Laura Terpstra	Neptunia '24	44.39	9402914	43.78
15.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	44.38	7500604	45.03

Programmanr. 5
28-5-2011

Dames, 50m vlinderslag

alg. leeftijdsgroep
Resultaten Finale

Rang			In.tijd		Tijd
Finale A					
1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	29.37	8903004	29.43
2.	Monique van de Struik	DZ&PC	29.11	9502502	29.49
3.	Femke Leenstra	ORCA	29.20	9503038	29.87
4.	Kinge Zandringa	ORCA	30.35	9801422	30.48
5.	Renate Hemmes	DZ&PC	30.48	9600418	30.80
6.	Cynthia Verkaik	ORCA	31.02	9601288	30.88
Finale B					
7.	Evelien van Ruiten	ORCA	31.37	9602924	31.31
8.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	31.76	9501920	32.11
9.	Paula Duursma	DZ&PC	31.50	9300982	32.31
10.	Marre Zandringa	ORCA	32.48	9701136	32.55
11.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	32.33	9204328	32.78
DIS	Femke Groos	DZ&PC	32.99	9404492	33.39

VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.

Programmanr. 5
28-5-2011

Dames, 50m vlinderslag

11 jaar en ouder
Resultaten Voorronde

Rang			In.tijd		Tijd
11 jaar en ouder					
1.	Monique van de Struik	DZ&PC	28.80	9502502	29.11A
2.	Femke Leenstra	ORCA	28.76	9503038	29.20A
3.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	29.41	8903004	29.37A
4.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	29.87	9102496	29.71A
5.	Kinge Zandringa	ORCA	30.65	9801422	30.35A
6.	Renate Hemmes	DZ&PC	30.20	9600418	30.48A
7.	Cynthia Verkaik	ORCA	30.51	9601288	31.02B
8.	Evelien van Ruiten	ORCA	31.06	9602924	31.37B
9.	Paula Duursma	DZ&PC	31.75	9300982	31.50B
10.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	31.34	9501920	31.76B
11.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	31.28	9204328	32.33B

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 5, Dames, 50m vlinderslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd		Tijd
12.	Marre Zandringa	ORCA	31.01	9701136	32.48B
13.	Angelique Boersma	De Vikings	31.92	8001586	32.80R
14.	Femke de Jong	ORCA	32.66	9306390	32.92R
15.	Femke Groos	DZ&PC	31.45	9404492	32.99
16.	Rixt Menger	ORCA	34.76	9602052	33.15
17.	Anneliene Zuidema	ORCA	33.51	9800768	33.19
18.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	33.17	9502706	33.21
19.	Nynke Ytsma	Wetterwille	35.42	9700792	33.25
20.	Carmen Weistra	ORCA	33.22	9802148	33.31
21.	Nenne Venema	DZ&PC	31.52	9503586	33.37
22.	Claris de Vries	ORCA	33.50	9700942	33.43
23.	Esther Visser	De Vikings	32.78	9700544	33.45
24.	Myrna Gorter	Neptunia '24	33.67	9503158	33.50
25.	Freya Holwerda	ORCA	32.77	9502780	33.58
26.	Jill Muller	DZ&PC	33.97	9600728	34.16
27.	Hanny van Dijk	ORCA	34.48	9804514	34.25
28.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	35.16	9601896	34.35
29.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	34.41	9600950	34.61
30.	Rixt Wilbers	de Granaet	34.81	9503480	34.70
31.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	33.64	9600860	34.88
32.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	35.18	7500604	35.31
33.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	36.06	9902866	35.37
34.	Liza Salverda	SG. Bolsward-Workum	35.35	9500570	35.41
35.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	37.06	9703368	35.47
36.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	35.42	9801384	35.65
37.	Naomi Rozema	DZ&PC	35.23	9901194	35.89
38.	Maaïke de Ruijter	ORCA	34.65	9704684	35.97
39.	Irene Dotinga	Neptunia '24	35.94	9603516	35.98
40.	Rebecca Jansen	ORCA	36.00	9703490	36.17
41.	Carolien Baarda	ORCA	37.22	9704060	36.20
42.	Merel Weysenfeld	De Vikings	37.00	9404110	36.88
43.	Roelie de Boer	Wetterwille	37.36	9600508	37.11
44.	Anna Regnerus	Wetterwille	36.00	9701656	37.19
45.	Hanneleen Trul	Neptunia '24	35.46	9307664	37.22
46.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	36.53	9404142	37.59
47.	Myrthe Offenga	de Granaet	37.16	9901874	37.65
48.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	37.72	9601088	37.71
49.	Astrid de Vegt	ZCNF'34	37.52	9800036	38.21
50.	Annewietske Visser	Neptunia '24	37.58	9902674	38.51
51.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	36.75	9900962	38.60
52.	Thea Baas	PWC Buitenpost	37.78	9501388	39.45
DIS	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	37.62	9500328	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>				
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	37.53	9802760	

11 - 13 jaar

1.	Kinge Zandringa	ORCA	30.65	9801422	30.35A
2.	Marre Zandringa	ORCA	31.01	9701136	32.48B
3.	Anneliene Zuidema	ORCA	33.51	9800768	33.19
4.	Nynke Ytsma	Wetterwille	35.42	9700792	33.25
5.	Carmen Weistra	ORCA	33.22	9802148	33.31
6.	Claris de Vries	ORCA	33.50	9700942	33.43
7.	Esther Visser	De Vikings	32.78	9700544	33.45
8.	Hanny van Dijk	ORCA	34.48	9804514	34.25
9.	Josien Wijkhuijs	F.Z.C.'54	36.06	9902866	35.37

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 5, Meisjes, 50m vlinderslag, Voorronde, 11 - 13 jaar

Rang			In.tijd		Tijd
10.	Amber Bosch	F.Z.C.'54	37.06	9703368	35.47
11.	Ellen Jager	PWC Buitenpost	35.42	9801384	35.65
12.	Naomi Rozema	DZ&PC	35.23	9901194	35.89
13.	Maaike de Ruijter	ORCA	34.65	9704684	35.97
14.	Rebecca Jansen	ORCA	36.00	9703490	36.17
15.	Carolien Baarda	ORCA	37.22	9704060	36.20
16.	Anna Regnerus	Wetterwille	36.00	9701656	37.19
17.	Myrthe Offenga	de Granaet	37.16	9901874	37.65
18.	Astrid de Vegt	ZCNF'34	37.52	9800036	38.21
19.	Annewietske Visser	Neptunia '24	37.58	9902674	38.51
20.	Sigrid Hogendorp	F.Z.C.'54	36.75	9900962	38.60
AFGEM	Wendy van Cleef	ORCA	37.53	9802760	

14 - 15 jaar

1.	Monique van de Struik	DZ&PC	28.80	9502502	29.11A
2.	Femke Leenstra	ORCA	28.76	9503038	29.20A
3.	Renate Hemmes	DZ&PC	30.20	9600418	30.48A
4.	Cynthia Verkaik	ORCA	30.51	9601288	31.02B
5.	Evelien van Ruiten	ORCA	31.06	9602924	31.37B
6.	Kelly de Jong	HZ&PC Heerenveen	31.34	9501920	31.76B
7.	Rixt Menger	ORCA	34.76	9602052	33.15
8.	Myrthe Sijtsma	HZ&PC Heerenveen	33.17	9502706	33.21
9.	Nenne Venema	DZ&PC	31.52	9503586	33.37
10.	Myrna Gorter	Neptunia '24	33.67	9503158	33.50
11.	Freya Holwerda	ORCA	32.77	9502780	33.58
12.	Jill Muller	DZ&PC	33.97	9600728	34.16
13.	Rixt-Nynke Baron	F.Z.C.'54	35.16	9601896	34.35
14.	Julia Zwertbroek	HZ&PC Heerenveen	34.41	9600950	34.61
15.	Rixt Wilbers	de Granaet	34.81	9503480	34.70
16.	Lisa Rozema	F.Z.C.'54	33.64	9600860	34.88
17.	Liza Salverda	SG. Bolsward-Workum	35.35	9500570	35.41
18.	Irene Dotinga	Neptunia '24	35.94	9603516	35.98
19.	Roelie de Boer	Wetterwille	37.36	9600508	37.11
20.	Aniek Bergsma	HZ&PC Heerenveen	37.72	9601088	37.71
21.	Thea Baas	PWC Buitenpost	37.78	9501388	39.45
DIS	Yolanda de Vegt	ZCNF'34	37.62	9500328	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.

16 jaar en ouder

1.	Chantal Nap	HZ&PC Heerenveen	29.41	8903004	29.37A
2.	Wendan Poelstra	HZ&PC Heerenveen	29.87	9102496	29.71A
3.	Paula Duursma	DZ&PC	31.75	9300982	31.50B
4.	Nanda de Vries	HZ&PC Heerenveen	31.28	9204328	32.33B
5.	Angelique Boersma	De Vikings	31.92	8001586	32.80R
6.	Femke de Jong	ORCA	32.66	9306390	32.92R
7.	Femke Groos	DZ&PC	31.45	9404492	32.99
8.	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	35.18	7500604	35.31
9.	Merel Weysenfeld	De Vikings	37.00	9404110	36.88
10.	Hanneleen Trul	Neptunia '24	35.46	9307664	37.22
11.	Femke van der Gaast	SG. Bolsward-Workum	36.53	9404142	37.59

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 11 Dames, 100m wisselslag alg. leeftijdsgroep
28-5-2011 Resultaten Finale

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m
Finale A					
1.	Cynthia Verkaik 96 ORCA	1:07.04	708		
2.	Femke Leenstra 95 ORCA	1:08.33	669		
3.	Claris de Vries 97 ORCA	1:11.43	585		
4.	Anneliene Zuidema 98 ORCA	1:13.36	540		
5.	Paula Duursma 93 DZ&PC	1:13.83	530		
6.	Nanda de Vries 92 HZ&PC Heerenveen	1:14.24	521		
Finale B					
7.	Kinge Zandringa 98 ORCA	1:13.23	543		
8.	Melissa Nauta 96 ORCA	1:13.65	534		
9.	Anja Mus 94 SG Middelse-Skelp	1:13.96	527		
10.	Willeke Jonkman 96 DZ&PC	1:15.80	490		
11.	Kelly de Jong 95 HZ&PC Heerenveen	1:19.05	432		
12.	Karin van Dijk 86 HZ&PC Heerenveen	1:20.76	405		

Programmanr. 11 Dames, 100m wisselslag 11 jaar en ouder
28-5-2011 Resultaten Voorronde

Punten: FINA 2008

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m
11 jaar en ouder					
1.	Cynthia Verkaik 96 ORCA	1:07.86	683 A	32.26	35.60
2.	Femke Leenstra 95 ORCA	1:08.62	660 A	32.38	36.24
3.	Monique van de Struik 95 DZ&PC	1:09.25	642 A	31.31	37.94
4.	Renate Hemmes 96 DZ&PC	1:09.85	626 A	32.80	37.05
5.	Paula Duursma 93 DZ&PC	1:12.26	565 A	32.82	39.44
6.	Claris de Vries 97 ORCA	1:12.27	565 A	32.82	39.45
7.	Marre Zandringa 97 ORCA	1:12.72	555 B	33.74	38.98
8.	Nanda de Vries 92 HZ&PC Heerenveen	1:13.23	543 B	33.69	39.54
9.	Anneliene Zuidema 98 ORCA	1:13.61	535 B	34.56	39.05
10.	Kinge Zandringa 98 ORCA	1:14.02	526 B	33.33	40.69
11.	Anja Mus 94 SG Middelse-Skelp	1:14.19	522 B	34.09	40.10
12.	Melissa Nauta 96 ORCA	1:14.67	512 B	35.34	39.33
13.	Angelique Boersma 80 De Vikings	1:14.86	508 R	35.57	39.29
14.	Kelly de Jong 95 HZ&PC Heerenveen	1:14.96	506 R	34.83	40.13
15.	Willeke Jonkman 96 DZ&PC	1:15.36	498	35.90	39.46
16.	Karin van Dijk 86 HZ&PC Heerenveen	1:15.38	498	36.88	38.50
17.	Simone Mus 96 SG Middelse-Skelp	1:15.65	493	34.31	41.34
18.	Esther Visser 97 De Vikings	1:16.42	478	35.40	41.02
19.	Hinke Groos 99 DZ&PC	1:16.53	476	36.33	40.20
20.	Saskia Bergsma 93 Wellerobben	1:16.68	473	34.25	42.43
21.	Leandra Vedder 96 HZ&PC Heerenveen	1:17.10	465	36.47	40.63
22.	Joyce Durken 92 ORCA	1:17.15	465	36.04	41.11
23.	Myrna Gorter 95 Neptunia '24	1:17.16	464	35.85	41.31
24.	Josien Wijkhuijs 99 F.Z.C.'54	1:17.29	462	35.77	41.52
25.	Hanny van Dijk 98 ORCA	1:17.52	458	36.01	41.51
26.	Rixt Wilbers 95 de Granaet	1:17.60	456	36.38	41.22
27.	Femke Groos 94 DZ&PC	1:17.64	456	36.76	40.88
28.	Carolien Baarda 97 ORCA	1:17.75	454	36.09	41.66
29.	Mirthe Alkema 96 ORCA	1:17.87	452	36.82	41.05
30.	Femke de Jong 93 ORCA	1:17.94	451	34.73	43.21
31.	Marty Krans-de Weerd 75 ZCNF'34	1:18.10	448	37.13	40.97
32.	Rixt-Nynke Baron 96 F.Z.C.'54	1:18.36	443	35.63	42.73
33.	Lisa Rozema 96 F.Z.C.'54	1:18.68	438	34.04	44.64
34.	Freya Holwerda 95 ORCA	1:18.72	437	34.90	43.82
35.	Liza Salverda 95 SG. Bolsward-Workum	1:18.75	437	37.07	41.68

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 11, Dames, 100m wisselslag, Voorronde, 11 jaar en ouder

Rang	Geb.	Tijd	Pnt	50m	100m		
36.	Carmen Weistra	98	ORCA	1:18.80	436	35.67	43.13
37.	Eline Ligthart	93	De Vikings	1:19.00	433	36.71	42.29
38.	Thea Baas	95	PWC	1:19.16	430	36.29	42.87
39.	Nynke Ytsma	97	Wetterwille	1:19.67	422	36.45	43.22
40.	Annemiek Halma	97	De Vikings	1:19.83	419	39.83	40.00
41.	Amber Bosch	97	F.Z.C.'54	1:20.06	416	37.32	42.74
42.	Rebecca Jansen	97	ORCA	1:20.11	415	37.14	42.97
43.	Rixt Meijer	97	HZ&PC Heerenveen	1:20.52	409	38.10	42.42
44.	Lisanne Hassing	97	ZC De Forel	1:20.59	408	38.92	41.67
45.	Willeke Willems	96	ZCNF'34	1:20.77	405	37.44	43.33
46.	Myrthe Offenga	99	de Granaet	1:20.99	402	38.38	42.61
47.	Merel Weysenfeld	94	De Vikings	1:21.12	400	37.33	43.79
48.	Naomi Rozema	99	DZ&PC	1:21.17	399	35.93	45.24
49.	Julia Zwertbroek	96	HZ&PC Heerenveen	1:21.49	394	36.89	44.60
50.	Maaïke de Ruijter	97	ORCA	1:21.53	394	37.83	43.70
51.	Roelie de Boer	96	Wetterwille	1:21.67	392	38.59	43.08
52.	Nikki Jepkema	95	ORCA	1:21.93	388	38.22	43.71
53.	Gwen Sieswerda	98	F.Z.C.'54	1:22.19	384	37.16	45.03
54.	Joyce Postma	94	SG. Bolsward-Workum	1:22.27	383	38.38	43.89
55.	Indyra Hummel	96	ZCNF'34	1:22.29	383	38.30	43.99
	Ellen Jager	98	PWC	1:22.29	383	37.31	44.98
57.	Esmee Verhoef	96	ORCA	1:22.64	378	37.33	45.31
58.	Anna Regnerus	97	Wetterwille	1:22.89	375	37.32	45.57
59.	Astrid de Vegt	98	ZCNF'34	1:22.91	374	38.88	44.03
60.	Sigrid Hogendorp	99	F.Z.C.'54	1:23.41	368	38.65	44.76
61.	Hanneleen Trul	93	Neptunia '24	1:24.73	351	40.72	44.01
62.	Yvonne Dotinga	93	Neptunia '24	1:24.94	348	39.65	45.29
63.	Brigitte van der Veen	98	de Granaet	1:25.22	345	39.39	45.83
64.	Jennifer ter Beke	95	SG. Bolsward-Workum	1:25.56	341	38.33	47.23
65.	Winnie de Vries	96	ZCNF'34	1:27.23	321	41.66	45.57
66.	Paulien Peterson	97	ZPD	1:27.34	320	41.11	46.23
DIS	Yolanda de Vegt	95	ZCNF'34			40.90	
	<i>AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.</i>						
DIS	Wendan Poelstra	91	HZ&PC Heerenveen	1:07.74		31.13	36.61
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>						
NG.ZA	Amarins Menger	94	DZ&PC				
AFGEM	Wendy van Cleef	98	ORCA				

11 - 13 jaar

1.	Claris de Vries	97	ORCA	1:12.27	565	A	32.82	39.45
2.	Marre Zandringa	97	ORCA	1:12.72	555	B	33.74	38.98
3.	Anneliene Zuidema	98	ORCA	1:13.61	535	B	34.56	39.05
4.	Kinge Zandringa	98	ORCA	1:14.02	526	B	33.33	40.69
5.	Esther Visser	97	De Vikings	1:16.42	478		35.40	41.02
6.	Hinke Groos	99	DZ&PC	1:16.53	476		36.33	40.20
7.	Josien Wijkhuijs	99	F.Z.C.'54	1:17.29	462		35.77	41.52
8.	Hanny van Dijk	98	ORCA	1:17.52	458		36.01	41.51
9.	Carolien Baarda	97	ORCA	1:17.75	454		36.09	41.66
10.	Carmen Weistra	98	ORCA	1:18.80	436		35.67	43.13
11.	Nynke Ytsma	97	Wetterwille	1:19.67	422		36.45	43.22
12.	Annemiek Halma	97	De Vikings	1:19.83	419		39.83	40.00
13.	Amber Bosch	97	F.Z.C.'54	1:20.06	416		37.32	42.74
14.	Rebecca Jansen	97	ORCA	1:20.11	415		37.14	42.97
15.	Rixt Meijer	97	HZ&PC Heerenveen	1:20.52	409		38.10	42.42
16.	Lisanne Hassing	97	ZC De Forel	1:20.59	408		38.92	41.67
17.	Myrthe Offenga	99	de Granaet	1:20.99	402		38.38	42.61
18.	Naomi Rozema	99	DZ&PC	1:21.17	399		35.93	45.24
19.	Maaïke de Ruijter	97	ORCA	1:21.53	394		37.83	43.70
20.	Gwen Sieswerda	98	F.Z.C.'54	1:22.19	384		37.16	45.03
21.	Ellen Jager	98	PWC	1:22.29	383		37.31	44.98

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 17 Meisjes, 4 x 50m vrije slag 8 - 10 jaar
28-5-2011 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	DZ&PC 3	DZ&PC	2:19.65	2:15.09
	Marrit Steenbergem 00	28.65	Michelle Heddema 00	
	Janny Groos 00		Elsa Bremer 00	
2.	HZ&pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	2:31.18	2:31.51
	Renée Brouwer 00	40.22	Irith Buursma 00	
	Romy Jalving 00		Celeste Sijtsma 00	
3.	de Granaet 2	de Granaet	2:28.38	2:32.08
	Jamilah Louala 00	40.05	Eva Willebrands 01	
	Tabitha de Haan 00		Danieke van der Kooi 00	
4.	De Vikings 1	De Vikings	2:48.47	2:46.18
	Merit van der Meulen 00	40.80	Myrthe Ligthart 00	
	Daphne Outhuijse 00		Katja Koonstra 00	
DIS	ORCA 1	ORCA	2:36.32	
	<i>EA - Te vroeg overgenomen.</i>			
	Lize Janna de Vries 01	37.85	Shanice Wortel 01	
	Janke Wytske de Vries 00		Kirsten Mulder 01	

AFGEM HZ&pc 2 2 HZ&PC Heerenveen 2 2:52.20

Programmanr. 13 Dames, 4 x 50m vrije slag 11 jaar en ouder
28-5-2011 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	DZ&PC 1	DZ&PC	1:52.37	1:53.05
	Monique van de Struik 95	27.88	Femke Groos 94	28.47
	Nenne Venema 95	28.94	Renate Hemmes 96	27.76
2.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	1:52.98	1:54.53
	Desiree Vedder 96	30.09	Nanda de Vries 92	28.67
	Wendan Poelstra 91	27.58	Hjordis Wagenaar 95	28.19
3.	ORCA 1	ORCA	1:53.01	1:54.87
	Melissa Nauta 96	31.45	Cynthia Verkaik 96	27.92
	Evelien van Ruiten 96	28.80	Femke Leenstra 95	26.70
4.	ORCA 1	ORCA	1:56.07	1:55.97
	Clariz de Vries 97	29.53	Kinge Zandringa 98	28.70
	Anneliene Zuidema 98	29.26	Marre Zandringa 97	28.48
5.	DZ&PC 2	DZ&PC	2:02.58	2:03.57
	Willeke Jonkman 96	31.35	Amarins Menger 94	31.60
	Jill Muller 96	31.18	Paula Duursma 93	29.44
6.	F.Z.C.'54 1	F.Z.C.'54	2:06.72	2:05.26
	Sigrid Hogendorp 99	31.48	Josien Wijkhuijs 99	32.49
	Rixt-Nynke Baron 96	29.96	Amber Bosch 97	31.33
7.	ORCA 3	ORCA	2:11.81	2:05.90
	Carolien Baarda 97	31.90	Rosalie Baarda 99	33.43
	Mirthe Alkema 96	31.15	Freya Holwerda 95	29.42
8.	ZPD 1	ZPD	2:15.79	2:18.32
	Swanet van der Wal 97	35.43	Siebrina van der Meulen 97	33.53
	Paulien Peterson 97	36.33	Femke de Meer 97	33.03
DIS	ORCA 2	ORCA	2:06.57	
	<i>EA - Te vroeg overgenomen.</i>			
	Femke de Jong 93	31.19	Nikki Jepkema 95	
	Esmee Verhoef 96		Rixt Menger 96	

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 13, Dames, 4 x 50m vrije slag, 11 jaar en ouder

Rang			In.tijd	Tijd
DIS	ORCA 2	ORCA	2:03.05	
	<i>EA - Te vroeg overgenomen.</i>			
	Hanny van Dijk	98	30.93	Rebecca Jansen 97
	Carmen Weistra	98		Maaïke de Ruijter 97

Programmanr. 15
28-5-2011 Meisjes, 4 x 50m wisselslag 8 - 10 jaar Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	DZ&PC 3	DZ&PC	2:43.43	2:29.94
	Marrit Steenberghe	00	31.60	Elsa Bremer 00
	Janny Groos	00		Michelle Heddemma 00
2.	de Granaet 1	de Granaet	2:45.18	2:43.73
	Jamilah Louala	00	43.68	Danieke van der Kooi 00
	Tabitha de Haan	00		Eva Willebrands 01
3.	HZ&pc 2 1	HZ&PC Heerenveen 2	2:46.69	2:51.10
	Romy Jalving	00	46.82	Celeste Sijtsma 00
	Irith Buursma	00		Renée Brouwer 00
4.	ORCA 1	ORCA	3:06.04	2:54.98
	Shanice Wortel	01	45.15	Lize Janna de Vries 01
	Janke Wytske de Vries	00		Kirsten Mulder 01
DIS	De Vikings 1	De Vikings	3:18.01	3:08.90
	<i>VI - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.</i>			
	Daphne Outhuijse	00	46.51	Myrthe Ligthart 00
	Katja Koonstra	00		Merit van der Meulen 00
NG.ZA	HZ&pc 2 2	HZ&PC Heerenveen 2	3:27.15	

Programmanr. 7
28-5-2011 Dames, 4 x 50m wisselslag 11 jaar en ouder Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	HZ&PC Heerenveen 1	HZ&PC Heerenveen	2:04.05	2:03.57
	Myrthe Sijtsma	95	31.81	Chantal Nap 89 28.66
	Wendan Poelstra	91	34.74	Nanda de Vries 92 28.36
2.	ORCA 1	ORCA	2:05.93	2:06.33
	Melissa Nauta	96	33.32	Evelien van Ruiten 96 30.92
	Cynthia Verkaik	96	35.27	Femke Leenstra 95 26.82
3.	DZ&PC 1	DZ&PC	2:06.41	2:06.76
	Monique van de Struik	95	30.97	Renate Hemmes 96 30.53
	Willeke Jonkman	96	35.78	Nenne Venema 95 29.48
4.	ORCA 1	ORCA	2:09.30	2:08.74
	Clarise de Vries	97	31.44	Kinge Zandringa 98 30.27
	Anneliene Zuidema	98	38.48	Marre Zandringa 97 28.55
5.	DZ&PC 2	DZ&PC	2:11.73	2:14.64
	Nynke Klokman	98	33.93	Jill Muller 96 34.18
	Paula Duursma	93	37.04	Femke Groos 94 29.49
6.	ORCA 2	ORCA	2:17.56	2:14.69
	Hanny van Dijk	98	32.97	Carmen Weistra 98 32.66
	Carolien Baarda	97	38.26	Rebecca Jansen 97 30.80
7.	ORCA 3	ORCA	2:32.01	2:24.43
	Mirthe Alkema	96	37.12	Freya Holwerda 95 33.32
	Maaïke de Ruijter	97	40.71	Rosalie Baarda 99 33.28

Friese Sprint Kampioenschappen 2011
Leeuwarden, 28 mei 2011

Programmanr. 7, Dames, 4 x 50m wisselslag, 11 jaar en ouder

Rang					In.tijd	Tijd
8.	ZPD 1		ZPD		2:35.97	2:32.12
	Swanet van der Wal	97	37.97	Femke de Meer	97	38.97
	Paulien Peterson	97	41.75	Siebrina van der Meulen	97	33.43
DIS	HZ&PC Heerenveen 2		HZ&PC Heerenveen		2:10.31	
	<i>EA - Te vroeg overgenomen.</i>					
	Danielle de Boer	94	34.02	Kelly de Jong	95	
	Karin van Dijk	86		Hjordis Wagenaar	95	
DIS	ORCA 2		ORCA		2:21.63	2:16.17
	<i>VB - Beide armen niet tezamen naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.</i>					
	Rixt Menger	96	33.43	Femke de Jong	93	34.96
	Joyce Duurken	92	36.66	Nikki Jepkema	95	31.12