

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 1
28-8-2010 - 10:00

Alle, 25m schoolslag

Minioren 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Jits Jente Bootsma	02 HZ&PC Heerenveen	28.36	
2. Liset Sijtema	02 ISIS	30.32	
3. Arjen Meijer	03 ISIS	31.77	
4. Wietske de Klein	03 AFC	31.88	
5. Makai van Haren	02 De Forel	32.37	
6. Brecht Robben	03 JZ&PC	33.94	
7. Wietske Blaauw	03 JZ&PC	37.25	

Programmanr. 2
28-8-2010 - 10:05

Alle, 25m schoolslag

Minioren 3 en 4
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Remco Staalsmid	00 De Forel	23.22	
2. Thijs Hoekstra	00 HZ&PC Heerenveen	23.42	
3. Manouk Zijlstra	00 AFC	24.10	
4. Romy Jalving	00 HZ&PC Heerenveen	24.15	
5. Esther Roele	00 HZ&PC Heerenveen	24.22	
6. Jelmar Koopman	01 De Forel	24.27	
7. Lars Hut	00 AFC	24.33	
8. Kirsten Huisman	01 Wellerobben	24.40	
9. Rebecca de Klein	00 AFC	24.64	
10. Jilles Lycklama a Nijholt	00 HZ&PC Heerenveen	24.70	
11. Vannessa van Teijen	00 ISIS	24.88	
12. Merel Azier	01 JZ&PC	25.09	
13. Willem Janssen	00 De Forel	25.28	
14. Lotte de Jong	00 AFC	25.58	
15. Thomas Stuver	00 HZ&PC Heerenveen	25.71	
16. Marjolijn Oostingh	00 Wellerobben	28.20	
17. Wessel Meijer	01 ISIS	32.28	
AFGEM Jom Tenge	00 ISIS		
AFGEM Martijn Kok	00 AFC		

Programmanr. 3
28-8-2010 - 10:10

Meisjes, 25m vrije slag

Minioren 5 en junioren 1
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Myrna van Duijven	99 ISIS	15.60	
2. Rosanna van Teijen	98 ISIS	16.06	
3. Marleen Leistra	98 Wellerobben	16.29	
4. Mirjam Numan	99 ISIS	16.88	
5. Sigrid Huisman	99 Wellerobben	16.89	
6. Else Hiemstra	99 ISIS	17.32	
7. Christien Liemburg	99 HZ&PC Heerenveen	17.34	
8. Sabine Lageweg	99 HZ&PC Heerenveen	17.92	
9. Anouk van Duijven	98 ISIS	18.22	
10. Malinka Druyf	98 AFC	18.25	
11. Anita Mennema	98 Wellerobben	18.33	
12. Zita Houwer	99 Wellerobben	18.65	
13. Lisanne Faber	99 HZ&PC Heerenveen	18.70	
14. Jildau Holtrop	99 HZ&PC Heerenveen	18.81	

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 3, Meisjes, 25m vrije slag, Minioren 5 en junioren 1

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
15. Jessica van Delft	99 De Forel	19.00	
16. Hilja Groen	99 Wellerobben	19.70	
17. Monique Veenstra	99 ISIS	20.69	
18. Eva Lise	99 Wellerobben	20.78	
19. Ineke Visser	99 Wellerobben	23.22	
20. Rianne Kok	98 AFC	23.70	
AFGEM Kyrehfa Happe	98 AFC		

Programmanr. 4
28-8-2010 - 10:15

Jongens, 25m vrije slag

Minioren 5 en 6
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Edwin van Delft	99 De Forel	15.72	
2. Sherco Algra	99 JZ&PC	17.16	
3. Fernand Bottema	99 HZ&PC Heerenveen	19.56	

Programmanr. 5
28-8-2010 - 10:15

Meisjes, 50m vrije slag

Junioren 3 en later
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Joyce Bakker	96 De Forel	32.54	433
2. Eva Janssen	97 De Forel	36.55	305
3. Denice Druif	96 AFC	38.80	255
4. Eeke Bastiaansen	97 AFC	39.02	251
5. Lotte Bekkema	97 De Forel	39.22	247
6. Carola Stuiver	98 HZ&PC Heerenveen	39.41	244
7. Anita Mennema	98 Wellerobben	40.21	229
8. Delilah Zijlstra	96 JZ&PC	43.21	185
9. Anna Bruins	96 AFC	43.46	182
10. Sjoera Jongasma	97 JZ&PC	47.06	143

Programmanr. 6
28-8-2010 - 10:20

Jongens, 50m vrije slag

10 - 13 jaar
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Lars Roelofs	96 De Forel	29.58	405
2. Niels Koopman	97 De Forel	32.85	295
3. Jonne Westenberg	96 De Forel	34.53	254
4. Jelmer Meijer	99 HZ&PC Heerenveen	35.89	227
5. Hendrik Veldkamp	97 ISIS	37.37	201
6. Jelke J. Robben	98 JZ&PC	37.89	193
7. Tim Huisman	97 Wellerobben	37.94	192
8. Franck Fluitman	97 De Forel	38.08	190
9. Elmo Doorn	96 De Forel	38.18	188

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 7
28-8-2010 - 10:25

Meisjes, 50m rugslag

Jeugd 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Anke Blaauw	95	JZ&PC	42.26	307
2.	Elina Jongsma	94	JZ&PC	46.94	224
3.	Shari v.d. Heide	95	ISIS	48.21	207
AFGEM	Melissa van der Spoel	94	JZ&PC		
AFGEM	Geeke Visser	94	AFC		

Programmanr. 8
28-8-2010 - 10:25

Jongens, 50m rugslag

Junioren 3 en 4
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Bart Bekkema	95	De Forel	35.89	344
2.	Jouke v.d. Meer	94	ISIS	39.51	258

Programmanr. 9
28-8-2010 - 10:25

Dames, 50m vlinderslag

Senioren 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Joyce Druif	93	AFC	49.00	153
2.	Briyanka Koen	93	JZ&PC	50.71	138
3.	Kyra v.d. Heide	93	ISIS	54.45	112
4.	Daphne de Jong	93	AFC	55.12	108
DIS	Martje de Vries	92	ISIS	55.88	
<i>AI - Gelopen over en/of afgezet van de bodem van het bad.</i>					
AFGEM	Tieneke Clevering	93	Wellerobben		

Programmanr. 10
28-8-2010 - 10:30

Jongens, 50m vlinderslag

Jeugd 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Roy Kok	92	Wellerobben	38.19	234
2.	Andrei Vonk	93	De Forel	41.80	179
AFGEM	Albert Boersen	92	Wellerobben		

Programmanr. 11
28-8-2010 - 10:30

Dames, 50m rugslag

18 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang		Geb.		Tijd	Pnt
1.	Margje Althuisius	91	HZ&PC Heerenveen	39.15	386
2.	Monique Jansma	85	ISIS	39.39	379
3.	Maryke Blaauw	89	JZ&PC	40.42	351
4.	Alinda ten Hoor	91	AFC	42.75	296
5.	Ilse Blaauw	91	JZ&PC	48.15	207
6.	Fokje Visser	88	JZ&PC	51.06	174

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 12
28-8-2010 - 10:30

Heren, 50m rugslag

18 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Harry Dijkma	91 JZ&PC	33.42	426
2. Herman van Dijk	89 Wellerobben	35.38	359
3. Rudy de Jong	83 De Forel	36.77	320
4. Rene van Dijk	84 ISIS	38.85	271
5. Willem vd Zwaag	85 ISIS	41.09	229
6. Reyer Frank v.d. Stege	87 ISIS	43.09	199

Programmanr. 13
28-8-2010 - 11:05

Alle, 25m rugslag

Minioeren 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Jits Jente Bootsma	02 HZ&PC Heerenveen	32.07	
2. Makai van Haren	02 De Forel	33.06	
3. Arjen Meijer	03 ISIS	33.25	
4. Liset Sijtema	02 ISIS	33.56	
5. Wietske de Klein	03 AFC	33.68	
6. Brecht Robben	03 JZ&PC	37.14	
DIS Wietske Blaauw	03 JZ&PC	44.03	

RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder met de keerhandeling bezig te zijn.

Programmanr. 14
28-8-2010 - 11:05

Alle, 25m rugslag

Minioeren 3 en 4
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Jelmar Koopman	01 De Forel	21.96	
2. Thijs Hoekstra	00 HZ&PC Heerenveen	22.36	
3. Jilles Lycklama a Nijholt	00 HZ&PC Heerenveen	23.33	
4. Remco Staalsmid	00 De Forel	23.41	
5. Romy Jalving	00 HZ&PC Heerenveen	24.07	
6. Lars Hut	00 AFC	24.15	
7. Manouk Zijlstra	00 AFC	24.27	
8. Vannessa van Teijen	00 ISIS	24.28	
9. Lotte de Jong	00 AFC	24.47	
10. Kirsten Huisman	01 Wellerobben	24.87	
11. Rebecca de Klein	00 AFC	25.41	
12. Thomas Stuver	00 HZ&PC Heerenveen	25.48	
13. Willem Janssen	00 De Forel	26.65	
14. Esther Roele	00 HZ&PC Heerenveen	27.56	
15. Marjolijn Oostingh	00 Wellerobben	32.25	
16. Wessel Meijer	01 ISIS	36.93	
17. Merel Azier	01 JZ&PC	37.25	
AFGEM Jom Tenge	00 ISIS		
AFGEM Martijn Kok	00 AFC		

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 15
28-8-2010 - 11:10

Meisjes, 25m rugslag

Miniores 5 en junioren 1
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Rosanna van Teijen	98 ISIS	18.21	
2. Myrna van Duijven	99 ISIS	19.28	
3. Marleen Leistra	98 Wellerobben	19.91	
4. Christien Liemburg	99 HZ&PC Heerenveen	20.07	
5. Sigrid Huisman	99 Wellerobben	20.52	
6. Mirjam Numan	99 ISIS	20.53	
7. Anita Mennema	98 Wellerobben	20.84	
8. Jildau Holtrop	99 HZ&PC Heerenveen	21.20	
9. Lisanne Faber	99 HZ&PC Heerenveen	21.81	
10. Sabine Lageweg	99 HZ&PC Heerenveen	21.92	
11. Anouk van Duijven	98 ISIS	22.48	
12. Malinka Druyf	98 AFC	22.73	
13. Zita Houwer	99 Wellerobben	22.84	
14. Jessica van Delft	99 De Forel	23.53	
15. Hilja Groen	99 Wellerobben	24.16	
16. Monique Veenstra	99 ISIS	24.41	
17. Else Hiemstra	99 ISIS	24.66	
18. Eva Lise	99 Wellerobben	25.89	
19. Ineke Visser	99 Wellerobben	25.97	
20. Rianne Kok	98 AFC	26.29	
AFGEM Kyrehfa Happe	98 AFC		

Programmanr. 16
28-8-2010 - 11:15

Jongens, 25m rugslag

Miniores 5 en 6
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Edwin van Delft	99 De Forel	21.00	
2. Sherco Algra	99 JZ&PC	21.01	
3. Fernand Bottema	99 HZ&PC Heerenveen	21.50	

Programmanr. 17
28-8-2010 - 11:20

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 3 en later
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Joyce Bakker	96 De Forel	42.94	378
2. Eva Janssen	97 De Forel	44.53	339
3. Marleen Leistra	98 Wellerobben	49.94	241
4. Eeke Bastiaansen	97 AFC	50.72	230
5. Carola Stuiver	98 HZ&PC Heerenveen	51.36	221
6. Sjoera Jongsma	97 JZ&PC	51.91	214
7. Anna Bruins	96 AFC	53.79	193
8. Denice Drujf	96 AFC	54.75	183
9. Lotte Bekkema	97 De Forel	55.16	179
10. Delilah Zijlstra	96 JZ&PC	58.53	149

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 18
28-8-2010 - 11:20

Jongens, 50m schoolslag

10 - 13 jaar
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Lars Roelofs	96 De Forel	40.69	309
2. Jonne Westenberg	96 De Forel	46.32	209
3. Niels Koopman	97 De Forel	46.91	202
4. Franck Fluitman	97 De Forel	49.85	168
5. Jelmer Meijer	99 HZ&PC Heerenveen	50.11	165
6. Hendrik Veldkamp	97 ISIS	51.90	149
7. Tim Huisman	97 Wellerobben	52.31	145
8. Elmo Doorn	96 De Forel	55.20	124
9. Jelke J. Robben	98 JZ&PC	55.56	121

Programmanr. 19
28-8-2010 - 11:25

Meisjes, 50m vrije slag

Jeugd 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Anke Blaauw	95 JZ&PC	36.85	298
2. Shari v.d. Heide	95 ISIS	41.87	203
3. Elina Jongasma	94 JZ&PC	44.13	173
AFGEM Melissa van der Spoel	94 JZ&PC		
AFGEM Geeke Visser	94 AFC		

Programmanr. 20
28-8-2010 - 11:30

Jongens, 50m vrije slag

Junioren 3 en 4
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Bart Bekkema	95 De Forel	28.97	431
2. Jouke v.d. Meer	94 ISIS	29.15	423

Programmanr. 21
28-8-2010 - 11:30

Dames, 50m vrije slag

Senioren 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Joyce Druif	93 AFC	37.10	292
2. Daphne de Jong	93 AFC	37.39	285
3. Kyra v.d. Heide	93 ISIS	37.73	278
4. Briyanka Koen	93 JZ&PC	38.63	259
5. Martje de Vries	92 ISIS	43.10	186
AFGEM Tieneke Clevering	93 Wellerobben		

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 22
28-8-2010 - 11:30

Jongens, 50m vrije slag

Jeugd 1 en 2
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Roy Kok	92 Wellerobben	30.93	354
2. Andrei Vonk	93 De Forel	32.73	299
AFGEM Albert Boersen	92 Wellerobben		

Programmanr. 23
28-8-2010 - 11:35

Dames, 50m vrije slag

18 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Monique Jansma	85 ISIS	33.44	399
2. Alinda ten Hoor	91 AFC	33.58	394
3. Ilse Blaauw	91 JZ&PC	35.63	330
4. Margje Althuisius	91 HZ&PC Heerenveen	35.97	320
5. Maryke Blaauw	89 JZ&PC	37.96	272
6. Fokje Visser	88 JZ&PC	41.66	206

Programmanr. 24
28-8-2010 - 11:35

Heren, 50m vrije slag

18 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. Harry Dijk	91 JZ&PC	28.75	441
2. Herman van Dijk	89 Wellerobben	30.61	365
3. Rene van Dijk	84 ISIS	30.71	362
4. Rudy de Jong	83 De Forel	30.81	358
5. Willem vd Zwaag	85 ISIS	32.19	314
6. Reyer Frank v.d. Stege	87 ISIS	33.10	289

Programmanr. 25
28-8-2010 - 11:35

Gemengd, 4 x 50m vrije slag

11 jaar en ouder
Resultaten

Punten: FINA 2004

Rang	Geb.	Tijd	Pnt
1. De Forel 1 Joyce Bakker 96 Bart Bekkema 95	De Forel Eva Janssen 97 Lars Roelofs 96	2:14.26	278
2. ISIS 1 Rene van Dijk 84 Kyra v.d. Heide 93	ISIS Willem vd Zwaag 85 Monique Jansma 85	2:19.03	250
3. Wellerobben 1 Marleen Leistra 98 Anita Mennema 98	Wellerobben Albert Boersen 92 Herman van Dijk 89	2:26.67	213
4. ISIS 2 Rosanna van Teijen 98 Hendrik Veldkamp 97	ISIS Shari v.d. Heide 95 Jouke v.d. Meer 94	2:27.15	211
5. JZ&PC 1 Briyanka Koen 93 Anke Blaauw 95	JZ&PC Ilse Blaauw 91 Harry Dijk 91	2:27.33	210
6. HZ&PC Heerenveen 1 Thijs Hoekstra 00 Romy Jalving 00	HZ&PC Heerenveen Jelmer Meijer 99 Margje Althuisius 91	2:44.50	151

Frisocup
Appelscha, 28.8.2010

Programmanr. 25, Gemengd, 4 x 50m vrije slag, 11 jaar en ouder

Rang				Tijd	Pnt
7.	ISIS 3		ISIS	2:54.04	128
	Monique Veenstra	99	Martje de Vries	92	
	Anouk van Duijven	98	Reyer Frank v.d. Stege	87	