

Fryselcup deel 5  
Buitenpost, 19-3-2011

Programmanr. 1  
19-3-2011 - 17:30

Meisjes, 25m schoolslag

Minioren 4 en later  
Resultaten

| Rang  | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|-------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.    | Joyce Kuipers        | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0103426     | <b>22.72</b> |
| 2.    | Femke Romy Wiersma   | Neptunia '24        | 24.82         | 0103078     | <b>23.44</b> |
| 3.    | Sigrid Pafforaad     | Avena               | 24.66         | 0201130     | <b>24.78</b> |
| 4.    | Yvanka Visser        | SG. Bolsward-Workum | 25.53         | 0102698     | <b>25.12</b> |
| 5.    | Lisa Bleichrodt      | De Vikings          | 25.00         | 0101406     | <b>25.23</b> |
| 6.    | Allysha van der Veer | PWC                 | 26.91         | 0103450     | <b>25.47</b> |
| 7.    | Sanne Abma           | Neptunia '24        | 25.37         | 0200590     | <b>25.83</b> |
| 8.    | Yvanka Gerdez        | PWC                 | 27.49         | 0103310     | <b>26.68</b> |
| 9.    | Janneke de Vries     | PWC                 | NT            | 0103452     | <b>27.03</b> |
| 10.   | Tinka Kingma         | De Vikings          | 30.10         | 0103176     | <b>27.97</b> |
| 11.   | Ilse Attema          | De Vikings          | 30.82         | 0103174     | <b>28.59</b> |
| 12.   | Marion Zijlstra      | De Vikings          | NT            | 0103172     | <b>29.10</b> |
| 13.   | Chantal Outhuijse    | De Vikings          | 29.31         | 0300420     | <b>29.16</b> |
| 14.   | Ylsa Dijkstra        | SG. Bolsward-Workum | 28.19         | 0200728     | <b>29.51</b> |
| 15.   | Jeanette Halma       | De Vikings          | 30.15         | 0300416     | <b>30.67</b> |
| 16.   | Luna van den Ende    | De Vikings          | NT            | 0201518     | <b>30.78</b> |
| 17.   | Grada van den Berg   | De Vikings          | NT            | 0300774     | <b>30.97</b> |
| 18.   | Gerda Woldendorp     | De Vikings          | 32.42         | 0300418     | <b>31.34</b> |
| 19.   | Janet van der Zwaag  | PWC                 | 34.19         | 0103454     | <b>31.93</b> |
| 20.   | Jissy Kingma         | De Vikings          | 39.81         | 0300776     | <b>39.17</b> |
| AFGEM | Doris Baarsma        | De Vikings          | 36.32         | 0103304     |              |

Programmanr. 2  
19-3-2011 - 17:37

Jongens, 25m schoolslag

Minioren 4 en later  
Resultaten

| Rang  | Naam                | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|-------|---------------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.    | Durk Toering        | De Vikings          | 26.78         | 0200925     | <b>28.09</b> |
| 2.    | Jerke van Zelm      | SG. Bolsward-Workum | 30.62         | 0300017     | <b>29.53</b> |
| 3.    | Jelte Overzet       | De Vikings          | NT            | 0201453     | <b>29.95</b> |
| 4.    | Wierd de Wit        | De Vikings          | 29.37         | 0200923     | <b>30.01</b> |
| 5.    | Marrick Alkema      | PWC                 | 27.37         | 0200643     | <b>30.78</b> |
| 6.    | Niek van der Meulen | PWC                 | 29.07         | 0200645     | <b>30.89</b> |
| AFGEM | Finn Ligthart       | De Vikings          | NT            | 0201451     |              |
| AFGEM | Jens Welle          | De Vikings          | 36.66         | 0300301     |              |

Programmanr. 3  
19-3-2011 - 17:40

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 1 en later  
Resultaten

| Rang | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd          |
|------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|-------------------|
| 1.   | Jildou Speerstra     | SG. Bolsward-Workum | 48.48         | 9903990     | <b>46.43</b>      |
| 2.   | Marika de Jong       | Avena               | 47.88         | 0101074     | <b>47.75</b>      |
| 3.   | Noël Hettinga        | Neptunia '24        | 48.15         | 0002536     | <b>47.79</b>      |
| 4.   | Denise Hendriks      | Neptunia '24        | 48.76         | 9904646     | <b>48.48</b>      |
| 5.   | Picabo Tienstra      | SG. Bolsward-Workum | 47.41         | 9903006     | <b>48.54</b>      |
| 6.   | Kim vander Weerthof  | De Vikings          | 53.01         | 9904594     | <b>49.66</b>      |
| 7.   | Myrthe Damstra       | SG. Bolsward-Workum | 51.32         | 9904990     | <b>49.75</b>      |
| 8.   | Anne Veldman         | Neptunia '24        | 49.29         | 0003590     | <b>50.63</b>      |
| 9.   | Rosalie Hooghiemstra | Avena               | 53.17         | 0003808     | <b>51.84</b>      |
| 10.  | Nora Veenstra        | SG. Bolsward-Workum | 50.69         | 9901446     | <b>52.26</b> FJ 1 |
| 11.  | Mayke Veltman        | Avena               | 50.81         | 0003662     | <b>52.26</b> FJ 2 |

Fryselcup deel 5  
Buitenpost, 19-3-2011

Programmanr. 3, Meisjes, 50m schoolslag, Junioren 1 en later

| Rang | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|----------------|
| 12.  | Dieuwke Mulder       | Avena               | 52.77         | 0102260     | <b>54.85</b>   |
| 13.  | Afke van Zijverden   | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0100296     | <b>55.03</b>   |
| 14.  | Jennifer Sikma       | Neptunia '24        | 54.63         | 0003644     | <b>55.22</b>   |
| 15.  | Janneke Bierma       | PWC                 | 53.02         | 0101892     | <b>55.57</b>   |
| 16.  | Jildou Flapper       | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0004838     | <b>55.67</b>   |
| 17.  | Julia de Rooij       | Neptunia '24        | 54.53         | 0004366     | <b>55.75</b>   |
| 18.  | Lisanne Postma       | PWC                 | 57.33         | 9905362     | <b>55.79</b>   |
| 19.  | Liesette Bruinsma    | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0004346     | <b>56.83</b>   |
| 20.  | Heline Koning        | SG. Bolsward-Workum | 58.19         | 0000422     | <b>57.78</b>   |
| 21.  | Daisy Langenberg     | PWC                 | 56.19         | 0001474     | <b>58.80</b>   |
| 22.  | Christine Berenschot | SG. Bolsward-Workum | 57.35         | 9901684     | <b>1:00.32</b> |
| 23.  | Danielle de Bakker   | SG. Bolsward-Workum | 1:01.38       | 9901448     | <b>1:00.54</b> |
| 24.  | Belle Tienstra       | SG. Bolsward-Workum | 59.32         | 0001806     | <b>1:00.60</b> |
| 25.  | Jildou Folkertsma    | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0102696     | <b>1:03.09</b> |

Programmanr. 4  
19-3-2011 - 17:51

Jongens, 50m schoolslag

Minioren 6 en later  
Resultaten

| Rang | Naam                   | Vereniging | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd          |
|------|------------------------|------------|---------------|-------------|-------------------|
| 1.   | Bindert Sietse Reitsma | PWC        | 52.80         | 9904093     | <b>50.85</b>      |
| 2.   | Gerben Overzet         | De Vikings | 56.93         | 9903769     | <b>56.61</b>      |
| 3.   | Foeke-Jan Oostenveld   | Avena      | 56.31         | 9903905     | <b>59.22</b>      |
| 4.   | Jesse Lammers          | Avena      | 58.67         | 0100685     | <b>1:01.77</b>    |
| DIS  | David Ijpe             | De Vikings | 1:05.62       | 0003303     | <b>1:06.28</b> SK |

*SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.*

Programmanr. 5  
19-3-2011 - 17:55

Meisjes, 100m wisselslag

Junioren 3 en later  
Resultaten

| Rang | Naam               | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|------|--------------------|---------------------|---------------|-------------|----------------|
| 1.   | Meike Kuyer        | Neptunia '24        | 1:45.52       | 9804884     | <b>1:31.51</b> |
| 2.   | Raijsa Balasingham | Avena               | 1:32.32       | 9702182     | <b>1:32.18</b> |
| 3.   | Wieke Wiersma      | PWC                 | 1:33.82       | 9803592     | <b>1:33.53</b> |
| 4.   | Nadine Prins       | PWC                 | NT            | 9904736     | <b>1:34.36</b> |
| 5.   | Amarins Bakker     | SG. Bolsward-Workum | 1:49.40       | 9902600     | <b>1:37.63</b> |
| 6.   | Daphne Koetstra    | Neptunia '24        | NT            | 9705606     | <b>1:41.16</b> |
| 7.   | Evelien de Jong    | Neptunia '24        | NT            | 9805316     | <b>1:41.44</b> |
| 8.   | Dieuwke Boorsma    | Neptunia '24        | NT            | 9805314     | <b>1:41.63</b> |
| 9.   | Geartsje Hilt      | SG. Bolsward-Workum | NT            | 9805650     | <b>1:51.29</b> |
| DIS  | Kiri Abee          | Neptunia '24        | NT            | 9706086     | AE             |

*AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd. (meer dan twee slagen: geen tijden noteren)*

|     |               |     |    |         |                   |
|-----|---------------|-----|----|---------|-------------------|
| DIS | Roelie Klaver | PWC | NT | 9803588 | <b>1:49.16</b> VD |
|-----|---------------|-----|----|---------|-------------------|

*VD - Schoolslagbenen gezwommen of andere stuwende beweging in het horizontale vlak.*

Fryselcup deel 5  
Buitenpost, 19-3-2011

Programmanr. 6 Jongens, 100m wisselslag Junioren 2 en later  
19-3-2011 - 18:01 Resultaten

| Rang  | Naam  | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |    |
|-------|---|---------------------|---------------|-------------|----------------|----|
| 1.    | Sjors Verweij   | Avena               | 1:22.98       | 9900559     | <b>1:21.18</b> |    |
| 2.    | Herman Buist  | PWC                 | 1:28.32       | 9801525     | <b>1:31.16</b> |    |
| 3.    | Dennis Kolkman  | De Vikings          | NT            | 9804825     | <b>1:34.27</b> |    |
| 4.    | Erik Postma   | PWC                 | 2:04.08       | 9804781     | <b>2:06.86</b> |    |
| DIS   | Laurens Terlaakpoot                                     | Avena               | 1:39.58       | 9902563     | <b>1:38.53</b> | RH |
|       | <i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i> |                     |               |             |                |    |
| DIS   | Michiel de Jong   | SG. Bolsward-Workum | 1:47.22       | 9900445     | <b>1:50.71</b> | RH |
|       | <i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i> |                     |               |             |                |    |
| AFGEM | Douwe van Velzen  | De Vikings          | NT            | 9802331     |                |    |
| AFGEM | Martijn Lucas   | De Vikings          | NT            | 9802897     |                |    |

Programmanr. 7 Meisjes, 100m schoolslag Jeugd 2 en later  
19-3-2011 - 18:06 Resultaten

| Rang  | Naam             | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|-------|------------------|---------------------|---------------|-------------|----------------|
| 1.    | Elzemarij Bosker | Avena               | 1:34.76       | 9505200     | <b>1:35.19</b> |
| 2.    | Lysbeth Koster   | Avena               | 1:35.07       | 9901952     | <b>1:38.66</b> |
| 3.    | Sigrid de Zwart  | SG. Bolsward-Workum | 1:42.52       | 9503752     | <b>1:44.07</b> |
| 4.    | Marijke Postma   | PWC                 | 1:52.33       | 9605724     | <b>1:50.53</b> |
| 5.    | Merlin Arifin    | Neptunia '24        | 1:47.81       | 9506438     | <b>1:51.31</b> |
| AFGEM | Rhyanne Westra   | Neptunia '24        | 1:50.54       | 9603028     |                |

Programmanr. 8 Jongens, 100m schoolslag Junioren 4 en later  
19-3-2011 - 18:11 Resultaten

| Rang | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|----------------|
| 1.   | Hessel Bierma        | PWC                 | 1:25.54       | 9602257     | <b>1:27.79</b> |
| 2.   | Douwe van der Steen  | PWC                 | 1:36.36       | 9604257     | <b>1:35.44</b> |
| 3.   | Gerwin van der Kooij | PWC                 | 1:39.06       | 9505779     | <b>1:36.27</b> |
| 4.   | Joeri Leeuwen        | SG. Bolsward-Workum | NT            | 9505265     | <b>1:39.75</b> |
| 5.   | Brent Barkmeijer     | PWC                 | 1:41.03       | 9505641     | <b>1:41.65</b> |
| 6.   | Jorn den Hamer       | PWC                 | 1:47.23       | 9604251     | <b>1:47.08</b> |
| 7.   | Sjoerd de Jong       | Avena               | 1:50.58       | 9903907     | <b>1:51.91</b> |

Programmanr. 9 Dames, 100m wisselslag Senioren Open  
19-3-2011 - 18:16 Resultaten

| Rang | Naam  | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |    |
|------|---|---------------------|---------------|-------------|----------------|----|
| 1.   | Folyanne Antuma   | PWC                 | 1:25.72       | 9304048     | <b>1:26.15</b> |    |
| 2.   | Annick Huizenga   | Neptunia '24        | 1:41.85       | 9108376     | <b>1:48.85</b> |    |
| DIS  | Anna-Gre Idsinga  | SG. Bolsward-Workum | NT            | 9603718     | <b>1:26.37</b> | SK |
|      | <i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.</i> |                     |               |             |                |    |



Fryselcup deel 5  
Buitenpost, 19-3-2011

Programmanr. 13  
19-3-2011 - 18:45

Meisjes, 50m rugslag

Junioren 1 en later  
Resultaten

| Rang | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|----------------|
| 1.   | Marika de Jong       | Avena               | 44.26         | 0101074     | <b>43.50</b>   |
| 2.   | Helina Koning        | SG. Bolsward-Workum | 48.09         | 0000422     | <b>43.66</b>   |
| 3.   | Denise Hendriks      | Neptunia '24        | 45.75         | 9904646     | <b>46.56</b>   |
| 4.   | Rosalie Hooghiemstra | Avena               | 50.67         | 0003808     | <b>46.77</b>   |
| 5.   | Mayke Veltman        | Avena               | 48.06         | 0003662     | <b>46.96</b>   |
| 6.   | Kim vander Weerthof  | De Vikings          | 53.73         | 9904594     | <b>47.06</b>   |
| 7.   | Noël Hettinga        | Neptunia '24        | 46.68         | 0002536     | <b>47.28</b>   |
| 8.   | Jildou Speerstra     | SG. Bolsward-Workum | 48.33         | 9903990     | <b>47.38</b>   |
| 9.   | Anne Veldman         | Neptunia '24        | 47.00         | 0003590     | <b>47.48</b>   |
| 10.  | Picabo Tienstra      | SG. Bolsward-Workum | 46.25         | 9903006     | <b>48.59</b>   |
| 11.  | Myrthe Damstra       | SG. Bolsward-Workum | NT            | 9904990     | <b>50.50</b>   |
| 12.  | Jennifer Sikma       | Neptunia '24        | NT            | 0003644     | <b>50.91</b>   |
| 13.  | Afke van Zijverden   | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0100296     | <b>52.16</b>   |
| 14.  | Jildou Folkertsma    | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0102696     | <b>52.56</b>   |
| 15.  | Jildou Flapper       | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0004838     | <b>53.27</b>   |
| 16.  | Julia de Rooij       | Neptunia '24        | 54.25         | 0004366     | <b>54.09</b>   |
| 17.  | Dieuwke Mulder       | Avena               | NT            | 0102260     | <b>54.49</b>   |
| 18.  | Belle Tienstra       | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0001806     | <b>54.84</b>   |
|      | Nora Veenstra        | SG. Bolsward-Workum | 49.03         | 9901446     | <b>54.84</b>   |
| 20.  | Daisy Langenberg     | PWC                 | 54.38         | 0001474     | <b>57.19</b>   |
| 21.  | Lisanne Postma       | PWC                 | 55.14         | 9905362     | <b>57.29</b>   |
| 22.  | Christine Berenschot | SG. Bolsward-Workum | 57.32         | 9901684     | <b>58.75</b>   |
| 23.  | Danielle de Bakker   | SG. Bolsward-Workum | 59.91         | 9901448     | <b>1:03.60</b> |
| 24.  | Liesette Bruinsma    | SG. Bolsward-Workum | NT            | 0004346     | <b>1:21.18</b> |

Programmanr. 14  
19-3-2011 - 18:54

Jongens, 50m rugslag

Minioren 6 en later  
Resultaten

| Rang | Naam                   | Vereniging | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd       |
|------|------------------------|------------|---------------|-------------|----------------|
| 1.   | David IJpe             | De Vikings | NT            | 0003303     | <b>47.61</b>   |
| 2.   | Jesse Lammers          | Avena      | 57.50         | 0100685     | <b>56.27</b>   |
| 3.   | Gerben Overzet         | De Vikings | NT            | 9903769     | <b>56.56</b>   |
| 4.   | Bindert Sietse Reitsma | PWC        | 1:00.05       | 9904093     | <b>56.72</b>   |
| 5.   | Foeke-Jan Oostenveld   | Avena      | 54.52         | 9903905     | <b>1:00.28</b> |

Programmanr. 15  
19-3-2011 - 18:57

Meisjes, 50m vrije slag

Junioren 3 en later  
Resultaten

| Rang | Naam            | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|------|-----------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.   | Meike Kuyer     | Neptunia '24        | 36.91         | 9804884     | <b>36.84</b> |
| 2.   | Nadine Prins    | PWC                 | 36.71         | 9904736     | <b>38.08</b> |
| 3.   | Evelien de Jong | Neptunia '24        | 39.16         | 9805316     | <b>39.26</b> |
| 4.   | Wieke Wiersma   | PWC                 | 37.51         | 9803592     | <b>39.28</b> |
| 5.   | Amarins Bakker  | SG. Bolsward-Workum | 39.98         | 9902600     | <b>40.43</b> |
| 6.   | Dieuwke Boorsma | Neptunia '24        | 40.03         | 9805314     | <b>41.69</b> |
| 7.   | Daphne Koetstra | Neptunia '24        | 40.43         | 9705606     | <b>42.65</b> |
| 8.   | Kiri Abee       | Neptunia '24        | 38.93         | 9706086     | <b>43.37</b> |
| 9.   | Roelie Klaver   | PWC                 | 47.17         | 9803588     | <b>43.97</b> |
| 10.  | Geartsje Hilt   | SG. Bolsward-Workum | 45.00         | 9805650     | <b>51.10</b> |

Fryselcup deel 5  
Buitenpost, 19-3-2011

Programmanr. 16  
19-3-2011 - 19:01

Jongens, 50m vrije slag

Junioren 2 en later  
Resultaten

| Rang  | Naam                | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|-------|---------------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.    | Dennis Kolkman      | De Vikings          | 35.12         | 9804825     | <b>33.50</b> |
| 2.    | Herman Buist        | PWC                 | 34.10         | 9801525     | <b>34.26</b> |
| 3.    | Laurens Terlaakpoot | Avena               | 36.29         | 9902563     | <b>35.82</b> |
| 4.    | Michiel de Jong     | SG. Bolsward-Workum | 40.53         | 9900445     | <b>44.19</b> |
| 5.    | Erik Postma         | PWC                 | 46.44         | 9804781     | <b>50.60</b> |
| AFGEM | Douwe van Velzen    | De Vikings          | 40.23         | 9802331     |              |
| AFGEM | Martijn Lucas       | De Vikings          | 49.94         | 9802897     |              |

Programmanr. 17  
19-3-2011 - 19:04

Meisjes, 50m vrije slag

Jeugd 2 en later  
Resultaten

| Rang  | Naam            | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|-------|-----------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.    | Lysbeth Koster  | Avena               | 35.26         | 9901952     | <b>36.56</b> |
| 2.    | Sigrid de Zwart | SG. Bolsward-Workum | 36.18         | 9503752     | <b>36.97</b> |
| 3.    | Merlin Arifin   | Neptunia '24        | 37.80         | 9506438     | <b>38.58</b> |
| 4.    | Marijke Postma  | PWC                 | 38.15         | 9605724     | <b>38.84</b> |
| AFGEM | Rhyanne Westra  | Neptunia '24        | 37.11         | 9603028     |              |

Programmanr. 18  
19-3-2011 - 19:07

Jongens, 50m vrije slag

Junioren 4 en later  
Resultaten

| Rang | Naam                 | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|------|----------------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.   | Sjors Verweij        | Avena               | 30.98         | 9900559     | <b>31.44</b> |
| 2.   | Brent Barkmeijer     | PWC                 | 31.59         | 9505641     | <b>31.80</b> |
| 3.   | Gerwin van der Kooij | PWC                 | 32.91         | 9505779     | <b>32.68</b> |
| 4.   | Douwe van der Steen  | PWC                 | 32.63         | 9604257     | <b>33.00</b> |
| 5.   | Hessel Bierma        | PWC                 | 32.22         | 9602257     | <b>33.56</b> |
| 6.   | Joeri Leeuwen        | SG. Bolsward-Workum | 34.97         | 9505265     | <b>34.18</b> |
| 7.   | Jorn den Hamer       | PWC                 | 37.88         | 9604251     | <b>37.53</b> |
| 8.   | Sjoerd de Jong       | Avena               | 41.90         | 9903907     | <b>46.37</b> |

Programmanr. 19  
19-3-2011 - 19:10

Dames, 50m schoolslag

Senioren Open  
Resultaten

| Rang | Naam               | Vereniging          | Inschrijftijd | Startnummer | Eindtijd     |
|------|--------------------|---------------------|---------------|-------------|--------------|
| 1.   | Elzemarij Bosker   | Avena               | 43.46         | 9505200     | <b>43.80</b> |
| 2.   | Folyanne Antuma    | PWC                 | 44.87         | 9304048     | <b>45.15</b> |
| 3.   | Anna-Gre Idsinga   | SG. Bolsward-Workum | 45.66         | 9603718     | <b>46.13</b> |
| 4.   | Raijsa Balasingham | Avena               | 47.51         | 9702182     | <b>49.58</b> |
| 5.   | Annick Huizenga    | Neptunia '24        | 54.14         | 9108376     | <b>56.93</b> |

