

Lange Afstandswedstrijd Het Y  
Amsterdam, 17-12-2023

Programmanr. 11  
17-12-2023 - 15:00

Dames, 200m vlinderslag

Senioren Open  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Holly Meijer	Het Y	NT 200305474	<b>2:48.81</b>		33.21			2:48.81
2. Sara Spoorenberg	Het Y	2:56.01 200901718	<b>2:49.30</b>		36.31			2:49.30
3. Nina de Witt	Het Y	NT 200801858	<b>3:12.53</b>		40.81			3:12.53

Programmanr. 1  
17-12-2023 - 15:03

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Cleo Siegers	Het Y	2:55.51 200504588	<b>2:47.68</b>		36.57			2:47.68
2. Sofia Deschamps	Het Y	3:01.60 200804470	<b>2:59.55</b>	FJ1	38.93			2:59.55
Ilana van der Putten	AZ&PC De Futen	2:58.12 200701152	<b>2:59.55</b>	FJ2	44.11			2:59.55
4. E. de Champeaux de Lal	Het Y/e	3:09.92 201102474	<b>3:04.87</b>		43.01			3:04.87
5. Jolie Losekoot	AZ&PC De Futen	3:20.78 201200866	<b>3:11.15</b>		43.44			3:11.15
6. Samara Morassaei	Het Y	3:12.84 200703952	<b>3:12.18</b>		41.81			3:12.18
7. Lisa Sprachmann	Het Y	3:18.09 200904264	<b>3:12.36</b>		44.34			3:12.36
8. Julie van Keimpema	Het Y	3:25.88 201201966	<b>3:19.29</b>		49.16			3:19.29
9. Liv Schoon	Daw	3:27.60 201202112	<b>3:22.84</b>		44.68			3:22.84
10. Aya Ait Oumoulid	Het Y	NT 200804808	<b>3:23.17</b>		44.75			3:23.17
11. Maja Koek	Het Y	3:31.18 201103382	<b>3:29.53</b>		52.24			3:29.53
12. Ties van der Struijs	Het Y	3:50.53 201103492	<b>3:39.68</b>		48.85			3:39.68
13. Lola Opdam	Daw	NT 201103150	<b>3:43.38</b>		52.12			3:43.38

DIS Alina Kalla Zwemvereniging Utrecht NT 201103074  
*RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.*

DIS Yusra el Bay Het Y NT 201202474  
*SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.*

DIS Mayla Grevenstuk Het Y 3:02.22 200803910  
*SS - Met handen over elkaar keer- of eindpunt aangetikt.*

DIS Aleksandra Nikolic Het Y NT 201102046  
*RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.*

AFGEM Saartje van Alphen Het Y NT 201103340  
AFGEM Mara-Jan Baart Het Y NT 200904270  
AFGEM Sara Martijn Het Y NT 200904266  
AFGEM Amalia Banoiu-Radu AZ&PC De Futen 3:08.22 201103272

Programmanr. 2  
17-12-2023 - 15:20

Heren, 200m wisselslag

Junioren 1 en ouder  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Patrick Wyrdean	Westland Swimming St	2:34.12 199702475	<b>2:32.69</b>		32.10			2:32.69
2. Franz Ziegler	Daw	2:42.43 201100891	<b>2:40.67</b>		32.14			2:40.67
3. Daniël Schraven	Het Y	NT 200903767	<b>3:02.06</b>		41.72			3:02.06
4. Euan Mooney	AZ&PC De Futen	3:44.35 200903399	<b>3:10.21</b>		40.31			3:10.21
5. Menno Hakhverdian	Het Y	3:25.19 201100563	<b>3:18.25</b>		49.24			3:18.25
6. Jamal Lauwerends	Het Y	3:32.86 201102083	<b>3:28.32</b>		45.97			3:28.32
AFGEM Mauro Bedeke	Daw	2:40.52 201000537						
AFGEM Lieuwe Asscher	Het Y	NT 201102503						
AFGEM Max Bakker	Het Y	2:26.48 200702097						

Lange Afstandswedstrijd Het Y  
Amsterdam, 17-12-2023

Programmanr. 3  
17-12-2023 - 15:28

200m vrije slag

Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Minioren 3 en 4, Meisjes									
1.	Sophia Kales	Het Y	NT 201401124	<b>3:52.05</b>		49.56	1:49.31	2:51.32	3:52.05

Programmanr. 4  
17-12-2023 - 15:31

400m vrije slag

Meisjes Jun1 e.j, Jongens Min6 e.j  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Minioren 5, Meisjes					
1.	Lena van den Berg	Het Y	NT 201302228	<b>6:45.93</b>	
	50m: 45.29	45.29	150m: 2:29.93	52.68	250m: 4:15.98
	100m: 1:37.25	51.96	200m: 3:22.68	52.75	300m: 5:08.00
					350m: 6:01.55
					400m: 6:45.93
					53.55
					44.38
2.	Esmee van Antwerpen	Westland Swimming Stars	NT 201300714	<b>7:58.53</b>	
	50m: 50.40	50.40	150m: 2:51.45	1:01.62	250m: 4:57.95
	100m: 1:49.83	59.43	200m: 3:54.50	1:03.05	300m: 6:02.59
					1:03.45
					350m: 7:06.64
					1:04.05
					400m: 7:58.53
					51.89
AFGEM	Boukje de Baedts	Het Y	5:57.49	201300756	
AFGEM	Tamara Verheijen	Het Y	NT 201301678		

Minioren 6 en jonger, Jongens

1.	Max van Splunder	Het Y	5:25.17	201200531	<b>5:18.79</b>
	50m: 35.40	35.40	150m: 1:55.71	40.24	250m: 3:18.29
	100m: 1:15.47	40.07	200m: 2:37.15	41.44	300m: 3:59.55
					41.14
					350m: 4:40.65
					41.10
					400m: 5:18.79
					38.14
2.	Luuk Hoogland	Daw	NT 201200939	<b>5:39.09</b>	
	50m: 36.11	36.11	150m: 2:00.54	43.06	250m: 3:27.87
	100m: 1:17.48	41.37	200m: 2:43.97	43.43	300m: 4:12.15
					43.90
					350m: 4:55.92
					43.77
					400m: 5:39.09
					43.17
3.	Toa Jahn	Het Y	5:46.02	201201665	<b>5:43.53</b>
	50m: 36.93	36.93	150m: 2:03.77	44.98	250m: 3:32.87
	100m: 1:18.79	41.86	200m: 2:48.31	44.54	300m: 4:17.50
					44.56
					350m: 5:02.39
					44.89
					400m: 5:43.53
					41.14
4.	Qing Ypma	Het Y	NT 201400803	<b>6:40.78</b>	
	50m: 42.15	42.15	150m: 2:20.47	50.01	250m: 4:06.25
	100m: 1:30.46	48.31	200m: 3:11.88	51.41	300m: 4:58.84
					54.37
					350m: 5:51.73
					52.89
					400m: 6:40.78
					49.05
5.	Mauro van den Idsert	Daw	7:35.19	201300559	<b>7:14.70</b>
	50m: 45.53	45.53	150m: 2:38.00	56.99	250m: 4:32.16
	100m: 1:41.01	55.48	200m: 3:34.25	56.25	300m: 5:28.19
					57.91
					350m: 6:25.49
					57.30
					400m: 7:14.70
					49.21
AFGEM	Aidan Mooney	AZ&PC De Futen	NT 201201311		

Programmanr. 5  
17-12-2023 - 15:47

Dames, 800m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Renske Dutilh	Het Y	9:44.69	200201188	<b>9:40.83</b>
	100m: 1:09.31	1:09.31	300m: 3:32.12	1:13.01	500m: 6:00.25
	200m: 2:19.11	1:09.80	400m: 4:45.92	1:13.80	600m: 7:14.87
					1:14.33
					700m: 8:29.62
					1:14.75
					800m: 9:40.83
					1:11.21
2.	Holly Meijer	Het Y	10:22.75	200305474	<b>10:02.41</b>
	100m: 1:09.58	1:09.58	300m: 3:42.56	1:17.01	500m: 6:16.21
	200m: 2:25.55	1:15.97	400m: 4:59.39	1:16.83	600m: 7:33.02
					1:16.82
					700m: 8:50.43
					1:17.41
					800m: 10:02.41
					1:11.98
3.	Lieke Broere	De Otters Het Gooi	10:38.52	200303890	<b>10:28.70</b>
	100m: 1:12.65	1:12.65	300m: 3:49.92	1:19.72	500m: 6:29.46
	200m: 2:30.20	1:17.55	400m: 5:09.07	1:19.15	600m: 7:50.48
					1:20.39
					700m: 9:12.39
					1:21.91
					800m: 10:28.70
					1:16.31
4.	Jennifer Koonen	Zwemsport Parkstad	10:54.11	200500386	<b>10:29.73</b>
	100m: 1:11.92	1:11.92	300m: 3:50.47	1:19.40	500m: 6:31.26
	200m: 2:31.07	1:19.15	400m: 5:10.53	1:20.06	600m: 7:52.54
					1:20.73
					700m: 9:13.40
					1:20.86
					800m: 10:29.73
					1:16.33
5.	Melissa Zwaan	Daw	10:07.63	199103666	<b>10:46.43</b>
	100m: 1:13.56	1:13.56	300m: 3:55.12	1:21.38	500m: 6:39.62
	200m: 2:33.74	1:20.18	400m: 5:17.46	1:22.34	600m: 8:01.68
					1:22.16
					700m: 9:24.90
					1:23.22
					800m: 10:46.43
					1:21.53
6.	Yuna van den Idsert	Daw	11:30.78	201001196	<b>10:47.39</b>
	100m: 1:15.95	1:15.95	300m: 4:02.66	1:23.97	500m: 6:49.55
	200m: 2:38.69	1:22.74	400m: 5:25.73	1:23.07	600m: 8:11.01
					1:23.82
					700m: 9:34.37
					1:23.36
					800m: 10:47.39
					1:13.02

Lange Afstandswedstrijd Het Y  
Amsterdam, 17-12-2023

Programmanr. 5, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
7.	Nora de Hollander	Oceanus	10:49.83	200702874	<b>10:48.02</b>			
	100m: 1:15.84	1:15.84	300m: 3:58.65	1:21.86	500m: 6:46.20	1:23.60	700m: 9:31.75	1:22.40
	200m: 2:36.79	1:20.95	400m: 5:22.60	1:23.95	600m: 8:09.35	1:23.15	800m: 10:48.02	1:16.27
8.	Alina Spijkerman	Daw	11:10.90	197701220	<b>10:51.39</b>			
	100m: 1:14.58	1:14.58	300m: 4:01.11	1:23.34	500m: 6:46.11	1:22.34	700m: 9:30.67	1:22.34
	200m: 2:37.77	1:23.19	400m: 5:23.77	1:22.66	600m: 8:08.33	1:22.22	800m: 10:51.39	1:20.72
9.	Magari Wydh	Het Y	NT	201000950	<b>10:58.92</b>			
	100m: 1:18.05	1:18.05	300m: 4:06.20	1:24.48	500m: 6:56.04	1:25.05	700m: 9:43.36	1:23.62
	200m: 2:41.72	1:23.67	400m: 5:30.99	1:24.79	600m: 8:19.74	1:23.70	800m: 10:58.92	1:15.56
10.	Nina de Witt	Het Y	11:57.99	200801858	<b>11:03.62</b>			
	100m: 1:17.15	1:17.15	300m: 4:01.50	1:22.73	500m: 6:49.99	1:24.38	700m: 9:42.10	1:25.99
	200m: 2:38.77	1:21.62	400m: 5:25.61	1:24.11	600m: 8:16.11	1:26.12	800m: 11:03.62	1:21.52
11.	Sara Spoorenberg	Het Y	11:05.16	200901718	<b>11:10.20</b>			
	100m: 1:18.58	1:18.58	300m: 4:10.10	1:25.86	500m: 7:00.80	1:25.37	700m: 9:51.43	1:24.62
	200m: 2:44.24	1:25.66	400m: 5:35.43	1:25.33	600m: 8:26.81	1:26.01	800m: 11:10.20	1:18.77
12.	Tamira Anna Rasban	Daw	11:26.07	200801810	<b>11:11.58</b>			
	100m: 1:17.63	1:17.63	300m: 4:06.65	1:25.56	500m: 6:59.37	1:26.89	700m: 9:50.94	1:25.70
	200m: 2:41.09	1:23.46	400m: 5:32.48	1:25.83	600m: 8:25.24	1:25.87	800m: 11:11.58	1:20.64
13.	Megan Snoek	Daw	11:55.85	200900888	<b>11:25.94</b>			
	100m: 1:15.58	1:15.58	300m: 4:03.88	1:25.11	500m: 6:57.98	1:27.34	700m: 9:49.17	1:32.18
	200m: 2:38.77	1:23.19	400m: 5:30.64	1:26.76	600m: 8:26.99	1:29.01	800m: 11:25.94	1:26.77
14.	Juliette Toole	AZ&PC De Futen	13:00.66	200602334	<b>11:42.55</b>			
	100m: 1:18.37	1:18.37	300m: 4:15.99	1:28.94	500m: 7:15.79	1:29.97	700m: 10:15.87	1:29.54
	200m: 2:47.05	1:28.68	400m: 5:45.82	1:29.83	600m: 8:46.33	1:30.54	800m: 11:42.55	1:26.68
15.	Anouk van der Lans	Westland Swimming Stars	NT	199801614	<b>11:45.09</b>			
	100m: 1:20.66	1:20.66	300m: 4:18.54	1:29.60	500m: 7:18.85	1:29.77	700m: 10:20.04	1:29.97
	200m: 2:48.94	1:28.28	400m: 5:49.08	1:30.54	600m: 8:50.07	1:31.22	800m: 11:45.09	1:25.05
16.	Isa Schaap	Het Y	13:25.13	201101542	<b>12:01.80</b>			
	100m: 1:22.49	1:22.49	300m: 4:24.94	1:32.12	500m: 7:29.16	1:32.33	700m: 10:32.90	1:30.77
	200m: 2:52.82	1:30.33	400m: 5:56.83	1:31.89	600m: 9:02.13	1:32.97	800m: 12:01.80	1:28.90
17.	E. de Champeaux de Laboulay	Het Y	NT	201102474	<b>12:03.55</b>			
	100m: 1:28.49	1:28.49	300m: 4:33.15	1:28.33	500m: 7:37.65	1:32.99	700m: 10:39.85	1:30.50
	200m: 3:04.82	1:36.33	400m: 6:04.66	1:31.51	600m: 9:09.35	1:31.70	800m: 12:03.55	1:23.70
18.	Ilana van der Putten	AZ&PC De Futen	NT	200701152	<b>12:09.72</b>			
	100m: 1:23.73	1:23.73	300m: 4:29.60	1:33.68	500m: 7:37.58	1:33.51	700m: 10:41.64	1:31.62
	200m: 2:55.92	1:32.19	400m: 6:04.07	1:34.47	600m: 9:10.02	1:32.44	800m: 12:09.72	1:28.08
19.	Eva Blokzijl	Het Y	15:09.29	201003214	<b>12:11.69</b>			
	100m: 1:25.17	1:25.17	300m: 4:29.26	1:32.36	500m: 7:36.16	1:33.65	700m: 10:43.09	1:33.36
	200m: 2:56.90	1:31.73	400m: 6:02.51	1:33.25	600m: 9:09.73	1:33.57	800m: 12:11.69	1:28.60
20.	Nienke Luijn van	Zwemvereniging Utrecht	14:01.03	200105954	<b>12:19.46</b>			
	100m: 1:23.73	1:23.73	300m: 4:31.37	1:34.04	500m: 7:40.98	1:35.16	700m: 10:49.80	1:34.19
	200m: 2:57.33	1:33.60	400m: 6:05.82	1:34.45	600m: 9:15.61	1:34.63	800m: 12:19.46	1:29.66
21.	Romy Haar, ter	Zwemvereniging Utrecht	12:55.03	200402746	<b>12:20.57</b>			
	100m: 1:23.89	1:23.89	300m: 4:31.47	1:34.81	500m: 7:45.04	1:36.81	700m: 10:54.98	1:33.55
	200m: 2:56.66	1:32.77	400m: 6:08.23	1:36.76	600m: 9:21.43	1:36.39	800m: 12:20.57	1:25.59
22.	Sophia Boughdir	Zwemvereniging Utrecht	NT	201101398	<b>12:32.29</b>			
	100m: 1:30.05	1:30.05	300m: 4:42.11	1:36.05	500m: 7:54.35	1:35.96	700m: 11:04.65	1:32.86
	200m: 3:06.06	1:36.01	400m: 6:18.39	1:36.28	600m: 9:31.79	1:37.44	800m: 12:32.29	1:27.64
23.	Liz van Antwerpen	Westland Swimming Stars	13:49.20	201002224	<b>13:03.05</b>			
	100m: 1:26.61	1:26.61	300m: 4:43.38	1:39.23	500m:		700m: 11:26.84	1:41.00
	200m: 3:04.15	1:37.54	400m: 6:24.03	1:40.65	600m: 9:45.84		800m: 13:03.05	1:36.21
24.	Luna Goede, de	Zwemvereniging Utrecht	NT	201103180	<b>13:20.57</b>			
	100m: 1:33.33	1:33.33	300m: 4:55.53	1:42.27	500m: 8:20.68	1:42.94	700m: 11:45.53	1:43.70
	200m: 3:13.26	1:39.93	400m: 6:37.74	1:42.21	600m: 10:01.83	1:41.15	800m: 13:20.57	1:35.04
25.	Zoé Planije	Zwemvereniging Utrecht	NT	201003356	<b>13:20.70</b>			
	100m: 1:29.67	1:29.67	300m: 4:50.12	1:42.20	500m: 8:20.05	1:44.78	700m: 11:45.08	1:43.64
	200m: 3:07.92	1:38.25	400m: 6:35.27	1:45.15	600m: 10:01.44	1:41.39	800m: 13:20.70	1:35.62
26.	Geraldine Rodrigues	Zwemvereniging Utrecht	NT	201101394	<b>13:42.30</b>			
	100m: 1:32.55	1:32.55	300m: 4:59.88	1:44.58	500m: 8:32.07	1:44.42	700m: 12:04.63	1:46.80
	200m: 3:15.30	1:42.75	400m: 6:47.65	1:47.77	600m: 10:17.83	1:45.76	800m: 13:42.30	1:37.67
27.	Hanna Rijken	Zwemvereniging Utrecht	NT	201102582	<b>13:43.88</b>			
	100m: 1:37.55	1:37.55	300m: 5:06.78	1:45.21	500m: 8:38.71	1:45.74	700m: 12:10.78	1:46.53
	200m: 3:21.57	1:44.02	400m: 6:52.97	1:46.19	600m: 10:24.25	1:45.54	800m: 13:43.88	1:33.10
28.	Annabelle Dame	Het Y	NT	201201964	<b>14:09.61</b>			
	100m: 1:33.65	1:33.65	300m: 5:06.36	1:49.11	500m: 8:44.73	1:49.09	700m: 12:26.55	1:51.07
	200m: 3:17.25	1:43.60	400m: 6:55.64	1:49.28	600m: 10:35.48	1:50.75	800m: 14:09.61	1:43.06
AFGEM	Amalia Banoiu-Radu	AZ&PC De Futen	NT	201103272				

Lange Afstandswedstrijd Het Y  
Amsterdam, 17-12-2023

Programmanr. 6  
17-12-2023 - 16:58

Heren, 800m vrije slag

Junioren 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Moshe Iseger	Het Y	11:25.43	200601037	<b>9:37.34</b>			
	100m: 1:08.87	1:08.87	300m: 3:33.39	1:12.16	500m: 6:00.84	1:14.19	700m: 8:25.86	1:12.45
	200m: 2:21.23	1:12.36	400m: 4:46.65	1:13.26	600m: 7:13.41	1:12.57	800m: 9:37.34	1:11.48
2.	Monder Ben Asskar	Het Y	NT	200703305	<b>9:54.08</b>			
	100m: 1:07.77	1:07.77	300m: 3:39.77	1:16.44	500m: 6:12.46	1:16.66	700m: 8:43.58	1:14.72
	200m: 2:23.33	1:15.56	400m: 4:55.80	1:16.03	600m: 7:28.86	1:16.40	800m: 9:54.08	1:10.50
3.	Doede Koomans	Het Y	9:47.76	200500943	<b>9:58.75</b>			
	100m: 1:03.96	1:03.96	300m: 3:28.47	1:12.55	500m: 6:01.45	1:17.76	700m: 8:39.55	1:17.81
	200m: 2:15.92	1:11.96	400m: 4:43.69	1:15.22	600m: 7:21.74	1:20.29	800m: 9:58.75	1:19.20
4.	Joshua van den IJssert	Daw	10:39.92	200801919	<b>10:21.43</b>			
	100m: 1:08.21	1:08.21	300m: 3:46.27	1:19.68	500m: 6:27.99	1:20.34	700m: 9:06.87	1:19.63
	200m: 2:26.59	1:18.38	400m: 5:07.65	1:21.38	600m: 7:47.24	1:19.25	800m: 10:21.43	1:14.56
5.	Jorrit Velde van der	Zwemvereniging Utrecht	12:41.05	200000701	<b>10:57.05</b>			
	100m: 1:11.45	1:11.45	300m: 3:53.82	1:21.80	500m: 6:41.02	1:23.26	700m: 9:33.38	1:25.65
	200m: 2:32.02	1:20.57	400m: 5:17.76	1:23.94	600m: 8:07.73	1:26.71	800m: 10:57.05	1:23.67
6.	Eliot Freivogel	Het Y	NT	200902631	<b>11:17.69</b>			
	100m: 1:19.24	1:19.24	300m: 4:12.13	1:26.92	500m: 7:06.95	1:27.28	700m: 9:58.34	1:24.37
	200m: 2:45.21	1:25.97	400m: 5:39.67	1:27.54	600m: 8:33.97	1:27.02	800m: 11:17.69	1:19.35
7.	Kuan Ypma	Het Y	NT	200903429	<b>11:23.47</b>			
	100m: 1:18.53	1:18.53	300m: 4:11.17	1:26.79	500m: 7:06.44	1:27.52	700m: 9:59.30	1:25.70
	200m: 2:44.38	1:25.85	400m: 5:38.92	1:27.75	600m: 8:33.60	1:27.16	800m: 11:23.47	1:24.17
8.	Amin el Harouachi	Het Y	NT	200803203	<b>11:40.23</b>			
	100m: 1:11.59	1:11.59	300m: 4:01.75	1:28.04	500m: 7:03.36	1:30.72	700m: 10:11.58	1:34.16
	200m: 2:33.71	1:22.12	400m: 5:32.64	1:30.89	600m: 8:37.42	1:34.06	800m: 11:40.23	1:28.65
9.	Stephan Overwijk	Zwemvereniging Utrecht	13:18.03	200500319	<b>11:45.51</b>			
	100m: 1:16.51	1:16.51	300m: 4:09.99	1:27.98	500m: 7:12.98	1:32.58	700m: 10:20.46	1:34.07
	200m: 2:42.01	1:25.50	400m: 5:40.40	1:30.41	600m: 8:46.39	1:33.41	800m: 11:45.51	1:25.05
10.	Ennio Keja	Zwemvereniging Utrecht	13:10.03	200403071	<b>11:48.74</b>			
	100m: 1:14.70	1:14.70	300m: 4:08.30	1:28.82	500m: 7:11.73	1:32.23	700m: 10:19.89	1:34.14
	200m: 2:39.48	1:24.78	400m: 5:39.50	1:31.20	600m: 8:45.75	1:34.02	800m: 11:48.74	1:28.85
11.	Stan Huisman	Zwemvereniging Utrecht	13:21.03	200304453	<b>12:04.29</b>			
	100m: 1:16.21	1:16.21	300m: 4:17.25	1:32.95	500m: 7:27.35	1:34.87	700m: 10:34.97	1:33.53
	200m: 2:44.30	1:28.09	400m: 5:52.48	1:35.23	600m: 9:01.44	1:34.09	800m: 12:04.29	1:29.32
12.	Pim Rijken	Zwemvereniging Utrecht	NT	201002927	<b>12:35.59</b>			
	100m: 1:31.10	1:31.10	300m: 4:47.19	1:38.57	500m: 7:59.92	1:36.42	700m: 11:09.20	1:33.62
	200m: 3:08.62	1:37.52	400m: 6:23.50	1:36.31	600m: 9:35.58	1:35.66	800m: 12:35.59	1:26.39
13.	Ren Ypma	Het Y	NT	201101529	<b>12:39.71</b>			
	100m: 1:28.68	1:28.68	300m: 4:42.93	1:37.00	500m: 8:01.78	1:40.49	700m: 11:12.17	1:33.66
	200m: 3:05.93	1:37.25	400m: 6:21.29	1:38.36	600m: 9:38.51	1:36.73	800m: 12:39.71	1:27.54
14.	Euan Mooney	AZ&PC De Futen	NT	200903399	<b>12:40.27</b>			
	100m: 1:28.98	1:28.98	300m: 4:45.34	1:39.03	500m: 8:01.36	1:38.45	700m: 11:11.84	
	200m: 3:06.31	1:37.33	400m: 6:22.91	1:37.57	600m:		800m: 12:40.27	1:28.43
15.	Valentino Encina	Het Y	NT	200902465	<b>12:46.29</b>			
	100m: 1:30.71	1:30.71	300m: 4:48.25	1:39.24	500m: 8:04.72	1:38.27	700m: 11:18.39	1:35.79
	200m: 3:09.01	1:38.30	400m: 6:26.45	1:38.20	600m: 9:42.60	1:37.88	800m: 12:46.29	1:27.90

Programmanr. 7  
17-12-2023 - 17:40

200m wisselslag

Minioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Minioren 3 en 4, Meisjes									
1.	Sophia Kales	Het Y	NT 201401124	<b>4:01.99</b>		54.30			4:01.99
Minioren 3 en 4, Jongens									
1.	Qing Ypma	Het Y	NT 201400803	<b>3:42.61</b>		53.89			3:42.61

Lange Afstandswedstrijd Het Y  
Amsterdam, 17-12-2023

Programmanr. 8  
17-12-2023 - 17:43

200m wisselslag

Meisjes Min 5 en Jun1, Jongens Min 5 en 6  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
<b>Minioren 5, Meisjes</b>									
	DIS Lena van den Berg	Het Y	3:39.98	201302228					
	<i>SR - Meer dan 1 vlinderbeenslag gemaakt voordat de 1e schoolslagbeenslag is gemaakt.</i>								
	AFGEM Tamara Verheijen	Het Y	NT	201301678					
<b>Minioren 5 en 6, Jongens</b>									
	1. Max van Splunder	Het Y	2:56.64	201200531	<b>2:50.15</b>	38.45			2:50.15
	2. Luuk Hoogland	Daw	3:02.36	201200939	<b>2:57.68</b>	38.43			2:57.68
	AFGEM Aidan Mooney	AZ&PC De Futen	NT	201201311					

Programmanr. 9  
17-12-2023 - 17:47

Dames, 1500m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Anne Noom	Het Y	17:30.00	199800062	<b>18:42.97</b>			
	100m: 1:06.66	1:06.66	500m: 6:03.46	1:15.86	900m: 11:09.83	1:16.02	1300m: 16:12.76	1:16.10
	200m: 2:18.79	1:12.13	600m: 7:19.99	1:16.53	1000m: 12:25.95	1:16.12	1400m: 17:25.59	1:12.83
	300m: 3:32.38	1:13.59	700m: 8:36.85	1:16.86	1100m: 13:41.04	1:15.09	1500m: 18:42.97	1:17.38
	400m: 4:47.60	1:15.22	800m: 9:53.81	1:16.96	1200m: 14:56.66	1:15.62		
2.	Sarah Akil	Het Y	21:14.16	200900984	<b>19:53.11</b>			
	100m: 1:14.18	1:14.18	500m: 6:28.19	1:19.59	900m: 11:50.80	1:21.39	1300m: 17:15.48	1:20.43
	200m: 2:31.83	1:17.65	600m: 7:48.19	1:20.00	1000m: 13:12.76	1:21.96	1400m: 18:35.93	1:20.45
	300m: 3:49.80	1:17.97	700m: 9:08.50	1:20.31	1100m: 14:34.12	1:21.36	1500m: 19:53.11	1:17.18
	400m: 5:08.60	1:18.80	800m: 10:29.41	1:20.91	1200m: 15:55.05	1:20.93		
3.	Manaudou Verhaar	AquaDream	NT	200801376	<b>21:12.31</b>			
	100m: 1:16.04	1:16.04	500m: 6:52.78	1:27.95	900m: 12:33.13	1:23.59	1300m: 18:23.36	1:25.73
	200m: 2:37.33	1:21.29	600m: 8:18.69	1:25.91	1000m: 14:00.73	1:27.60	1400m: 19:49.82	1:26.46
	300m: 3:59.41	1:22.08	700m: 9:46.92	1:28.23	1100m: 15:29.50	1:28.77	1500m: 21:12.31	1:22.49
	400m: 5:24.83	1:25.42	800m: 11:09.54	1:22.62	1200m: 16:57.63	1:28.13		
4.	Lisanne Lof	Het Y	24:29.48	200801856	<b>22:07.66</b>			
	100m: 1:20.76	1:20.76	500m: 7:13.08	1:29.19	900m: 13:13.49	1:31.33	1300m: 19:15.20	1:29.63
	200m: 2:47.40	1:26.64	600m: 8:42.62	1:29.54	1000m: 14:43.80	1:30.31	1400m: 20:44.66	1:29.46
	300m: 4:15.21	1:27.81	700m: 10:12.79	1:30.17	1100m: 16:15.23	1:31.43	1500m: 22:07.66	1:23.00
	400m: 5:43.89	1:28.68	800m: 11:42.16	1:29.37	1200m: 17:45.57	1:30.34		
5.	Isabelle Toole	AZ&PC De Futen	24:35.62	200801982	<b>22:16.01</b>			
	100m: 1:21.59	1:21.59	500m: 7:20.97	1:29.83	900m: 13:20.10	1:30.48	1300m: 19:20.09	1:30.16
	200m: 2:50.59	1:29.00	600m: 8:50.36	1:29.39	1000m: 14:49.96	1:29.86	1400m: 20:49.23	1:29.14
	300m: 4:20.48	1:29.89	700m: 10:19.94	1:29.58	1100m: 16:20.65	1:30.69	1500m: 22:16.01	1:26.78
	400m: 5:51.14	1:30.66	800m: 11:49.62	1:29.68	1200m: 17:49.93	1:29.28		
6.	Audrey Toole	AZ&PC De Futen	26:07.22	200005204	<b>24:33.84</b>			
	100m: 1:25.25	1:25.25	500m: 7:54.00	1:39.20	900m: 14:35.44	1:40.42	1300m: 21:21.36	1:40.37
	200m: 2:59.68	1:34.43	600m: 9:32.82	1:38.82	1000m: 16:18.18	1:42.74	1400m: 23:00.46	1:39.10
	300m: 4:36.99	1:37.31	700m: 11:14.07	1:41.25	1100m: 17:59.91	1:41.73	1500m: 24:33.84	1:33.38
	400m: 6:14.80	1:37.81	800m: 12:55.02	1:40.95	1200m: 19:40.99	1:41.08		

Programmanr. 10  
17-12-2023 - 18:13

Heren, 1500m vrije slag

Junioren 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Jonathan Norflies	AZ&PC De Futen	19:58.93	200702179	<b>19:17.71</b>			
	100m: 1:09.84	1:09.84	500m: 6:14.34	1:17.72	900m: 11:26.71	1:18.87	1300m: 16:41.80	1:17.93
	200m: 2:24.25	1:14.41	600m: 7:31.21	1:16.87	1000m: 12:45.05	1:18.34	1400m: 18:01.90	1:20.10
	300m: 3:40.15	1:15.90	700m: 8:49.27	1:18.06	1100m: 14:03.90	1:18.85	1500m: 19:17.71	1:15.81
	400m: 4:56.62	1:16.47	800m: 10:07.84	1:18.57	1200m: 15:23.87	1:19.97		
2.	Franzi Ziegler	Daw	NT	201100891	<b>20:56.33</b>			
	100m: 1:15.51	1:15.51	500m: 6:51.25	1:24.39	900m: 12:31.24	1:25.83	1300m: 18:14.78	1:27.11
	200m: 2:39.36	1:23.85	600m: 8:16.05	1:24.80	1000m: 13:56.87	1:25.63	1400m: 19:40.00	1:25.22
	300m: 4:03.60	1:24.24	700m: 9:41.20	1:25.15	1100m: 15:21.94	1:25.07	1500m: 20:56.33	1:16.33
	400m: 5:26.86	1:23.26	800m: 11:05.41	1:24.21	1200m: 16:47.67	1:25.73		