

Lac deel 4
Zaandam, 30-3-2019

Programmanr. 1 Meisjes, 200m wisselslag Meisjes Minioren 3 en 4
30-3-2019 - 7:20 Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Ranim Bouhbouh	ZV De Zaan	4:23.52	200900314	3:44.54	177	1:00.75		3:44.54
2. Britt van der Baan	ZV De Zaan	NT	200900964	3:49.20	167	56.47		3:49.20
3. Magari Wydh	ZV De Zaan	NT	201000950	4:09.57	129	1:02.89		4:09.57

Programmanr. 2 Jongens, 200m wisselslag Jongens Minioren 3 en 4
30-3-2019 - 7:25 Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Ousayd Chahboun	ZV De Zaan	NT	200900199	3:53.18	117	1:02.66		3:53.18
DIS Ties Hesse	ZV De Zaan	NT	200901015					
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>								

Programmanr. 3 Meisjes, 200m wisselslag Meisjes Minioren 5 Junioren 1
30-3-2019 - 7:30 Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Ayse Mayda	ZV De Zaan	3:25.32	200800514	3:03.83	323	40.92		3:03.83
2. Maya Petroustos	Kzc	3:09.66	200701814	3:04.21	321	44.46		3:04.21
3. Lisan Steenbakker	Kzc	3:10.89	200701666	3:11.35	286	43.85		3:11.35
4. Mara Koppen	ZV De Zaan	3:26.14	200800478	3:15.13	270	43.37		3:15.13
5. Lisanne Hakvoort	Kzc	3:44.69	200701664	3:30.25	216	51.85		3:30.25
6. Firdaous Diaz	ZV De Zaan	4:02.00	200702520	3:57.80	149	1:01.64		3:57.80
DIS Sara Al Abdellaoui	ZV De Zaan	3:39.31	200701584					
<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>								

Programmanr. 4 Jongens, 200m wisselslag Jongens Minioren 5 en 6
30-3-2019 - 7:35 Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Bram Loots	Kzc	3:01.57	200700197	2:57.26	266	41.36		2:57.26
2. Rens Noordover	Kzc	2:59.91	200800237	2:57.66	264	41.47		2:57.66
3. Giovanni Phillipson	ZV De Zaan	3:09.51	200801099	3:00.59	252	42.14		3:00.59
4. Pieter Mikhail	ZV De Zaan	3:06.30	200700317	3:05.78	231	45.56		3:05.78
5. Efe Tutar	ZV De Zaan	3:55.94	200801207	3:42.96	134	49.75		3:42.96
AFGEM Harun Fetic	ZV De Zaan	3:07.15	200700755					

Programmanr. 5 Meisjes, 400m wisselslag Meisjes Junioren 2 en 3
30-3-2019 - 7:40 Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Marit Hakvoort	Kzc	6:38.01	200601062	6:23.37 343
50m: 50.66	150m: 41.86	250m: 300m:	350m: 400m: 6:23.37	
100m: 1:32.52	200m: 55.09	300m: 400m: 6:23.37		
2. Jenny Versteeg	ZV Hoorn	6:25.17	200501014	6:32.35 320
50m: 46.51	150m: 46.51	250m: 300m:	350m: 400m: 6:32.35	
100m: 1:41.60	200m: 55.09	300m: 400m: 6:32.35		

Lac deel 4
Zaandam, 30-3-2019

Programmanr. 6
30-3-2019 - 7:45

Jongens, 400m wisselslag

Jongens Junioren 2 en later
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Hessel Tijben	ZV De Zaan	NT 200600375	6:52.93	206
	50m: 48.88	48.88	150m: 250m:	350m:	
	100m: 1:49.31	1:00.43	200m: 300m:	400m: 6:52.93	

Programmanr. 7
30-3-2019 - 7:50

Dames, 2000m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Yvonne Engel	ZV De Zaan	25:56.96 200300780	28:17.09	
	100m: 1:23.68	1:23.68	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:52.23	1:28.55	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:49.52		800m: 11:34.68	1800m:	
	400m: 5:49.52		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:49.52		1000m: 1500m: 21:24.41	2000m: 28:17.09	
2.	Sanne Lagerweij	ZV De Zaan	30:04.04 200201552	28:37.40	
	100m: 1:20.53	1:20.53	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:48.28	1:27.75	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:42.60		800m: 11:27.75	1800m:	
	400m: 5:42.60		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:42.60		1000m: 1500m: 21:30.77	2000m: 28:37.40	
3.	Feia Persad	ZV Hoorn	28:55.61 200201828	28:47.70	
	100m: 1:17.44	1:17.44	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:40.45	1:23.01	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:29.75		800m: 11:15.31	1800m:	
	400m: 5:29.75		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:29.75		1000m: 1500m: 21:24.24	2000m: 28:47.70	
4.	Chimène Breuring	ZV De Zaan	29:54.26 200201210	32:13.61	
	100m: 1:24.29	1:24.29	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:52.80	1:28.51	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:51.51		800m: 12:20.20	1800m:	
	400m: 5:51.51		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:51.51		1000m: 1500m: 24:09.74	2000m: 32:13.61	
5.	Jeanette Ghatas	ZV De Zaan	34:59.70 196300552	36:45.84	
	100m: 1:38.57	1:38.57	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 3:26.40	1:47.83	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 7:03.85		800m: 14:18.95	1800m:	
	400m: 7:03.85		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 7:03.85		1000m: 1500m: 27:20.72	2000m: 36:45.84	
AFGEM	Bente Kaspers	ZV Hoorn	NT 200402160		

Programmanr. 8
30-3-2019 - 8:30

Heren, 2000m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Vincent Dragt	ZV Hoorn	25:42.02 200104091	24:18.93	
	100m: 1:07.38	1:07.38	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:20.17	1:12.79	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:45.86		800m: 9:40.14	1800m:	
	400m: 4:45.86		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 4:45.86		1000m: 1500m: 18:14.83	2000m: 24:18.93	
2.	Tim Cohen	ZV De Zaan	NT 200300685	26:09.09	
	100m: 1:08.77	1:08.77	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:21.71	1:12.94	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 4:52.02		800m: 10:10.26	1800m:	
	400m: 4:52.02		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 4:52.02		1000m: 1500m: 19:30.52	2000m: 26:09.09	
3.	Pepijn van der Putten	ZV De Zaan	31:43.59 200300361	30:36.11	
	100m: 1:18.05	1:18.05	600m: 1100m:	1600m:	
	200m: 2:44.71	1:26.66	700m: 1200m:	1700m:	
	300m: 5:41.37		800m: 11:48.59	1800m:	
	400m: 5:41.37		900m: 1400m:	1900m:	
	500m: 5:41.37		1000m: 1500m: 22:47.27	2000m: 30:36.11	