

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 1
13-11-2022 - 13:30

Dames, 400m wisselslag
Serie 1 van programma 1 en 2 samen

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1 en 2					
1.	Dezutter, Carlijn	Scheldestroom	NT 201100770	6:54.90	
	50m: 46.54	46.54 150m: 2:35.19	51.60 250m: 4:22.26	56.33 350m: 6:05.65	46.98
	100m: 1:43.59	57.05 200m: 3:25.93	50.74 300m: 5:18.67	56.41 400m: 6:54.90	49.25
2.	Buijs, Fleur	Hieronymus	NT 201100676	7:02.12	
	50m: 46.63	46.63 150m: 2:38.35	51.33 250m: 4:25.11	55.17 350m: 6:14.39	51.21
	100m: 1:47.02	1:00.39 200m: 3:29.94	51.59 300m: 5:23.18	58.07 400m: 7:02.12	47.73
3.	Snijder, Olivia	De Schelde	NT 201100202	7:13.51	
	50m: 48.41	48.41 150m: 2:40.18	56.21 250m: 4:35.66	1:01.90 350m: 6:28.41	49.29
	100m: 1:43.97	55.56 200m: 3:33.76	53.58 300m: 5:39.12	1:03.46 400m: 7:13.51	45.10

Junioren 3 en 4

1.	Kasteleijn, Nienke	De Schelde	7:05.42 200901402	7:00.66	
	50m: 44.86	44.86 150m: 2:35.20	55.62 250m: 4:26.25	57.07 350m: 6:13.44	48.32
	100m: 1:39.58	54.72 200m: 3:29.18	53.98 300m: 5:25.12	58.87 400m: 7:00.66	47.22
2.	van den Hoven, Lotte	De Marlijn (SG)	NT 200900158	7:06.33	
	50m: 45.25	45.25 150m: 2:36.76	54.15 250m: 4:30.99	58.93 350m: 6:21.87	
	100m: 1:42.61	57.36 200m: 3:32.06	55.30 300m: 5:23.18	58.07 400m: 7:06.33	44.46
3.	de Koeijer, Linn	De Schelde	NT 200901246	7:56.19	
	50m: 44.73	44.73 150m: 2:49.65	1:00.97 250m: 4:54.28	56.84 350m: 6:59.94	57.41
	100m: 1:48.68	1:03.95 200m: 3:57.44	1:07.79 300m: 6:02.53	1:08.25 400m: 7:56.19	56.25

Jeugd 1 en 2

1.	Salomé, Anne	Scheldestroom	5:53.18 200700008	5:56.94	
	50m: 34.49	34.49 150m: 2:04.48	45.49 250m: 3:38.00	49.30 350m: 5:12.98	43.03
	100m: 1:18.99	44.50 200m: 2:48.70	44.22 300m: 4:29.95	51.95 400m: 5:56.94	43.96
2.	Barbery, Rachelle	Z.V. Zeelandia	7:39.61 200603676	8:06.72	
	50m: 54.97	54.97 150m: 3:03.47	1:03.13 250m: 5:11.02	1:06.42 350m: 7:12.21	54.16
	100m: 2:00.34	1:05.37 200m: 4:04.60	1:01.13 300m: 6:18.05	1:07.03 400m: 8:06.72	54.51

Senioren 1 en ouder

1.	van den Hout, Esmee	Scheldestroom	6:07.19 200503696	6:03.37	
	50m: 36.80	36.80 150m: 2:11.18	49.22 250m: 3:45.90	46.90 350m: 5:19.78	45.81
	100m: 1:21.96	45.16 200m: 2:59.00	47.82 300m: 4:33.97	48.07 400m: 6:03.37	43.59
2.	van Dijk, Nasca	De Marlijn (SG)	5:57.98 200300816	6:12.84	
	50m: 36.35	36.35 150m: 2:10.73	50.20 250m: 3:53.27	54.25 350m: 5:32.28	43.53
	100m: 1:20.53	44.18 200m: 2:59.02	48.29 300m: 4:48.75	55.48 400m: 6:12.84	40.56
3.	Forat, Natasja	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	6:28.90 197701186	6:13.17	
	50m: 39.64	39.64 150m: 2:13.78	47.76 250m: 3:55.75	54.49 350m: 5:33.37	42.64
	100m: 1:26.02	46.38 200m: 3:01.26	47.48 300m: 4:50.73	54.98 400m: 6:13.17	39.80
4.	Huigh, Marenne	Scheldestroom	6:21.77 199900852	6:34.38	
	50m: 40.06	40.06 150m: 2:22.52	50.22 250m: 4:05.91	55.06 350m: 5:48.56	46.94
	100m: 1:32.30	52.24 200m: 3:10.85	48.33 300m: 5:01.62	55.71 400m: 6:34.38	45.82
AFGEM	Kloet, Kayleigh	Z.V. Zeelandia	6:03.53 199802860		

Programmanr. 2
13-11-2022 - 13:47

Heren, 400m wisselslag
serie 1 van programma 1 en 2 samen

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
Junioren 1 en 2					
1.	Pruijssers, Thijmen	Hieronymus	NT 201000129	5:46.04	
	50m: 37.78	37.78 150m: 2:09.03	43.56 250m: 3:40.05	48.91 350m: 5:09.36	39.56
	100m: 1:25.47	47.69 200m: 2:51.14	42.11 300m: 4:29.80	49.75 400m: 5:46.04	36.68
2.	Vinke, Matthijs	Scheldestroom	NT 200900105	6:10.09	
	50m: 38.41	38.41 150m: 2:12.81	45.77 250m: 3:49.82	51.61 350m: 5:27.28	44.73
	100m: 1:27.04	48.63 200m: 2:58.21	45.40 300m: 4:42.55	52.73 400m: 6:10.09	42.81
3.	Buijs, Sven	Hieronymus	NT 200902853	6:32.53	
	50m: 45.37	45.37 150m: 2:31.52	49.82 250m: 4:11.43	53.15 350m: 5:51.63	44.67
	100m: 1:41.70	56.33 200m: 3:18.28	46.76 300m: 5:06.96	55.53 400m: 6:32.53	40.90

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 2, Jongens, 400m wisselslag, Junioren 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
4.	Dees, Mylan	Scheldeestroom	NT 200902019	6:51.09	
	50m: 43.68	43.68	150m: 2:30.97	50.66	250m: 4:19.00
	100m: 1:40.31	56.63	200m: 3:22.58	51.61	300m: 5:16.48
				56.42	350m: 6:04.34
				57.48	400m: 6:51.09
5.	de Jonge, Mike	Scheldeestroom	7:18.51 200900395	6:54.28	
	50m: 45.89	45.89	150m: 2:31.58	50.69	250m: 4:18.17
	100m: 1:40.89	55.00	200m: 3:21.67	50.09	300m: 5:15.52
				56.50	350m: 6:07.20
				57.35	400m: 6:54.28

Junioren 3 en 4

1.	van den Berge, Bjorn	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	5:07.48 200701991	5:00.49	
	50m: 31.94	31.94	150m: 1:51.82	41.05	250m: 3:11.59
	100m: 1:10.77	38.83	200m: 2:30.97	39.15	300m: 3:53.16
				40.62	350m: 4:28.72
				41.57	400m: 5:00.49

Jeugd 1 en 2

1.	Calic, Ivor	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200604333	5:28.07	
	50m: 32.15	32.15	150m: 1:53.43	40.60	250m: 3:23.46
	100m: 1:12.83	40.68	200m: 2:32.96	39.53	300m: 4:13.74
				50.50	350m: 4:51.37
				50.28	400m: 5:28.07

2.	Nuijten, Pieter	De Marlijn (SG)	5:47.76 200600043	5:43.96	
	50m: 35.51	35.51	150m: 2:05.11	46.16	250m: 3:37.02
	100m: 1:18.95	43.44	200m: 2:50.01	44.90	300m: 4:24.86
				47.01	350m: 5:05.12
				47.84	400m: 5:43.96

DIS de Ridder, Sem De Marlijn (SG) 7:16.49 200600631
RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.,
6.18.75

50m:	40.08	40.08	150m:	250m:	350m:
100m:	1:32.83	52.75	200m:	300m:	400m:

Senioren 1 en ouder

1.	van Gils, Tom	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	5:17.81 199501799	5:22.69	
	50m: 34.97	34.97	150m: 1:55.98	40.77	250m: 3:21.27
	100m: 1:15.21	40.24	200m: 2:36.26	40.28	300m: 4:07.05
				45.01	350m: 4:45.21
				45.78	400m: 5:22.69

2.	Brink, Jan	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	5:26.97 196200091	5:41.42	
	50m: 37.28	37.28	150m: 2:05.91	42.69	250m: 3:35.43
	100m: 1:23.22	45.94	200m: 2:47.02	41.11	300m: 4:24.22
				48.41	350m: 5:03.94
				48.79	400m: 5:41.42

Programmanr. 3
13-11-2022 - 13:55

Meisjes, 200m wisselslag
programma 3 en 4 samen

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Mosselman, Naomi	Hieronymus	NT 201300316	3:42.78		51.56	1:50.10	2:46.92	3:42.78
2. Roks, Jaylin	Hieronymus	NT 201300620	3:54.72		57.28	1:53.97	3:02.32	3:54.72

Programmanr. 4
13-11-2022 - 13:55

Jongens, 200m wisselslag
programma 3 en 4 samen

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
AFGEM de Wit, Iede	Hieronymus	NT 201300213						

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 5
13-11-2022 - 14:00

Dames, 200m wisselslag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Junioren 1 en 2								
1. Schram, Morrison	De Schelde	3:13.44	201100686	3:08.56	43.81	1:31.55	2:25.00	3:08.56
2. Dezutter, Carlijn	Scheldestroom	3:32.27	201100770	3:17.84	49.28	1:38.99	2:34.73	3:17.84
3. de Gijssel, Lindsey	De Schelde	3:20.52	201100682	3:23.29	53.44	1:40.91	2:40.42	3:23.29

Junioren 3 en 4

1. Buunk, Djelaysa	Z & PC De Zeeuwse K1	2:45.96	200900536	2:41.49	37.18	1:19.13	2:05.41	2:41.49
2. Vis, Anouk	Z & PC De Zeeuwse K1	3:34.67	200900286	2:55.50	37.72	1:22.37	2:15.86	2:55.50
3. Maksymova, Eva	Z & PC De Zeeuwse Kust 1 NT	200904160	2:59.13	37.97	1:24.06	2:17.46	2:59.13	
4. Ruitenbeek, Noor	Z & PC De Zeeuwse K1	3:02.39	200900250	2:59.31	38.69	1:24.10	2:18.32	2:59.31
5. Groeneveld, Marjolein	De Marlijn (SG)	3:18.39	200902180	3:06.67	39.99	1:26.88	2:23.26	3:06.67

Jeugd 1 en 2

1. Duijinkerke, Lieke	Z & PC De Zeeuwse K1	2:42.89	200700468	2:36.62	33.54	1:12.87	1:59.86	2:36.62
2. van Overveld, Linn	Z.D.F.	2:52.54	200703456	2:48.72	36.41	1:20.85	2:08.49	2:48.72
3. Rombaut, Lore	De Marlijn (SG)	3:06.01	200603066	3:13.45	40.57	1:29.49	2:26.96	3:13.45
4. Kuijs, Levira	Z & PC De Zeeuwse Kust 1 NT	200704500	3:40.62	52.58	1:53.85	2:52.76	3:40.62	

Senioren 1 en ouder

1. van den Hout, Esmee	Scheldestroom	2:58.38	200503696	2:51.76	37.73	1:23.90	2:10.20	2:51.76
2. Verbruggen, Maxime	De Marlijn (SG)	2:59.94	200503632	3:08.55	39.36	1:29.13	2:22.66	3:08.55
3. Seij, Naomi	De Marlijn (SG)	3:28.57	200500462	3:09.15	40.63	1:28.00	2:21.37	3:09.15

Programmanr. 6
13-11-2022 - 14:08

Heren, 200m wisselslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Junioren 1 en 2								
1. Dees, Mylan	Scheldestroom	3:17.33	200902019	3:16.43	44.39	1:33.71	2:31.63	3:16.43
2. Wisse, Maceo	Z & PC De Zeeuwse K1	4:44.53	200900349	3:18.10	42.69	1:34.32	2:33.58	3:18.10
3. de Schepper, Beau	De Marlijn (SG)	3:36.56	201000505	3:36.52	49.57	1:47.51	2:46.33	3:36.52
4. Chamroe, Ryan	Z & PC De Zeeuwse K1	4:22.70	201002705	3:55.44	54.71	1:55.13	2:56.67	3:55.44

Junioren 3 en 4

1. Beunis, Seppe	De Zilvermeeuw	2:44.26	200802607	2:43.54	36.54	1:17.55	2:05.89	2:43.54
DIS Verschueren, Max	De Marlijn (SG)	3:27.31	200701001	37.53				
<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.,</i>								
3.00.39								

Programmanr. 7
13-11-2022 - 14:14

Meisjes, 400m vrije slag
programma 7 en 8 samen

Minioren 5
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1. de Weert, Sterre	Hieronymus	NT	201200792	7:23.87			
50m: 38.53	38.53	150m: 2:42.46	57.63	250m: 4:36.79	56.55	350m: 6:32.93	57.00
100m: 1:44.83	1:06.30	200m: 3:40.24	57.78	300m: 5:35.93	59.14	400m: 7:23.87	50.94

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 8
13-11-2022 - 14:14

Jongens, 400m vrije slag
programma 7 en 8 samen

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Kasteleijn, Jarno	De Schelde	NT 201100337	6:44.46	
	50m: 45.08	45.08	150m: 2:27.47	51.97	250m: 4:13.71
	100m: 1:35.50	50.42	200m: 3:20.90	53.43	300m: 5:06.11
				52.81	350m: 5:57.22
				52.40	400m: 6:44.46
					51.11
					47.24
2.	Meliefste, Luuk	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 201200387	7:28.68	
	50m: 44.22	44.22	150m: 2:40.55	59.13	250m: 4:37.72
	100m: 1:41.42	57.20	200m: 3:39.39	58.84	300m: 5:35.00
				58.33	350m: 6:32.44
				57.28	400m: 7:28.68
					57.44
					56.24

Programmanr. 9
13-11-2022 - 14:34

Dames, 200m vlinderslag

Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Junioren 1 en 2									
1.	Snijder, Olivia	De Schelde	NT 201100202	3:39.69		49.79	1:46.42	2:43.51	3:39.69
Junioren 3 en 4									
1.	Kasteleijn, Nienke	De Schelde	200901402	3:40.57		45.42	1:42.07	2:41.67	3:40.57
2.	van den Hoven, Lotte	De Marlijn (SG)	NT 200900158	3:45.69		48.16	1:47.05	2:46.29	3:45.69
3.	de Koeijer, Linn	De Schelde	200901246	4:06.29		56.74	2:02.57	3:07.55	4:06.29
Jeugd 1 en 2									
1.	Salomé, Anne	Scheldestroom	200700008	2:54.87		35.49	1:19.85	2:07.68	2:54.87
2.	van Overveld, Linn	Z.D.F.	NT 200703456	3:08.28		38.39	1:26.23	2:16.70	3:08.28
Senioren 1 en ouder									
1.	van Dijk, Nasca	De Marlijn (SG)	200300816	2:58.55		36.14	1:19.85	2:08.21	2:58.55
2.	Forat, Natasja	Z & PC De Zeeuwse Kust	197701186	3:04.51		39.21	1:24.37	2:14.51	3:04.51
3.	Huigh, Marenne	Scheldestroom	199900852	3:28.99		43.16	1:36.79	2:32.53	3:28.99

Programmanr. 10
13-11-2022 - 14:44

Heren, 200m vlinderslag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
Junioren 1 en 2									
1.	Pruijssers, Thijmen	Hieronymus	NT 201000129	3:03.18		39.29	1:27.48	2:18.18	3:03.18
2.	de Jonge, Mike	Scheldestroom	NT 200900395	3:34.92		47.54	1:42.64	2:38.95	3:34.92
Junioren 3 en 4									
1.	van den Berge, Bjorn	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200701991	2:34.08		32.04	1:12.16	1:54.00	2:34.08
Jeugd 1 en 2									
1.	Nuijten, Pieter	De Marlijn (SG)	200600043	3:10.99		36.34	1:24.34	2:16.18	3:10.99
2.	de Ridder, Sem	De Marlijn (SG)	200600631	3:29.12		43.12	1:36.30	2:33.12	3:29.12
Senioren 1 en ouder									
1.	van Gemert, Kalle	Z & PC De Zeeuwse Kust	199801259	2:17.73		29.12	1:04.62	1:41.11	2:17.73

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 11
13-11-2022 - 14:48

Meisjes, 200m vrije slag
programma 11 en 12 samen

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Mosselman, Naomi	Hieronymus	NT 201300316	3:21.61		42.00	1:32.56	2:26.63	3:21.61
2. Roks, Jaylin	Hieronymus	NT 201300620	3:38.77		46.38	1:44.47	2:41.19	3:38.77
3. Barbery, Fayenne	Z.V. Zeelandia	NT 201300126	4:20.68		53.49	2:01.32	3:12.87	4:20.68

Programmanr. 12
13-11-2022 - 14:48

Jongens, 200m vrije slag
programma 11 en 12 samen

Minioren 3 en 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
AFGEM de Wit, lede	Hieronymus	NT 201300213						

Programmanr. 15
13-11-2022 - 14:51

Dames, 800m vrije slag

Senioren Open
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
-----------	------------	--------	------	----

Junioren 1 en 2

1. Dezutter, Carlijn	Scheldestroom	NT 201100770	13:04.69	
100m: 1:12.73	1:28.73	300m: 4:44.47	1:39.27	500m: 8:07.42
200m: 2:39.97	1:36.47	400m: 6:25.20	1:40.73	600m: 9:48.05
				1:42.22
				1:40.63
				700m: 11:26.85
				800m: 13:04.69
				1:38.80
				1:37.84

Junioren 3 en 4

1. Buunk, Djelaysa	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200900536	10:12.35	
100m: 1:12.67	1:12.67	300m: 3:47.80	1:17.58	500m: 6:22.95
200m: 2:30.22	1:17.55	400m: 5:05.21	1:17.41	600m: 7:41.22
				1:17.74
				1:18.27
				700m: 9:00.43
				800m: 10:12.35
				1:19.21
				1:11.92
2. Vis, Anouk	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200900286	11:14.11	
100m: 1:16.01	1:16.01	300m: 4:05.81	1:25.84	500m: 7:01.33
200m: 2:39.97	1:23.96	400m: 5:34.07	1:28.26	600m: 8:28.77
				1:27.26
				1:27.44
				700m: 9:54.81
				800m: 11:14.11
				1:26.04
				1:19.30
3. Ruitenbeek, Noor	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200900250	11:38.13	
100m: 1:19.76	1:19.76	300m: 4:14.76	1:27.50	500m: 7:14.57
200m: 2:47.26	1:27.50	400m: 5:44.23	1:29.47	600m: 8:43.26
				1:30.34
				1:28.69
				700m: 10:12.07
				800m: 11:38.13
				1:28.81
				1:26.06
4. Groeneveld, Marjolein	De Marlijn (SG)	NT 200902180	12:41.88	
100m: 1:24.48	1:24.48	300m: 4:35.56	1:37.44	500m: 7:54.66
200m: 2:58.12	1:33.64	400m: 6:15.29	1:39.73	600m: 9:32.54
				1:39.37
				1:37.88
				700m: 11:12.04
				800m: 12:41.88
				1:39.50
				1:29.84
5. van den Hoven, Lotte	De Marlijn (SG)	NT 200900158	13:30.31	
100m: 1:32.54	1:32.54	300m: 4:56.00	1:43.09	500m: 8:25.03
200m: 3:12.91	1:40.37	400m: 6:39.98	1:43.98	600m: 10:10.41
				1:45.05
				1:45.38
				700m: 11:52.42
				800m: 13:30.31
				1:42.01
				1:37.89

AFGEM Koole, Lisa	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT 200900538		
AFGEM Bastiaensen, Vera	Hieronymus	NT 200800572		

Jeugd 1 en 2

1. Duijkerke, Lieke	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	11:01.93	200700468	9:57.05	
100m: 1:07.04	1:07.04	300m: 3:35.06	1:15.00	500m: 6:08.76	1:17.63
200m: 2:20.06	1:13.02	400m: 4:51.13	1:16.07	600m: 7:25.07	1:16.31
					700m: 8:42.22
					800m: 9:57.05
					1:14.83
2. Joppe, Shanna	Hieronymus	10:07.36	200601186	10:17.31	
100m: 1:09.52	1:09.52	300m: 3:44.87	1:18.44	500m: 6:23.33	1:19.39
200m: 2:26.43	1:16.91	400m: 5:03.94	1:19.07	600m: 7:43.29	1:19.96
					700m: 9:01.63
					800m: 10:17.31
					1:18.34
					1:15.68
3. Salomé, Anne	Scheldestroom	11:00.72	200700008	11:24.91	
100m: 1:15.14	1:15.14	300m: 4:06.95	1:26.82	500m: 7:05.81	1:30.46
200m: 2:40.13	1:24.99	400m: 5:35.35	1:28.40	600m: 8:34.17	1:28.36
					700m: 10:00.66
					800m: 11:24.91
					1:26.49
					1:24.25
4. Hommers, Merel	De Schelde	11:13.17	200600926	11:26.48	
100m: 1:14.67	1:14.67	300m: 4:06.16	1:26.56	500m: 7:04.02	1:29.32
200m: 2:39.60	1:24.93	400m: 5:34.70	1:28.54	600m: 8:33.60	1:29.58
					700m: 10:01.00
					800m: 11:26.48
					1:27.40
					1:25.48
5. van Overveld, Linn	Z.D.F.	NT 200703456	11:43.51		
100m: 1:21.45	1:21.45	300m: 4:20.82	1:29.91	500m: 7:22.00	1:31.12
200m: 2:50.91	1:29.46	400m: 5:50.88	1:30.06	600m: 8:52.97	1:30.97
					700m: 10:21.04
					800m: 11:43.51
					1:28.07
					1:22.47
6. Ruitenbeek, Wies	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	11:58.99	200700234	11:45.59	
100m: 1:21.46	1:21.46	300m: 4:18.83	1:28.74	500m: 7:18.82	1:30.00
200m: 2:50.09	1:28.63	400m: 5:48.82	1:29.99	600m: 8:49.10	1:30.28
					700m: 10:19.24
					800m: 11:45.59
					1:30.14
					1:26.35

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 15, Meisjes, 800m vrije slag, Jeugd 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
7.	Rombaut, Lore	De Marlijn (SG)	12:48.13	200603066	12:57.32			
	100m: 1:24.73	1:24.73	300m: 4:39.00	1:38.36	500m: 7:59.32	1:40.87	700m: 11:22.23	1:42.28
	200m: 3:00.64	1:35.91	400m: 6:18.45	1:39.45	600m: 9:39.95	1:40.63	800m: 12:57.32	1:35.09

Senioren 1 en ouder

1.	Walraven, Kirsten	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	9:40.12	200001358	9:35.44			
	100m: 1:03.83	1:03.83	300m: 3:26.65	1:12.23	500m: 5:53.24	1:13.81	700m: 8:22.26	1:14.75
	200m: 2:14.42	1:10.59	400m: 4:39.43	1:12.78	600m: 7:07.51	1:14.27	800m: 9:35.44	1:13.18
2.	Koole, Hilde	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	12:00.93	200502492	10:59.83			
	100m: 1:13.50	1:13.50	300m: 3:57.22	1:22.87	500m: 6:47.05	1:24.74	700m: 9:37.89	1:24.90
	200m: 2:34.35	1:20.85	400m: 5:22.31	1:25.09	600m: 8:12.99	1:25.94	800m: 10:59.83	1:21.94
3.	van Dijk, Nasca	De Marlijn (SG)	11:00.26	200300816	11:10.83			
	100m: 1:15.37	1:15.37	300m: 4:03.88	1:25.03	500m: 6:54.96	1:25.38	700m: 9:47.56	1:26.01
	200m: 2:38.85	1:23.48	400m: 5:29.58	1:25.70	600m: 8:21.55	1:26.59	800m: 11:10.83	1:23.27
4.	Poole, Selena	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	11:45.00	198403582	11:20.07			
	100m: 1:14.23	1:14.23	300m: 4:00.73	1:24.99	500m: 6:56.23	1:28.42	700m: 9:52.62	1:27.91
	200m: 2:35.74	1:21.51	400m: 5:27.81	1:27.08	600m: 8:24.71	1:28.48	800m: 11:20.07	1:27.45
5.	Koole, Chantal	Ntb	11:30.00	197701244	11:25.68			
	100m: 1:18.25	1:18.25	300m: 4:11.93	1:27.02	500m: 7:06.60	1:27.33	700m: 10:00.97	1:26.85
	200m: 2:44.91	1:26.66	400m: 5:39.27	1:27.34	600m: 8:34.12	1:27.52	800m: 11:25.68	1:24.71
6.	Walraven, Jasmijn	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	11:38.58	200300070	11:43.67			
	100m: 1:20.41	1:20.41	300m: 4:18.15	1:29.82	500m: 7:18.02	1:29.86	700m: 10:17.86	1:29.63
	200m: 2:48.33	1:27.92	400m: 5:48.16	1:30.01	600m: 8:48.23	1:30.21	800m: 11:43.67	1:25.81
7.	van den Hout, Esmee	Scheldestroom	NT	200503696	12:04.01			
	100m: 1:20.76	1:20.76	300m: 4:21.85	1:31.51	500m: 7:28.17	1:34.57	700m: 10:36.27	1:34.03
	200m: 2:50.34	1:29.58	400m: 5:53.60	1:31.75	600m: 9:02.24	1:34.07	800m: 12:04.01	1:27.74
8.	Huigh, Marenne	Scheldestroom	11:37.95	199900852	12:09.37			
	100m: 1:17.98	1:17.98	300m: 4:20.28	1:31.50	500m: 7:27.79	1:33.46	700m: 10:35.37	1:34.15
	200m: 2:48.78	1:30.80	400m: 5:54.33	1:34.05	600m: 9:01.22	1:33.43	800m: 12:09.37	1:34.00
9.	Verbruggen, Maxime	De Marlijn (SG)	12:22.38	200503632	12:42.22			
	100m: 1:22.62	1:22.62	300m: 4:30.33	1:35.56	500m: 7:46.61	1:37.88	700m: 11:07.30	1:40.38
	200m: 2:54.77	1:32.15	400m: 6:08.73	1:38.40	600m: 9:26.92	1:40.31	800m: 12:42.22	1:34.92
10.	Seij, Naomi	De Marlijn (SG)	13:49.91	200500462	13:15.12			
	100m: 1:25.14	1:25.14	300m: 4:43.28	1:41.23	500m: 8:10.22	1:43.96	700m: 11:36.63	1:43.18
	200m: 3:02.05	1:36.91	400m: 6:26.26	1:42.98	600m: 9:53.45	1:43.23	800m: 13:15.12	1:38.49
AFGEM	Kloet, Kayleigh	Z.V. Zeelandia	10:59.81	199802860				

Programmanr. 16
13-11-2022 - 15:47

Heren, 800m vrije slag

Junioren 1 en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
Junioren 1 en 2								
1.	van der Spank, Max	Hieronymus	NT	201000275	10:51.12			
	100m: 1:15.75	1:15.75	300m: 4:01.11	1:22.66	500m: 6:46.21	1:22.85	700m: 9:31.16	1:22.71
	200m: 2:38.45	1:22.70	400m: 5:23.36	1:22.25	600m: 8:08.45	1:22.24	800m: 10:51.12	1:19.96
2.	Vinke, Matthijs	Scheldestroom	NT	200900105	11:26.05			
	100m: 1:16.75	1:16.75	300m: 4:11.92	1:28.67	500m: 7:08.30	1:28.25	700m: 10:01.80	1:25.91
	200m: 2:43.25	1:26.50	400m: 5:40.05	1:28.13	600m: 8:35.89	1:27.59	800m: 11:26.05	1:24.25
3.	Dees, Mylan	Scheldestroom	NT	200902019	12:57.67			
	100m: 1:25.39	1:25.39	300m: 4:43.31	1:40.80	500m: 8:04.52	1:40.76	700m: 11:24.09	1:40.15
	200m: 3:02.51	1:37.12	400m: 6:23.76	1:40.45	600m: 9:43.94	1:39.42	800m: 12:57.67	1:33.58
4.	de Schepper, Beau	De Marlijn (SG)	NT	201000505	14:49.43			
	100m: 1:39.64	1:39.64	300m: 5:26.27	1:53.51	500m: 9:16.48	1:55.92	700m: 13:05.05	1:53.17
	200m: 3:32.76	1:53.12	400m: 7:20.56	1:54.29	600m: 11:11.88	1:55.40	800m: 14:49.43	1:44.38

Junioren 3 en 4

1.	Beunis, Seppe	De Zilvermeeuw	NT	200802607	10:45.85			
	100m: 1:11.94	1:11.94	300m: 3:57.00	1:23.67	500m: 6:42.64	1:23.04	700m: 9:27.00	1:21.21
	200m: 2:33.33	1:21.39	400m: 5:19.60	1:22.60	600m: 8:05.79	1:23.15	800m: 10:45.85	1:18.85
2.	Meliefste, Tycho	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	NT	200802597	11:26.81			
	100m: 1:15.44	1:15.44	300m: 4:09.93	1:28.35	500m: 7:07.27	1:29.15	700m: 10:02.92	1:27.48
	200m: 2:41.58	1:26.14	400m: 5:38.12	1:28.19	600m: 8:35.44	1:28.17	800m: 11:26.81	1:23.89

Lac 2022 2023 deel 1
Vlissingen, 13-11-2022

Programmanr. 16, Jongens, 800m vrije slag, Junioren 3 en 4

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
3.	Verschuieren, Max	De Marlijn (SG)	NT	200701001	12:19.67			
	100m: 1:21.32	1:21.32	300m: 4:27.45	1:35.19	500m: 7:38.76	1:35.84	700m: 10:51.07	1:36.25
	200m: 2:52.26	1:30.94	400m: 6:02.92	1:35.47	600m: 9:14.82	1:36.06	800m: 12:19.67	1:28.60

Jeugd 1 en 2

1.	de Ridder, Sem	De Marlijn (SG)	11:38.44	200600631	10:18.95			
	100m: 1:09.96	1:09.96	300m: 3:45.23	1:17.87	500m: 6:24.79	1:19.39	700m: 9:03.74	1:18.68
	200m: 2:27.36	1:17.40	400m: 5:05.40	1:20.17	600m: 7:45.06	1:20.27	800m: 10:18.95	1:15.21
2.	Koole, Stijn	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	12:13.03	200601031	10:20.03			
	100m: 1:09.93	1:09.93	300m: 3:46.48	1:18.90	500m: 6:26.90	1:20.30	700m: 9:04.95	1:18.53
	200m: 2:27.58	1:17.65	400m: 5:06.60	1:20.12	600m: 7:46.42	1:19.52	800m: 10:20.03	1:15.08
3.	Nuijten, Pieter	De Marlijn (SG)	12:30.50	200600043	11:03.73			
	100m: 1:12.42	1:12.42	300m: 4:00.57	1:25.15	500m: 6:57.10	1:29.28	700m: 9:43.60	1:21.18
	200m: 2:35.42	1:23.00	400m: 5:27.82	1:27.25	600m: 8:22.42	1:25.32	800m: 11:03.73	1:20.13

Senioren 1 en ouder

1.	van Gemert, Kalle	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	9:02.65	199801259	8:50.28			
	100m: 59.41	59.41	300m: 3:11.19	1:06.46	500m: 5:26.82	1:07.94	700m: 7:43.45	1:08.34
	200m: 2:04.73	1:05.32	400m: 4:18.88	1:07.69	600m: 6:35.11	1:08.29	800m: 8:50.28	1:06.83
2.	van Gils, Tom	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	9:47.26	199501799	9:44.02			
	100m: 1:06.70	1:06.70	300m: 3:31.81	1:12.70	500m: 5:58.47	1:14.10	700m: 8:29.15	1:15.94
	200m: 2:19.11	1:12.41	400m: 4:44.37	1:12.56	600m: 7:13.21	1:14.74	800m: 9:44.02	1:14.87
3.	Brink, Jan	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	9:50.66	196200091	10:18.96			
	100m: 1:11.72	1:11.72	300m: 3:49.65	1:19.81	500m: 6:29.35	1:19.31	700m: 9:05.59	1:18.39
	200m: 2:29.84	1:18.12	400m: 5:10.04	1:20.39	600m: 7:47.20	1:17.85	800m: 10:18.96	1:13.37
4.	Koole, Niels	Ntb	11:00.00	197101739	10:50.04			
	100m: 1:14.09	1:14.09	300m: 3:56.87	1:21.81	500m: 6:43.13	1:23.35	700m: 9:29.56	1:22.92
	200m: 2:35.06	1:20.97	400m: 5:19.78	1:22.91	600m: 8:06.64	1:23.51	800m: 10:50.04	1:20.48
5.	Ruitenbeek, Matthijs	Z & PC De Zeeuwse Kust 1	13:00.00	197201615	13:08.71			
	100m: 1:30.89	1:30.89	300m: 4:51.22	1:39.89	500m: 8:11.82	1:40.15	700m: 11:32.13	1:39.28
	200m: 3:11.33	1:40.44	400m: 6:31.67	1:40.45	600m: 9:52.85	1:41.03	800m: 13:08.71	1:36.58
6.	Verschuieren, Michiel	De Marlijn (SG)	NT	197301583	13:59.01			
	100m: 1:37.89	1:37.89	300m: 5:14.14	1:49.54	500m: 8:48.14	1:46.11	700m: 12:17.92	1:44.91
	200m: 3:24.60	1:46.71	400m: 7:02.03	1:47.89	600m: 10:33.01	1:44.87	800m: 13:59.01	1:41.09

Programmanr. 17
13-11-2022 - 16:15

Meisjes, 200m wisselslag

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	de Weert, Sterre	Hieronymus	4:00.45	201200792	4:02.72	56.78	1:56.63	3:06.63	4:02.72

Programmanr. 18
13-11-2022 - 16:15

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
------	------	------------	--------	------	----	-----	------	------	------