

LAC 2de ronde
Amsterdam, 4.1.2012

Programmanr. 3 Meisjes, 200m wisselslag 10 - 11 jaar
4-1-2012 - 17:45 Resultaten

Rang							In.tijd	Tijd	
1.	BIJL, Jose		Het Y				3:32.45	200100948	3:22.19
	50m:	48.22	48.22	200m:	3:22.19	2:33.97			
2.	CIVAL, Aphrodite		Het Y				3:35.97	200103252	3:25.22
	50m:	45.79	45.79	200m:	3:25.22	2:39.43			

Programmanr. 6 Dames, 400m wisselslag 12 jaar en ouder
4-1-2012 - 17:50 Resultaten

Rang							In.tijd	Tijd	
1.	SOHL, Evelien		Het Y				5:08.57	198603346	5:15.32
	50m:	33.91	33.91	100m:	1:12.94	39.03	400m:	5:15.32	4:02.38
2.	BRAVO, Alice		Het Y				5:13.89	198705346	5:26.94
	50m:	33.62	33.62	100m:	1:13.32	39.70	400m:	5:26.94	4:13.62
3.	MARTELHOFF, Lisa		Het Y				6:19.47	199504258	6:24.47
	50m:	40.25	40.25	100m:	1:30.03	49.78	400m:	6:24.47	4:54.44

Programmanr. 7 Heren, 400m wisselslag 14 jaar en ouder
4-1-2012 - 17:57 Resultaten

Rang							In.tijd	Tijd	
1.	GLORIE, Daan		Het Y				4:52.75	198801115	4:52.34
	50m:	30.34	30.34	100m:	1:04.62	34.28	400m:	4:52.34	3:47.72
2.	V.D. GRAAFF, Jan-Willem		Het Y				4:50.94	198901023	4:54.32
	50m:	31.19	31.19	100m:	1:08.32	37.13	400m:	4:54.32	3:46.00
3.	BIJL, Frans		Het Y				5:07.56	199401319	4:59.08
	50m:	31.18	31.18	100m:	1:07.39	36.21	400m:	4:59.08	3:51.69
4.	ENGELENBURG, Raoul		Het Y				5:05.00	198900843	4:59.62
	50m:	31.08	31.08	100m:	1:05.89	34.81	400m:	4:59.62	3:53.73
5.	MARTENS, Damian		Het Y				NT	199701095	5:43.48
	50m:	33.16	33.16	100m:	1:13.60	40.44	400m:	5:43.48	4:29.88

Programmanr. 13 Dames, 1500m vrije slag 12 jaar en ouder
4-1-2012 - 18:03 Resultaten

Rang							In.tijd	Tijd	
1.	EVERSDIJK, Ilona		Het Y				20:00.00	199200536	20:05.15
	50m:	35.44	35.44	450m:	5:54.27	40.48	850m:	11:17.81	40.68
	100m:	1:13.69	38.25	500m:	6:34.69	40.42	900m:	11:58.13	40.32
	150m:	1:53.18	39.49	550m:	7:14.84	40.15	950m:	12:38.81	40.68
	200m:	2:33.06	39.88	600m:	7:54.94	40.10	1000m:	13:19.34	40.53
	250m:	3:13.15	40.09	650m:	8:35.53	40.59	1050m:	13:59.72	40.38
	300m:	3:53.44	40.29	700m:	9:16.18	40.65	1100m:	14:41.03	41.31
	350m:	4:33.72	40.28	750m:	9:56.69	40.51	1150m:	15:22.04	41.01
	400m:	5:13.79	40.07	800m:	10:37.13	40.44	1200m:	16:02.66	40.62
							1250m:	16:43.26	40.60
							1300m:	17:24.06	40.80
							1350m:	18:04.76	40.70
							1400m:	18:45.41	40.65
							1450m:	19:25.85	40.44
							1500m:	20:05.15	39.30

LAC 2de ronde
Amsterdam, 4.1.2012

Programmanr. 13, Dames, 1500m vrije slag, 12 jaar en ouder

Rang											In.tijd	Tijd		
2.	VUIJST, Ramona										De Otters Het Gooi	20:24.59	199300828	20:52.91
	50m:	35.44	35.44	450m:	6:04.22	42.66	850m:	11:42.47	42.00	1250m:	17:23.19	42.69		
	100m:	1:15.10	39.66	500m:	6:45.88	41.66	900m:	12:24.50	42.03	1300m:	18:05.82	42.63		
	150m:	1:55.06	39.96	550m:	7:28.19	42.31	950m:	13:07.50	43.00	1350m:	18:47.82	42.00		
	200m:	2:36.22	41.16	600m:	8:10.35	42.16	1000m:	13:49.91	42.41	1400m:	19:30.97	43.15		
	250m:	3:17.16	40.94	650m:	8:53.10	42.75	1050m:	14:32.10	42.19	1450m:	20:12.69	41.72		
	300m:	3:58.32	41.16	700m:	9:35.16	42.06	1100m:	15:14.50	42.40	1500m:	20:52.91	40.22		
	350m:	4:39.97	41.65	750m:	10:17.41	42.25	1150m:	15:57.41	42.91					
	400m:	5:21.56	41.59	800m:	11:00.47	43.06	1200m:	16:40.50	43.09					

Programmanr. 14
4-1-2012 - 18:24

Herren, 1500m vrije slag

12 jaar en ouder
Resultaten

Rang											In.tijd	Tijd		
1.	VAN ELBURG, Sander										Het Y	17:51.39	198800937	17:40.14
	50m:	30.64	30.64	450m:	5:11.80	35.97	850m:	9:56.94	34.90	1250m:	14:42.67	36.82		
	100m:	1:04.52	33.88	500m:	5:47.87	36.07	900m:	10:32.34	35.40	1300m:	15:18.02	35.35		
	150m:	1:39.18	34.66	550m:	6:24.07	36.20	950m:	11:07.34	35.00	1350m:	15:53.70	35.68		
	200m:	2:14.15	34.97	600m:	7:00.28	36.21	1000m:	11:42.61	35.27	1400m:	16:28.82	35.12		
	250m:	2:49.77	35.62	650m:	7:36.23	35.95	1050m:	12:18.11	35.50	1450m:	17:04.65	35.83		
	300m:	3:25.02	35.25	700m:	8:11.95	35.72	1100m:	12:54.28	36.17	1500m:	17:40.14	35.49		
	350m:	4:00.34	35.32	750m:	8:47.58	35.63	1150m:	13:30.33	36.05					
	400m:	4:35.83	35.49	800m:	9:22.04	34.46	1200m:	14:05.85	35.52					
2.	SEVERIN, Youri										Het Y	18:01.32	198301931	17:53.36
	50m:	31.02	31.02	450m:	5:16.51	36.12	850m:	10:02.16	35.90	1250m:	14:52.89	36.19		
	100m:	1:05.89	34.87	500m:	5:52.54	36.03	900m:	10:38.36	36.20	1300m:	15:29.20	36.31		
	150m:	1:41.23	35.34	550m:	6:28.20	35.66	950m:	11:14.70	36.34	1350m:	16:05.70	36.50		
	200m:	2:17.13	35.90	600m:	7:03.45	35.25	1000m:	11:51.32	36.62	1400m:	16:42.39	36.69		
	250m:	2:53.00	35.87	650m:	7:39.00	35.55	1050m:	12:27.60	36.28	1450m:	17:18.70	36.31		
	300m:	3:28.82	35.82	700m:	8:14.60	35.60	1100m:	13:04.00	36.40	1500m:	17:53.36	34.66		
	350m:	4:04.48	35.66	750m:	8:50.91	36.31	1150m:	13:40.26	36.26					
	400m:	4:40.39	35.91	800m:	9:26.26	35.35	1200m:	14:16.70	36.44					
3.	VRIENS, Erno										Zaanstad (SG)	21:08.44	199902587	21:21.86
	50m:	35.95	35.95	450m:	6:16.82	43.43	850m:	12:01.89	43.16	1250m:	17:49.29	42.49		
	100m:	1:17.26	41.31	500m:	6:59.95	43.13	900m:	12:45.32	43.43	1300m:	18:31.39	42.10		
	150m:	1:59.86	42.60	550m:	7:42.92	42.97	950m:	13:28.73	43.41	1350m:	19:13.70	42.31		
	200m:	2:42.26	42.40	600m:	8:26.02	43.10	1000m:	14:12.04	43.31	1400m:	19:56.76	43.06		
	250m:	3:24.82	42.56	650m:	9:09.54	43.52	1050m:	14:55.10	43.06	1450m:	20:39.73	42.97		
	300m:	4:07.32	42.50	700m:	9:53.16	43.62	1100m:	15:39.32	44.22	1500m:	21:21.86	42.13		
	350m:	4:50.13	42.81	750m:	10:36.48	43.32	1150m:	16:23.48	44.16					
	400m:	5:33.39	43.26	800m:	11:18.73	42.25	1200m:	17:06.80	43.32					