

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 1  
27-3-2010 - 14:00

200m wisselslag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Dames</b>					
1.	Christien Kruithof	Stadskanaal	2:55.00	8602124	<b>2:48.58</b>
2.	Elles van Leeuwen	PSV	2:44.00	8602240	<b>2:51.05</b>
3.	Jantina Bredewoud	Octopus	2:38.54	8800592	<b>2:52.57</b>
4.	Patricia Scheppers	Bubble	2:51.54	8903678	<b>2:53.26</b>
5.	Margo Kruithof	Stadskanaal	3:00.00	8702408	<b>2:53.86</b>
6.	Miriam Visserman	Octopus	2:53.99	8704364	<b>2:55.88</b>
7.	Renske Eilers	De Amer	2:58.64	8806072	<b>3:05.45</b>
8.	Annebeth van Ark	Octopus	3:03.45	8805588	<b>3:09.41</b>
9.	Margriet Aan het Rot	Octopus	3:17.76	8603088	<b>3:15.26</b>
10.	Marieke van de Nieuwenhuijzen	De Bron	3:35.08	8803172	<b>3:34.13</b>
11.	Paulien Molen v.d	HZ&PC Heerenveen	4:00.00	9006048	<b>3:51.61</b>

**Masters 20+, Heren**

1.	Tim Bunnik	Triton Weesp	2:22.90	9000505	<b>2:31.45</b>
2.	Jeroen Leenslag	SCOM	2:34.89	8802129	<b>2:33.98</b>
3.	Jeroen Everts	De IJsel	2:31.94	8600831	<b>2:36.11</b>
4.	Wilfred Roossien	Stadskanaal	3:15.00	8602615	<b>3:15.70</b>
5.	Erik Meijer	THOR	3:57.04	8704113	<b>3:41.53</b>
DIS	Marco de Vries	Z&PC De Inktvis	2:48.29	9003181	

*AF - Niet de aangegeven afstand gezwommen (geen tijd noteren).*

**Masters 25+, Dames**

1.	Monique Stant	Bubble	2:49.90	8201592	<b>2:49.45</b>
2.	Judith Kremers	De Spatters	3:02.68	8102094	<b>3:03.63</b>
3.	Yvonne Joosten-Wever	Hatweeo	3:03.44	8101854	<b>3:12.96</b>
4.	Moniek Kok	Dedemsvaart-AC	3:11.46	8401352	<b>3:19.10</b>
5.	Sabrina Dessens	De Bron	3:20.09	8503486	<b>3:24.61</b>
6.	Rianne van Vegchelen	Deltasteur	3:43.01	8101530	<b>3:33.20</b>
AFGEM	Bianca van Ringelestijn	PSV	2:49.01	8502466	

**Masters 25+, Heren**

1.	Mischa de Gier	Trivia	2:30.00	8200495	<b>2:35.64</b>
2.	Ruben van Erven	ZV Westland Dijkglas	2:34.00	8100469	<b>2:36.29</b>
3.	Rudy de Jong	De Forel Wolvega	2:54.46	8301061	<b>2:59.68</b>
4.	Remco Nijland	De IJsel	2:50.00	8202527	<b>3:02.94</b>

**Masters 30+, Dames**

1.	Monique Boets	Stadskanaal	2:55.00	7600230	<b>2:45.71</b>
2.	Emerentia Knebel	KZ&PC	2:50.00	7600322	<b>2:53.54</b>
3.	Heleen Menzo	Zignea	3:15.30	8001562	<b>3:00.00</b>
4.	Melanie Kuiper	De Rijn	2:50.00	7600350	<b>3:02.58</b>
5.	Babette Rens	Dedemsvaart-AC	3:20.00	7801200	<b>3:10.15</b>
6.	Margriet Leeffers	Deltasteur	3:23.06	7800448	<b>3:18.86</b>
7.	Saskia Knol	Dedemsvaart-AC	3:11.33	7900468	<b>3:19.30</b>
8.	Clementine van Bruxvoort	ZPB H&L	3:35.39	7700138	<b>3:37.09</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 1, 200m wisselslag

Masters 30+, Heren

1.	Jeroen Wijering	PSV	2:26.40	8002151	<b>2:26.27</b>
2.	Ralf Peters	KZ&PC	2:28.15	7600737	<b>2:32.07</b>
3.	Markus van Rest	ZV Westland Dijkglas	2:25.00	7701197	<b>2:42.98</b>
4.	Michel Wigbers	DWT	2:45.00	8001743	<b>2:44.36</b>
5.	Erwin Buist	AZ&PC	2:31.60	7800183	<b>2:49.59</b>
6.	Rene Beens	Deltasteur	3:23.06	7800045	<b>3:00.81</b>
7.	Rinke Nijland	IJZ&PC	3:10.07	7901735	<b>3:22.16</b>
AFGEM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	2:27.00	7800471	

Masters 35+, Dames

1.	Annette de Visser	Oceanus	2:59.00	71000602	<b>2:58.11</b>
2.	Inez Heideman	WS Twente	3:10.00	7500198	<b>2:59.33</b>
3.	Tina Renken	AZ&PC	3:05.00	7200800	<b>3:09.39</b>
AFGEM	Angeline Hamstra	SCOM	3:28.18	7200782	

Masters 35+, Heren

1.	Erwin Zuidervelt	De Futen	2:36.30	7501015	<b>2:43.26</b>
2.	Heiner Stevens	Zignea	2:44.28	7201299	<b>2:43.28</b>
3.	Oscar van Holsteyn	AquAmigos	2:42.89	7100373	<b>2:46.60</b>
4.	Peter ter Horst	Swol 1894	2:51.40	7201261	<b>2:50.60</b>
5.	Erik Veltman	Stadskanaal	3:05.00	7200941	<b>2:59.56</b>

Masters 40+, Dames

1.	Laura Staal	Oceanus	2:59.00	67000358	<b>2:52.50</b>
2.	Yolanda Mante	Gay Swim Amsterdam	3:06.27	6600432	<b>3:04.90</b>
3.	Karin van den Heuvel	AquAmigos	3:03.08	6600188	<b>3:12.70</b>
4.	Hanny Rotteveel	Zignea	3:20.00	6600538	<b>3:14.80</b>
5.	Hetty Smalheer	SCOM	3:23.24	6700352	<b>3:16.98</b>
6.	Annette van Dok	Gay Swim Amsterdam	3:30.00	6800742	<b>3:43.89</b>

Masters 40+, Heren

1.	Rene Beetsma	HZ&PC Heerenveen	2:32.00	6900069	<b>2:39.70</b>
2.	Gerco Schakel	DWK	2:50.51	6900849	<b>2:53.54</b>
3.	Eelco van Dijk	De Zwoer	2:53.12	6601381	<b>2:57.65</b>
4.	Derk Jan Berends	De Hokseberg	2:50.00	6801441	<b>3:05.26</b>
5.	Henk van Zetten	Octopus	3:29.76	6701261	<b>3:25.10</b>

Masters 45+, Dames

1.	Marja Bloemzaad	AZ&PC	3:00.00	6100014	<b>2:52.90</b>
2.	Margriet Grove	Oceanus	2:59.65	6200080	<b>3:02.95</b>
3.	Annemarie Vuist	Swol 1894	3:00.31	6300282	<b>3:05.74</b>
4.	Friderika Kerekes	AZ&PC	3:19.67	6500540	<b>3:25.11</b>
5.	Ina van Beusekom	Van Vliet Barracuda	3:21.48	6400480	<b>3:31.00</b>

Masters 45+, Heren

1.	Wiljam Nijenhuis	De IJsel	2:43.48	6400547	<b>2:45.16</b>
2.	Erik Wetsteijn	Swol 1894	2:51.73	6501019	<b>2:51.51</b>
3.	Aan Tjalke Pander	Gay Swim Amsterdam	2:55.00	6400569	<b>2:51.86</b>
DIS	Paul van der Voort	De Zwoer	2:55.40	6200715	

AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 1, 200m wisselslag

Masters 50+, Dames

1.	Atie Pijtak-Radersma	AZ&PC	3:00.00	5600048	<b>2:59.95</b>
2.	Patty Verhagen	AquAmigos	2:59.16	5900146	<b>3:02.90</b>
3.	Tonny den Braber	SCOM	3:54.82	5700022	<b>3:55.49</b>
4.	Betsie Klompmaker	De Hokseberg	4:30.00	5900200	<b>4:54.84</b>
AFGEM	Marijke Kraak	WS Twente	3:18.00	6000240	

Masters 50+, Heren

1.	Albert Boonstra	Aqua-Novio '94	2:31.83	5700425	<b>2:33.45</b>
2.	Michel Bruinsma	De Bron	3:00.00	6000999	<b>3:01.10</b>
3.	Pieter de Jong	Aquapoldro	3:05.00	5800585	<b>3:08.60</b>
4.	Rudolf Meijer	De Amer	3:01.06	6000995	<b>3:10.59</b>
5.	Henk Gierveld	Nat Utrecht	3:15.84	6000869	<b>3:15.93</b>
6.	Michiel Tonsbeek	DWT	3:48.73	6000889	<b>3:41.30</b>
7.	Klaas Landeweer	IJZ&PC	3:36.68	5600163	<b>3:41.60</b>
8.	Jan Haitzma	De Spatters	3:56.25	6000929	<b>3:44.04</b>
9.	Kees Karsten	Gay Swim Amsterdam	4:03.38	5800203	<b>3:45.98</b>

Masters 55+, Heren

1.	Ronald van der Zande	De Aalscholver	3:04.43	5500307	<b>3:02.94</b>
2.	Arthur Jansen	Gay Swim Amsterdam	3:12.74	5400299	<b>3:16.95</b>
AFGEM	Brend Brevé	PSV	2:47.03	5200265	

Masters 60+, Dames

1.	Marja van der Meer	Neptunus	3:59.00	4700014	<b>3:58.45</b>
----	--------------------	----------	---------	---------	----------------

Masters 60+, Heren

1.	Donald Uijtenbogaart	Het Y	2:53.09	4700107	<b>2:57.92</b>
DIS	Mans Buis	Oostdobbers	4:10.80	4700133	<b>4:15.89</b>

*VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.*

Masters 70+, Heren

1.	Gregor Pompen	Aqua-Novio '94	3:56.00	3700021	<b>4:10.16</b>
----	---------------	----------------	---------	---------	----------------

Programmanr. 2  
27-3-2010 - 14:45

50m vrije slag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Heren</b>					
1.	René Zuyderwijk	Vahalis	25.66	8903717	<b>25.86</b>
2.	Mark Rogaar	Bubble	25.59	8802861	<b>26.09</b>
3.	Dick Kampman	De Amer	29.09	8801789	<b>26.69</b>
4.	Rik Bos	Ducdalf	28.21	8600345	<b>26.80</b>
5.	Jeroen Leenslag	SCOM	27.13	8802129	<b>27.37</b>
6.	Sven van Zanten	De Duinkickers	27.82	9003405	<b>27.86</b>
7.	Dennis Kuipers	Z&PC De Inktvis	28.50	8601787	<b>28.02</b>
8.	Mark Pijtak	AZ&PC	28.04	9002287	<b>28.86</b>
9.	Jarno Heres	Ducdalf	27.96	9003549	<b>29.35</b>
10.	Martijn Voortman	De IJsel	29.02	8604395	<b>29.47</b>
11.	Onno Hoeksema	De Valken	31.07	8601249	<b>29.76</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 2, Heren, 50m vrije slag, Masters 20+

Rang			In.tijd		Tijd
12.	Albert Dijkma	De Forel Wolvega	29.59	8700711	<b>30.54</b>
13.	Niels Willemsen	Z&PC De Inktvis	30.00	8603557	<b>30.70</b>
14.	Henk-Jan v't Hof	De Hokseberg	32.81	8804325	<b>31.92</b>
15.	Danny Jannenga	Ducdalf	30.02	8801673	<b>32.10</b>
16.	Yordi Zeijpveld	Aquapoldro	34.00	8906611	<b>32.42</b>
AFGEM	Arjan Wiekens	Stadskanaal	29.50	8903585	

Masters 20+, Dames

1.	Rianne Hooiveld	Bubble	29.90	9001572	<b>27.76</b>
2.	Diana Martena	Dedemsvaart-AC	30.35	8602404	<b>30.13</b>
3.	Patricia Scheppers	Bubble	29.90	8903678	<b>30.61</b>
4.	Ingrid den Ouden	De Amer	31.55	8703058	<b>30.86</b>
5.	Gerrie Zuyderwijk	Vahalis	29.88	8704828	<b>32.12</b>
6.	Martine Heres	Ducdalf	31.45	8701668	<b>33.46</b>
7.	Sanne te Riele	Swol 1894	32.84	8705978	<b>33.75</b>
8.	Renske Eilers	De Amer	32.77	8806072	<b>33.80</b>
9.	Laura Visserman	De Amer	34.61	8704362	<b>33.94</b>
10.	Helma Kramer	Ducdalf	32.52	8705406	<b>34.51</b>
11.	Kelly de Jonge	SCOM	37.78	8806714	<b>35.18</b>
12.	Jolein Deiling	Ducdalf	37.71	9007906	<b>36.82</b>
13.	Yvette van den Dool	Olympia	40.00	8706052	<b>41.39</b>

Masters 25+, Heren

1.	Ewoud Tamminga	AZ&PC	22.71	8201701	<b>25.70</b>
2.	Mark Dieleman	Zignea	28.82	8500545	<b>28.10</b>
3.	Pascal van Kassel	Triton Weesp	26.29	8501289	<b>28.16</b>
4.	Marcel v/d Laan	Bubble	27.92	8501507	<b>29.35</b>
5.	Remco Nijland	De IJsel	28.48	8202527	<b>29.43</b>
6.	Rene van Dijk	ISIS	30.74	8400489	<b>29.70</b>
7.	Dennis Boek	De Forel Wolvega	27.45	8202325	<b>29.86</b>
8.	Rudy de Jong	De Forel Wolvega	29.18	8301061	<b>30.60</b>
9.	Willem vd Zwaag	ISIS	30.94	8503111	<b>31.26</b>
10.	Mark Brinkhuis	Oostdobbers	30.55	8302609	<b>32.86</b>
11.	Jaap Schreuder	Hatweeo	30.97	8502291	<b>32.92</b>
AFGEM	Juroen Oosting	Stadskanaal	29.50	8501903	
AFGEM	Richard Mulder	Stadskanaal	27.99	8501815	

Masters 25+, Dames

1.	Daniëlle Ploeger	De Pinquin	29.54	8101942	<b>30.66</b>
2.	Anouk Butter	OEZA	32.52	8201514	<b>31.38</b>
3.	Ellis de Lange	Stadskanaal	32.00	8101890	<b>31.51</b>
4.	Marcelle Zuur	Het Y	30.35	8302666	<b>31.54</b>
5.	Ilse Kruid	De Valken	31.20	8504018	<b>32.09</b>
6.	Mariska Pouls	Dedemsvaart-AC	32.55	8301608	<b>32.29</b>
7.	Marijke Oosterhuis	Trivia	32.69	8201222	<b>33.01</b>
8.	Annette Vogelsang	De Bron	34.00	8402632	<b>33.21</b>
9.	Simone Appelman	DWK	38.00	8403406	<b>33.39</b>
10.	Jennifer Go	Triton Weesp	32.72	8400766	<b>34.67</b>
11.	Ciska Knol	Dedemsvaart-AC	38.00	8102132	<b>35.16</b>
12.	Ariane Redecke	Aquapoldro	34.39	8202288	<b>35.69</b>
13.	Charlotte Wegman	Ten Boer	34.13	8503170	<b>35.86</b>
14.	Mirjam Minderhoud	Zignea	35.58	8301398	<b>36.50</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 2, Dames, 50m vrije slag, Masters 25+

Rang			In.tijd		Tijd
15.	Angélique Rotteveel	Aquapoldro	35.16	8402090	<b>38.95</b>
16.	Albertien Wollerich	Stadskanaal	39.00	8202304	<b>40.18</b>

Masters 30+, Heren

1.	Stan Dekker	HHZV Plons	26.11	7901823	<b>26.42</b>
2.	Oliver de Haas	De Bron	28.15	8002213	<b>26.85</b>
3.	Martin Haaijer	Z&PC De Inktvis	25.93	8000499	<b>27.45</b>
4.	Michel Wigbers	DWT	27.50	8001743	<b>27.86</b>
5.	Tjebbe Joosten	THOR	27.12	7600463	<b>27.94</b>
6.	Erik Kusters	Dedemsvaart-AC	27.77	8000837	<b>28.60</b>
7.	Emiel Kamman	Swol 1894	28.52	7701333	<b>28.65</b>
8.	Johan Wezenberg	Deltasteur	27.95	7601023	<b>28.95</b>
9.	Joris Haest	PSV	29.79	7900441	<b>29.08</b>
10.	Okko de Haas	De Bron	29.35	7801593	<b>29.51</b>
11.	Rene Beens	Deltasteur	28.46	7800045	<b>29.86</b>
12.	Jeroen Tebbens	IJZ&PC	35.50	7601405	<b>35.92</b>
13.	Martijn Bokelaar	OEZA	35.87	8002229	<b>37.45</b>
AFGEM	Rob Huls	Swol 1894	27.26	7700475	
AFGEM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	25.50	7800471	

Masters 30+, Dames

1.	Janneke Harmsen	De Spatters	30.30	7700938	<b>30.62</b>
2.	Rebanna Jager	De Pinquin	31.77	7901394	<b>32.29</b>
3.	Margriet Leeffers	Deltasteur	34.37	7800448	<b>33.23</b>
4.	Helma Koot	AZ&PC	33.50	7600336	<b>33.92</b>
5.	Martine Sonneveld	De Pinquin	33.23	7801038	<b>34.51</b>
6.	Marjolein Kiewiet	Aquapoldro	35.55	7901404	<b>35.87</b>
7.	Thyrsa Drost	De Hokseberg	34.20	7600974	<b>36.13</b>

Masters 35+, Heren

1.	Paul Hardeman	AZ&PC	27.20	7300327	<b>28.01</b>
2.	Gerhard Knol	De Aalscholver	28.29	7100483	<b>29.43</b>
3.	Erik Veltman	Stadskanaal	30.00	7200941	<b>30.00</b>
4.	Dennis van Markesteijn	Olympia	32.58	7201333	<b>31.40</b>
5.	Peter van Scherrenburg	Zignea	35.57	7101451	<b>35.66</b>
6.	Peter Rodwell	Gay Swim Amsterdam	36.00	7100765	<b>37.43</b>
AFGEM	Gerko Drenth	Stadskanaal	29.00	7300229	

Masters 35+, Dames

1.	Annette de Visser	Oceanus	31.22	71000602	<b>31.09</b>
2.	Trudie van Niejenhuis	DES	31.97	7100444	<b>31.80</b>
3.	Henriëtte Manting	GZVW	32.91	7100246	<b>33.11</b>
4.	Astrid Veenstra	Gay Swim Amsterdam	45.00	7300802	<b>35.39</b>
5.	Jolanda Wigboldij	De Aquaflippers	33.61	7400130	<b>36.20</b>
6.	Diana Westerdijk	De Spatters	35.70	7200704	<b>37.11</b>
7.	Claudia de Vos-Boersen	Olympia	38.11	7500850	<b>37.50</b>
8.	Sylvia Tetteroo	IJZ&PC	43.14	7300476	<b>43.35</b>
AFGEM	Angeline Hamstra	SCOM	38.43	7200782	

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 2, 50m vrije slag

Masters 40+, Heren

1.	Rene Beetsma	HZ&PC Heerenveen	26.90	6900069	<b>28.70</b>
2.	Paul de Boer	De Amer	28.15	6801413	<b>29.73</b>
3.	Harald Mulder	Zoetermeer	31.44	6701459	<b>29.84</b>
4.	Lucas Ridderbos	Bubble	28.54	6700795	<b>30.43</b>
5.	Eelco van Dijk	De Zwoer	30.12	6601381	<b>30.48</b>
6.	Roelof Broekman	De Spatters	30.08	6800155	<b>30.68</b>
7.	Marcel Brittijn	De Duinkickers	32.40	6900159	<b>32.13</b>
8.	Frank van den Haak	Gay Swim Amsterdam	37.00	6601429	<b>32.68</b>
9.	Edwin Robers	De IJsel	30.00	6601383	<b>33.89</b>
10.	Aegidius Kap	HHZV Plons	33.06	6801233	<b>35.07</b>
11.	Abel Wigboldij	De Aquaflippers	39.73	6701227	<b>35.89</b>
12.	Marco van der Werf	Zignea	39.35	6901513	<b>40.16</b>
DIS	Rudi Endenburg	Gay Swim Amsterdam	32.55	6901453	
<i>AB - Veroorzaakte valse start (uitgesloten voor prog.nr.).</i>					
NG.ZA	Derk Jan Berends	De Hokseberg	31.00	6801441	
AFGEM	Peter v. Meerveld	AZ&PC	29.10	6700649	

Masters 40+, Dames

1.	Ingrid Boot	De Aalscholver	30.37	7000168	<b>29.43</b>
2.	Iris van Aurich	Triton Putten	33.51	6900164	<b>32.21</b>
3.	Laura Staal	Oceanus	32.00	67000358	<b>32.83</b>
	Desiree van der Lem	Kon. AZ 1870	32.08	6800282	<b>32.83</b>
5.	Caroline Schreuder	Triton Weesp	30.61	6700550	<b>32.90</b>
6.	Esther Mijnen	WZ&PC Purmerend	32.72	6900846	<b>33.01</b>
7.	Ilse Vos	De Hokseberg	33.07	6800644	<b>33.52</b>
8.	Anne van der Meer	De Valken	34.54	6700580	<b>33.70</b>
9.	Chita van der Goorbergh	Zoetermeer	31.35	6800762	<b>33.76</b>
10.	Remona Dekker	De Bron	37.14	6600620	<b>35.04</b>
11.	Hanny Rotteveel	Zignea	33.36	6600538	<b>35.14</b>
12.	Tynke van Schaik	Gay Swim Amsterdam	40.08	6900806	<b>38.57</b>
13.	Korsine Gunther	Vahalis	40.46	6700614	<b>40.17</b>
14.	Lenie Veldhuizen	De Forel Wolvega	53.82	6800476	<b>50.80</b>

Masters 45+, Heren

1.	Marcel van der Lem	Kon. AZ 1870	28.72	6500563	<b>27.82</b>
2.	Ron Korzelius	AZ&PC	32.92	6500513	<b>28.63</b>
3.	Bert Popma	Zignea	30.21	6401147	<b>29.29</b>
4.	Erik Wetsteijn	Swol 1894	28.73	6501019	<b>29.47</b>
5.	John Stoffer	Zoetermeer	28.43	6300725	<b>30.34</b>
6.	Jan Smalheer	SCOM	30.73	6400701	<b>30.62</b>
7.	Marcel Stroet	De Bron	31.77	6400929	<b>30.99</b>
8.	Lambert Morsink	Triton Weesp	30.75	6501427	<b>31.07</b>
9.	Henk Schutte	Deltasteur	32.84	6100875	<b>32.29</b>
10.	Rob de Zwart	De Bron	33.00	6301297	<b>32.37</b>
11.	Johan Bos	Gay Swim Amsterdam	33.48	6501375	<b>33.11</b>
12.	Jan van Rennes	ISIS	31.13	6200539	<b>33.18</b>
13.	Perry Dekker	De Bron	37.45	6201081	<b>35.14</b>
14.	Jan de Geus	Olympia	36.38	6501347	<b>35.67</b>
15.	Bojan Kriljic	Vahalis	40.45	6501429	<b>40.77</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 2, 50m vrije slag

Masters 45+, Dames

1.	Francine Sommer	Triton Weesp	32.37	6200384	<b>32.46</b>
2.	Francina Eggers	De Bron	33.10	6500062	<b>35.65</b>
3.	Ellen Parma	Triton Weesp	37.82	6200366	<b>37.64</b>
4.	Alie Visser	HZ&PC Heerenveen	38.46	6400494	<b>39.42</b>
5.	Annelies Talman	Gay Swim Amsterdam	45.00	6400512	<b>39.68</b>
6.	Gea Kuiper	ZCNF'34	44.42	6100104	<b>43.67</b>
7.	Michella van Ballegooyen	Vahalis	43.67	6300474	<b>44.95</b>

Masters 50+, Heren

1.	Otto Zeijpveld	Aquapoldro	34.00	5800497	<b>30.29</b>
2.	Andre Storm	Zoetermeer	29.00	5600407	<b>30.74</b>
3.	Henk Gierveld	Nat Utrecht	33.11	6000869	<b>31.42</b>
4.	John Dam	Zignea	31.19	6000915	<b>32.09</b>
5.	Michel Thunnissen	Gay Swim Amsterdam	32.42	6000831	<b>32.51</b>
6.	Herbert Katgert	WS Twente	35.20	5900739	<b>33.94</b>
7.	Jan Timmerman	IJZ&PC	33.22	5700347	<b>35.14</b>
8.	Jan Haitma	De Spatters	37.25	6000929	<b>37.02</b>
9.	Jan Glorie	OEZA	50.51	5700513	<b>46.26</b>
DIS	Jan Willem Heuten	WS Twente	32.83	6000883	

*AA - Te vroeg weg of bewogen bij start.*

Masters 50+, Dames

1.	Janny van Eijk	De Bron	33.75	5800022	<b>33.26</b>
2.	Pia Molen van der	HZ&PC Heerenveen	34.97	6000116	<b>34.39</b>
3.	Marjan Spoelstra	Swol 1894	39.17	6000236	<b>36.73</b>
4.	Monica Bakker	Zwartsluis	35.42	5600082	<b>38.54</b>
5.	Inge Wolfs	HHZV Plons	37.49	6000304	<b>38.92</b>
6.	Katinka Elders	Oceanus	36.45	6000292	<b>39.20</b>
7.	Willy Schoenmaker	DWK	44.77	5900254	<b>43.03</b>
8.	Joke Burgers	Oostdobbers	38.76	6000226	<b>43.04</b>

Masters 55+, Heren

1.	Jappie Kuiper	Swol 1894	30.57	5500417	<b>29.78</b>
2.	Henk Slomp	De Pinquin	30.64	5500359	<b>30.10</b>
3.	Hugo Staudt	WS Twente	31.02	5300253	<b>32.54</b>
4.	Laurens klein Breteler	WWV Winterswijk	33.86	5400109	<b>34.53</b>

Masters 55+, Dames

1.	Christien Nieuwenhuis	Swol 1894	31.98	5100022	<b>32.70</b>
2.	Margriet Pasma	Ten Boer	34.14	5500088	<b>34.09</b>
3.	Corine Kalbfleisch	DWT	38.00	5200024	<b>35.32</b>
4.	Tineke van Diggelen	Oceanus	42.00	5200048	<b>41.66</b>
5.	Janny van der Weide	Deltasteur	57.00	5100066	<b>54.07</b>

Masters 60+, Dames

1.	Bea Pool	Swol 1894	37.86	4900010	<b>37.87</b>
2.	Irene de Boer	De Bron	58.99	4600002	<b>56.16</b>

Masters 60+, Heren

1.	Mans Buis	Oostdobbers	36.45	4700133	<b>37.62</b>
2.	Henk Oostendorp	De Bron	44.15	4800093	<b>39.46</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 2, 50m vrije slag

Masters 65+, Heren

1. Han Roos	De Bron	31.72	4500081	<b>32.69</b>
2. Ruud Sloof	De Rijn	35.99	4400073	<b>34.57</b>

Masters 65+, Dames

1. Greet Brehler	Hatto Heim	55.00	4400004	<b>47.39</b>
2. Leny Kamp	Aquapoldro	56.00	4400008	<b>50.80</b>

Masters 70+, Heren

1. Nic Geers	Z&PC De Gouwe	32.00	3800007	<b>31.88</b>
2. Wim ter Laak	Katwijk	44.20	4000027	<b>48.14</b>

Masters 70+, Dames

1. Hanny Pasman	Aquapoldro	1:15.13	3900006	<b>1:13.71</b>
-----------------	------------	---------	---------	----------------

Masters 75+, Heren

1. Taco van Blommestein	Aquapoldro	52.83	3300007	<b>54.51</b>
-------------------------	------------	-------	---------	--------------

Masters 85+, Dames

1. Gre Schonberger-de Hooge	ZPB H&L	56.15	2100004	<b>1:16.84</b>
-----------------------------	---------	-------	---------	----------------

Programmanr. 3  
27-3-2010 - 15:11

100m rugslag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd	
<b>Masters 20+, Heren</b>					
1.	Jens Boer	Z&PC De Inktvis	1:14.00	8900289	<b>1:10.80</b>
2.	Frederik Tamminga	AZ&PC	1:08.00	8703293	<b>1:14.12</b>
3.	Marco de Vries	Z&PC De Inktvis	1:17.83	9003181	<b>1:15.73</b>
4.	Niels Willemsen	Z&PC De Inktvis	1:25.00	8603557	<b>1:24.86</b>
<b>Masters 20+, Dames</b>					
1.	Diana Martena	Dedemsvaart-AC	1:23.89	8602404	<b>1:29.35</b>
2.	Lucie van Delden	Stadskanaal	1:30.00	88-00910	<b>1:33.12</b>
3.	Esther Boonk	Zignea	1:31.42	8806570	<b>1:36.64</b>
<b>Masters 25+, Heren</b>					
1.	Albert van Piekeren	Octopus	1:06.21	8401767	<b>1:08.95</b>
2.	Luchel Harms	Dedemsvaart-AC	1:12.76	8400835	<b>1:11.43</b>
3.	Stefan Bremmer	Dedemsvaart-AC	1:33.74	8300309	<b>1:30.79</b>
<b>Masters 25+, Dames</b>					
1.	Marcelle Zuur	Het Y	1:20.73	8302666	<b>1:20.29</b>
2.	Monique Stant	Bubble	1:23.76	8201592	<b>1:23.36</b>
3.	Daniëlle Ploeger	De Pinquin	1:20.86	8101942	<b>1:24.95</b>
4.	Jennifer Go	Triton Weesp	1:22.41	8400766	<b>1:28.88</b>
5.	Charlotte Wegman	Ten Boer	1:27.13	8503170	<b>1:29.28</b>
6.	Lisette Poelhekkers	De Aalscholver	1:30.00	8403408	<b>1:29.72</b>
7.	Yvonne Joosten-Wever	Hatweeo	1:25.82	8101854	<b>1:32.89</b>
8.	Albertien Wollerich	Stadskanaal	1:35.00	8202304	<b>1:36.73</b>



ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 3, Dames, 100m rugslag, Masters 25+

Rang			In.tijd		Tijd
9.	Rianne van Vegchelen	Deltasteur	1:50.26	8101530	<b>1:46.95</b>
NG.ZA	Marijke Oosterhuis	Trivia	1:28.00	8201222	

Masters 30+, Heren

1.	Stan Dekker	HHZV Plons	1:07.34	7901823	<b>1:11.34</b>
2.	Joost Roelofs	Gay Swim Amsterdam	1:14.50	7601337	<b>1:15.02</b>
3.	Tjebbe Joosten	THOR	1:11.53	7600463	<b>1:20.21</b>
4.	Michel Wigbers	DWT	1:17.00	8001743	<b>1:21.17</b>
AFGEM	Casper Hut	HZ&PC Heerenveen	1:09.18	7800471	

Masters 30+, Dames

1.	Janneke Harmsen	De Spatters	1:18.60	7700938	<b>1:20.29</b>
2.	Melanie Kuiper	De Rijn	1:20.00	7600350	<b>1:24.34</b>
3.	Helma Koot	AZ&PC	1:28.28	7600336	<b>1:26.86</b>

Masters 35+, Heren

1.	Agnus Gerringa	DWK	1:12.96	7100285	<b>1:16.20</b>
2.	Erwin Zuijdervelt	De Futen	1:11.85	7501015	<b>1:18.39</b>
3.	Arjan Aalbers	Swol 1894	1:17.22	7500001	<b>1:18.76</b>
4.	Heiner Stevens	Zignea	1:24.50	7201299	<b>1:23.24</b>
5.	Peter Rodwell	Gay Swim Amsterdam	1:45.00	7100765	<b>1:46.95</b>

Masters 35+, Dames

1.	Henriëtte Manting	GZVW	1:24.95	7100246	<b>1:26.70</b>
2.	Inez Heideman	WS Twente	1:30.00	7500198	<b>1:32.05</b>
3.	Annet Kootstra	Swol 1894	1:41.33	7100344	<b>1:39.26</b>

Masters 40+, Heren

1.	Casper de Zeeuw	WS Twente	1:11.26	7001137	<b>1:17.47</b>
2.	Fred van de Meeberg	Zignea	1:19.00	6601279	<b>1:20.46</b>
3.	Derk Jan Berends	De Hokseberg	1:25.00	6801441	<b>1:23.04</b>
4.	Henk van Zetten	Octopus	1:37.42	6701261	<b>1:35.93</b>
5.	Arnold Jonker	HZ&PC Heerenveen	1:35.00	7000529	<b>1:37.60</b>
6.	Henk Viering	Swol 1894	1:45.11	6600917	<b>1:41.16</b>

Masters 40+, Dames

1.	Helen Turner	PSV	1:26.00	7000894	<b>1:28.54</b>
2.	Chita van der Goorbergh	Zoetermeer	1:26.60	6800762	<b>1:29.26</b>
3.	Cynthia Noordermeer	Het Y	1:22.94	7000358	<b>1:29.29</b>
4.	Yolanda Mante	Gay Swim Amsterdam	1:34.00	6600432	<b>1:32.05</b>

Masters 45+, Heren

1.	Wiljam Nijenhuis	De IJsel	1:14.45	6400547	<b>1:19.07</b>
2.	Edzo Huisman	Aquapoldro	1:22.00	6301029	<b>1:25.01</b>
3.	Jack Barends	WS Twente	1:24.88	6201011	<b>1:26.44</b>
4.	Bart van Calker	WS Twente	1:25.30	6100067	<b>1:26.76</b>
5.	Bart de Graaf	DWT	1:55.56	6100899	<b>1:52.44</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 3, 100m rugslag

Masters 45+, Dames

1.	Judith Cromjongh	De Zwoer	1:15.80	6400054	<b>1:18.70</b>
2.	Monique Dijkstra	Gay Swim Amsterdam	1:19.66	6400066	<b>1:20.30</b>
3.	Jacqueline Rolloos	KZV de Lansingh	1:22.78	6300222	<b>1:24.64</b>
4.	Margriet Grove	Oceanus	1:28.18	6200080	<b>1:27.04</b>
5.	Francina Eggers	De Bron	1:27.52	6500062	<b>1:35.19</b>

Masters 50+, Heren

1.	Albert Boonstra	Aqua-Novio '94	1:10.82	5700425	<b>1:10.44</b>
2.	Marius Ros	ZCNF'34	1:20.05	5900779	<b>1:26.45</b>
3.	Pieter de Jong	Aquapoldro	1:30.00	5800585	<b>1:38.58</b>
4.	Michiel Tonsbeek	DWT	1:47.22	6000889	<b>1:48.08</b>

Masters 50+, Dames

1.	Pia Molen van der	HZ&PC Heerenveen	1:33.06	6000116	<b>1:35.76</b>
----	-------------------	------------------	---------	---------	----------------

Masters 55+, Heren

1.	Ronald van der Zande	De Aalscholver	1:21.03	5500307	<b>1:19.78</b>
----	----------------------	----------------	---------	---------	----------------

Masters 60+, Heren

1.	Donald Uijtenbogaart	Het Y	1:24.28	4700107	<b>1:27.36</b>
----	----------------------	-------	---------	---------	----------------

Masters 60+, Dames

1.	Marja van der Meer	Neptunus	1:48.00	4700014	<b>1:50.50</b>
----	--------------------	----------	---------	---------	----------------

Masters 65+, Heren

1.	Rob Hanou	PSV	1:35.00	4300109	<b>1:37.54</b>
----	-----------	-----	---------	---------	----------------

Masters 65+, Dames

1.	Loekie v. Huissteden	AZ&PC	2:05.86	4500002	<b>2:10.28</b>
----	----------------------	-------	---------	---------	----------------

Masters 70+, Heren

1.	Gregor Pompen	Aqua-Novio '94	1:52.00	3700021	<b>1:53.20</b>
----	---------------	----------------	---------	---------	----------------

Programmanr. 4  
27-3-2010 - 15:29

4 x 100m wisselslag

Ift 80 - 279  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd	
<b>80+, Dames</b>						
1.	Stadskanaal 1	Stadskanaal	5:26.00		<b>5:42.11</b>	
	Ellis de Lange	29	1:25.74	Christien Kruithof	24	1:16.65
	Lucie van Delden	22	1:48.07	Margo Kruithof	23	1:11.65
2.	Octopus 1	Octopus	5:31.42		<b>5:43.15</b>	
	Annebeth van Ark	22	1:31.78	Margriet Aan het Rot	24	1:30.78
	Jantina Bredewoud	22	1:29.04	Miriam Visserman	23	1:11.55

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 4, 4 x 100m wisselslag

80+, Heren

1. De Inktvis 1		Z&PC De Inktvis	4:51.00		<b>5:04.31</b>
Jens Boer	21	1:17.73	Dennis Kuipers	24	1:11.10
Niels Willemsen	24	1:32.92	Martin Haaijer	30	1:02.56

100+, Gemengd

1. De Amer 1		De Amer	5:14.18		<b>5:22.20</b>
Dick Kampman	22	1:09.30	Rudolf Meijer	50	
Renske Eilers	22		Ingrid den Ouden	23	

120+, Heren

1. AZ&PC 4		AZ&PC	4:42.30		<b>4:49.16</b>
<i>Masters WR Heren 120+</i>					
Ron Korzelius	45	1:16.06	Erwin Buist	32	1:11.77
Peter v. Meerveld	43	1:19.30	Paul Hardeman	37	1:02.03
2. Swol 1894 1		Swol 1894	4:56.53		<b>4:56.77</b>
Erik Wetsteijn	45	1:17.08	Peter ter Horst	38	1:09.29
Emiel Kamman	33	1:21.43	Arjan Aalbers	35	1:08.97
3. De IJsel 1		De IJsel	5:02.54		<b>5:13.24</b>
Remco Nijland	28	1:25.34	Wiljam Nijenhuis	46	1:13.19
Jeroen Everts	24	1:16.21	Edwin Robers	44	1:18.50

AFGEM Stadskanaal 1		Stadskanaal	5:17.00		
Arjan Wiekens	21		Gerko Drenth	37	
Erik Veltman	38		Wilfred Roossien	24	

120+, Gemengd

1. PSV 1		PSV	4:42.27		<b>5:07.22</b>
Helen Turner	40	1:28.92	Elles van Leeuwen	24	1:14.36
Jeroen Wijering	30	1:14.82	Joris Haest	31	1:09.12
2. AZ&PC 1		AZ&PC	5:14.28		<b>5:22.36</b>
Mark Pijtak	20	1:14.68	Frederik Tamminga	23	1:09.77
Friderika Kerekes	45	1:43.12	Helma Koot	34	1:14.79
3. Swol 1894 1		Swol 1894	6:05.00		<b>6:07.73</b>
Henk Viering	44	1:44.60	Kasper van den Berghe	37	1:17.30
Marjan Spoelstra	50	1:45.78	Sanne te Riele	23	1:20.05
4. OEZA 1		OEZA	6:05.64		<b>6:24.81</b>
Helena Jongema	30	1:27.18	Anouk Butter	28	1:24.25
Jan Glorie	50	2:05.00	Martijn Bokelaar	30	1:28.38

160+, Dames

1. AZ&PC 3		AZ&PC	5:15.50		<b>5:09.26</b>
<i>Masters WR 160+ dames</i>					
Henriëtte v. Norden	42	1:20.60	Marja Bloemzaad	49	1:16.41
Françoise Heijdemann-Duran	41	1:26.28	Lidia v. Bon-Rosenbrand	40	1:05.97
2. Oceanus 1		Oceanus	5:45.00		<b>5:48.55</b>
Laura Staal	43	1:21.21	Margriet Grove	48	
Tineke van Diggelen	58		Annette de Visser	39	
3. Gay Swim Amsterdam 1		Gay Swim Amsterdam	5:57.00		<b>6:19.20</b>
Annette van Dok	42	1:38.53	Monique Dijkstra	46	1:22.22
Yolanda Mante	44	1:42.55	Tynke van Schaik	41	1:35.90

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 4, 4 x 100m wisselslag

160+, Heren

1. Gay Swim Amsterdam 2		Gay Swim Amsterdam	6:02.00		<b>6:20.51</b>
Peter Rodwell	39	1:55.51	Arthur Jansen	56	1:34.06
Kees Karsten	52	1:46.56	Joost Roelofs	34	1:04.38

160+, Gemengd

1. AZ&PC 2		AZ&PC	4:41.08		<b>4:43.60</b>
<i>Masters WR Gemengd 160+</i>					
Atie Pijtak-Radersma	54	1:20.22	Ewoud Tamminga	28	58.93
Edwin v. Norden	47	1:14.52	Tina Renken	38	1:09.93
2. HZ&PC Heerenveen 1		HZ&PC Heerenveen	5:24.58		<b>6:01.18</b>
Pia Molen van der	50	1:35.39	Rene Beetsma	41	1:13.16
Alie Visser	46	1:48.27	Arnold Jonker	40	1:24.36

200+, Dames

1. Swol 1894 1		Swol 1894	5:31.37		<b>5:35.07</b>
<i>Masters WR dames 200+</i>					
Annemarie Vuist	47	1:29.26	Mathilde Vink	52	1:14.81
Bea Pool	61	1:39.66	Christien Nieuwenhuis	59	1:11.34

Programmanr. 5  
27-3-2010 - 15:48

200m vlinderslag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Heren</b>						
1.	Tim Bunnik		Triton Weesp	2:33.80	9000505	<b>2:44.73</b>
	100m: 1:13.89	200m: 2:44.73				
2.	Marco de Vries		Z&PC De Inktvis	3:01.80	9003181	<b>3:07.89</b>
	100m: 1:26.45	200m: 3:07.89				
<b>Masters 20+, Dames</b>						
1.	Esther Boonk		Zignea	3:25.48	8806570	<b>3:34.57</b>
	100m: 1:36.42	200m: 3:34.57				
<b>Masters 25+, Heren</b>						
AFGEM	Frank Guibal		Z&PC De Inktvis	3:00.00	8300799	
<b>Masters 25+, Dames</b>						
1.	Judith Kremers		De Spatters	3:25.76	8102094	<b>3:16.64</b>
	100m: 1:31.86	200m: 3:16.64				
2.	Mariska Pouls		Dedemsvaart-AC	3:14.00	8301608	<b>3:29.74</b>
	100m: 1:30.86	200m: 3:29.74				
3.	Annette Vogelsang		De Bron	3:30.00	8402632	<b>3:31.02</b>
	100m: 1:34.04	200m: 3:31.02				
4.	Charlotte Wegman		Ten Boer	4:00.00	8503170	<b>3:47.93</b>
	100m: 1:42.24	200m: 3:47.93				
DIS	Angélique Rotteveel		Aquapoldro	3:36.11	8402090	
	<i>AF - Niet de aangegeven afstand gezwommen (geen tijd noteren).</i>					

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

---

Programmanr. 5, 200m vlinderslag

Masters 30+, Heren

1.	Erik Kusters		Dedemsvaart-AC	2:35.00	8000837	<b>2:36.10</b>
	100m: 1:10.04	200m: 2:36.10				
2.	Ralf Peters		KZ&PC	2:41.88	7600737	<b>2:39.80</b>
	100m: 1:12.32	200m: 2:39.80				
3.	Joris Haest		PSV	2:40.32	7900441	<b>3:02.58</b>
	100m: 1:21.04	200m: 3:02.58				

Masters 30+, Dames

1.	Babette Rens		Dedemsvaart-AC	3:13.79	7801200	<b>3:20.96</b>
	100m: 1:34.48	200m: 3:20.96				

Masters 35+, Heren

1.	Agnus Gerringa		DWK	2:40.80	7100285	<b>2:55.01</b>
	100m: 1:17.51	200m: 2:55.01				

Masters 35+, Dames

1.	Annet Kootstra		Swol 1894	3:35.32	7100344	<b>3:37.89</b>
	100m: 1:43.07	200m: 3:37.89				

AFGEM Angeline Hamstra SCOM 4:20.00 7200782

Masters 40+, Heren

NG Harald Mulder Zoetermeer 2:55.00 6701459

Masters 40+, Dames

1.	Ingrid Boot		De Aalscholver	2:57.38	7000168	<b>3:02.55</b>
	100m: 1:23.14	200m: 3:02.55				
2.	Karin van den Heuvel		AquAmigos	3:13.85	6600188	<b>3:27.34</b>
	100m: 1:36.98	200m: 3:27.34				
3.	Hetty Smalheer		SCOM	3:38.41	6700352	<b>3:33.43</b>
	100m: 1:44.72	200m: 3:33.43				

Masters 45+, Heren

1.	Paul van der Voort		De Zwoer	2:56.18	6200715	<b>3:15.83</b>
	100m: 1:27.58	200m: 3:15.83				

Masters 45+, Dames

1.	Jantine Braakman		De Bron	3:25.00	6500036	<b>3:35.83</b>
	100m: 1:40.13	200m: 3:35.83				

Masters 50+, Heren

1.	Marius Ros		ZCNF'34	3:08.40	5900779	<b>3:24.45</b>
	100m: 1:43.51	200m: 3:24.45				
2.	Jan Willem Heuten		WS Twente	3:36.51	6000883	<b>3:30.73</b>
	100m: 1:30.51	200m: 3:30.73				

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 5, 200m vlinderslag

Masters 50+, Dames

1.	Janny van Eijk	De Bron	3:30.00	5800022	<b>3:18.06</b>
	100m: 1:32.58 200m: 3:18.06				
2.	Tonny den Braber	SCOM	4:40.00	5700022	<b>4:34.34</b>
	100m: 2:06.25 200m: 4:34.34				

Masters 65+, Heren

1.	Rob Hanou	PSV	3:20.00	4300109	<b>3:29.95</b>
	100m: 1:39.47 200m: 3:29.95				

Masters 70+, Heren

1.	Nic Geers	Z&PC De Gouwe	3:45.00	3800007	<b>3:53.97</b>
	100m: 1:49.55 200m: 3:53.97				

Programmanr. 6  
27-3-2010 - 16:04

50m rugslag

Gebjrt 1921 - 1990  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Heren</b>					
1.	Dick Kampman	De Amer	31.95	8801789	<b>30.82</b>
2.	Jens Boer	Z&PC De Inktvis	30.76	8900289	<b>31.25</b>
3.	Mark Pijtak	AZ&PC	32.69	9002287	<b>33.45</b>
4.	Mark Rogaar	Bubble	35.72	8802861	<b>33.52</b>
5.	René Zuyderwijk	Vahalis	31.67	8903717	<b>33.72</b>
6.	Sven van Zanten	De Duinkickers	31.99	9003405	<b>34.70</b>
7.	Rik Bos	Ducdalf	35.95	8600345	<b>35.75</b>
8.	Onno Hoeksema	De Valken	39.00	8601249	<b>38.82</b>
9.	Albert Dijkma	De Forel Wolvega	36.16	8700711	<b>39.20</b>
10.	Jarno Heres	Ducdalf	33.19	9003549	<b>40.34</b>
11.	Danny Jannenga	Ducdalf	38.12	8801673	<b>40.85</b>
<b>Masters 20+, Dames</b>					
1.	Rianne Hooiveld	Bubble	34.23	9001572	<b>33.98</b>
2.	Gerrit Zuyderwijk	Vahalis	38.99	8704828	<b>38.08</b>
3.	Christien Kruithof	Stadskanaal	39.89	8602124	<b>38.24</b>
4.	Elles van Leeuwen	PSV	36.00	8602240	<b>38.26</b>
5.	Martine Heres	Ducdalf	35.45	8701668	<b>39.47</b>
6.	Eline Schoenmaker	De Duinkickers	35.50	9003322	<b>40.08</b>
7.	Annebeth van Ark	Octopus	42.92	8805588	<b>40.73</b>
8.	Kelly de Jonge	SCOM	46.16	8806714	<b>43.45</b>
9.	Helma Kramer	Ducdalf	39.79	8705406	<b>43.54</b>
10.	Paulien Molen v.d	HZ&PC Heerenveen	45.00	9006048	<b>44.48</b>
11.	Jolein Deiling	Ducdalf	48.32	9007906	<b>51.30</b>
<b>Masters 25+, Heren</b>					
1.	Sander Leenslag	SCOM	32.46	8401385	<b>30.45</b>
2.	Pascal van Kassel	Triton Weesp	32.38	8501289	<b>32.48</b>
3.	Marcel v/d Laan	Bubble	34.32	8501507	<b>34.26</b>
4.	Rudy de Jong	De Forel Wolvega	38.29	8301061	<b>36.38</b>
5.	Dennis Boek	De Forel Wolvega	37.11	8202325	<b>37.47</b>
6.	Rene van Dijk	ISIS	37.55	8400489	<b>38.53</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 6, Heren, 50m rugslag, Masters 25+

Rang			In.tijd		Tijd
7.	Willem vd Zwaag	ISIS	39.91	8503111	<b>39.46</b>
8.	Mark Brinkhuis	Oostdobbers	38.22	8302609	<b>40.85</b>
9.	Stefan Bremmer	Dedemsvaart-AC	39.60	8300309	<b>44.60</b>

Masters 25+, Dames

1.	Marcelle Zuur	Het Y	34.98	8302666	<b>37.51</b>
2.	Daniëlle Ploeger	De Pinquin	37.20	8101942	<b>37.56</b>
3.	Marijke Oosterhuis	Trivia	41.00	8201222	<b>38.74</b>
4.	Simone Appelman	DWK	45.00	8403406	<b>39.15</b>
5.	Jennifer Go	Triton Weesp	39.51	8400766	<b>42.47</b>
6.	Mirjam Minderhoud	Zignea	42.16	8301398	<b>42.55</b>
7.	Sabrina Dessens	De Bron	42.09	8503486	<b>43.14</b>
8.	Angélique Rotteveel	Aquapoldro	40.76	8402090	<b>45.06</b>
9.	Albertien Wollerich	Stadskanaal	44.00	8202304	<b>45.95</b>
10.	Rianne van Vegchelen	Deltasteur	54.17	8101530	<b>47.47</b>
11.	Ariane Redecke	Aquapoldro	45.75	8202288	<b>49.15</b>

Masters 30+, Heren

1.	Stan Dekker	HHZV Plons	30.76	7901823	<b>32.44</b>
2.	Joost Roelofs	Gay Swim Amsterdam	35.00	7601337	<b>33.19</b>
3.	Rene Beens	Deltasteur	34.26	7800045	<b>33.64</b>
4.	Emiel Kamman	Swol 1894	33.15	7701333	<b>33.74</b>
5.	Markus van Rest	ZV Westland Dijkglas	32.81	7701197	<b>34.25</b>
6.	Erwin Buist	AZ&PC	32.40	7800183	<b>35.64</b>
7.	Rinke Nijland	IJZ&PC	41.43	7901735	<b>41.54</b>
8.	Jeroen Tebbens	IJZ&PC	43.56	7601405	<b>41.79</b>
9.	Martijn Bokelaar	OEZA	44.68	8002229	<b>45.95</b>

Masters 30+, Dames

1.	Monique Boets	Stadskanaal	38.00	7600230	<b>36.15</b>
2.	Janneke Harmsen	De Spatters	35.07	7700938	<b>36.16</b>
3.	Heleen Menzo	Zignea	38.00	8001562	<b>37.07</b>
4.	Helena Jongema	OEZA	37.54	8000550	<b>39.71</b>
5.	Marjolein Kiewiet	Aquapoldro	40.88	7901404	<b>41.60</b>
6.	Rebanna Jager	De Pinquin	40.50	7901394	<b>41.87</b>
7.	Martine Sonneveld	De Pinquin	41.02	7801038	<b>42.45</b>
8.	Thyrsa Drost	De Hokseberg	39.98	7600974	<b>43.37</b>
9.	Eveline Hacquebord	IJZ&PC	45.84	7901206	<b>47.33</b>

Masters 35+, Heren

1.	Paul Hardeman	AZ&PC	32.80	7300327	<b>33.20</b>
2.	Gerhard Knol	De Aalscholver	35.50	7100483	<b>35.09</b>
3.	Arjan Aalbers	Swol 1894	34.78	7500001	<b>35.76</b>
4.	Kasper van den Berghe	Swol 1894	38.07	7301125	<b>38.82</b>
5.	Dennis van Markesteyn	Olympia	39.39	7201333	<b>39.06</b>
AFGEM	Gerko Drenth	Stadskanaal	35.60	7300229	

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 6, 50m rugslag

Masters 35+, Dames

1.	Henriëtte Manting	GZVW	39.06	7100246	<b>38.88</b>
2.	Trudie van Niejenhuis	DES	37.11	7100444	<b>39.28</b>
3.	Jolanda Wigboldij	De Aquaflippers	42.81	7400130	<b>41.69</b>
4.	Diana Westerdijk	De Spatters	45.49	7200704	<b>43.83</b>
5.	Claudia de Vos-Boersen	Olympia	40.98	7500850	<b>44.01</b>
6.	Sylvia Tetteroo	IJZ&PC	47.41	7300476	<b>54.04</b>

Masters 40+, Heren

1.	Lucas Ridderbos	Bubble	36.15	6700795	<b>32.86</b>
2.	Casper de Zeeuw	WS Twente	32.92	7001137	<b>33.95</b>
3.	Fred van de Meeberg	Zignea	34.12	6601279	<b>35.15</b>
4.	Gerco Schakel	DWK	36.47	6900849	<b>35.32</b>
	Rene Beetsma	HZ&PC Heerenveen	33.00	6900069	<b>35.32</b>
6.	Derk Jan Berends	De Hokseberg	35.00	6801441	<b>35.69</b>
7.	Paul de Boer	De Amer	40.00	6801413	<b>36.57</b>
8.	Roelof Broekman	De Spatters	34.76	6800155	<b>36.91</b>
9.	Evert-Jan Oosterom	Swol 1894	36.00	6601419	<b>40.25</b>
10.	Arnold Jonker	HZ&PC Heerenveen	42.00	7000529	<b>42.27</b>
11.	Abel Wigboldij	De Aquaflippers	50.11	6701227	<b>48.28</b>

Masters 40+, Dames

1.	Desiree van der Lem	Kon. AZ 1870	39.66	6800282	<b>36.88</b>
2.	Caroline Schreuder	Triton Weesp	37.00	6700550	<b>37.74</b>
3.	Helen Turner	PSV	38.10	7000894	<b>39.22</b>
4.	Anne van der Meer	De Valken	40.48	6700580	<b>39.77</b>
5.	Iris van Aurich	Triton Putten	37.80	6900164	<b>39.82</b>
6.	Hanny Rotteveel	Zignea	37.66	6600538	<b>39.94</b>
7.	Cynthia Noordermeer	Het Y	39.82	7000358	<b>41.29</b>
8.	Annette van Dok	Gay Swim Amsterdam	41.00	6800742	<b>41.92</b>
9.	Ilse Vos	De Hokseberg	45.67	6800644	<b>49.15</b>
10.	Esther Mijnen	WZ&PC Purmerend	43.54	6900846	<b>49.16</b>
11.	Korsine Gunther	Vahalis	53.36	6700614	<b>56.32</b>

Masters 45+, Heren

1.	Marcel van der Lem	Kon. AZ 1870	33.74	6500563	<b>33.15</b>
2.	Erik Wetsteijn	Swol 1894	35.07	6501019	<b>35.56</b>
3.	Bert Popma	Zignea	35.36	6401147	<b>35.69</b>
4.	Lambert Morsink	Triton Weesp	37.50	6501427	<b>38.27</b>
5.	Henk Schutte	Deltasteur	39.26	6100875	<b>41.69</b>
6.	Jan van Rennes	ISIS	37.46	6200539	<b>42.33</b>
7.	Edzo Huisman	Aquapoldro	40.16	6301029	<b>42.46</b>
8.	Johan Bos	Gay Swim Amsterdam	43.21	6501375	<b>43.78</b>
9.	Jack Barends	WS Twente	40.77	6201011	<b>45.88</b>
10.	Bart de Graaf	DWT	50.11	6100899	<b>53.29</b>

Masters 45+, Dames

1.	Judith Cromjongh	De Zwoer	35.52	6400054	<b>35.50</b>
2.	Monique Dijkstra	Gay Swim Amsterdam	37.00	6400066	<b>38.27</b>
3.	Annemarie Vuist	Swol 1894	42.49	6300282	<b>40.15</b>
4.	Ellen Parma	Triton Weesp	42.57	6200366	<b>42.79</b>
5.	Francine Sommer	Triton Weesp	44.16	6200384	<b>43.86</b>
6.	Gea Kuiper	ZCNF'34	48.88	6100104	<b>49.57</b>



ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

---

Programmanr. 6, 50m rugslag

Masters 50+, Heren

1.	Nico Rozemeijer	Aquafit	36.52	5900751	<b>36.86</b>
2.	John Dam	Zignea	42.72	6000915	<b>41.81</b>
3.	Pieter de Jong	Aquapoldro	39.00	5800585	<b>44.16</b>
4.	Michel Thunnissen	Gay Swim Amsterdam	41.80	6000831	<b>44.57</b>
5.	Jan Timmerman	IJZ&PC	47.51	5700347	<b>45.26</b>
6.	Kees Karsten	Gay Swim Amsterdam	51.06	5800203	<b>53.98</b>
7.	Jan Glorie	OEZA	1:10.78	5700513	<b>1:10.02</b>

Masters 50+, Dames

1.	Atie Pijtak-Radersma	AZ&PC	39.00	5600048	<b>37.22</b>
2.	Mathilde Vink	Swol 1894	38.70	5800128	<b>41.85</b>
3.	Marjan Spoelstra	Swol 1894	47.16	6000236	<b>45.42</b>
4.	Katinka Elders	Oceanus	46.91	6000292	<b>48.93</b>
5.	Joke Burgers	Oostdobbers	51.91	6000226	<b>51.30</b>
6.	Betsie Klompmaker	De Hokseberg	58.73	5900200	<b>1:02.19</b>
7.	Willy Schoenmaker	DWK	1:04.74	5900254	<b>1:02.43</b>

Masters 55+, Heren

1.	Jappie Kuiper	Swol 1894	39.57	5500417	<b>38.92</b>
2.	Arthur Jansen	Gay Swim Amsterdam	41.00	5400299	<b>42.98</b>

Masters 55+, Dames

1.	Christien Nieuwenhuis	Swol 1894	43.36	5100022	<b>43.13</b>
2.	Margriet Pasma	Ten Boer	42.17	5500088	<b>44.93</b>
3.	Corine Kalbfleisch	DWT	45.00	5200024	<b>49.69</b>
4.	Janny van der Weide	Deltasteur	1:10.42	5100066	<b>1:13.45</b>

Masters 60+, Heren

1.	Donald Uijtenbogaart	Het Y	38.21	4700107	<b>38.45</b>
2.	Mans Buis	Oostdobbers	45.05	4700133	<b>50.55</b>

Masters 65+, Dames

1.	Leny Kamp	Aquapoldro	57.00	4400008	<b>57.22</b>
2.	Greet Brehler	Hatto Heim	1:00.00	4400004	<b>1:05.06</b>
3.	Liesbeth ter Laak	Katwijk	1:16.68	4200008	<b>1:21.81</b>

Masters 75+, Heren

1.	Taco van Blommestein	Aquapoldro	1:07.06	3300007	<b>1:06.43</b>
----	----------------------	------------	---------	---------	----------------

Masters 85+, Dames

1.	Gre Schonberger-de Hooge	ZPB H&L	1:07.17	2100004	<b>1:07.98</b>
----	--------------------------	---------	---------	---------	----------------

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 7  
27-3-2010 - 16:27

100m schoolslag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Heren</b>					
1.	Jeroen Everts	De IJsel	1:12.56	8600831	<b>1:16.26</b>
2.	René Zuyderwijk	Vahalis	1:15.68	8903717	<b>1:19.85</b>
3.	Jens Boer	Z&PC De Inktvis	1:17.32	8900289	<b>1:26.76</b>
4.	Jarno Heres	Ducdalf	1:20.16	9003549	<b>1:27.66</b>
5.	Onno Hoeksema	De Valken	1:23.64	8601249	<b>1:29.10</b>
6.	Martijn Voortman	De IJsel	1:26.56	8604395	<b>1:29.51</b>
7.	Niels Willemsen	Z&PC De Inktvis	1:26.00	8603557	<b>1:32.86</b>
8.	Wilfred Roossien	Stadskanaal	1:35.00	8602615	<b>1:38.39</b>
9.	Henk-Jan v't Hof	De Hokseberg	1:39.64	8804325	<b>1:55.37</b>
10.	Erik Meijer	THOR	2:07.72	8704113	<b>1:58.42</b>
AFGEM	Arjan Wiekens	Stadskanaal	1:30.00	8903585	
<b>Masters 20+, Dames</b>					
1.	Jantina Bredewoud	Octopus	1:19.24	8800592	<b>1:28.45</b>
2.	Margo Kruithof	Stadskanaal	1:30.00	8702408	<b>1:28.48</b>
3.	Patricia Scheppers	Bubble	1:35.00	8903678	<b>1:31.86</b>
4.	Diana Martena	Dedemsvaart-AC	1:31.20	8602404	<b>1:33.33</b>
5.	Miriam Visserman	Octopus	1:34.13	8704364	<b>1:35.62</b>
6.	Sanne te Riele	Swol 1894	1:32.92	8705978	<b>1:37.13</b>
7.	Margriet Aan het Rot	Octopus	1:36.53	8603088	<b>1:37.74</b>
8.	Martine Heres	Ducdalf	1:32.91	8701668	<b>1:40.56</b>
9.	Marieke van de Nieuwenhuijzen	De Bron	1:39.89	8803172	<b>1:41.56</b>
10.	Lucie van Delden	Stadskanaal	1:35.00	88-00910	<b>1:49.16</b>
11.	Jolein Deiling	Ducdalf	1:43.00	9007906	<b>1:51.87</b>
AFGEM	Yvette van den Dool	Olympia	1:45.00	8706052	
<b>Masters 25+, Heren</b>					
1.	Mischa de Gier	Trivia	1:14.00	8200495	<b>1:14.27</b>
2.	Albert van Piekeren	Octopus	1:12.56	8401767	<b>1:16.95</b>
3.	Ruben van Erven	ZV Westland Dijkglas	1:17.51	8100469	<b>1:18.33</b>
4.	Sander Leenslag	SCOM	1:26.52	8401385	<b>1:25.19</b>
5.	Pascal van Kassel	Triton Weesp	1:19.71	8501289	<b>1:26.86</b>
6.	Dennis Boek	De Forel Wolvega	1:30.02	8202325	<b>1:28.60</b>
7.	Mark Brinkhuis	Oostdobbers	1:24.10	8302609	<b>1:28.74</b>
8.	Luchel Harms	Dedemsvaart-AC	1:31.66	8400835	<b>1:30.48</b>
9.	Rene van Dijk	ISIS	1:28.94	8400489	<b>1:36.34</b>
10.	Jaap Schreuder	Hatweeo	1:29.32	8502291	<b>1:38.13</b>
AFGEM	Richard Mulder	Stadskanaal	1:25.00	8501815	
AFGEM	Juroen Oosting	Stadskanaal	1:30.00	8501903	
<b>Masters 25+, Dames</b>					
1.	Monique Stant	Bubble	1:26.60	8201592	<b>1:26.80</b>
2.	Judith Kremers	De Spatters	1:33.40	8102094	<b>1:33.25</b>
3.	Ilse Kruid	De Valken	1:39.11	8504018	<b>1:35.30</b>
4.	Moniek Kok	Dedemsvaart-AC	1:43.51	8401352	<b>1:38.11</b>
5.	Sabrina Dessens	De Bron	1:35.81	8503486	<b>1:39.32</b>
6.	Ellis de Lange	Stadskanaal	1:35.00	8101890	<b>1:40.48</b>

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 7, 100m schoolslag

Masters 30+, Heren

1.	Jeroen Wijering	PSV	1:14.76	8002151	<b>1:16.02</b>
2.	Okko de Haas	De Bron	1:20.60	7801593	<b>1:21.04</b>
3.	Emiel Kamman	Swol 1894	1:19.68	7701333	<b>1:23.85</b>
4.	Oliver de Haas	De Bron	1:23.23	8002213	<b>1:24.63</b>
5.	Tjebbe Joosten	THOR	1:17.53	7600463	<b>1:24.82</b>
6.	Johan Wezenberg	Deltasteur	1:27.21	7601023	<b>1:29.68</b>
7.	Martin Haaijer	Z&PC De Inktvis	1:24.67	8000499	<b>1:32.34</b>
AFGEM	Rob Huls	Swol 1894	1:20.72	7700475	

Masters 30+, Dames

1.	Monique Boets	Stadskanaal	1:22.00	7600230	<b>1:28.80</b>
2.	Rebanna Jager	De Pinquin	1:35.00	7901394	<b>1:37.28</b>
3.	Martine Sonneveld	De Pinquin	1:47.36	7801038	<b>1:51.95</b>

Masters 35+, Heren

1.	Erwin Zuidervelt	De Futen	1:24.02	7501015	<b>1:26.81</b>
2.	Gerhard Knol	De Aalscholver	1:24.89	7100483	<b>1:28.89</b>
3.	Kasper van den Berghe	Swol 1894	1:25.51	7301125	<b>1:30.10</b>
4.	Peter van Scherrenburg	Zignea	1:32.00	7101451	<b>1:33.92</b>
5.	Arjan Aalbers	Swol 1894	1:32.39	7500001	<b>1:35.58</b>
6.	Peter Rodwell	Gay Swim Amsterdam	1:40.00	7100765	<b>1:41.54</b>

Masters 35+, Dames

1.	Inez Heideman	WS Twente	1:30.00	7500198	<b>1:32.63</b>
----	---------------	-----------	---------	---------	----------------

Masters 40+, Heren

1.	Casper de Zeeuw	WS Twente	1:19.45	7001137	<b>1:29.07</b>
2.	Rudi Endenburg	Gay Swim Amsterdam	1:32.00	6901453	<b>1:30.77</b>
3.	Roelof Broekman	De Spatters	1:24.41	6800155	<b>1:31.92</b>
4.	Frank van den Haak	Gay Swim Amsterdam	1:45.00	6601429	<b>1:35.89</b>
5.	Evert-Jan Oosterom	Swol 1894	1:30.00	6601419	<b>1:42.98</b>
6.	Marco van der Werf	Zignea	1:47.53	6901513	<b>1:49.63</b>
7.	Henk Viering	Swol 1894	1:57.16	6600917	<b>1:59.26</b>

Masters 40+, Dames

1.	Françoise Heijdeman-Duran	AZ&PC	1:28.50	6900222	<b>1:28.28</b>
2.	Laura Staal	Oceanus	1:30.00	67000358	<b>1:32.79</b>
3.	Yolanda Mante	Gay Swim Amsterdam	1:32.45	6600432	<b>1:32.82</b>
4.	Ingrid Boot	De Aalscholver	1:34.53	7000168	<b>1:36.13</b>
5.	AnneMarie Smit	Gay Swim Amsterdam	1:42.52	6700440	<b>1:38.11</b>
6.	Anne van der Meer	De Valken	1:42.10	6700580	<b>1:43.81</b>
7.	Hetty Smalheer	SCOM	1:48.00	6700352	<b>1:44.64</b>
8.	Remona Dekker	De Bron	1:52.00	6600620	<b>1:48.70</b>
9.	Korsine Gunther	Vahalis	2:02.21	6700614	<b>2:02.83</b>

Masters 45+, Heren

1.	Jan van Rennes	ISIS	1:26.17	6200539	<b>1:32.98</b>
2.	Lambert Morsink	Triton Weesp	1:35.00	6501427	<b>1:34.23</b>
3.	Johan Bos	Gay Swim Amsterdam	1:33.70	6501375	<b>1:35.98</b>
4.	Henk Schutte	Deltasteur	1:39.53	6100875	<b>1:41.04</b>
5.	Jan de Geus	Olympia	1:45.00	6501347	<b>1:48.20</b>
AFGEM	Ron Korzelijs	AZ&PC	1:28.00	6500513	

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 7, 100m schoolslag

Masters 45+, Dames

1.	Marja Bloemzaad	AZ&PC	1:25.00	6100014	<b>1:24.89</b>
2.	Annemarie Vuist	Swol 1894	1:33.83	6300282	<b>1:36.39</b>
3.	Friderika Kerekes	AZ&PC	1:39.97	6500540	<b>1:46.56</b>
4.	Ina van Beusekom	Van Vliet Barracuda	1:42.67	6400480	<b>1:49.25</b>
5.	Alie Visser	HZ&PC Heerenveen	1:44.31	6400494	<b>1:49.92</b>
6.	Ellen Parma	Triton Weesp	1:45.94	6200366	<b>1:53.32</b>
7.	Michella van Ballegooyen	Vahalis	2:07.44	6300474	<b>2:05.42</b>

Masters 50+, Heren

1.	Albert Boonstra	Aqua-Novio '94	1:17.42	5700425	<b>1:17.02</b>
2.	Michel Thunnissen	Gay Swim Amsterdam	1:33.95	6000831	<b>1:35.76</b>
3.	Nico Rozemeijer	Aquafit	1:30.17	5900751	<b>1:35.79</b>
4.	Jan Willem Heuten	WS Twente	1:39.13	6000883	<b>1:41.36</b>
5.	Jan Haitzma	De Spatters	1:38.88	6000929	<b>1:45.89</b>
6.	Jan Timmerman	IJZ&PC	1:45.64	5700347	<b>1:47.82</b>
7.	Rene Groot	De Bron	2:08.33	5900617	<b>2:10.11</b>

Masters 50+, Dames

1.	Janny van Eijk	De Bron	1:42.02	5800022	<b>1:46.42</b>
2.	Willy Schoenmaker	DWK	1:58.76	5900254	<b>2:01.09</b>
3.	Tonny den Braber	SCOM	2:01.54	5700022	<b>2:07.64</b>
AFGEM	Marijke Kraak	WS Twente	1:38.08	6000240	

Masters 55+, Heren

1.	Henk Slomp	De Pinquin	1:36.73	5500359	<b>1:35.10</b>
2.	Laurens klein Breteler	WWV Winterswijk	1:34.76	5400109	<b>1:39.90</b>
AFGEM	Brend Brevé	PSV	1:26.80	5200265	

Masters 55+, Dames

1.	Janny van der Weide	Deltasteur	2:20.00	5100066	<b>2:30.29</b>
----	---------------------	------------	---------	---------	----------------

Masters 60+, Heren

1.	Yoshihiro Yasumi	De Futen	1:23.00	4900163	<b>1:34.20</b>
2.	Henk Oostendorp	De Bron	1:53.92	4800093	<b>1:54.53</b>

Masters 65+, Heren

1.	Ruud Sloof	De Rijn	1:38.59	4400073	<b>1:46.51</b>
----	------------	---------	---------	---------	----------------

Masters 65+, Dames

1.	Loekie v. Huissteden	AZ&PC	2:07.11	4500002	<b>2:08.48</b>
----	----------------------	-------	---------	---------	----------------

Masters 70+, Heren

1.	Gregor Pompen	Aqua-Novio '94	1:56.00	3700021	<b>1:57.01</b>
2.	Nic Geers	Z&PC De Gouwe	1:48.00	3800007	<b>2:02.99</b>

Masters 70+, Dames

1.	Hanny Pasma	Aquapoldro	3:00.00	3900006	<b>2:51.78</b>
----	-------------	------------	---------	---------	----------------

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8  
27-3-2010 - 16:57

400m vrije slag

Gebjr 1921 - 1990  
Resultaten

Rang						In.tijd		Tijd
<b>Masters 20+, Heren</b>								
1.	Frederik Tamminga				AZ&PC	4:37.00	8703293	<b>4:51.10</b>
	100m: 1:10.00	200m: 2:24.86	300m: 3:40.39	400m: 4:51.10				
2.	Tim Bunnik				Triton Weesp	4:38.34	9000505	<b>4:51.29</b>
	100m: 1:09.89	200m: 2:25.32	400m: 4:51.29					
3.	Remko Hooft				De Duinkickers	4:55.00	8701405	<b>5:07.54</b>
	100m: 1:12.54	200m: 2:32.48	300m: 3:52.57	400m: 5:07.54				
4.	Jeroen Leenslag				SCOM	5:09.49	8802129	<b>5:13.30</b>
	100m: 1:12.75	200m: 2:32.51	300m: 3:52.48	400m: 5:13.30				
5.	Dennis Kuipers				Z&PC De Inktvis	5:15.00	8601787	<b>5:32.57</b>
	100m: 1:13.29	200m: 2:36.10	300m: 4:03.45	400m: 5:32.57				
6.	Rik Bos				Ducdalf	6:15.00	8600345	<b>5:41.57</b>
	100m: 1:16.76	200m: 2:44.82	300m: 4:16.29	400m: 5:41.57				
7.	Albert Dijkma				De Forel Wolvega	5:55.13	8700711	<b>5:44.68</b>
	100m: 1:20.36	200m: 2:50.59	300m: 4:19.70	400m: 5:44.68				
8.	Danny Jannenga				Ducdalf	6:01.44	8801673	<b>6:18.34</b>
	100m: 1:28.25	200m: 3:04.69	300m: 4:45.01	400m: 6:18.34				
9.	Yordi Zeijpveld				Aquapoldro	6:30.00	8906611	<b>6:48.06</b>
	100m: 1:30.19	200m: 3:14.91	300m: 5:03.38	400m: 6:48.06				
10.	Erik Meijer				THOR	6:59.14	8704113	<b>6:51.24</b>
	100m: 1:34.07	200m: 3:19.71	300m: 5:09.31	400m: 6:51.24				
<b>Masters 20+, Dames</b>								
1.	Ingrid den Ouden				De Amer	5:19.59	8703058	<b>5:25.95</b>
	100m: 1:16.33	200m: 2:40.09	300m: 4:05.51	400m: 5:25.95				
2.	Laura Visserman				De Amer	5:29.14	8704362	<b>5:51.30</b>
	100m: 1:21.94	200m: 2:51.28	300m: 4:22.09	400m: 5:51.30				
3.	Eline Schoenmaker				De Duinkickers	5:50.00	9003322	<b>6:13.89</b>
	100m: 1:28.89	200m: 3:07.73	300m: 4:45.16	400m: 6:13.89				
4.	Renske Eilers				De Amer	6:08.13	8806072	<b>6:14.54</b>
	100m: 1:24.51	200m: 2:59.35	300m: 4:37.75	400m: 6:14.54				
5.	Kelly de Jonge				SCOM	6:40.00	8806714	<b>6:24.48</b>
	100m: 1:27.86	200m: 3:03.70	300m: 4:44.33	400m: 6:24.48				
6.	Helma Kramer				Ducdalf	6:35.37	8705406	<b>6:39.39</b>
	100m: 1:33.00	200m: 3:13.29	300m: 4:57.07	400m: 6:39.39				
7.	Marieke van de Nieuwenhuijzen				De Bron	6:57.10	8803172	<b>7:04.93</b>
	100m: 1:37.86	200m: 3:28.66	300m: 5:20.97	400m: 7:04.93				
<b>Masters 25+, Heren</b>								
1.	Sander Leenslag				SCOM	5:09.09	8401385	<b>5:12.57</b>
	100m: 1:10.07	200m: 2:28.20	300m: 3:50.60	400m: 5:12.57				
2.	Mark Dieleman				Zignea	6:00.00	8500545	<b>5:27.48</b>
	100m: 1:15.92	200m: 2:40.74	300m: 4:07.02	400m: 5:27.48				
3.	Willem vd Zwaag				ISIS	5:43.79	8503111	<b>5:30.00</b>
	100m: 1:18.04	200m: 2:42.31	300m: 4:08.24	400m: 5:30.00				
4.	Bas ten Harkel				AZ&PC	5:20.00	8102297	<b>5:30.28</b>
	100m: 1:15.61	200m: 2:38.85	300m: 4:04.87	400m: 5:30.28				

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8, Heren, 400m vrije slag, Masters 25+

Rang					In.tijd		Tijd
5.	Remco Nijland		De IJsel		5:40.00	8202527	<b>6:03.28</b>
	100m: 1:20.28	200m: 2:53.30	300m: 4:29.50	400m: 6:03.28			

Masters 25+, Dames

1.	Lisette Poelhekken		De Aalscholver		6:30.00	8403408	<b>6:11.17</b>
	100m: 1:27.65	200m: 3:01.12	300m: 4:37.15	400m: 6:11.17			
2.	Anouk Butter		OEZA		5:56.21	8201514	<b>6:21.81</b>
	100m: 1:25.84	200m: 3:03.43	300m: 4:43.25	400m: 6:21.81			
3.	Yvonne Joosten-Wever		Hatweeo		6:06.71	8101854	<b>6:29.37</b>
	100m: 1:27.84	200m: 3:05.90	300m: 4:49.74	400m: 6:29.37			
4.	Ciska Knol		Dedemsvaart-AC		5:58.00	8102132	<b>6:37.32</b>
	100m: 1:29.67	200m: 3:11.80	300m: 4:56.42	400m: 6:37.32			

AFGEM Bianca van Ringelestijn PSV 5:08.25 8502466

Masters 30+, Heren

1.	Rinke Nijland		IJZ&PC		6:49.14	7901735	<b>6:40.30</b>
	100m: 1:31.04	200m: 3:14.42	400m: 6:40.30				
2.	Jeroen Tebbens		IJZ&PC		6:41.42	7601405	<b>7:32.58</b>
	100m: 1:36.24	200m: 3:33.41	300m: 5:35.06	400m: 7:32.58			

AFGEM Rob Huls Swol 1894 5:10.00 7700475

Masters 30+, Dames

1.	Melanie Kuiper		De Rijn		5:18.00	7600350	<b>5:39.11</b>
	100m: 1:19.51	200m: 2:46.77	400m: 5:39.11				
2.	Emerentia Knebel		KZ&PC		5:41.44	7600322	<b>5:48.20</b>
	100m: 1:15.89	200m: 2:45.10	300m: 4:18.04	400m: 5:48.20			
3.	Babette Rens		Dedemsvaart-AC		5:41.00	7801200	<b>6:08.47</b>
	100m: 1:22.61	200m: 2:56.25	300m: 4:32.05	400m: 6:08.47			
4.	Eveline Hacquebord		IJZ&PC		5:56.89	7901206	<b>6:15.93</b>
	100m: 1:25.56	200m: 3:01.80	300m: 4:38.97	400m: 6:15.93			
5.	Saskia Knol		Dedemsvaart-AC		5:56.56	7900468	<b>6:16.44</b>
	100m: 1:25.86	200m: 3:02.33	300m: 4:40.10	400m: 6:16.44			
6.	Margriet Leeffers		Deltasteur		6:30.30	7800448	<b>6:30.29</b>
	100m: 1:26.82	200m: 3:07.88	300m: 4:49.85	400m: 6:30.29			
7.	Marjolein Kiewiet		Aquapoldro		7:00.00	7901404	<b>6:34.52</b>
	100m: 1:34.24	200m: 3:17.37	300m: 4:58.93	400m: 6:34.52			
8.	Clementine van Bruxvoort		ZPB H&L		6:43.49	7700138	<b>6:58.31</b>
	100m: 1:35.56	200m: 3:23.34	300m: 5:14.89	400m: 6:58.31			

Masters 35+, Heren

1.	Agnus Gerringa		DWK		4:49.11	7100285	<b>5:01.49</b>
	100m: 1:09.32	200m: 2:25.36	300m: 3:43.16	400m: 5:01.49			
2.	Oscar van Holsteyn		AquAmigos		5:07.04	7100373	<b>5:16.26</b>
	100m: 1:14.07	200m: 2:34.67	300m: 3:57.70	400m: 5:16.26			
3.	Peter ter Horst		Swol 1894		5:24.29	7201261	<b>5:28.45</b>
	100m: 1:20.20	200m: 2:46.54	300m: 4:10.82	400m: 5:28.45			
4.	Kasper van den Berghe		Swol 1894		5:32.19	7301125	<b>5:33.89</b>
	100m: 1:16.86	200m: 2:42.00	300m: 4:08.73	400m: 5:33.89			

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8, Heren, 400m vrije slag, Masters 35+

Rang					In.tijd		Tijd
5.	Heiner Stevens		Zignea		5:46.10	7201299	<b>5:53.29</b>
	100m: 1:17.54	200m: 2:46.92	300m: 4:20.57	400m: 5:53.29			

Masters 35+, Dames

1.	Annette de Visser		Oceanus		5:16.64	71000602	<b>5:25.30</b>
	100m: 1:18.74	200m: 2:42.92	300m: 4:05.51	400m: 5:25.30			
2.	Tina Renken		AZ&PC		5:30.00	7200800	<b>5:44.02</b>
	100m: 1:21.26	200m: 2:48.67	300m: 4:17.45	400m: 5:44.02			
3.	Annet Kootstra		Swol 1894		5:55.29	7100344	<b>5:56.91</b>
	100m: 1:22.32	200m: 2:52.31	300m: 4:25.31	400m: 5:56.91			
4.	Sylvia Tetteroo		IJZ&PC		7:54.43	7300476	<b>7:45.73</b>
	100m: 1:46.89	200m: 3:48.67	300m: 5:47.89	400m: 7:45.73			

Masters 40+, Heren

1.	Evert-Jan Oosterom		Swol 1894		5:20.00	6601419	<b>5:59.26</b>
	100m: 1:26.27	200m: 3:01.27	300m: 4:34.79	400m: 5:59.26			
2.	Edwin Robers		De IJsel		6:20.00	6601383	<b>6:35.52</b>
	100m: 1:28.02	200m: 3:10.89	300m: 4:55.51	400m: 6:35.52			
3.	Henk van Zetten		Octopus		6:18.77	6701261	<b>6:38.57</b>
	100m: 1:29.54	200m: 3:11.42	300m: 4:57.45	400m: 6:38.57			
4.	Arnold Jonker		HZ&PC Heerenveen		6:39.00	7000529	<b>6:42.51</b>
	100m: 1:35.48	200m: 3:17.29	300m: 5:00.48	400m: 6:42.51			
5.	Marcel Brittijn		De Duinkickers		6:15.00	6900159	<b>6:44.51</b>
	100m: 1:27.33	200m: 3:09.92	300m: 5:00.51	400m: 6:44.51			
6.	Aegidius Kap		HHZV Plons		6:21.69	6801233	<b>7:06.82</b>
	100m: 1:32.86	200m: 3:23.60	300m: 5:18.23	400m: 7:06.82			

Masters 40+, Dames

1.	Cynthia Noordermeer		Het Y		5:03.84	7000358	<b>5:14.72</b>
	100m: 1:16.45	200m: 2:36.33	300m: 3:56.13	400m: 5:14.72			
2.	Lidia v. Bon-Rosenbrand		AZ&PC		5:29.77	7000054	<b>5:30.60</b>
	100m: 1:16.07	200m: 2:39.48	300m: 4:05.45	400m: 5:30.60			
3.	Caroline Schreuder		Triton Weesp		5:40.00	6700550	<b>5:54.96</b>
	100m: 1:21.33	200m: 2:53.45	300m: 4:27.05	400m: 5:54.96			
4.	Helen Turner		PSV		5:43.00	7000894	<b>5:58.14</b>
	100m: 1:23.39	200m: 2:54.61	300m: 4:27.83	400m: 5:58.14			
5.	Iris van Aurich		Triton Putten		5:49.00	6900164	<b>6:04.81</b>
	100m: 1:21.65	200m: 2:55.07	300m: 4:30.86	400m: 6:04.81			
6.	AnneMarie Smit		Gay Swim Amsterdam		5:51.97	6700440	<b>6:11.76</b>
	100m: 1:27.23	200m: 3:03.04	300m: 4:39.07	400m: 6:11.76			
7.	Esther Mijnen		WZ&PC Purmerend		6:06.45	6900846	<b>6:16.57</b>
	100m: 1:28.04	200m: 3:05.54	300m: 4:43.34	400m: 6:16.57			
8.	Ilse Vos		De Hokseberg		6:20.95	6800644	<b>6:35.04</b>
	100m: 1:27.69	200m: 3:06.06	300m: 4:50.37	400m: 6:35.04			
9.	Remona Dekker		De Bron		6:40.00	6600620	<b>6:55.48</b>
	100m: 1:37.56	200m: 3:25.11	300m: 5:08.86	400m: 6:55.48			
10.	Annette van Dok		Gay Swim Amsterdam		6:20.00	6800742	<b>7:17.48</b>
	100m: 1:39.28	200m: 3:29.46	300m: 5:23.68	400m: 7:17.48			

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8, Dames, 400m vrije slag, Masters 40+

Rang				In.tijd		Tijd
11.	Lenie Veldhuizen		De Forel Wolvega	8:28.10	6800476	<b>8:41.73</b>
	100m: 1:57.57	200m: 4:10.82	400m: 8:41.73			

Masters 45+, Heren

1.	Marcel Stroet		De Bron	5:03.04	6400929	<b>5:07.60</b>
	100m: 1:13.73	200m: 2:32.42	300m: 3:51.36	400m: 5:07.60		
2.	Edzo Huisman		Aquapoldro	5:25.00	6301029	<b>5:29.60</b>
	100m: 1:18.92	200m: 2:44.04	300m: 4:09.00	400m: 5:29.60		
3.	Wiljam Nijenhuis		De IJsel	5:26.96	6400547	<b>5:31.60</b>
	100m: 1:18.51	200m: 2:43.73	300m: 4:09.51	400m: 5:31.60		
4.	John Stoffer		Zoetermeer	5:01.22	6300725	<b>5:33.93</b>
	100m: 1:16.02	200m: 2:42.81	300m: 4:10.18	400m: 5:33.93		
5.	Paul van der Voort		De Zwoer	5:31.12	6200715	<b>5:40.28</b>
	100m: 1:19.26	200m: 2:47.78	300m: 4:18.51	400m: 5:40.28		
6.	Aan Tjalke Pander		Gay Swim Amsterdam	5:41.73	6400569	<b>5:45.33</b>
	100m: 1:23.51	200m: 2:53.51	300m: 4:23.80	400m: 5:45.33		
7.	Jan Smalheer		SCOM	6:01.72	6400701	<b>5:53.02</b>
	100m: 1:18.45	200m: 2:49.07	300m: 4:21.70	400m: 5:53.02		
8.	Bart van Calker		WS Twente	5:41.03	6100067	<b>5:54.25</b>
	100m: 1:24.02	200m: 2:55.99	300m: 4:28.54	400m: 5:54.25		
9.	Jack Barends		WS Twente	5:51.15	6201011	<b>5:54.70</b>
	100m: 1:25.03	200m: 2:56.61	300m: 4:28.84	400m: 5:54.70		
10.	Bart de Graaf		DWT	6:25.00	6100899	<b>6:24.16</b>
	100m: 1:31.04	200m: 3:10.10	400m: 6:24.16			
11.	Perry Dekker		De Bron	7:19.61	6201081	<b>7:18.02</b>
	100m: 1:39.76	200m: 3:35.23	300m: 5:32.51	400m: 7:18.02		
DIS	Rob de Zwart		De Bron	6:12.00	6301297	
	<i>AB - Veroorzaakte valse start (uitgesloten voor prog.nr.).</i>					

Masters 45+, Dames

1.	Jacqueline Rolloos		KZV de Lansingh	5:33.48	6300222	<b>5:42.92</b>
	100m: 1:21.10	200m: 2:49.54	400m: 5:42.92			
2.	Judith Cromjongh		De Zwoer	5:40.00	6400054	<b>5:47.43</b>
	100m: 1:23.53	200m: 2:53.57	300m: 4:22.00	400m: 5:47.43		
3.	Jantine Braakman		De Bron	5:30.00	6500036	<b>5:51.40</b>
	100m: 1:23.96	200m: 2:54.33	300m: 4:24.68	400m: 5:51.40		
4.	Francine Sommer		Triton Weesp	5:40.00	6200384	<b>5:55.06</b>
	100m: 1:17.76	200m: 2:48.94	300m: 4:22.64	400m: 5:55.06		
5.	Friderika Kerekes		AZ&PC	6:39.80	6500540	<b>6:38.89</b>
	100m: 1:35.36	200m: 3:18.73	300m: 5:00.80	400m: 6:38.89		
6.	Francina Eggers		De Bron	6:04.25	6500062	<b>6:45.94</b>
	100m: 1:32.62	200m: 3:15.74	300m: 5:01.46	400m: 6:45.94		
7.	Gea Kuiper		ZCNF'34	7:30.13	6100104	<b>7:52.67</b>
	100m: 1:49.29	200m: 3:49.80	300m: 5:49.26	400m: 7:52.67		



ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8, 400m vrije slag

Masters 50+, Heren

1.	Marius Ros			ZCNF'34		5:04.96	5900779	<b>5:14.72</b>
	100m:	1:15.92	200m:	2:35.74	300m:	3:55.78	400m:	5:14.72
2.	Otto Zeijpveld			Aquapoldro		5:20.00	5800497	<b>5:16.72</b>
	100m:	1:13.74	200m:	2:37.06	300m:	3:59.15	400m:	5:16.72
3.	Michel Bruinsma			De Bron		6:00.00	6000999	<b>5:36.25</b>
	100m:	1:19.46	200m:	2:45.99	300m:	4:13.58	400m:	5:36.25
4.	Nico Rozemeijer			Aquafit		5:12.00	5900751	<b>5:36.34</b>
	100m:	1:15.46	200m:	2:39.83	300m:	4:08.56	400m:	5:36.34
5.	Henk Gierveld			Nat Utrecht		6:02.10	6000869	<b>6:09.26</b>
	100m:	1:24.86	200m:	3:00.02	400m:	6:09.26		
6.	Herbert Katgert			WS Twente		6:42.14	5900739	<b>7:03.20</b>
	100m:	1:30.60	200m:	3:20.60	300m:	5:14.07	400m:	7:03.20
7.	Rene Groot			De Bron		6:57.90	5900617	<b>7:04.41</b>
	100m:	1:38.53	200m:	3:28.64	300m:	5:18.09	400m:	7:04.41
8.	Kees Karsten			Gay Swim Amsterdam		7:51.93	5800203	<b>7:37.08</b>
	100m:	1:45.13	200m:	3:44.64	300m:	5:45.93	400m:	7:37.08
9.	Michiel Tonsbeek			DWT		7:36.92	6000889	<b>7:38.07</b>
	100m:	1:43.79	200m:	3:43.29	300m:	5:44.51	400m:	7:38.07
10.	Klaas Landeweer			IJZ&PC		7:37.63	5600163	<b>7:45.10</b>
	100m:	1:39.86	200m:	3:43.00	300m:	5:49.76	400m:	7:45.10

NG.ZA Andre Storm Zoetermeer 5:15.00 5600407

Masters 50+, Dames

1.	Patty Verhagen			AquAmigos		5:21.77	5900146	<b>5:31.03</b>
	100m:	1:19.91	200m:	2:44.11	300m:	4:08.65	400m:	5:31.03
2.	Mathilde Vink			Swol 1894		5:58.00	5800128	<b>6:05.86</b>
	100m:	1:28.67	200m:	3:01.95	300m:	4:35.13	400m:	6:05.86
3.	Inge Wolfs			HHZV Plons		6:25.75	6000304	<b>6:35.44</b>
	100m:	1:34.01	200m:	3:14.60	300m:	4:54.99	400m:	6:35.44
4.	Monica Bakker			Zwartsluis		6:03.45	5600082	<b>6:35.52</b>
	100m:	1:29.30	200m:	3:10.73	300m:	4:53.51	400m:	6:35.52
5.	Pia Molen van der			HZ&PC Heerenveen		6:34.08	6000116	<b>6:39.79</b>
	100m:	1:30.71	200m:	3:13.14	300m:	4:47.32	400m:	6:39.79
6.	Marjan Spoelstra			Swol 1894		6:34.07	6000236	<b>6:45.90</b>
	100m:	1:36.92	200m:	3:21.60	300m:	5:04.88	400m:	6:45.90
7.	Katinka Elders			Oceanus		6:44.67	6000292	<b>6:49.76</b>
	100m:	1:37.92	200m:	3:23.89	300m:	5:08.76	400m:	6:49.76
8.	Joke Burgers			Oostdobbbers		7:32.48	6000226	<b>8:01.39</b>
	100m:	1:49.42	200m:	3:54.02	300m:	5:59.51	400m:	8:01.39
9.	Betsie Klompmaker			De Hokseberg		7:55.60	5900200	<b>8:31.95</b>
	100m:	1:58.03	200m:	4:09.36	300m:	6:24.83	400m:	8:31.95

Masters 55+, Heren

1.	Henk Slomp			De Pinquin		5:23.03	5500359	<b>5:42.19</b>
	100m:	1:19.15	200m:	2:47.73	300m:	4:17.86	400m:	5:42.19
2.	Hugo Staudt			WS Twente		5:54.42	5300253	<b>6:00.02</b>
	100m:	1:28.02	200m:	3:00.16	400m:	6:00.02		

ZMC 5e wedstrijd AZ&PC Amersfoort  
Amersfoort, 27.3.2010

Programmanr. 8, Heren, 400m vrije slag, Masters 55+

Rang					In.tijd		Tijd
3.	Ronald van der Zande	De Aalscholver	5:56.28	5500307	<b>6:00.41</b>		
	100m: 1:19.18	200m: 2:51.41	300m: 4:27.40	400m: 6:00.41			
4.	Laurens klein Breteler	WWV Winterswijk	6:15.00	5400109	<b>6:26.82</b>		
	100m: 1:28.20	200m: 3:08.80	300m: 4:49.73	400m: 6:26.82			
5.	Arthur Jansen	Gay Swim Amsterdam	6:00.00	5400299	<b>6:30.04</b>		
	100m: 1:26.97	200m: 3:08.02	300m: 4:53.67	400m: 6:30.04			

Masters 55+, Dames

1.	Margriet Pasma	Ten Boer	5:58.43	5500088	<b>6:10.26</b>		
	100m: 1:26.89	200m: 3:02.57	300m: 4:38.20	400m: 6:10.26			
2.	Corine Kalbfleisch	DWT	7:11.00	5200024	<b>7:48.64</b>		
	100m: 1:48.01	200m: 3:50.56	300m: 5:54.01	400m: 7:48.64			

Masters 60+, Dames

1.	Marja van der Meer	Neptunus	7:07.09	4700014	<b>7:10.99</b>		
	100m: 1:38.42	200m: 3:28.15	300m: 5:19.88	400m: 7:10.99			

Masters 65+, Heren

1.	Rob Hanou	PSV	6:00.00	4300109	<b>6:15.82</b>		
	100m: 1:27.42	200m: 3:05.26	300m: 4:43.92	400m: 6:15.82			
2.	Han Roos	De Bron	6:15.87	4500081	<b>6:26.94</b>		
	100m: 1:32.05	200m: 3:13.55	400m: 6:26.94				

Masters 65+, Dames

1.	Greet Brehler	Hatto Heim	8:00.00	4400004	<b>8:12.64</b>		
	100m: 1:56.95	200m: 4:04.92	300m: 6:11.95	400m: 8:12.64			
2.	Liesbeth ter Laak	Katwijk	10:58.36	4200008	<b>12:21.31</b>		
	100m: 2:49.15	200m: 5:58.24	300m: 9:12.43	400m: 12:21.31			

Masters 70+, Heren

1.	Wim ter Laak	Katwijk	8:40.33	4000027	<b>9:09.57</b>		
	100m: 2:08.26	200m: 4:32.51	300m: 6:57.20	400m: 9:09.57			

Masters 70+, Dames

1.	Hanny Pasman	Aquapoldro	12:00.00	3900006	<b>12:57.02</b>		
	100m: 2:59.48	200m: 6:21.36	300m: 9:43.04	400m: 12:57.02			