



1 - Zuyderzee Masters Circuit - Zwolle

6-1-2024 - 12:00

Programmanr. 1
6-1-2024 - 12:00

25m rugslag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang		In.tijd		Tijd
20 - 24 jaar, Heren				
1.	Declan Drost	De Hokseberg	16.00 200100203	15.99
2.	Rik Stahlie	TriVia	15.50 200201915	16.09
20 - 24 jaar, Dames				
1.	Meike Cleveringa	SWOL 1894	18.00 200206096	17.02
2.	Manon Bultman	De Hokseberg	17.50 200304214	17.05
3.	Ilse Valk	Het Ravijn	17.41 200000172	17.18
4.	Daphne van Rees	SG Octopus - ZVV	17.60 200301766	17.65
5.	Esmée Groothuismink	De Hokseberg	18.00 200400150	17.69
6.	Amber Westerink	De Hokseberg	17.40 200401078	17.94
7.	Ilse Hallie	SG Octopus - ZVV	28.29 200200128	18.25
8.	Noa Boerma	Het Ravijn	19.74 200202736	18.86
9.	Maud Heldoorn	Deltasteur	17.50 200000564	19.17
25 - 29 jaar, Heren				
1.	Tico Wind	Het Ravijn	NT 199502705	15.63
25 - 29 jaar, Dames				
1.	Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	18.20 199600006	17.66
2.	Melanie Zondag	ZPC Moby dick	19.31 199804476	19.03
3.	Mylene Wildeboer-Kok	H2Oldambt	23.49 199602674	19.81
4.	Sylvia Hidding	H2Oldambt	24.99 199603886	25.51
30 - 34 jaar, Heren				
1.	Tim Bunnik	Triton	15.29 199000505	14.98
2.	Tom de Lange	Deltasteur	17.21 199300303	16.85
3.	Marnix Wieringa	SWOL 1894	17.75 199207443	17.47
4.	Patrick Wobben	Steenwijk 1934	18.18 199300559	18.41
30 - 34 jaar, Dames				
1.	Tessa van Dijk-Mosch	MSV-Zeemacht	17.50 199102172	17.45
2.	Chantal Lokhorst	Aqualero	18.00 199401362	17.99
3.	Celine Bakker	Daw	19.56 199302562	19.41
4.	Suzanne Mulder	Gzww	21.72 199307820	21.72
35 - 39 jaar, Heren				
1.	Robin Eggenkamp	ZV De Aalscholver	17.24 198700847	17.21
35 - 39 jaar, Dames				
1.	Linda Bultstra	De Spatters	18.22 198600656	17.94
2.	Kim Visser	H2Oldambt	20.02 198704350	19.29



Programmanr. 1, 25m rugslag

40 - 44 jaar, Heren

1.	Cetin Cetiner	AZ&PC De Futen	18.50	198303155	17.15
2.	Sander de Velde	Deltasteur	18.33	198302165	17.87
3.	Remko Amelink	Deltasteur	25.00	198403399	20.50

40 - 44 jaar, Dames

1.	Angela Giezen	Zwemvereniging Hoogland	17.51	198302796	16.79
2.	Pauline van Gelder - Dieker	Steenwijk 1934	16.50	198102346	17.02
3.	Mireille Nijhuis - Bruin	ZV 44	18.50	198102368	18.64
4.	Roelien Stegeman	ZV 44	18.82	198102350	19.67

45 - 49 jaar, Heren

1.	Peter Lommert	SWOL 1894	16.02	197900787	16.09
2.	Tom Bandsma	Psv	19.33	197701625	18.50
3.	Peter van Velzen	ZV 44	NT	197801945	23.43

45 - 49 jaar, Dames

1.	Gea van der Schaaf	Deltasteur	16.90	197901558	16.82
2.	Leonie Scholten	Steenwijk 1934	19.06	197901560	18.89
3.	Margriet Leeffers	Deltasteur	20.11	197800448	20.44
4.	Jessica van Velzen	ZV 44	21.15	197601122	21.41
5.	Bianca Oudendijk	Daw	25.00	197901122	22.42
6.	Simone Weijland	Deltasteur	22.99	197901610	23.43

50 - 54 jaar, Heren

1.	Eric Hoekman	WS Twente	15.74	197401531	15.08
2.	Heiner Stevens	Zignea	17.81	197201299	17.48
3.	Korstiaan de Boer	Steenwijk 1934	17.82	197101629	18.04
4.	Alistair Critchell	Deltasteur	18.35	197101655	18.14
5.	Chris Kouwenhoven	De Grunte	19.13	197101669	19.02

50 - 54 jaar, Dames

1.	Cherry Bas-Ott	Daw	20.84	197100464	19.75
2.	Henriette Manting	H2Oldambt	19.66	197100246	19.80
3.	Femke Poll	ZV 44	25.07	197401066	25.68

55 - 59 jaar, Heren

1.	Erik Wetsteijn	SWOL 1894	16.39	196501019	16.67
2.	Fred Heemstra	Daw	20.00	196500357	16.83
3.	Maarten Koolman	Steenwijk 1934	24.97	196801649	27.12

55 - 59 jaar, Dames

1.	Annette Korving-Leijenaar	Aqualero	20.00	196700662	19.41
2.	Caroline Kruger	Feijenoord Albion	19.49	196800928	20.32
3.	Annemieke Neuteboom Spijker	Aquapoldro	21.47	196800890	22.08
4.	Janet Lemmens	Daw	26.00	196500678	26.10

60 - 64 jaar, Heren

1.	Casper Dollekamp	Steenwijk 1934	18.44	196301341	17.45
2.	Jos Verhoeven	ZV De Aalscholver	16.16	196301161	18.15
3.	John Dam	Zignea	19.90	196000915	19.98



Programmanr. 1, 25m rugslag

60 - 64 jaar, Dames

1.	Jennie Resink-lindeboom	DWK	21.88	196000142	21.89
2.	Annemarie Vuist	SWOL 1894	21.38	196300282	22.15
3.	Riekie Schra	Steenwijk 1934	34.09	196400404	33.96

65 - 69 jaar, Heren

1.	Paul Bunnik	Triton	18.31	195600413	18.23
2.	Pier van der Sluis	De Vikings	20.98	195900757	21.25
3.	Jappie Kuiper	SWOL 1894	23.00	195500417	22.55
4.	Robert Schulein	H2Oldambt	21.21	195900843	22.69

65 - 69 jaar, Dames

1.	Monica Bakker	Steenwijk 1934	21.50	195600082	22.32
2.	Hannie Poletiek	TriVia	21.38	195900278	23.98
3.	Willy Schoenmaker-ter Veer	DWK	25.38	195900254	26.83

70 - 74 jaar, Heren

1.	Rob Berkhof	SWOL 1894	23.00	195200245	22.08
----	-------------	-----------	-------	-----------	--------------

70 - 74 jaar, Dames

1.	Antoinette Gilding-Tussaud	WS Twente	23.10	195000038	23.56
----	----------------------------	-----------	-------	-----------	--------------

75 - 79 jaar, Dames

1.	Loekie van Huissteden	Zpc Amersfoort	26.88	194500002	26.57
----	-----------------------	----------------	-------	-----------	--------------

80 - 84 jaar, Heren

1.	Rob Hanou	Psv	26.04	194300109	25.11
----	-----------	-----	-------	-----------	--------------

80 - 84 jaar, Dames

1.	Leny Kamp	Aquapoldro	29.00	194400008	28.07
----	-----------	------------	-------	-----------	--------------

85 - 89 jaar, Heren

1.	Nic Geers	Psv	53.16	193800007	22.97
----	-----------	-----	-------	-----------	--------------

Programmanr. 2
6-1-2024 - 12:13

200m vlinderslag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang			In.tijd		50m	100m	150m	200m
20 - 24 jaar, Heren								
1.	Maurice Pater	Gzvw	2:17.68	200200909	29.60	1:05.02	1:43.18	2:25.33
2.	Carsten Bruinink	Noord-Veluwe		NT 200303861	42.43	1:36.59	2:34.69	3:27.06
20 - 24 jaar, Dames								
1.	Ilse Valk	Het Ravijn	2:52.19	200000172	36.53	1:20.49	2:05.39	2:50.55
2.	Romée Beverdam	WS Twente	2:58.75	200100158	37.57	1:21.53	2:08.38	2:52.74
3.	Esmée Groothuismink	De Hokseberg	2:55.00	200400150	42.17	1:31.44	2:27.13	3:20.81
4.	Jolieke van den Berg	Het Ravijn	3:30.38	200400810	39.22	1:32.43	2:32.21	3:34.29



Programmanr. 2, 200m vlinderslag

25 - 29 jaar, Heren

1. Erwin Pras	Gzww	2:29.87	199601781	31.33	1:08.83	1:48.41	2:29.05
2. Jordi de Nijs	MSV-Zeemacht	2:15.39	199801851	30.86	1:07.52	1:47.63	2:33.76
3. Hugo Herbers	SWOL 1894	2:43.94	199500507	33.49	1:12.71	1:53.63	2:35.82

25 - 29 jaar, Dames

1. Tamara Grove	De Dolfijn	2:27.68	199601266	32.74	1:10.69	1:50.97	2:34.81
2. Marleen Hof	WS Twente	3:07.17	199802464	36.16	1:19.51	2:07.95	2:58.60

30 - 34 jaar, Heren

1. Tim Bunnik	Triton	2:25.02	199000505	32.16	1:09.38	1:50.75	2:33.50
2. Niels Bent	WS Twente	3:05.64	199400465	36.89	1:20.67	2:07.98	2:58.66
3. Cars Wiegmann	WS Twente	NT	199401025	38.88	1:27.30	2:16.10	3:03.98
4. Patrick Graver	Gzww	2:56.39	199404735	37.12	1:22.34	2:11.31	3:04.57
5. Richard Heijnen	ZC Polaris	NT	199107793	47.61	1:41.37	2:38.79	3:36.49

200m *

30 - 34 jaar, Dames

1. Nienke Smidt	WS Twente	NT	199407596	41.46	1:27.29	2:18.40	3:09.43
2. Marjan Rikken	SG Octopus - ZVV	3:41.73	199206114	43.99	1:38.80	2:36.22	3:32.49
3. Suzanne Mulder	Gzww	3:56.22	199307820	46.30	1:44.80	2:45.30	3:48.08
4. Janneke Wynia	WS Twente	3:53.55	199005500	53.65	1:53.01	2:58.21	4:04.56

35 - 39 jaar, Heren

1. Martijn Giezen	Zpc Amersfoort	3:01.83	198500813	33.36	1:15.99	2:00.09	2:41.04
2. Wessel Everloo	WS Twente	2:52.89	198906597	37.08	1:22.71	2:09.99	2:56.22

40 - 44 jaar, Heren

1. Rob van Vliet	Zpc Amersfoort	2:40.01	198402459	32.20	1:11.29	1:53.01	2:37.65
2. Mark Brinkhuis	TriVia	3:32.27	198302609	40.44	1:32.38	2:27.77	3:27.06

40 - 44 jaar, Dames

1. Marloes Rebel	WS Twente	4:09.58	198403474	52.59	1:52.13	2:53.52	3:52.40
------------------	-----------	---------	-----------	-------	---------	---------	---------

45 - 49 jaar, Heren

1. Erwin Zuidervelt	AZ&PC De Futen	3:15.25	197501015	41.29	1:30.42	2:23.04	3:20.96
2. Marcel van Walt van Praag	Gay Swim Amsterdam	3:30.00	197501425	43.21	1:36.36	2:31.24	3:23.24

45 - 49 jaar, Dames

1. Liselotte Joling	Psv	2:43.09	197500268	36.63	1:18.66	2:02.72	2:44.50
2. Alina Spijkerman	Daw	3:06.13	197701220	40.66	1:28.69	2:18.38	3:06.83
3. A. Glazema-Boelema	ZPC de Kanaalstreek	3:34.80	197701166	40.90	1:30.12	2:23.38	3:16.38
4. Jannie Vennik	HZ&PC Heerenveen	3:39.04	197601006	46.32	1:41.76	2:38.18	3:32.83

55 - 59 jaar, Dames

1. Peggi Hurenkamp	HZ&PC Heerenveen	3:22.85	196900922	42.48	1:31.45	2:24.30	3:21.37
2. Iris van Aurich	DWK	3:36.21	196900866	46.64	1:40.36	2:36.80	3:32.27
3. Laura Staal	Oceanus	3:45.00	196700358	47.11	1:42.20	2:38.46	3:36.50



ZMC deel 1 Zwolle
Zwolle, 6-1-2024

Programmanr. 2, 200m vlinderslag

60 - 64 jaar, Dames

1. Margriet Grove-Lingeman Triton 3:08.51 196200080 43.23 1:32.74 2:24.82 3:17.25

65 - 69 jaar, Dames

1. Betsie Klompmaker-MuldeNoord-Veluwe 7:07.36 195900200 1:33.02 3:48.68 6:10.13 8:21.31

Programmanr. 3
6-1-2024 - 12:39

50m vrije slag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
20 - 24 jaar, Heren					
1.	Robert Toeter	Hera'11	27.90	200101779	27.66
2.	Rik Stahlie	TriVia	27.61	200201915	28.47
3.	Lanco Manaf	Het Ravijn	27.54	200402715	28.49
4.	Declan Drost	De Hokseberg	28.62	200100203	28.98
5.	Sven Besten	Hera'11	29.15	200305097	29.06
6.	Basem Rashed	Psv	30.82	200305111	30.53
20 - 24 jaar, Dames					
1.	Tara Schuurman	Deltasteur	30.14	200400386	30.40
2.	Monica Faber	Deltasteur	30.10	200400388	30.60
3.	Meike Cleveringa	SWOL 1894	30.29	200206096	30.64
4.	Amber Bellaart	Oceanus	30.48	200101260	30.84
5.	Esmee van der Tweel	Deltasteur	30.25	200202870	30.93
6.	Daphne van Rees	SG Octopus - ZVV	30.95	200301766	31.22
7.	Ester Schuurman	Deltasteur	30.16	200201106	31.41
8.	Maud Heldoorn	Deltasteur	30.28	200000564	32.26
9.	Amber Westerink	De Hokseberg	30.89	200401078	32.89
10.	Ilse Hallie	SG Octopus - ZVV	32.75	200200128	32.94
11.	Manon Bultman	De Hokseberg	33.75	200304214	33.16
25 - 29 jaar, Heren					
1.	Jeroen de Heer	SWOL 1894	29.67	199504155	29.45
25 - 29 jaar, Dames					
1.	Myrthe Offenga	De Vikings	26.47	199901874	27.38
2.	Lieke van Essen	SWOL 1894	28.98	199502814	29.39
3.	Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	30.47	199901022	30.15
4.	Marleen Welten	Deltasteur	30.52	199701526	31.85
5.	Eline Hendriks	Zpc Amersfoort	32.23	199802794	32.20
6.	Jolijn Walgien	SWOL 1894	32.74	199602284	32.24
7.	Melanie Zondag	ZPC Moby dick	33.73	199804476	33.13
30 - 34 jaar, Heren					
1.	Tom de Lange	Deltasteur	28.45	199300303	27.89
2.	Rutger Curfs	SWOL 1894	29.07	199402893	29.44
3.	Marnix Wieringa	SWOL 1894	32.32	199207443	35.00



Programmanr. 3, 50m vrije slag

30 - 34 jaar, Dames

1.	Elmi Roelofsen	SG Octopus - ZVV	27.92	199008198	28.23
2.	Jacynta Plat	Steenwijk 1934	29.53	199002956	29.43
3.	Tessa van Dijk-Mosch	MSV-Zeemacht	30.20	199102172	30.14
4.	Beau Rijpers	SWOL 1894	29.96	199402638	30.75
5.	Celine Bakker	Daw	32.19	199302562	32.02
6.	Nadine Blouw	TriVia	31.96	199302314	32.38

35 - 39 jaar, Heren

1.	Frank Meier	De Grunte	25.61	198802355	25.82
2.	Thomas Wieringa	SWOL 1894	33.04	198806345	32.44

35 - 39 jaar, Dames

1.	Relinda Baas	TriVia	30.53	198900144	30.22
2.	Josien Nieuwenhuis-Odink	De Grunte	32.73	198903094	34.21
3.	Monique Kok	SG Octopus - ZVV	40.51	198605398	39.43

40 - 44 jaar, Heren

1.	Gerwin Vonk	De Spatters	26.93	198201907	27.24
2.	Felix Paauw	SWOL 1894	30.00	198401733	28.23
3.	Edward van Dootingh	ZV 44	28.80	198403341	29.37
4.	Dick Aaldenberg	ZV 44	33.26	198002531	34.16
5.	Remko Amelink	Deltasteur	40.00	198403399	37.59

40 - 44 jaar, Dames

1.	Mireille Nijhuis - Bruin	ZV 44	31.50	198102368	31.33
2.	Pauline van Gelder - Dieker	Steenwijk 1934	32.53	198102346	31.62
3.	Marina van der Wal	ZV 44	34.08	198101634	34.25
4.	Roelien Stegeman	ZV 44	33.55	198102350	34.63
5.	Marieke Roolvink	Hera'11	34.80	198001836	36.12
6.	Esther van Buren-Koster	Aquapoldro	36.49	198001670	36.97
7.	Marloes Rebel	WS Twente	45.81	198403474	44.25

45 - 49 jaar, Heren

1.	Kees Bakker	Gay Swim Amsterdam	26.90	197501055	26.78
2.	Bas Spoelstra	AZ&PC De Futen	30.00	197701573	28.81
3.	Peter Lommert	SWOL 1894	30.00	197900787	29.55
4.	Arjan Aalbers	SWOL 1894	30.30	197500001	29.96
5.	Antoine Karel	Noord-Veluwe	30.12	197801973	30.09
6.	Tom Bandsma	Psv	30.42	197701625	31.16
7.	Bart Frans	H2Oldambt	34.10	197501069	33.49
8.	Peter van Velzen	ZV 44	39.01	197801945	39.94

45 - 49 jaar, Dames

1.	Gea van der Schaaf	Deltasteur	32.56	197901558	31.94
2.	Petra Guijt	Aqua-Novio '94	31.94	197600978	32.01
3.	Margriet Leeffers	Deltasteur	34.64	197800448	35.12
4.	Leonie Scholten	Steenwijk 1934	35.77	197901560	36.45
5.	Simone Weijland	Deltasteur	39.70	197901610	41.84
6.	Verschure Miranda	Zuiderzeezwemmers	55.00	197501046	44.35



Programmanr. 3, 50m vrije slag

50 - 54 jaar, Heren

1.	Eric Hoekman	WS Twente	34.32	197401531	27.97
2.	Heiner Stevens	Zignea	29.13	197201299	29.33
3.	Michiel IJskes	SWOL 1894	33.00	197301505	32.05
4.	Bert Mars	SWOL 1894	33.38	197101559	33.55
5.	Maxim Hardziyenka	ZV 44	38.19	197201723	38.80

50 - 54 jaar, Dames

1.	Bianca Groot	MSV-Zeemacht	30.79	197000652	31.11
2.	Esther ten Kate	Avena	33.50	197100310	31.46
3.	Annette de Visser	Oceanus	30.66	197100602	31.48
4.	Trudie van Niejenhuis	TZC Vahalis	32.89	197100444	33.29
5.	Henriette Manting	H2Oldambt	36.23	197100246	36.86
6.	Femke Poll	ZV 44	42.48	197401066	43.56

55 - 59 jaar, Heren

1.	Javier Van Engelen	AZ&PC De Futen	27.50	196801697	27.37
2.	Arjan Bellaart	Oceanus	27.76	196900079	27.75
3.	Edwin Petri	De Otters Het Gooi	29.91	196601687	29.59
4.	Fred Heemstra	Daw	31.86	196500357	30.34
5.	Erik Neuteboom Spijker	Aquapoldro	30.63	196500657	31.56
6.	Taco Eikelenboom	AZ&PC De Futen	32.50	196900275	31.75
7.	Erik Schweitzer	Daw	35.02	196701751	35.48
8.	Maarten Koolman	Steenwijk 1934	47.77	196801649	46.79
DIS	Marcel Brittijn	De Duinkikkers	31.24	196900159	

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

55 - 59 jaar, Dames

1.	Jacqueline Tuin	Daw	31.90	196600690	32.37
----	-----------------	-----	-------	-----------	--------------

60 - 64 jaar, Heren

1.	Arnold de Rover	De Berkelduikers	28.50	196400645	28.32
2.	Theo Bakker	TriVia	29.00	196401231	28.92
3.	Henk Kuipers	Zpc Amersfoort	29.79	196201207	29.74
4.	Jan Wierenga	ZV De Aalscholver	30.76	196400843	30.64
5.	Ronald Grove	Triton	31.65	196100161	30.72
6.	Jos Verhoeven	ZV De Aalscholver	32.50	196301161	32.67
7.	John Dam	Zignea	35.08	196000915	35.36
8.	Adri Pasman	Zuiderzeezwemmers	38.89	196400573	38.49

60 - 64 jaar, Dames

1.	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	35.73	196400506	36.57
2.	Pia van der Molen	Avena	38.30	196000116	38.05
3.	Annemarie Vuist	SWOL 1894	38.18	196300282	40.11
4.	Jenny Westervaarder	H2Oldambt	40.96	196200424	40.86
5.	Riekie Schra	Steenwijk 1934	1:00.14	196400404	59.40



Programmanr. 3, 50m vrije slag

65 - 69 jaar, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	27.90	195800149	29.33
2.	Paul Bunnik	Triton	31.39	195600413	31.15
3.	Henk Slomp	Z&PC de Inktvis	32.28	195500359	32.34
4.	Jappie Kuiper	SWOL 1894	35.00	195500417	35.20
5.	Pier van der Sluis	De Vikings	36.75	195900757	36.78
6.	Joop van Dijk	Deltasteur	37.18	195700075	37.78
7.	Robert Schulein	H2Oldambt	40.10	195900843	41.38

65 - 69 jaar, Dames

1.	Linda Wibbelink	Steenwijk 1934	36.35	195900158	37.93
2.	Monica Bakker	Steenwijk 1934	39.37	195600082	40.09
3.	Betsie Klompmaker-Mulder	Noord-Veluwe	51.58	195900200	52.70

70 - 74 jaar, Heren

1.	Harry Dokter	SWOL 1894	30.00	195100037	30.74
2.	Fred Zanting	TriVia	34.00	195400323	33.15
3.	Rob Berkhof	SWOL 1894	40.00	195200245	39.34
4.	Be van der Ziel	SWOL 1894	39.50	195200213	40.04

70 - 74 jaar, Dames

1.	Christien Nieuwenhuis	SWOL 1894	34.26	195100022	34.13
----	-----------------------	-----------	-------	-----------	--------------

75 - 79 jaar, Heren

1.	Mans Buis	SWOL 1894	42.40	194700133	39.96
----	-----------	-----------	-------	-----------	--------------

75 - 79 jaar, Dames

1.	Annet Verhoeven - Steggerda	De Duinkickers	51.87	194600024	49.71
2.	Loekie van Huissteden	Zpc Amersfoort	55.07	194500002	54.19

80 - 84 jaar, Heren

1.	Rob Hanou	Psv	44.89	194300109	46.26
----	-----------	-----	-------	-----------	--------------

80 - 84 jaar, Dames

1.	Leny Kamp	Aquapoldro	1:04.00	194400008	1:04.00
----	-----------	------------	---------	-----------	----------------

85 - 89 jaar, Heren

1.	Nic Geers	Psv	44.10	193800007	45.11
----	-----------	-----	-------	-----------	--------------

Programmanr. 4
6-1-2024 - 13:01

100m wisselslag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang		In.tijd		50m	100m
20 - 24 jaar, Heren					
1.	Sven Besten	Hera'11	1:20.06	200305097	36.17 1:20.05
2.	Wolter Graaf	Z & PC Triton Putten	1:29.36	200105593	42.76 1:28.79



Programmanr. 4, 100m wisselslag

20 - 24 jaar, Dames

1.	Lisane Boets	ZPC de Kanaalstreek	1:10.93	200200346	31.29	1:07.83
2.	Luka Stoker	ZPC de Kanaalstreek	1:20.17	200200558	37.33	1:19.50
3.	Noa Boerma	Het Ravijn	1:25.17	200202736	37.79	1:26.38
4.	Yasmine Wilms	Hera'11	1:24.84	200301062	40.41	1:27.48

25 - 29 jaar, Heren

1.	Mathieu Boers	WS Twente	1:03.68	199800187	29.24	1:04.35
2.	Jordi de Nijs	MSV-Zeemacht	1:05.22	199801851	29.89	1:04.79
3.	Mark Veldman	SWOL 1894	1:09.76	199504801	31.74	1:08.41
4.	Tico Wind	Het Ravijn	1:12.26	199502705	32.82	1:14.90
5.	Jeroen de Heer	SWOL 1894	1:18.63	199504155	36.55	1:19.96

25 - 29 jaar, Dames

1.	Tamara Grove	De Dolfijn	1:07.27	199601266	31.22	1:07.25
2.	Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	1:18.54	199901022	36.98	1:17.33
3.	Myrthe Meenhorst	SWOL 1894	1:18.39	199507062	35.06	1:18.95
4.	Inez Duursma	SWOL 1894	1:19.67	199700256	38.37	1:20.94
5.	Julia Koopman	SWOL 1894	1:22.19	199606688	36.66	1:21.79
6.	Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	1:29.37	199600006	38.46	1:26.39
7.	Marleen Buis	SWOL 1894	1:26.03	199604414	39.52	1:29.60
8.	Mylene Wildeboer-Kok	H2Oldambt	1:35.66	199602674	43.12	1:34.14
9.	Debbie Broekhof	Hera'11	1:38.51	199806220	45.61	1:41.04
10.	Sylvia Hidding	H2Oldambt	1:53.12	199603886	55.16	1:52.08

30 - 34 jaar, Heren

1.	Tim Bunnik	Triton	1:03.87	199000505	30.72	1:06.34
2.	Huub Scholing	SWOL 1894	1:16.00	199301179	33.16	1:10.59
3.	Rutger Curfs	SWOL 1894	1:14.44	199402893	36.25	1:16.99
4.	Richard Heijnen	ZC Polaris	1:21.36	199107793	39.10	1:24.30
5.	Patrick Wobben	Steenwijk 1934	1:23.62	199300559	40.61	1:24.89
DIS	Marnix Wieringa	SWOL 1894	1:25.71	199207443		

SP - Eén of meerdere vlinderbeenslagen gemaakt na de eerste schoolslagbeenslag.

30 - 34 jaar, Dames

1.	Chantal Lokhorst	Aqualero	1:21.09	199401362	36.92	1:21.43
----	------------------	----------	---------	-----------	-------	---------

35 - 39 jaar, Heren

1.	Stefan van de Grift	SWOL 1894	1:13.06	198701121	34.16	1:13.13
2.	Robin Eggenkamp	ZV De Aalscholver	1:15.80	198700847	35.51	1:18.08
3.	Thomas Wieringa	SWOL 1894	1:34.25	198806345	41.50	1:30.97

35 - 39 jaar, Dames

1.	Linda Bultstra	De Spatters	1:19.27	198600656	37.00	1:23.91
2.	Kim Visser	H2Oldambt	1:25.54	198704350	39.10	1:25.44

40 - 44 jaar, Heren

1.	Albert van Piekeren	SWOL 1894	1:08.72	198401767	31.41	1:08.66
2.	Cetin Cetiner	AZ&PC De Futen	1:22.64	198303155	36.83	1:19.12
3.	Mark Brinkhuis	TriVia	1:23.34	198302609	39.81	1:22.58
4.	Sander de Velde	Deltasteur	1:25.62	198302165	40.47	1:29.33
5.	Dick Aaldenberg	ZV 44	1:35.03	198002531	47.36	1:36.95



Programmanr. 4, 100m wisselslag

40 - 44 jaar, Dames

1.	Angela Giezen	Zwemvereniging Hoogland	1:18.62	198302796	36.93	1:20.76
2.	Dorien Norden-Wesselink	De Grunte	1:19.70	198402708	40.55	1:24.66
3.	Marieke Roolvink	Hera'11	1:38.91	198001836	45.63	1:36.80

45 - 49 jaar, Heren

1.	Erwin Zuijdervelt	AZ&PC De Futen	1:15.98	197501015	36.18	1:16.48
2.	Marcel van Walt van Praag	Gay Swim Amsterdam	1:25.00	197501425	41.32	1:25.00

45 - 49 jaar, Dames

1.	Alina Spijkerman	Daw	1:21.40	197701220	37.90	1:21.59
2.	Gea van der Schaaf	Deltasteur	1:23.78	197901558	38.46	1:23.33
3.	Inge Roskam	De Duinkickers	1:29.80	197801296	42.80	1:28.53
4.	A. Glazema-Boelema	ZPC de Kanaalstreek	1:26.93	197701166	41.13	1:28.71
5.	Margriet Leeffers	Deltasteur	1:31.89	197800448	44.05	1:32.67
6.	Saskia op den Velde	De Duinkickers	1:31.14	197901530	43.39	1:34.13
7.	Bianca Oudendijk	Daw	1:45.00	197901122	50.29	1:43.68
8.	Jessica van Velzen	ZV 44	1:40.86	197601122	51.22	1:46.35

DIS Monique Boets

ZPC de Kanaalstreek 1:16.64 197600230

VN - Lichaam geheel onder water gedurende de race (geldt niet voor kp en eerste 15 m na start en keerpunt)

50 - 54 jaar, Heren

1.	Michael van Bekkum	SWOL 1894	1:13.00	197200051	35.07	1:13.98
2.	Peter ter Horst	SWOL 1894	1:15.13	197201261	33.54	1:14.80
3.	Korstiaan de Boer	Steenwijk 1934	1:17.16	197101629	36.71	1:18.88
4.	Hindrik Meijer	H2Oldambt	1:33.50	197301645	37.57	1:19.40

50 - 54 jaar, Dames

1.	Bianca Groot	MSV-Zeemacht	1:18.38	197000652	38.46	1:20.13
2.	Cherry Bas-Ott	Daw	1:31.55	197100464	42.49	1:31.37
3.	Henriette Manting	H2Oldambt	1:33.96	197100246	44.01	1:33.29
4.	Annet Kootstra	SWOL 1894	1:38.31	197100344	47.44	1:38.17
5.	Grietje van der Hoek	Z & PC Triton Putten	1:57.03	197401086	58.37	1:53.79

55 - 59 jaar, Heren

1.	Arjan Bellaart	Oceanus	1:09.99	196900079	32.42	1:10.21
2.	Javier Van Engelen	AZ&PC De Futen	1:20.00	196801697	38.46	1:19.98
3.	Erik Wetsteijn	SWOL 1894	1:19.69	196501019	36.66	1:20.18
4.	Taco Eikelenboom	AZ&PC De Futen	1:22.50	196900275	39.56	1:24.13
5.	Erik Neuteboom Spijker	Aquapoldro	1:24.83	196500657	41.81	1:28.61

55 - 59 jaar, Dames

1.	Iris van Aurich	DWK	1:21.91	196900866	41.08	1:24.29
2.	Annette Korving-Leijenaar	Aqualero	1:30.00	196700662	42.35	1:27.05
3.	A. Neuteboom Spijker	Aquapoldro	1:43.27	196800890	49.50	1:43.27

60 - 64 jaar, Heren

1.	Arnold de Rover	De Berkelduikers	1:15.00	196400645	34.79	1:13.70
2.	Jan Wierenga	ZV De Aalscholver	1:20.00	196400843	40.29	1:22.27

DIS Ronald Grove

Triton 1:24.67 196100161

SP - Eén of meerdere vlinderbeenslagen gemaakt na de eerste schoolslagbeenslag.



Programmanr. 4, 100m wisselslag

60 - 64 jaar, Dames

1.	Margriet Grove-Lingeman	Triton	1:29.92	196200080	40.98	1:29.00
2.	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	1:30.05	196400506	43.15	1:29.72
3.	Pia van der Molen	Avena	1:41.39	196000116	50.42	1:43.63
4.	Jennie Resink-lindeboom	DWK	1:46.92	196000142	51.89	1:49.44

65 - 69 jaar, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	1:20.78	195800149	37.17	1:17.57
DIS	Jaap Vis	TriVia	1:39.20	195600515		

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

65 - 69 jaar, Dames

1.	Linda Wibbelink	Steenwijk 1934	1:31.53	195900158	46.74	1:34.88
2.	Hannie Poletiek	TriVia	1:36.58	195900278	47.85	1:39.36
DIS	Willy Schoenmaker-ter Ve	DWK	1:54.39	195900254		

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

70 - 74 jaar, Dames

1.	Christien Nieuwenhuis	SWOL 1894	1:31.73	195100022	43.86	1:32.72
DIS	Antoinette Gilding-Tussau	WS Twente	2:01.11	195000038		

VB - Beide armen niet tezamen naar voren en/of gelijktijdig achterwaarts gebracht.

75 - 79 jaar, Heren

DIS	Mans Buis	SWOL 1894	2:25.20	194700133		
-----	-----------	-----------	---------	-----------	--	--

VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd., tevens dis VG

Programmanr. 5
6-1-2024 - 13:41

50m schoolslag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
20 - 24 jaar, Heren					
1.	Maurice Pater	Gzww	34.81	200200909	33.98
2.	Lanco Manaf	Het Ravijn	36.72	200402715	35.86
3.	Declan Drost	De Hokseberg	37.01	200100203	37.11
4.	Basem Rashed	Psv	40.00	200305111	38.08
5.	Carsten Bruinink	Noord-Veluwe	39.78	200303861	40.78
6.	Wolter Graaf	Z & PC Triton Putten	44.32	200105593	42.11
20 - 24 jaar, Dames					
1.	Lisanne Boets	ZPC de Kanaalstreek	36.64	200200346	34.66
2.	Tara Schuurman	Deltasteur	36.38	200400386	37.35
3.	Ilse Valk	Het Ravijn	38.61	200000172	38.32
4.	Luka Stoker	ZPC de Kanaalstreek	39.52	200200558	40.12
5.	Amber Westerink	De Hokseberg	40.65	200401078	40.22
6.	Esmee van der Tweel	Deltasteur	40.58	200202870	41.49
7.	Romée Beverdam	WS Twente	41.99	200100158	42.70
8.	Ilse Hallie	SG Octopus - ZVV	45.30	200200128	44.96



Programmanr. 5, 50m schoolslag

25 - 29 jaar, Heren

1.	Jordi de Nijs	MSV-Zeemacht	34.21	199801851	33.93
2.	Hugo Herbers	SWOL 1894	37.01	199500507	36.32
3.	Erwin Pras	Gzw	36.57	199601781	37.00
4.	Tico Wind	Het Ravijn	38.69	199502705	38.61
5.	Thijs de Roo	SWOL 1894	40.00	198705447	44.42

25 - 29 jaar, Dames

1.	Marleen Welten	Deltasteur	36.56	199701526	38.26
2.	Jolijn Walgien	SWOL 1894	40.45	199602284	39.75
3.	Julia Koopman	SWOL 1894	41.76	199606688	42.58
4.	Melanie Zondag	ZPC Moby dick	44.00	199804476	43.90

30 - 34 jaar, Heren

1.	Tom de Lange	Deltasteur	34.36	199300303	35.32
2.	Patrick Graver	Gzw	38.94	199404735	38.27
3.	Cars Wiegmann	WS Twente	38.70	199401025	39.90

30 - 34 jaar, Dames

1.	Jacyntha Plat	Steenwijk 1934	35.49	199002956	35.78
2.	Beau Rijpers	SWOL 1894	39.18	199402638	39.52
3.	Celine Bakker	Daw	45.46	199302562	44.29
4.	Marjan Rikken	SG Octopus - ZVV	43.58	199206114	45.43
5.	Janneke Wynia	WS Twente	46.04	199005500	45.98
6.	Suzanne Mulder	Gzw	52.17	199307820	51.16

35 - 39 jaar, Heren

1.	Martijn Giezen	Zpc Amersfoort	34.11	198500813	33.52
2.	Stefan van de Grift	SWOL 1894	35.26	198701121	34.62

35 - 39 jaar, Dames

1.	Relinda Baas	TriVia	42.39	198900144	41.08
2.	Monique Kok	SG Octopus - ZVV	47.20	198605398	48.09

40 - 44 jaar, Heren

1.	Albert van Piekeren	SWOL 1894	33.74	198401767	33.74
2.	Gerwin Vonk	De Spatters	35.80	198201907	35.30
3.	Remko Amelink	Deltasteur	45.56	198403399	46.60

40 - 44 jaar, Dames

1.	Dorien Norden-Wesselink	De Grunte	40.81	198402708	40.98
2.	Pauline van Gelder - Dieker	Steenwijk 1934	42.46	198102346	42.39
3.	Roelien Stegeman	ZV 44	41.40	198102350	42.57
4.	Marina van der Wal	ZV 44	46.40	198101634	46.32
5.	Esther van Buren-Koster	Aquapoldro	48.97	198001670	48.43



Programmanr. 5, 50m schoolslag

45 - 49 jaar, Heren

1.	Kees Bakker	Gay Swim Amsterdam	34.50	197501055	34.11
2.	Bas Spoelstra	AZ&PC De Futen	36.50	197701573	35.95
3.	Erwin Zuidervelt	AZ&PC De Futen	39.31	197501015	39.33
4.	Peter Lommert	SWOL 1894	39.20	197900787	39.59
5.	Tom Bandsma	Psv	38.46	197701625	39.72
6.	Bart Frans	H2Oldambt	41.83	197501069	39.75
7.	Peter van Velzen	ZV 44	42.33	197801945	43.26

45 - 49 jaar, Dames

1.	Monique Boets	ZPC de Kanaalstreek	39.09	197600230	40.44
2.	Simone Weijland	Deltasteur	44.96	197901610	47.16

50 - 54 jaar, Heren

1.	Heiner Stevens	Zignea	36.31	197201299	36.48
2.	Michael van Bekkum	SWOL 1894	36.00	197200051	36.74
3.	Alistair Critchell	Deltasteur	40.51	197101655	39.92
4.	Eric Hoekman	WS Twente	42.29	197401531	40.22
5.	Maxim Hardziyenka	ZV 44	50.51	197201723	50.07

50 - 54 jaar, Dames

1.	Annette de Visser	Oceanus	41.98	197100602	41.76
2.	Trudie van Niejenhuis	TZC Vahalis	42.72	197100444	42.50
3.	Cherry Bas-Ott	Daw	48.90	197100464	49.14
4.	Femke Poll	ZV 44	53.98	197401066	56.17
5.	Grietje van der Hoek	Z & PC Triton Putten	54.43	197401086	57.92

55 - 59 jaar, Heren

1.	Marcel Brittijn	De Duinkickers	42.38	196900159	40.96
2.	Fred Heemstra	Daw	46.00	196500357	42.16
3.	Erik Schweitzer	Daw	42.84	196701751	44.44
4.	Maarten Koolman	Steenwijk 1934	49.79	196801649	49.24

55 - 59 jaar, Dames

1.	Jacqueline Tuin	Daw	38.35	196600690	38.31
2.	Iris van Aurich	DWK	41.13	196900866	41.07
3.	Caroline Kruger	Feijenoord Albion	43.80	196800928	44.24
4.	Annette Korving-Leijenaar	Aqualero	43.16	196700662	44.25
5.	Laura Staal	Oceanus	45.10	196700358	44.64
6.	Peggi Hurenkamp	HZ&PC Heerenveen	46.42	196900922	47.00
7.	Janet Lemmens	Daw	52.44	196500678	53.55

60 - 64 jaar, Heren

1.	Theo Bakker	TriVia	36.00	196401231	35.83
2.	Arnold de Rover	De Berkelduikers	38.00	196400645	38.51
3.	Casper Dollekamp	Steenwijk 1934	39.96	196301341	39.44
4.	Ronald Grove	Triton	39.93	196100161	40.24
5.	Henk Kuipers	Zpc Amersfoort	40.79	196201207	40.78
6.	John Dam	Zignea	48.57	196000915	48.83
7.	Adri Pasma	Zuiderzeezwemmers	53.86	196400573	51.21



ZMC deel 1 Zwolle
Zwolle, 6-1-2024

Programmanr. 5, 50m schoolslag

60 - 64 jaar, Dames

1.	Annemarie Vuist	SWOL 1894	48.16	196300282	47.55
2.	Jenny Westervaarder	H2Oldambt	52.26	196200424	52.78
3.	Riekie Schra	Steenwijk 1934	1:07.23	196400404	1:06.79

65 - 69 jaar, Heren

1.	Robert Schulein	H2Oldambt	45.75	195900843	45.30
2.	Joop van Dijk	Deltasteur	44.86	195700075	45.68
3.	Jappie Kuiper	SWOL 1894	54.00	195500417	51.64

65 - 69 jaar, Dames

1.	Willy Schoenmaker-ter Veer	DWK	52.30	195900254	50.55
----	----------------------------	-----	-------	-----------	--------------

70 - 74 jaar, Heren

1.	Harry Dokter	SWOL 1894	39.88	195100037	40.44
2.	Rob Berkhof	SWOL 1894	59.00	195200245	1:00.29

75 - 79 jaar, Heren

1.	Mans Buis	SWOL 1894	56.30	194700133	57.81
----	-----------	-----------	-------	-----------	--------------

75 - 79 jaar, Dames

1.	Bea Swijnenberg	SWOL 1894	49.76	194900010	50.05
2.	Annet Verhoeven - Steggerda	De Duinkickers	57.11	194600024	57.21

80 - 84 jaar, Heren

1.	Rob Hanou	Psv	51.37	194300109	51.38
----	-----------	-----	-------	-----------	--------------

Programmanr. 6

200m vrije slag

20 - 94 jaar

6-1-2024 - 14:02

Resultaten

Rang			ln.tijd		50m	100m	150m	200m
20 - 24 jaar, Heren								
1.	Rik Stahlie	TriVia	2:14.64	200201915	30.54	1:04.85	1:40.30	2:15.36
2.	Lanco Manaf	Het Ravijn	2:16.60	200402715	31.77	1:08.92	1:46.28	2:21.28
3.	Robert Toeter	Hera'11	2:23.29	200101779	32.10	1:09.39	1:48.09	2:24.40
20 - 24 jaar, Dames								
1.	Amber Bellaart	Oceanus	2:32.16	200101260	34.21	1:12.78	1:52.49	2:32.64
2.	Daphne van Rees	SG Octopus - ZVV	2:36.71	200301766	36.41	1:17.48	1:59.45	2:38.68
25 - 29 jaar, Heren								
1.	Mark Veldman	SWOL 1894	2:10.49	199504801	28.37	1:00.31	1:33.65	2:07.25
2.	Thijs de Roo	SWOL 1894	2:50.00	198705447	37.22	1:19.04	2:02.99	2:46.04



Programmanr. 6, 200m vrije slag

25 - 29 jaar, Dames

1. Lieke van Essen	SWOL 1894	2:19.90	199502814	32.13	1:08.30	1:45.39	2:21.18
2. Myrthe Meenhorst	SWOL 1894	2:27.02	199507062	33.42	1:12.44	1:52.95	2:32.35
3. Marleen Hof	WS Twente	2:38.39	199802464	34.33	1:13.72	1:54.48	2:32.52
4. Eline Hendriks	Zpc Amersfoort	2:57.13	199802794	34.66	1:13.77	1:54.04	2:34.38
5. Ageeth de Haan	Steenwijk 1934	2:28.15	199901022	34.53	1:14.71	1:57.13	2:40.16
6. Inez Duursma	SWOL 1894	2:29.26	199700256	36.73	1:17.20	1:58.74	2:40.31
7. Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	3:00.43	199600006	39.54	1:23.88	2:08.88	2:52.74

30 - 34 jaar, Heren

1. Niels Bent	WS Twente	2:31.85	199400465	30.91	1:05.31	1:40.82	2:16.87
2. Huub Scholing	SWOL 1894	2:20.00	199301179	31.44	1:06.38	1:42.59	2:17.74
3. Richard Heijnen	ZC Polaris	2:50.22	199107793	34.59	1:11.99	1:52.18	2:31.93

30 - 34 jaar, Dames

1. Elmi Roelofsen	SG Octopus - ZVV	2:21.95	199008198	32.10	1:08.71	1:46.14	2:23.80
2. Nienke Smidt	WS Twente	2:38.06	199407596	35.33	1:14.26	1:54.86	2:34.04
3. Chantal Lokhorst	Aqualero	2:55.84	199401362	35.99	1:16.83	2:00.04	2:43.52

35 - 39 jaar, Heren

1. Frank Meier 200m *	De Grunte	2:16.33	198802355	29.11	1:02.39	1:36.96	2:12.30
2. Wessel Everloo	WS Twente	2:25.76	198906597	32.33	1:09.14	1:45.91	2:21.43
3. Thomas Wieringa	SWOL 1894	2:52.18	198806345	38.00	1:21.46	2:07.86	2:57.82

35 - 39 jaar, Dames

1. Josien Nieuwenhuis-Odink	De Grunte	2:26.49	198903094	35.12	1:17.09	2:02.00	2:47.15
-----------------------------	-----------	---------	-----------	-------	---------	---------	---------

40 - 44 jaar, Heren

1. Rob van Vliet	Zpc Amersfoort	2:21.90	198402459	29.74	1:03.76	1:38.77	2:13.56
2. Edward van Dootingh	ZV 44	2:26.83	198403341	33.13	1:11.42	1:52.07	2:32.12
3. Cetin Cetiner	AZ&PC De Futen	2:43.25	198303155	35.75	1:14.85	1:55.02	2:33.68

40 - 44 jaar, Dames

1. Angela Giezen	Zwemvereniging Hoogland	2:33.29	198302796	35.64	1:15.74	1:57.50	2:38.44
2. Marloes Rebel	WS Twente	3:10.86	198403474	43.40	1:31.63	2:22.02	3:07.23

45 - 49 jaar, Heren

1. Kees Bakker	Gay Swim Amsterdam	2:20.30	197501055	32.57	1:07.74	1:43.02	2:18.80
2. Arjan Aalbers	SWOL 1894	2:37.00	197500001	33.60	1:12.01	1:52.27	2:31.36
3. Antoine Karel	Noord-Veluwe	2:40.40	197801973	33.82	1:11.76	1:51.79	2:32.27

45 - 49 jaar, Dames

1. Liselotte Joling	Psv	2:20.77	197500268	33.78	1:11.23	1:47.43	2:22.67
2. Alina Spijkerman	Daw	2:32.56	197701220	34.02	1:12.23	1:51.59	2:31.35
3. Petra Guijt	Aqua-Novio '94	2:37.81	197600978	35.19	1:15.13	1:56.49	2:37.04
4. Gea van der Schaaf	Deltasteur	2:39.02	197901558	35.03	1:15.28	1:57.35	2:39.25
5. Jannie Vennik	HZ&PC Heerenveen	2:45.33	197601006	37.37	1:19.20	2:01.81	2:43.93
6. Saskia op den Velde	De Duinkickers	3:00.17	197901530	39.44	1:24.56	2:12.20	3:00.21
7. Leonie Scholten	Steenwijk 1934	2:58.23	197901560	40.19	1:26.80	2:15.36	3:02.60
8. Inge Roskam	De Duinkickers	2:55.33	197801296	40.55	1:26.47	2:16.32	3:03.42



ZMC deel 1 Zwolle
Zwolle, 6-1-2024

Programmanr. 6, Dames, 200m vrije slag, 45 - 49 jaar

Rang			In.tijd		50m	100m	150m	200m
9.	Verschure Miranda	Zuiderzeezwemmers	3:53.04	197501046	49.04	1:46.90	2:49.85	3:49.73

50 - 54 jaar, Heren

1.	Chris Kouwenhoven	De Grunte	2:32.61	197101669	33.79	1:11.79	1:51.17	2:29.89
2.	Michiel IJskes	SWOL 1894	2:45.00	197301505	37.91	1:19.62	2:03.57	2:45.74

50 - 54 jaar, Dames

1.	Bianca Groot	MSV-Zeemacht	2:23.40	197000652	34.44	1:11.42	1:49.01	2:25.84
2.	Annette de Visser	Oceanus	2:30.30	197100602	33.62	1:11.33	1:50.86	2:30.99
3.	Trudie van Niejenhuis	TZC Vahalis	2:42.02	197100444	37.50	1:18.94	2:01.48	2:41.88
4.	Annet Kootstra	SWOL 1894	3:03.41	197100344	42.10	1:28.40	2:15.40	3:02.18
5.	Grietje van der Hoek	Z & PC Triton Putten	3:25.67	197401086	47.50	1:40.03	2:33.81	3:26.21

55 - 59 jaar, Heren

1.	Arjan Bellaart	Oceanus	2:17.72	196900079	30.59	1:05.95	1:43.09	2:19.94
2.	Edwin Petri	De Otters Het Gooi	2:23.98	196601687	33.20	1:10.85	1:47.72	2:23.71
3.	Erik Neuteboom Spijker	Aquapoldro	2:36.50	196500657	36.53	1:15.59	1:58.17	2:42.83
4.	Evert-Jan van Oosterom	SWOL 1894	2:47.73	196601419	36.61	1:17.58	2:02.19	2:45.51

60 - 64 jaar, Heren

1.	Jos Verhoeven	ZV De Aalscholver	3:00.00	196301161	38.09	1:21.06	2:07.19	2:52.10
2.	John Dam	Zignea	2:58.29	196000915	39.04	1:23.41	2:11.66	2:58.67
3.	Adri Pasman	Zuiderzeezwemmers	3:29.36	196400573	46.11	1:43.85	2:47.09	3:49.76

60 - 64 jaar, Dames

1.	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	2:41.52	196400506	38.05	1:19.09	2:01.02	2:42.62
2.	Jennie Resink-lindeboom	DWK	3:10.75	196000142	45.18	1:35.65	2:28.18	3:19.07

65 - 69 jaar, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	2:22.16	195800149	34.30	1:12.01	1:50.02	2:25.40
2.	Henk Slomp	Z&PC de Inktvis	2:37.23	195500359	35.30	1:14.96	1:57.50	2:38.13
3.	Paul Bunnik	Triton	2:37.63	195600413	35.15	1:14.45	1:56.94	2:40.98
	200m *							
4.	Jaap Vis	TriVia	3:03.78	195600515	41.88	1:26.27	2:13.01	2:56.11
5.	Pier van der Sluis	De Vikings	3:00.51	195900757	41.22	1:28.33	2:17.88	3:06.02

65 - 69 jaar, Dames

1.	Linda Wibbelink	Steenwijk 1934	2:55.47	195900158	40.39	1:26.63	2:14.74	3:02.04
2.	Monica Bakker	Steenwijk 1934	3:19.32	195600082	45.64	1:36.55	2:28.66	3:18.79
3.	Betsie Klompmaker-Mulde	Noord-Veluwe	4:03.18	195900200	55.88	1:59.95	3:05.67	4:09.52

75 - 79 jaar, Dames

1.	Loekie van Huissteden	Zpc Amersfoort	4:20.72	194500002	59.08	2:07.52	3:15.63	4:20.51
	100m *							

85 - 89 jaar, Heren

1.	Nic Geers	Psv	4:13.50	193800007	56.31	1:56.47	2:57.74	3:53.66
----	-----------	-----	---------	-----------	-------	---------	---------	---------



Programmanr. 7
6-1-2024 - 14:35

50m vlinderslag

20 - 94 jaar
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
20 - 24 jaar, Heren				
1.	Maurice Pater	Gzww	27.11 200200909	26.73
2.	Basem Rashed	Psv	33.83 200305111	33.87
3.	Carsten Bruinink	Noord-Veluwe	36.06 200303861	37.46
4.	Wolter Graaf	Z & PC Triton Putten	41.24 200105593	38.66
20 - 24 jaar, Dames				
1.	Lisanne Boets	ZPC de Kanaalstreek	32.71 200200346	29.97
2.	Ester Schuurman	Deltasteur	32.64 200201106	33.22
3.	Monica Faber	Deltasteur	32.53 200400388	34.11
4.	Maud Heldoorn	Deltasteur	34.47 200000564	36.61
5.	Noa Boerma	Het Ravijn	36.82 200202736	36.88
6.	Ilse Hallie	SG Octopus - ZVV	37.20 200200128	36.97
7.	Luka Stoker	ZPC de Kanaalstreek	36.96 200200558	37.52
8.	Jolieke van den Berg	Het Ravijn	35.58 200400810	38.58
9.	Yasmine Wilms	Hera'11	37.20 200301062	38.96
25 - 29 jaar, Heren				
1.	Mathieu Boers	WS Twente	26.35 199800187	26.56
2.	Jordi de Nijs	MSV-Zeemacht	26.82 199801851	27.68
3.	Erwin Pras	Gzww	28.66 199601781	28.67
25 - 29 jaar, Dames				
1.	Tamara Grove	De Dolfijn	30.30 199601266	30.11
2.	Myrthe Offenga	De Vikings	30.17 199901874	31.29
3.	Marleen Buis	SWOL 1894	35.09 199604414	35.50
4.	Melanie Zondag	ZPC Moby dick	40.09 199804476	39.04
5.	Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	41.15 199600006	41.72
6.	Mylene Wildeboer-Kok	H2Oldambt	42.87 199602674	43.76
7.	Debbie Broekhof	Hera'11	45.29 199806220	43.86
8.	Sylvia Hidding	H2Oldambt	57.97 199603886	56.42
30 - 34 jaar, Heren				
1.	Patrick Graver	Gzww	35.42 199404735	33.99
2.	Patrick Wobben	Steenwijk 1934	43.19 199300559	42.28
DIS	Marnix Wieringa	SWOL 1894	36.98 199207443	
<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>				
30 - 34 jaar, Dames				
1.	Jacyntha Plat	Steenwijk 1934	33.37 199002956	31.64
2.	Tessa van Dijk-Mosch	MSV-Zeemacht	34.03 199102172	36.05
3.	Nadine Blouw	TriVia	36.00 199302314	36.69
4.	Celine Bakker	Daw	38.68 199302562	38.50
5.	Suzanne Mulder	Gzww	44.74 199307820	45.93
35 - 39 jaar, Heren				
1.	Frank Meier	De Grunte	28.00 198802355	28.57
2.	Martijn Giezen	Zpc Amersfoort	29.34 198500813	29.46
3.	Robin Eggenkamp	ZV De Aalscholver	33.57 198700847	34.24
4.	Thomas Wieringa	SWOL 1894	38.52 198806345	39.57



Programmanr. 7, 50m vlinderslag

35 - 39 jaar, Dames

1. Relinda Baas	TriVia	35.29	198900144	34.10
2. Kim Visser	H2Oldambt	40.01	198704350	39.21

40 - 44 jaar, Heren

1. Gerwin Vonk	De Spatters	30.33	198201907	29.76
2. Mark Brinkhuis	TriVia	36.22	198302609	35.65
3. Dick Aaldenberg	ZV 44	41.08	198002531	43.02

40 - 44 jaar, Dames

1. Pauline van Gelder - Dieker	Steenwijk 1934	34.14	198102346	35.03
2. Mireille Nijhuis - Bruin	ZV 44	38.31	198102368	37.92
3. Angela Giezen	Zwemvereniging Hoogland	34.39	198302796	39.02
4. Marina van der Wal	ZV 44	40.07	198101634	39.30
5. Esther van Buren-Koster	Aquapoldro	44.72	198001670	46.60

45 - 49 jaar, Heren

1. Bas Spoelstra	AZ&PC De Futen	32.50	197701573	30.67
2. Marcel van Walt van Praag	Gay Swim Amsterdam	35.00	197501425	35.08
3. Tom Bandsma	Psv	44.36	197701625	44.35

45 - 49 jaar, Dames

1. Monique Boets	ZPC de Kanaalstreek	33.23	197600230	35.15
2. Anuschka Glazema-Boelema	ZPC de Kanaalstreek	38.82	197701166	39.51
3. Margriet Leeffers	Deltasteur	45.82	197800448	44.93
4. Jessica van Velzen	ZV 44	48.68	197601122	50.87

50 - 54 jaar, Heren

1. Eric Hoekman	WS Twente	33.54	197401531	30.22
2. Peter ter Horst	SWOL 1894	30.56	197201261	31.58
3. Heiner Stevens	Zignea	31.82	197201299	32.02
4. Korstiaan de Boer	Steenwijk 1934	33.59	197101629	35.26
5. Hindrik Meijer	H2Oldambt	40.50	197301645	36.23
6. Alistair Critchell	Deltasteur	39.76	197101655	37.33
7. Bert Mars	SWOL 1894	39.39	197101559	37.38
8. Maxim Hardziyenka	ZV 44	46.81	197201723	49.50

50 - 54 jaar, Dames

1. Bianca Groot	MSV-Zeemacht	34.50	197000652	35.54
2. Esther ten Kate	Avena	39.00	197100310	38.44
3. Henriette Manting	H2Oldambt	38.39	197100246	39.72
4. Cherry Bas-Ott	Daw	41.31	197100464	41.00
5. Grietje van der Hoek	Z & PC Triton Putten	56.17	197401086	59.32

55 - 59 jaar, Heren

1. Javier Van Engelen	AZ&PC De Futen	32.50	196801697	32.99
2. Edwin Petri	De Otters Het Gooi	34.21	196601687	33.59
3. Erik Wetsteijn	SWOL 1894	32.77	196501019	34.29
4. Fred Heemstra	Daw	36.17	196500357	34.47
5. Marcel Brittijn	De Duinkickers	35.70	196900159	35.07
6. Taco Eikelenboom	AZ&PC De Futen	37.00	196900275	37.66
7. Erik Schweitzer	Daw	45.00	196701751	58.07



ZMC deel 1 Zwolle
Zwolle, 6-1-2024

Programmanr. 7, 50m vlinderslag

55 - 59 jaar, Dames

1.	Jacqueline Tuin	Daw	36.94	196600690	36.67
2.	Peggi Hurenkamp	HZ&PC Heerenveen	39.54	196900922	39.19
3.	Annemieke Neuteboom Spijker	Aquapoldro	50.11	196800890	49.99

60 - 64 jaar, Heren

1.	Theo Bakker	TriVia	34.00	196401231	33.26
2.	Henk Kuipers	Zpc Amersfoort	34.30	196201207	33.51
3.	Jan Wierenga	ZV De Aalscholver	34.96	196400843	35.89
4.	Ronald Grove	Triton	36.75	196100161	36.32
5.	Casper Dollekamp	Steenwijk 1934	38.89	196301341	39.63

60 - 64 jaar, Dames

1.	Margriet Grove-Lingeman 50m *	Triton	39.57	196200080	39.72
----	----------------------------------	--------	-------	-----------	--------------

65 - 69 jaar, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	32.82	195800149	34.14
2.	Henk Slomp	Z&PC de Inktvis	33.00	195500359	35.35
3.	Joop van Dijk	Deltasteur	41.08	195700075	44.50

65 - 69 jaar, Dames

1.	Linda Wibbelink	Steenwijk 1934	42.67	195900158	46.01
2.	Hannie Poletiek	TriVia	46.59	195900278	47.74
3.	Willy Schoenmaker-ter Veer	DWK	52.81	195900254	53.17

70 - 74 jaar, Heren

1.	Fred Zanting	TriVia	36.00	195400323	35.54
----	--------------	--------	-------	-----------	--------------

70 - 74 jaar, Dames

1.	Christien Nieuwenhuis	SWOL 1894	40.94	195100022	41.93
2.	Antoinette Gilding-Tussaud	WS Twente	59.11	195000038	1:02.16

75 - 79 jaar, Dames

1.	Annet Verhoeven - Steggerda	De Duinkickers	1:12.64	194600024	1:14.94
----	-----------------------------	----------------	---------	-----------	----------------

80 - 84 jaar, Heren

1.	Rob Hanou	Psv	59.21	194300109	1:04.42
----	-----------	-----	-------	-----------	----------------

Programmanr. 8
6-1-2024 - 14:53

4 x 100m vrije slag

lft 80 - 800
Resultaten

Rang				In.tijd		Tijd
MIXED 100+, Gemengd						
1.	SWOL 1894 1	SWOL 1894		4:15.83	4:15.57	
	Huub Scholing	+0,75	29.82 1:01.81	Lieke van Essen	+0,33	31.30 1:04.79
	Beau Rijpers	+0,32	32.04 1:08.21	Hugo Herbers	+0,43	28.75 1:00.76
2.	Hera'11 1	Hera'11		NT	4:54.61	
	Sven Besten	+0,74	31.90 1:05.69	Yasmine Wilms	+0,09	37.52 1:19.36
	Robert Toeter	+0,21	30.76 1:04.65	Marieke Roolvink		39.99 1:24.91



ZMC deel 1 Zwolle
Zwolle, 6-1-2024

Programmanr. 8, 4 x 100m vrije slag

MIXED 120+, Heren

1. WS Twente 1				WS Twente	4:21.60		4:08.64
Wessel Everloo	+0,75	31.77	1:07.29	Niels Bent	+0,05	29.05	1:02.06
Cars Wiegmann		29.87	1:03.78	Mathieu Boers		26.99	55.51
2. SWOL 1894 1				SWOL 1894	4:13.08		4:14.33
Mark Veldman	+0,77	27.85	58.03	Rutger Curfs	+0,56	31.49	1:05.90
Stefan van de Grift	+0,49	31.00	1:06.85	Albert van Piekeren	+0,41	30.34	1:03.55
3. SWOL 1894 2				SWOL 1894	4:56.53		4:40.65
Jeroen de Heer	+0,73	32.32	1:08.97	Felix Paauw	+0,66	31.61	1:06.48
Peter Lommert	+0,30	31.78	1:08.36	Thomas Wieringa	+0,88	36.50	1:16.84

MIXED 120+, Dames

1. WS Twente 1				WS Twente	5:16.89		5:23.47
Romée Beverdam	01	32.44	1:08.24	Nienke Smidt	94	34.79	1:12.47
Antoinette Gilding-Tussaud	50	52.86	1:54.15	Marleen Hof	98	31.92	1:08.61

MIXED 160+, Gemengd

1. SWOL 1894 2				SWOL 1894	4:42.62		4:46.30
Julia Koopman	+0,78	34.64	1:12.78	Jolijn Walgien	+0,53	34.67	1:14.27
Evert-Jan van Oosterom	+0,50	35.00	1:12.63	Michael van Bekkum		31.85	1:06.62
2. TriVia 1				TriVia	4:56.65		5:01.67
Rik Stahlie	02	29.33	1:01.59	Jaap Vis	56	39.45	1:21.78
Hannie Poletiek	59	41.40	1:27.60	Nadine Blouw	93	33.82	1:10.70
3. ZV 44 1				ZV 44	5:19.01		5:32.84
Mireille Nijhuis - Bruin	+0,73	35.44	1:17.81	Jessica van Velzen	+0,47	45.09	1:36.79
Maxim Hardziyenka	+0,83	42.79	1:30.17	Edward van Dootingh	+0,48	31.83	1:08.07
4. ZV 44 2				ZV 44	5:51.90		6:04.75
Peter van Velzen	+0,72	44.21	1:38.32	Dick Aaldenberg	+0,74	40.74	1:24.85
Roelien Stegeman	+0,54	37.76	1:19.56	Femke Poll		48.70	1:42.02

MIXED 280+, Heren

1. SWOL 1894 3				SWOL 1894	5:50.00		5:44.11
Jappie Kuiper	+0,92	37.94	1:21.69	Be van der Ziel	+0,66	43.74	1:32.41
Rob Berkhof	+0,22	44.72	1:35.41	Harry Dokter	+0,41	35.52	1:14.60