



HGN (SG)
LAC wedstrijd vrije slag

Sittard 22-11-2014

Uitslag overzicht

Korte baan (25m)

Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.	Versch.	
Kjell Bakker	00 :	50 vrije slag		32.51		27.35	71%	
		100 vrije slag		1:08.67		59.83	76%	
		200 vrije slag		2:23.54		2:11.50	84%	
		400 vrije slag		4:57.32		4:41.86	90%	
		800 vrije slag	3	10:20.11		9:56.03	92%	
Carolien Beckers	02 :	50 vrije slag		35.64		29.61	69%	
		100 vrije slag		1:15.36		1:07.68	81%	
		200 vrije slag		2:36.67		2:22.78	83%	
		400 vrije slag		5:22.89		5:00.21	86%	
		800 vrije slag	3	10:52.39		10:33.71	94%	
Janina Beckers	98 :	50 vrije slag		32.11		28.13	77%	
		100 vrije slag		1:06.43		59.83	81%	
		200 vrije slag		2:15.59		2:08.51	90%	
		400 vrije slag		4:34.80		4:25.91	94%	
		800 vrije slag		9:13.85		9:01.06	95%	
		1500 vrije slag		17:22.96		17:23.81	100%	PR.
		2000 vrije slag	1	23:07.78		23:08.29	100%	PR.
Isa Coenen	03 :	50 vrije slag		42.81		37.70	78%	
		100 vrije slag		1:28.40		1:23.84	90%	
		200 vrije slag		3:02.94		2:54.29	91%	
		400 vrije slag	2	6:02.85		6:41.82	123%	PR.
Bas Dijkstra	00 :	50 vrije slag		34.10		29.44	75%	
		100 vrije slag		1:11.32		1:01.84	75%	
		200 vrije slag		2:27.01		2:12.40	81%	
		400 vrije slag		4:57.82		4:39.13	88%	
		800 vrije slag		10:05.37		9:53.97	96%	
		1500 vrije slag		19:01.62		18:40.05	96%	
		2000 vrije slag	4	24:35.03		--		PR.
Iris Dijkstra	02 :	50 vrije slag		33.23		31.10	88%	
		100 vrije slag		1:10.85		1:06.64	88%	
		200 vrije slag		2:28.28		2:20.62	90%	
		400 vrije slag		5:06.56		5:11.64	103%	PR.
		800 vrije slag	2	10:26.77		10:36.82	103%	PR.
Lieve Göbbels	00 :	50 vrije slag		35.41		31.13	77%	
		100 vrije slag		1:15.46		1:08.48	82%	
		200 vrije slag		2:37.48		2:22.10	81%	
		400 vrije slag		5:22.71		4:59.05	86%	
		800 vrije slag		10:42.55		10:29.16	96%	
		1500 vrije slag		20:16.55		--		PR.
2000 vrije slag	4	27:03.35		--		PR.		
Mark Gorissen	86 :	50 vrije slag		31.65		26.15	68%	
		100 vrije slag		1:05.74		57.28	76%	
		200 vrije slag		2:15.69		2:04.50	84%	
		400 vrije slag		4:36.90		4:22.48	90%	
		800 vrije slag		9:23.45		9:12.10	96%	
		1500 vrije slag		17:53.28		18:00.36	101%	PR.
2000 vrije slag	2	23:53.82		24:56.20	109%	PR.		
Lars van der Haijden	99 :	50 vrije slag		30.86		26.67	75%	
		100 vrije slag		1:06.38		59.65	81%	
		400 vrije slag		4:48.78		4:59.02	107%	PR.
		800 vrije slag	2	9:52.85		10:12.14	107%	PR.
Judith Houtvast	03 :	50 vrije slag		35.86		31.02	75%	
		100 vrije slag		1:15.85		1:09.16	83%	
		200 vrije slag		2:36.81		2:32.43	94%	
		400 vrije slag	1	5:23.09		5:44.28	114%	PR.



HGN (SG)
LAC wedstrijd vrije slag

Bladzijde 2
Sittard 22-11-2014

Lieke Janssen	93 :	50 vrije slag	37.24	32.73	77%	
		100 vrije slag	1:18.78	1:10.81	81%	
		200 vrije slag	2:44.82	2:36.61	90%	
		400 vrije slag	5:38.82	5:25.76	92%	
		800 vrije slag	11:28.48	11:23.38	99%	
		1500 vrije slag	21:45.60	21:36.32	99%	
		2000 vrije slag	5 29:02.00	29:05.14	100%	PR.
Lianne Kaanen	03 :	50 vrije slag	43.67	37.29	73%	
		100 vrije slag	1:30.29	1:22.48	83%	
		200 vrije slag	3:05.00	2:54.65	89%	
		400 vrije slag	3 6:06.10	6:30.73	114%	PR.
McKenzie Kelly	98 :	50 vrije slag	34.32	29.43	74%	
		100 vrije slag	1:11.20	1:03.51	80%	
		200 vrije slag	2:26.82	2:16.39	86%	
		400 vrije slag	4:58.13	4:52.62	96%	
		800 vrije slag	10:02.39	10:06.17	101%	PR.
		1500 vrije slag	19:03.23	19:49.48	108%	PR.
		2000 vrije slag	3 25:33.26	--		PR.
Lars Kerremans	01 :	50 vrije slag	32.37	29.89	85%	
		100 vrije slag	1:10.54	1:03.99	82%	
		200 vrije slag	2:30.20	2:20.42	87%	
		400 vrije slag	5:10.15	5:09.06	99%	
		800 vrije slag	4 10:45.12	10:43.91	100%	
Vincent de Munter	00 :	50 vrije slag	35.12	26.22	56%	
		100 vrije slag	1:06.08	57.15	75%	
		200 vrije slag	2:16.42	2:04.03	83%	
		400 vrije slag	4:38.45	5:30.91	141%	PR.
		800 vrije slag	1 9:20.28	11:03.74	140%	PR.
Jasper Thomas	02 :	50 vrije slag	38.26	31.44	68%	
		100 vrije slag	1:21.65	1:08.21	70%	
		200 vrije slag	2:46.82	2:31.85	83%	
		400 vrije slag	5:39.34	5:18.86	88%	
		800 vrije slag	6 11:33.68	11:55.44	106%	PR.
Jasmijn van der Valk	01 :	50 vrije slag	35.82	31.03	75%	
		100 vrije slag	1:15.73	1:06.76	78%	
		200 vrije slag	2:36.44	2:25.31	86%	
		400 vrije slag	5:19.59	5:07.01	92%	
		800 vrije slag	10:44.62	10:44.80	100%	PR.
1500 vrije slag	3 20:09.18	--		PR.		

Totaal 94 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 89,9%
0 nieuw(e) record(s), 23 nieuw(e) persoonlijke record(s)
Grootste verbetering: Vincent de Munter, 400 vrije slag 4:38.45



LAC wedstrijd vrije slag
Sittard-Geleen, 22-11-2014

Programmanr. 1
22-11-2014

Meisjes, 400m vrije slag

Meisjes Minioren 5 Junioren 1
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Judith Houtvast 50m: 35.86 100m: 1:15.85 200m: 2:36.81 400m: 5:44.28	HGN (SG)	5:44.28 5:23.09	200300714 5:23.09
2.	Isa Coenen 50m: 42.81 100m: 1:28.40 200m: 3:02.94 400m: 6:41.82	HGN (SG)	6:41.82 6:02.85	200300704 6:02.85
3.	Lianne Kaanen 50m: 43.67 100m: 1:30.29 200m: 3:05.00 400m: 6:30.73	HGN (SG)	6:30.73 6:06.10	200300708 6:06.10
4.	Yuna Suzuki 50m: 44.96 100m: 1:34.44 200m: 3:18.30 400m: 6:44.74	Kimbria	NT 6:44.74	200402524 6:44.74
5.	Bianca Kieszl 50m: 44.42 100m: 1:35.80 200m: 3:25.57 400m: 7:07.94	Kimbria	7:07.94 7:03.26	200300994 7:03.26
AFGEM	Mexi Kösters	ZEPS	6:59.22	200401308

Programmanr. 2
22-11-2014

Jongens, 400m vrije slag

Jongens Minioren 5 en 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Xavi Laumen 50m: 40.65 100m: 1:26.39 200m: 3:00.50 400m: 6:22.40	Kimbria	6:22.40 6:05.10	200300393 6:05.10
2.	Mischa Hermans 50m: 41.41 100m: 1:28.32 200m: 3:03.39 400m: 6:10.07	ZEPS	6:10.07 6:08.89	200300057 6:08.89
3.	Maikel Nelissen 50m: 43.10 100m: 1:30.28 200m: 3:09.72 400m: 6:30.16	Kimbria	6:30.16 6:25.44	200300309 6:25.44

Programmanr. 3
22-11-2014

Dames, 800m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Rani Skrabanja 50m: 33.60 100m: 1:09.57 200m: 2:23.83 400m: 4:54.54 800m: 9:53.95	Kimbria	10:17.72 4:54.54 800m: 9:53.95	199800992 9:53.95
2.	Iris Dijkstra 50m: 33.23 100m: 1:10.85 200m: 2:28.28 400m: 5:06.56 800m: 10:26.77	HGN (SG)	10:36.82 5:06.56 800m: 10:26.77	200201766 10:26.77
3.	Carolien Beckers 50m: 35.64 100m: 1:15.36 200m: 2:36.67 400m: 5:22.89 800m: 10:52.39	HGN (SG)	10:33.71 5:22.89 800m: 10:52.39	200200078 10:52.39
4.	Quinty Rouschop 50m: 38.67 100m: 1:21.89 200m: 2:47.76 400m: 5:42.10 800m: 11:39.76	ZC Valkenburg	12:15.00 5:42.10 800m: 11:39.76	200300208 11:39.76
5.	Devony Kengen 50m: 39.54 100m: 1:23.54 200m: 2:50.94 400m: 5:51.46 800m: 11:48.19	ZEPS	12:09.46 5:51.46 800m: 11:48.19	200103332 11:48.19
6.	Anouk Geyselaers 50m: 45.34 100m: 1:34.50 200m: 3:15.18 400m: 6:45.60 800m: 13:43.44	Kimbria	13:38.98 6:45.60 800m: 13:43.44	200100976 13:43.44

Programmanr. 4
22-11-2014

Heren, 800m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Vincent de Munter 50m: 35.12 100m: 1:06.08 200m: 2:16.42 400m: 4:38.45 800m: 9:20.28	HGN (SG)	10:00.00 4:38.45 800m: 9:20.28	200000181 9:20.28
2.	Lars van der Haijden 50m: 30.86 100m: 1:06.38 400m: 4:48.78 800m: 9:52.85	HGN (SG)	10:12.14 9:52.85	199900225 9:52.85
3.	Kjell Bakker 50m: 32.51 100m: 1:08.67 200m: 2:23.54 400m: 4:57.32 800m: 10:20.11	HGN (SG)	9:56.03 4:57.32 800m: 10:20.11	200000297 10:20.11
4.	Lars Kerremans 50m: 32.37 100m: 1:10.54 200m: 2:30.20 400m: 5:10.15 800m: 10:45.12	HGN (SG)	10:43.91 5:10.15 800m: 10:45.12	200100305 10:45.12
5.	Nino van Beek 50m: 38.49 100m: 1:20.69 200m: 2:47.36 400m: 5:40.83 800m: 11:29.26	ZEPS	11:42.41 5:40.83 800m: 11:29.26	200202153 11:29.26



LAC wedstrijd vrije slag
Sittard-Geleen, 22-11-2014

Programmanr. 4, Heren, 800m vrije slag, Heren Senioren Open

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
6.	Jasper Thomas	HGN (SG)	11:55.44	200200427
	50m: 38.26	100m: 1:21.65	200m: 2:46.82	400m: 5:39.34
			800m: 11:33.68	11:33.68

Programmanr. 5
22-11-2014

Dames, 1500m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Rianne de Croock	ZC Valkenburg	19:20.29	199801466
	50m: 34.41	100m: 1:11.46	200m: 2:26.78	400m: 4:58.05
			800m: 10:00.39	1500m: 18:53.13
2.	Demi van Hulst	ZC Valkenburg	21:00.00	200300140
	50m: 36.04	100m: 1:16.39	200m: 2:36.39	400m: 5:22.86
			800m: 10:37.07	1500m: 19:54.82
3.	Jasmijn van der Valk	HGN (SG)	NT	200101408
	50m: 35.82	100m: 1:15.73	200m: 2:36.44	400m: 5:19.59
			800m: 10:44.62	1500m: 20:09.18

Programmanr. 6
22-11-2014

Heren, 1500m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Maikel van der Linden	ZC Valkenburg	19:00.00	200003797
	50m: 33.13	100m: 1:09.76	200m: 2:23.41	400m: 4:51.22
			800m: 9:43.26	1500m: 18:06.46

Programmanr. 7
22-11-2014

Dames, 2000m vrije slag

Dames Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Janina Beckers	HGN (SG)	23:08.29	199800574
	50m: 32.11	100m: 1:06.43	200m: 2:15.59	400m: 4:34.80
			800m: 9:13.85	1500m: 17:22.96
			2000m: 23:07.78	23:07.78
2.	Rebecca Vroomen	Eurode KZC	25:00.75	199301772
	50m: 33.60	100m: 1:11.00	200m: 2:26.54	400m: 4:56.82
			800m: 9:59.02	1500m: 18:56.36
			2000m: 25:08.51	25:08.51
3.	McKenzie Kelly	HGN (SG)	NT	199805438
	50m: 34.32	100m: 1:11.20	200m: 2:26.82	400m: 4:58.13
			800m: 10:02.39	1500m: 19:03.23
			2000m: 25:33.26	25:33.26
4.	Lieve Göbbels	HGN (SG)	NT	200000514
	50m: 35.41	100m: 1:15.46	200m: 2:37.48	400m: 5:22.71
			800m: 10:42.55	1500m: 20:16.55
			2000m: 27:03.35	27:03.35
5.	Lieke Janssen	HGN (SG)	29:05.14	199305954
	50m: 37.24	100m: 1:18.78	200m: 2:44.82	400m: 5:38.82
			800m: 11:28.48	1500m: 21:45.60
			2000m: 29:02.00	29:02.00

Programmanr. 8
22-11-2014

Heren, 2000m vrije slag

Heren Senioren Open
Resultaten

rang	naam	vereniging	inschrijftijd	tijd
1.	Jordy Severins	Eurode KZC	22:48.95	199800559
	50m: 29.28	100m: 1:00.79	200m: 2:06.24	400m: 4:19.90
			800m: 8:50.87	1500m: 16:49.43
			2000m: 22:33.68	22:33.68
2.	Mark Gorissen	HGN (SG)	24:56.20	198600973
	50m: 31.65	100m: 1:05.74	200m: 2:15.69	400m: 4:36.90
			800m: 9:23.45	1500m: 17:53.28
			2000m: 23:53.82	23:53.82
3.	Dario van Hulst	ZC Valkenburg	23:20.00	199903169
	50m: 30.03	100m: 1:02.10	200m: 2:08.40	400m: 4:24.43
			800m: 9:01.00	1500m: 17:14.25
			2000m: 24:01.34	24:01.34
4.	Bas Dijkstra	HGN (SG)	NT	200000043
	50m: 34.10	100m: 1:11.32	200m: 2:27.01	400m: 4:57.82
			800m: 10:05.37	1500m: 19:01.62
			2000m: 24:35.03	24:35.03