

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	2 Thijs Vermaak	HN2	52	O	38.02		
2	52 Watse Vermaning	HN1	54	O	38.71		
3	120 Gerwin Colje	HSA	53	O	38.74		
4	123 Caspar Douma	HN1	53	I	38.75		
5	84 Marvin Muijs	HN4	52	I	38.90		
6	97 Cas van Trierum	HSA	51	I	39.81		
7	12 Martijn Lauppe	HN4	54	I	39.96		
8	25 Martijn Vermist	HN1	49	O	40.02		
9	127 Daan Besteman	HSA	50	I	40.03		
10	62 Ronald Ligtenberg	HSA	48	O	40.04		
11	89 Bart Hulst	HN4	49	I	40.30		
12	13 Stan van Reisen	HN3	51	O	40.36		
13	50 Tim Ruwiel	HSA	46	O	41.49		
14	11 Johannes Oomen	HSA	43	O	41.62	PR	
15	28 Jelmer Kraaijeveld	HSA	46	I	41.67		
16	17 Lars Groot	HSA	47	O	41.82		
17	38 Wessel Copier	HSA	1	O	41.87	HT	
18	98 Joppe van Oorschot	HA2	45	I	42.01		
19	1 Britt de Boer	DN2	40	I	42.03	PR	
20	7 Rick Stratingh	HSA	45	O	42.05		
21	88 Kevin van Donselaar	HN4	42	O	42.41		
22	106 Jacob van Ooijen	HSA	41	O	42.49		
23	85 Sjoerd de Boer	HN1	47	I	42.50		
24	93 Anne Sietze van der Meer	HSA	44	O	42.51		
25	10 Marjolein van der Steen	DSA	43	I	42.73		
26	141 Daniël Kooyman	HA2	38	I	42.81		
27	70 Milan Smits	HN3	41	I	42.90		
28	72 Christiaan Smit	HSA	42	I	43.18		
29	57 Menno Mudde	HN2	10	O	43.27	PR	
30	169 Jochem Posthumus	HA2	44	I	43.38		
31	42 Daniël Eikelenboom	HSA	34	I	43.53		
32	30 Swen Melenhorst	HA1	38	O	43.55		
33	53 Joris Ravenhorst	HN4	34	O	43.61		
34	41 Iris Willemsen	DN4	39	I	43.89		
35	21 Casper Vertregt	HSA	40	O	44.30		
36	51 Jeroen Geerligs	HSA	37	I	44.46		
37	34 Maurits Post	HSA	36	I	44.54		
38	29 Jeroen Goudswaard	HSA	35	I	44.71		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	82 Hanna Jonker	DN4	28	O	44.76		
40	167 Maïke Kroes	DN3	35	O	44.80		
	110 Judith Krabbenborg	DN3	37	O	44.80		
42	134 Aron Bosman	HN2	5	I	44.94		
43	6 Wieke olde Hanter	DN1	31	I	45.16		
44	4 Jeïke Juk	DN4	36	O	45.25		
45	65 Lotte Elfferich	DN3	30	I	45.38		
46	158 Thijs Gritter	HSA	12	O	45.41		
47	139 Max Oude Nijeweme	HA2	32	O	45.50		
48	40 Dominique de Beer	DN2	31	O	45.72		
49	122 Joris Ligthart	HA2	33	I	45.76		
50	37 Jacco Groen	HN2	32	I	45.80		
51	124 Mark Reessink	HSA	33	O	45.84		
52	128 Matthijs Meihuizen	HN4	29	I	46.34		
53	118 Noor Schoonheijm	DA1	30	O	46.82		
54	100 Rik Hoekstra	HN2	29	O	46.89		
55	43 Lisa van Rijn	DSA	25	O	46.98		
56	15 Alessandra Primavera	DA2	25	I	47.31		
57	90 Amber Stommels	DA2	26	I	47.45		
58	35 Olaf Verburg	HA2	27	O	47.56		
59	31 Emma Hulshof	DSA	27	I	47.97		
60	56 Stefan van der Grift	HN3	23	O	48.10		
61	18 Sjors Blom	HN2	21	O	48.45	PR	
62	103 Leoniek Anema	DA2	24	O	48.46		
63	66 Amy ten Berge	DA2	26	O	48.50		
64	114 Esther van Leeuwen	DSA	20	I	48.62		
65	45 Jannick Harmsen	HSA	22	I	48.68		
66	150 Joost Smeets	HSA	3	I	48.94		
	164 Fenna Visser	DSA	4	I	48.94		
68	117 Julia Lensink	DA2	24	I	48.99		
69	157 Anne-linde Paans	DSA	6	I	49.08		
70	20 Carlijn Aarsen	DA2	19	I	49.09		
71	33 Marijn Venderbosch	HN3	18	I	49.34	PR	
72	119 Arno van Dijk	HSA	28	I	49.42		
73	130 Peter Paul Erdman	HSA	21	I	49.67	PR	
74	44 Kaija Berendschot	DN2	19	O	50.38		
75	162 Thijmen Zonneveld	HSA	8	O	50.43		
76	101 Crissy Rudolphi	DSA	20	O	50.52		
77	16 Yarha van Wieringen	DN3	22	O	50.76		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
78	3 Floor Hoevers	DN2	16	O	51.26		
79	86 Maya Mokusay	DSA	17	O	51.53	PR	
80	87 Mirte Linthorst	DN4	17	I	51.97		
81	170 Bas Verseveldt	HSA	5	O	52.01		
82	173 Marcel van de Lagemaat	HSA	4	O	52.37		
83	151 Tade Salverda	HSA	7	I	52.45		
84	71 Milanne Buiten	DSA	15	O	53.33	PR	
85	14 Jurrien Kuin	HN1	48	I	53.78	FL	
86	24 Natasja Slinger	DN3	18	O	54.05		
87	137 Leonie Peddemors	DSA	16	I	54.42		
88	5 Adrienne de Roo	DSA	13	I	54.81		
89	99 Mariska van den Hove	DSA	14	I	55.20		
90	69 Jan Garritzen	HN4	15	I	55.76	PR	
91	55 Simone Vogelaar	DN2	14	O	56.51		
92	59 Paula Teeuwen	DN2	13	O	57.24	PR	
93	172 Kimberly Vuurboom	DSA	7	O	58.20		
94	152 Danara Vonk	DSA	11	I	1:01.31		
95	165 Sanne Bril	DSA	11	O	1:03.17		
96	143 Julia Fikken	DSA	6	O	1:03.24		
97	161 Nikki Plug	DSA	9	O	1:03.49		
98	163 Boris de Groot	HSA	8	I	1:06.11	FL	
99	166 Samantha Parmentier	DSA	9	I	1:09.59		
	112 Meike de Jong	DSA	1	I	DNF		
	104 Hilbrand Wouters	HN4	23	I	DNF		
	68 Merel Hoogervorst	DN4	12	I	DNS		
	63 Bart Vreugdenhil	HSA	50	O	DNS		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

1. Rituitslag 500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	112 Meike de Jong	DSA			DNF
	rd	38 Wessel Copier	HSA	41.60		41.87 HT
		<u>Meike de Jong</u>			<u>Wessel Copier</u>	
				100m	11.35	(11.35)
				500m	41.87	(30.52)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl					
	bl					
		<u>m</u>			<u>m</u>	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	150 Joost Smeets	HSA			48.94
	rd					
		<u>Joost Smeets</u>			<u>m</u>	
		100m	12.58	(12.58)		
		500m	48.94	(36.36)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	164 Fenna Visser	DSA			48.94
	bl	173 Marcel van de Lagemaat	HSA			52.37
		<u>Fenna Visser</u>			<u>Marcel van de Lagemaat</u>	
		100m	13.20	(13.20)	100m	13.68 (13.68)
		500m	48.94	(35.74)	500m	52.37 (38.69)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	134 Aron Bosman	HN2			44.94
	rd	170 Bas Verseveldt	HSA			52.01
		<u>Aron Bosman</u>			<u>Bas Verseveldt</u>	
		100m	12.02	(12.02)	100m	13.36 (13.36)
		500m	44.94	(32.92)	500m	52.01 (38.65)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	157	Anne-linde Paans		DSA		49.08	
	bl	143	Julia Fikken		DSA		1:03.24	
		<u>Anne-linde Paans</u>			<u>Julia Fikken</u>			
		100m	13.24	(13.24)	100m	15.55	(15.55)	
		500m	49.08	(35.84)	500m	1:03.24	(47.69)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	151	Tade Salverda		HSA		52.45	
	rd	172	Kimberly Vuurboom		DSA		58.20	
		<u>Tade Salverda</u>			<u>Kimberly Vuurboom</u>			
		100m	13.50	(13.50)	100m	14.89	(14.89)	
		500m	52.45	(38.95)	500m	58.20	(43.31)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	163	Boris de Groot		HSA		1:06.11	FL
	bl	162	Thijmen Zonneveld		HSA		50.43	
		<u>Boris de Groot</u>			<u>Thijmen Zonneveld</u>			
		100m	13.64	(13.64)	100m	12.78	(12.78)	
		500m	1:06.11	(52.47)	500m	50.43	(37.65)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	166	Samantha Parmentier		DSA		1:09.59	
	rd	161	Nikki Plug		DSA		1:03.49	
		<u>Samantha Parmentier</u>			<u>Nikki Plug</u>			
		100m	16.08	(16.08)	100m	15.72	(15.72)	
		500m	1:09.59	(53.51)	500m	1:03.49	(47.77)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl							
	bl	57	Menno Mudde		HN2	43.89	43.27	PR
		<u>Menno Mudde</u>						
		m			100m	11.62	(11.62)	
					500m	43.27	(31.65)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	152	Danara Vonk		DSA		1:01.31	
	rd	165	Sanne Brill		DSA		1:03.17	
		<u>Danara Vonk</u>			<u>Sanne Brill</u>			
		100m	15.52	(15.52)	100m	15.48	(15.48)	
		500m	1:01.31	(45.79)	500m	1:03.17	(47.69)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	68	Merel Hoogervorst		DN4	1:05.00		DNS
	bl	158	Thijs Gritter		HSA			45.41
		<u>Merel Hoogervorst</u>			<u>Thijs Gritter</u>			
		100m			100m	12.15	(12.15)	
		500m			500m	45.41	(33.26)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
13	wt	5	Adrienne de Roo		DSA	53.73		54.81
	rd	59	Paula Teeuwen		DN2	57.78		57.24 PR
		<u>Adrienne de Roo</u>			<u>Paula Teeuwen</u>			
		100m	14.22	(14.22)	100m	14.79	(14.79)	
		500m	54.81	(40.59)	500m	57.24	(42.45)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
14	gl	99	Mariska van den Hove		DSA	54.09		55.20
	bl	55	Simone Vogelaar		DN2	54.39		56.51
		<u>Mariska van den Hove</u>			<u>Simone Vogelaar</u>			
		100m	14.08	(14.08)	100m	14.82	(14.82)	
		500m	55.20	(41.12)	500m	56.51	(41.69)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
15	wt	69	Jan Garritzen		HN4	58.00		55.76 PR
	rd	71	Milanne Buiten		DSA	53.83		53.33 PR
		<u>Jan Garritzen</u>			<u>Milanne Buiten</u>			
		100m	14.45	(14.45)	100m	13.91	(13.91)	
		500m	55.76	(41.31)	500m	53.33	(39.42)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
16	gl	137	Leonie Peddemors		DSA	53.49	54.42	
	bl	3	Floor Hoevers		DN2	50.87	51.26	
		Leonie Peddemors			Floor Hoevers			
		100m	14.59	(14.59)	100m	14.07	(14.07)	
		500m	54.42	(39.83)	500m	51.26	(37.19)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	87	Mirte Linthorst		DN4	48.54	51.97	
	rd	86	Maya Mokasay		DSA	51.57	51.53	PR
		Mirte Linthorst			Maya Mokasay			
		100m	13.49	(13.49)	100m	13.59	(13.59)	
		500m	51.97	(38.48)	500m	51.53	(37.94)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl	33	Marijn Venderbosch		HN3	53.40	49.34	PR
	bl	24	Natasja Slinger		DN3	50.25	54.05	
		Marijn Venderbosch			Natasja Slinger			
		100m	12.65	(12.65)	100m	14.27	(14.27)	
		500m	49.34	(36.69)	500m	54.05	(39.78)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt	20	Carlijn Aarsen		DA2	47.45	49.09	
	rd	44	Kaija Berendschot		DN2	49.94	50.38	
		Carlijn Aarsen			Kaija Berendschot			
		100m	12.87	(12.87)	100m	13.23	(13.23)	
		500m	49.09	(36.22)	500m	50.38	(37.15)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	114	Esther van Leeuwen		DSA	46.00	48.62	
	bl	101	Crissy Rudolphi		DSA	50.26	50.52	
		Esther van Leeuwen			Crissy Rudolphi			
		100m	12.82	(12.82)	100m	13.40	(13.40)	
		500m	48.62	(35.80)	500m	50.52	(37.12)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
21	wt	130	Peter Paul Erdman		HSA	49.76	49.67	PR
	rd	18	Sjors Blom		HN2	48.59	48.45	PR
		Peter Paul Erdman			Sjors Blom			
		100m	13.10	(13.10)	100m	11.74	(11.74)	
		500m	49.67	(36.57)	500m	48.45	(36.71)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
22	gl	45	Jannick Harmsen		HSA	48.45	48.68	
	bl	16	Yarha van Wieringen		DN3	47.92	50.76	
		Jannick Harmsen			Yarha van Wieringen			
		100m	13.41	(13.41)	100m	13.34	(13.34)	
		500m	48.68	(35.27)	500m	50.76	(37.42)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
23	wt	104	Hilbrand Wouters		HN4	48.03	DNF	
	rd	56	Stefan van der Grift		HN3	47.47	48.10	
		Hilbrand Wouters			Stefan van der Grift			
		100m	12.54	(12.54)	100m	12.49	(12.49)	
					500m	48.10	(35.61)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
24	gl	117	Julia Lensink		DA2	48.21	48.99	
	bl	103	Leoniek Anema		DA2	48.20	48.46	
		Julia Lensink			Leoniek Anema			
		100m	12.63	(12.63)	100m	12.93	(12.93)	
		500m	48.99	(36.36)	500m	48.46	(35.53)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
25	wt	15	Alessandra Primavera		DA2	45.17	47.31	
	rd	43	Lisa van Rijn		DSA	43.80	46.98	
		Alessandra Primavera			Lisa van Rijn			
		100m	12.85	(12.85)	100m	12.87	(12.87)	
		500m	47.31	(34.46)	500m	46.98	(34.11)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
26	gl	90	Amber Stommels		DA2	45.90	47.45	
	bl	66	Amy ten Berge		DA2	46.84	48.50	
		Amber Stommels			Amy ten Berge			
		100m	12.59	(12.59)	100m	12.64	(12.64)	
		500m	47.45	(34.86)	500m	48.50	(35.86)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
27	wt	31	Emma Hulshof		DSA	47.12	47.97	
	rd	35	Olaf Verburg		HA2	45.42	47.56	
		Emma Hulshof			Olaf Verburg			
		100m	13.09	(13.09)	100m	12.55	(12.55)	
		500m	47.97	(34.88)	500m	47.56	(35.01)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
28	gl	119	Arno van Dijk		HSA	46.28	49.42	
	bl	82	Hanna Jonker		DN4	44.65	44.76	
		Arno van Dijk			Hanna Jonker			
		100m	12.74	(12.74)	100m	12.16	(12.16)	
		500m	49.42	(36.68)	500m	44.76	(32.60)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
29	wt	128	Matthijs Meihuizen		HN4	45.28	46.34	
	rd	100	Rik Hoekstra		HN2	45.49	46.89	
		Matthijs Meihuizen			Rik Hoekstra			
		100m	12.48	(12.48)	100m	12.56	(12.56)	
		500m	46.34	(33.86)	500m	46.89	(34.33)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
30	gl	65	Lotte Elfferich		DN3	43.60	45.38	
	bl	118	Noor Schoonheijm		DA1	44.61	46.82	
		Lotte Elfferich			Noor Schoonheijm			
		100m	12.17	(12.17)	100m	12.79	(12.79)	
		500m	45.38	(33.21)	500m	46.82	(34.03)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
31	wt	6	Wieke olde Hanter		DN1	44.29	45.16	
	rd	40	Dominique de Beer		DN2	43.74	45.72	
		Wieke olde Hanter			Dominique de Beer			
		100m	12.53	(12.53)	100m	12.27	(12.27)	
		500m	45.16	(32.63)	500m	45.72	(33.45)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
32	gl	37	Jacco Groen		HN2	44.55	45.80	
	bl	139	Max Oude Nijeweme		HA2	44.35	45.50	
		Jacco Groen			Max Oude Nijeweme			
		100m	12.31	(12.31)	100m	12.29	(12.29)	
		500m	45.80	(33.49)	500m	45.50	(33.21)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
33	wt	122	Joris Ligthart		HA2	44.50	45.76	
	rd	124	Mark Reessink		HSA	44.23	45.84	
		Joris Ligthart			Mark Reessink			
		100m	12.21	(12.21)	100m	12.24	(12.24)	
		500m	45.76	(33.55)	500m	45.84	(33.60)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
34	gl	42	Daniël Eikelenboom		HSA	42.30	43.53	
	bl	53	Joris Ravenhorst		HN4	42.70	43.61	
		Daniël Eikelenboom			Joris Ravenhorst			
		100m	11.58	(11.58)	100m	11.49	(11.49)	
		500m	43.53	(31.95)	500m	43.61	(32.12)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
35	wt	29	Jeroen Goudswaard		HSA	42.70	44.71	
	rd	167	Maike Kroes		DN3	44.13	44.80	
		Jeroen Goudswaard			Maike Kroes			
		100m	11.87	(11.87)	100m	12.16	(12.16)	
		500m	44.71	(32.84)	500m	44.80	(32.64)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
36	gl	34	Maurits Post		HSA	42.94	44.54	
	bl	4	Jeike Juk		DN4	43.02	45.25	
		Maurits Post			Jeike Juk			
		100m	12.10	(12.10)	100m	12.24	(12.24)	
		500m	44.54	(32.44)	500m	45.25	(33.01)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
37	wt	51	Jeroen Geerligts		HSA	43.65	44.46	
	rd	110	Judith Krabbenborg		DN3	43.23	44.80	
		Jeroen Geerligts			Judith Krabbenborg			
		100m	11.61	(11.61)	100m	12.24	(12.24)	
		500m	44.46	(32.85)	500m	44.80	(32.56)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
38	gl	141	Daniël Kooyman		HA2	42.69	42.81	
	bl	30	Swen Melenhorst		HA1	42.66	43.55	
		Daniël Kooyman			Swen Melenhorst			
		100m	11.47	(11.47)	100m	11.93	(11.93)	
		500m	42.81	(31.34)	500m	43.55	(31.62)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
39	wt	41	Iris Willemsen		DN4	42.81	43.89	
	rd							
		Iris Willemsen						
		100m	12.05	(12.05)	m			
		500m	43.89	(31.84)				
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
40	gl	1	Britt de Boer		DN2	42.15	42.03	PR
	bl	21	Casper Vertregt		HSA	43.12	44.30	
		Britt de Boer			Casper Vertregt			
		100m	11.78	(11.78)	100m	11.90	(11.90)	
		500m	42.03	(30.25)	500m	44.30	(32.40)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
41	wt	70	Milan Smits		HN3	42.74	42.90	
	rd	106	Jacob van Ooijen		HSA	41.49	42.49	
		Milan Smits			Jacob van Ooijen			
		100m	11.40	(11.40)	100m	11.13	(11.13)	
		500m	42.90	(31.50)	500m	42.49	(31.36)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
42	gl	72	Christiaan Smit		HSA	42.24	43.18	
	bl	88	Kevin van Donselaar		HN4	41.66	42.41	
		Christiaan Smit			Kevin van Donselaar			
		100m	11.73	(11.73)	100m	11.48	(11.48)	
		500m	43.18	(31.45)	500m	42.41	(30.93)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
43	wt	10	Marjolein van der Steen		DSA	40.76	42.73	
	rd	11	Johannes Oomen		HSA	41.83	41.62	PR
		Marjolein van der Steen			Johannes Oomen			
		100m	11.68	(11.68)	100m	11.52	(11.52)	
		500m	42.73	(31.05)	500m	41.62	(30.10)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
44	gl	169	Jochem Posthumus		HA2	41.21	43.38	
	bl	93	Anne Sietze van der Meer		HSA	42.03	42.51	
		Jochem Posthumus			Anne Sietze van der Meer			
		100m	11.87	(11.87)	100m	11.30	(11.30)	
		500m	43.38	(31.51)	500m	42.51	(31.21)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
45	wt	98	Joppe van Oorschot		HA2	41.19	42.01	
	rd	7	Rick Stratingh		HSA	40.29	42.05	
		Joppe van Oorschot			Rick Stratingh			
		100m	11.26	(11.26)	100m	11.56	(11.56)	
		500m	42.01	(30.75)	500m	42.05	(30.49)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
46	gl	28	Jelmer Kraaijeveld		HSA	40.56	41.67	
	bl	50	Tim Ruwiel		HSA	39.92	41.49	
		<u>Jelmer Kraaijeveld</u>			<u>Tim Ruwiel</u>			
		100m	11.45	(11.45)	100m	11.23	(11.23)	
		500m	41.67	(30.22)	500m	41.49	(30.26)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
47	wt	85	Sjoerd de Boer		HN1	40.77	42.50	
	rd	17	Lars Groot		HSA	40.81	41.82	
		<u>Sjoerd de Boer</u>			<u>Lars Groot</u>			
		100m	11.44	(11.44)	100m	11.18	(11.18)	
		500m	42.50	(31.06)	500m	41.82	(30.64)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
48	gl	14	Jurrien Kuin		HN1	40.39	53.78	FL
	bl	62	Ronald Ligtenberg		HSA	38.13	40.04	
		<u>Jurrien Kuin</u>			<u>Ronald Ligtenberg</u>			
		100m	11.07	(11.07)	100m	11.15	(11.15)	
		500m	53.78	(42.71)	500m	40.04	(28.89)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
49	wt	89	Bart Hulst		HN4	38.30	40.30	
	rd	25	Martijn Vermist		HN1	38.96	40.02	
		<u>Bart Hulst</u>			<u>Martijn Vermist</u>			
		100m	10.64	(10.64)	100m	10.69	(10.69)	
		500m	40.30	(29.66)	500m	40.02	(29.33)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
50	gl	127	Daan Besteman		HSA	38.61	40.03	
	bl	63	Bart Vreugdenhil		HSA	37.63	DNS	
		<u>Daan Besteman</u>			<u>Bart Vreugdenhil</u>			
		100m	11.34	(11.34)				
		500m	40.03	(28.69)				

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
51	wt	97	Cas van Trierum		HSA	37.98	39.81	
	rd	13	Stan van Reisen		HN3	38.79	40.36	
		Cas van Trierum			Stan van Reisen			
		100m	11.00	(11.00)	100m	10.97	(10.97)	
		500m	39.81	(28.81)	500m	40.36	(29.39)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
52	gl	84	Marvin Muijs		HN4	38.30	38.90	
	bl	2	Thijs Vermaak		HN2	37.23	38.02	
		Marvin Muijs			Thijs Vermaak			
		100m	10.43	(10.43)	100m	10.48	(10.48)	
		500m	38.90	(28.47)	500m	38.02	(27.54)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
53	wt	123	Caspar Douma		HN1	38.02	38.75	
	rd	120	Gerwin Colje		HSA	36.55	38.74	
		Caspar Douma			Gerwin Colje			
		100m	10.79	(10.79)	100m	10.77	(10.77)	
		500m	38.75	(27.96)	500m	38.74	(27.97)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
54	gl	12	Martijn Lauppe		HN4	38.25	39.96	
	bl	52	Watse Vermaning		HN1	37.15	38.71	
		Martijn Lauppe			Watse Vermaning			
		100m	10.87	(10.87)	100m	10.64	(10.64)	
		500m	39.96	(29.09)	500m	38.71	(28.07)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

2. Uitslag 1500 meter dames

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
1	1 Britt de Boer	DN2	74	I	2:10.94	
2	110 Judith Krabbenborg	DN3	72	I	2:11.48 PR	
3	10 Marjolein van der Steen	DSA	73	I	2:13.58	
4	82 Hanna Jonker	DN4	67	I	2:18.10 PR	
5	41 Iris Willemsen	DN4	74	O	2:19.42	
6	6 Wieke olde Hanter	DN1	70	I	2:19.54	
7	47 Anouk van Westerhoven	DSA	71	O	2:19.56	
8	4 Jeike Juk	DN4	59	I	2:20.56	
9	167 Maïke Kroes	DN3	66	O	2:22.36	
10	129 Demi Benschop	DN2	68	I	2:24.56	
11	96 Anna den Hertog	DSA	73	O	2:25.29	
12	26 Emmy Pordon	DN2	68	O	2:25.43	
13	65 Lotte Elfferich	DN3	71	I	2:25.53	
14	31 Emma Hulshof	DSA	60	O	2:26.21	
15	15 Alessandra Primavera	DA2	72	O	2:29.05	
16	118 Noor Schoonheijm	DA1	69	O	2:30.14	
17	43 Lisa van Rijn	DSA	70	O	2:33.22	
18	66 Amy ten Berge	DA2	67	O	2:35.41	
19	164 Fenna Visser	DSA	55	O	2:35.47	
20	20 Carlijn Aarsen	DA2	64	O	2:37.99	
21	157 Anne-linde Paans	DSA	57	I	2:38.50	
22	90 Amber Stommels	DA2	66	I	2:40.19	
23	103 Leoniek Anema	DA2	63	O	2:41.11	
24	16 Yarha van Wieringen	DN3	65	I	2:41.28	
25	114 Esther van Leeuwen	DSA	64	I	2:41.44	
26	3 Floor Hoevers	DN2	65	O	2:43.33	
27	44 Kaija Berendschot	DN2	55	I	2:43.57	
28	71 Milanne Buiten	DSA	62	I	2:43.75	
29	86 Maya Mokasay	DSA	61	I	2:48.74	
30	5 Adrienne de Roo	DSA	59	O	2:48.75	
31	137 Leonie Peddemors	DSA	57	O	2:49.09	
32	87 Mirte Linthorst	DN4	60	I	2:49.53 PR	
33	24 Natasja Slinger	DN3	63	I	2:49.84	
34	55 Simone Vogelaar	DN2	61	O	3:05.93	
35	59 Paula Teeuwen	DN2	56	I	3:09.81	
36	172 Kimberly Vuurboom	DSA	58	O	3:21.15	
37	161 Nikki Plug	DSA	58	I	3:26.30	
	99 Mariska van den Hove	DSA	62	O	DNF	
	40 Dominique de Beer	DN2	69	I	DNS	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

2. Rituitslag 1500 meter dames

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
55	wt	44 Kaija Berendschot	DN2		2:43.57	
	rd	164 Fenna Visser	DSA		2:35.47	

Kaija Berendschot

300m	32.84	(32.84)
700m	1:14.13	(41.29)
1100m	1:58.16	(44.03)
1500m	2:43.57	(45.41)

Fenna Visser

300m	32.51	(32.51)
700m	1:11.63	(39.12)
1100m	1:53.36	(41.73)
1500m	2:35.47	(42.11)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
56	gl	59 Paula Teeuwen	DN2		3:09.81	
	bl					

Paula Teeuwen

300m	37.79	(37.79)
700m	1:25.56	(47.77)
1100m	2:18.03	(52.47)
1500m	3:09.81	(51.78)

m

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
57	wt	157 Anne-linde Paans	DSA		2:38.50	
	rd	137 Leonie Peddemors	DSA		2:49.09	

Anne-linde Paans

300m	32.51	(32.51)
700m	1:11.64	(39.13)
1100m	1:54.50	(42.86)
1500m	2:38.50	(44.00)

Leonie Peddemors

300m	34.76	(34.76)
700m	1:17.38	(42.62)
1100m	2:02.53	(45.15)
1500m	2:49.09	(46.56)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
58	gl	161 Nikki Plug	DSA		3:26.30	
	bl	172 Kimberly Vuurboom	DSA		3:21.15	

Nikki Plug

300m	40.40	(40.40)
700m	1:32.53	(52.13)
1100m	2:29.00	(56.47)
1500m	3:26.30	(57.30)

Kimberly Vuurboom

300m	38.72	(38.72)
700m	1:28.40	(49.68)
1100m	2:24.46	(56.06)
1500m	3:21.15	(56.69)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
59	wt	4 Jeike Juk	DN4			2:20.56	
	rd	5 Adrienne de Roo	DSA			2:48.75	
		Jeike Juk			Adrienne de Roo		
		300m	29.15	(29.15)	300m	35.64	(35.64)
		700m	1:03.26	(34.11)	700m	1:18.12	(42.48)
		1100m	1:40.59	(37.33)	1100m	2:02.75	(44.63)
		1500m	2:20.56	(39.97)	1500m	2:48.75	(46.00)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
60	gl	87 Mirte Linthorst	DN4		2:53.68	2:49.53	PR
	bl	31 Emma Hulshof	DSA			2:26.21	
		Mirte Linthorst			Emma Hulshof		
		300m	33.85	(33.85)	300m	30.92	(30.92)
		700m	1:16.86	(43.01)	700m	1:07.18	(36.26)
		1100m	2:03.07	(46.21)	1100m	1:46.39	(39.21)
		1500m	2:49.53	(46.46)	1500m	2:26.21	(39.82)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
61	wt	86 Maya Mokasay	DSA			2:48.74	
	rd	55 Simone Vogelaar	DN2			3:05.93	
		Maya Mokasay			Simone Vogelaar		
		300m	35.13	(35.13)	300m	37.41	(37.41)
		700m	1:18.28	(43.15)	700m	1:24.07	(46.66)
		1100m	2:03.15	(44.87)	1100m	2:14.84	(50.77)
		1500m	2:48.74	(45.59)	1500m	3:05.93	(51.09)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
62	gl	71 Milanne Buiten	DSA			2:43.75	
	bl	99 Mariska van den Hove	DSA		2:49.67	DNF	
		Milanne Buiten			Mariska van den Hove		
		300m	34.80	(34.80)	300m	35.63	(35.63)
		700m	1:16.20	(41.40)	700m	1:18.17	(42.54)
		1100m	1:59.41	(43.21)			
		1500m	2:43.75	(44.34)			

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
63	wt	24	Natasja Slinger		DN3	2:37.36	2:49.84	
	rd	103	Leoniek Anema		DA2	2:39.10	2:41.11	
		Natasja Slinger			Leoniek Anema			
		300m	35.43	(35.43)	300m	32.53	(32.53)	
		700m	1:17.98	(42.55)	700m	1:13.81	(41.28)	
		1100m	2:03.49	(45.51)	1100m	1:57.18	(43.37)	
		1500m	2:49.84	(46.35)	1500m	2:41.11	(43.93)	
		Esther van Leeuwen			Carlijn Aarsen			
		300m	32.43	(32.43)	300m	32.38	(32.38)	
		700m	1:12.94	(40.51)	700m	1:12.30	(39.92)	
		1100m	1:56.51	(43.57)	1100m	1:54.99	(42.69)	
		1500m	2:41.44	(44.93)	1500m	2:37.99	(43.00)	
		Yarha van Wieringen			Floor Hoevers			
		300m	33.14	(33.14)	300m	34.15	(34.15)	
		700m	1:12.77	(39.63)	700m	1:14.83	(40.68)	
		1100m	1:55.44	(42.67)	1100m	1:58.12	(43.29)	
		1500m	2:41.28	(45.84)	1500m	2:43.33	(45.21)	
		Amber Stommels			Maike Kroes			
		300m	31.02	(31.02)	300m	29.85	(29.85)	
		700m	1:08.88	(37.86)	700m	1:05.43	(35.58)	
		1100m	1:52.12	(43.24)	1100m	1:43.22	(37.79)	
		1500m	2:40.19	(48.07)	1500m	2:22.36	(39.14)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
67	wt	82 Hanna Jonker	DN4		2:32.74	2:18.10	PR
	rd	66 Amy ten Berge	DA2		2:33.58	2:35.41	
		<u>Hanna Jonker</u>			<u>Amy ten Berge</u>		
		300m	29.51	(29.51)	300m	31.68	(31.68)
		700m	1:03.87	(34.36)	700m	1:10.46	(38.78)
		1100m	1:40.78	(36.91)	1100m	1:51.94	(41.48)
		1500m	2:18.10	(37.32)	1500m	2:35.41	(43.47)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
68	gl	129 Demi Benschop	DN2		2:19.24	2:24.56	
	bl	26 Emmy Pordon	DN2		2:16.66	2:25.43	
		<u>Demi Benschop</u>			<u>Emmy Pordon</u>		
		300m	31.62	(31.62)	300m	30.44	(30.44)
		700m	1:07.19	(35.57)	700m	1:06.17	(35.73)
		1100m	1:45.20	(38.01)	1100m	1:44.52	(38.35)
		1500m	2:24.56	(39.36)	1500m	2:25.43	(40.91)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
69	wt	40 Dominique de Beer	DN2		2:15.94	DNS	
	rd	118 Noor Schoonheijm	DA1		2:15.41	2:30.14	
		<u>Dominique de Beer</u>			<u>Noor Schoonheijm</u>		
					300m	31.29	(31.29)
					700m	1:08.73	(37.44)
					1100m	1:48.58	(39.85)
					1500m	2:30.14	(41.56)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
70	gl	6 Wieke olde Hanter	DN1		2:13.33	2:19.54	
	bl	43 Lisa van Rijn	DSA		2:16.48	2:33.22	
		<u>Wieke olde Hanter</u>			<u>Lisa van Rijn</u>		
		300m	30.42	(30.42)	300m	31.31	(31.31)
		700m	1:04.94	(34.52)	700m	1:08.31	(37.00)
		1100m	1:41.44	(36.50)	1100m	1:49.30	(40.99)
		1500m	2:19.54	(38.10)	1500m	2:33.22	(43.92)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
71	wt	65	Lotte Elfferich		DN3		2:16.15	2:25.53
	rd	47	Anouk van Westerhoven		DSA		2:13.40	2:19.56
		Lotte Elfferich			Anouk van Westerhoven			
		300m	29.94	(29.94)	300m	30.18	(30.18)	
		700m	1:05.62	(35.68)	700m	1:04.40	(34.22)	
		1100m	1:44.06	(38.44)	1100m	1:41.10	(36.70)	
		1500m	2:25.53	(41.47)	1500m	2:19.56	(38.46)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
72	gl	110	Judith Krabbenborg		DN3		2:11.74	2:11.48 PR
	bl	15	Alessandra Primavera		DA2		2:12.73	2:29.05
		Judith Krabbenborg			Alessandra Primavera			
		300m	28.75	(28.75)	300m	31.45	(31.45)	
		700m	1:01.46	(32.71)	700m	1:08.27	(36.82)	
		1100m	1:35.85	(34.39)	1100m	1:47.53	(39.26)	
		1500m	2:11.48	(35.63)	1500m	2:29.05	(41.52)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
73	wt	10	Marjolein van der Steen		DSA		2:05.34	2:13.58
	rd	96	Anna den Hertog		DSA		2:12.91	2:25.29
		Marjolein van der Steen			Anna den Hertog			
		300m	28.12	(28.12)	300m	30.66	(30.66)	
		700m	1:01.24	(33.12)	700m	1:05.65	(34.99)	
		1100m	1:36.05	(34.81)	1100m	1:43.80	(38.15)	
		1500m	2:13.58	(37.53)	1500m	2:25.29	(41.49)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
74	gl	1	Britt de Boer		DN2		2:09.10	2:10.94
	bl	41	Iris Willemsen		DN4		2:13.16	2:19.42
		Britt de Boer			Iris Willemsen			
		300m	28.36	(28.36)	300m	28.75	(28.75)	
		700m	1:00.44	(32.08)	700m	1:03.12	(34.37)	
		1100m	1:34.66	(34.22)	1100m	1:40.87	(37.75)	
		1500m	2:10.94	(36.28)	1500m	2:19.42	(38.55)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

3. Uitslag 1500 meter heren

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	94 Roel Boek	HN3	108	O	1:58.46		
2	127 Daan Besteman	HSA	107	I	1:59.13		
3	97 Cas van Trierum	HSA	110	O	1:59.30		
4	62 Ronald Ligtenberg	HSA	109	O	1:59.92		
5	52 Watse Vermaning	HN1	106	O	2:00.36		
6	120 Gerwin Colje	HSA	110	I	2:01.84		
7	2 Thijs Vermaak	HN2	109	I	2:01.94		
8	125 Pijke Steenhuis	HN2	89	O	2:04.81	PR	
9	73 Ole ten Hove	HN1	103	O	2:04.92		
10	13 Stan van Reisen	HN3	107	O	2:05.11		
11	25 Martijn Vermist	HN1	102	O	2:06.32		
12	8 Jurjen Westenberg	HSA	105	O	2:06.85		
13	14 Jurrien Kuin	HN1	100	O	2:07.16		
14	7 Rick Stratingh	HSA	99	I	2:07.42		
15	38 Wessel Copier	HSA	99	O	2:07.43	PR	
16	138 Jappe Kipping	HA2	101	I	2:08.04		
17	11 Johannes Oomen	HSA	95	I	2:09.21	PR	
18	89 Bart Hulst	HN4	105	I	2:10.31		
19	28 Jelmer Kraaijeveld	HSA	104	O	2:11.03		
20	12 Martijn Lauppe	HN4	104	I	2:11.33		
21	98 Joppe van Oorschot	HA2	93	I	2:11.82		
22	85 Sjoerd de Boer	HN1	100	I	2:12.85		
23	141 Daniël Kooyman	HA2	97	O	2:13.43		
24	54 Pieter Ullersma	HA2	94	I	2:13.45		
25	169 Jochem Posthumus	HA2	96	I	2:13.50		
26	34 Maurits Post	HSA	98	O	2:14.66		
27	134 Aron Bosman	HN2	79	O	2:14.77		
28	93 Anne Sietze van der Meer	HSA	78	I	2:14.87		
29	72 Christiaan Smit	HSA	94	O	2:15.43		
30	139 Max Oude Nijeweme	HA2	89	I	2:16.15	PR	
31	30 Swen Melenhorst	HA1	90	I	2:16.59	PR	
32	50 Tim Ruwiel	HSA	102	I	2:17.33		
33	29 Jeroen Goudswaard	HSA	80	I	2:17.78		
34	57 Menno Mudde	HN2	87	O	2:18.44	PR	
35	51 Jeroen Geerligs	HSA	91	O	2:18.76	PR	
36	88 Kevin van Donselaar	HN4	92	I	2:19.10		
	70 Milan Smits	HN3	88	O	2:19.10	PR	
38	124 Mark Reessink	HSA	97	I	2:19.51		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	21 Casper Vertregt	HSA	95	O	2:19.66		
40	37 Jacco Groen	HN2	90	O	2:20.49	PR	
41	42 Daniël Eikelenboom	HSA	93	O	2:21.36		
42	53 Joris Ravenhorst	HN4	87	I	2:24.32		
43	128 Matthijs Meihuizen	HN4	79	I	2:24.71		
44	35 Olaf Verburg	HA2	91	I	2:25.08		
45	109 Milan Vermeulen	HSA	88	I	2:26.13		
46	158 Thijs Gritter	HSA	84	I	2:27.27		
47	100 Rik Hoekstra	HN2	85	I	2:28.16	PR	
48	122 Joris Ligthart	HA2	92	O	2:28.32		
49	130 Peter Paul Erdman	HSA	83	O	2:33.74		
50	45 Jannick Harmsen	HSA	75	O	2:34.51		
51	33 Marijn Venderbosch	HN3	77	I	2:37.43		
52	162 Thijmen Zonneveld	HSA	80	O	2:38.07		
53	119 Arno van Dijk	HSA	85	O	2:38.58		
54	56 Stefan van der Grift	HN3	86	O	2:40.28	PR	
55	104 Hilbrand Wouters	HN4	82	I	2:42.05		
56	150 Joost Smeets	HSA	75	I	2:42.36		
57	173 Marcel van de Lagemaat	HSA	78	O	2:45.25		
58	170 Bas Verseveldt	HSA	77	O	2:48.51		
59	151 Tade Salverda	HSA	82	O	2:51.47		
60	163 Boris de Groot	HSA	81	O	3:08.11		
61	166 Samantha Parmentier	DSA	83	I	3:51.41		
	75 Jochem Scheepers	HSA	81	I	DNS		
	46 Filipe André Vavrik Felisberto	HN4	84	O	DNS		
	115 Christian Feeleus	HSA	86	I	DNS		
	17 Lars Groot	HSA	101	O	DNS		
	84 Marvin Muijs	HN4	103	I	DNS		
	123 Caspar Douma	HN1	106	I	DNS		
	63 Bart Vreugdenhil	HSA	108	I	DNS		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

3. Rituitslag 1500 meter heren

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
75	wt	150	Joost Smeets		HSA			2:42.36	
	rd	45	Jannick Harmsen		HSA			2:34.51	
		Joost Smeets			Jannick Harmsen				
		300m	31.29	(31.29)	300m	31.95	(31.95)		
		700m	1:11.00	(39.71)	700m	1:09.29	(37.34)		
		1100m	1:55.81	(44.81)	1100m	1:50.62	(41.33)		
		1500m	2:42.36	(46.55)	1500m	2:34.51	(43.89)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
76	gl								
	bl								
		m			m				

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
77	wt	33	Marijn Venderbosch		HN3			2:37.43	
	rd	170	Bas Verseveldt		HSA			2:48.51	
		Marijn Venderbosch			Bas Verseveldt				
		300m	32.23	(32.23)	300m	35.14	(35.14)		
		700m	1:11.22	(38.99)	700m	1:18.90	(43.76)		
		1100m	1:53.11	(41.89)	1100m	2:03.23	(44.33)		
		1500m	2:37.43	(44.32)	1500m	2:48.51	(45.28)		

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
78	gl	93	Anne Sietze van der Meer		HSA			2:14.87	
	bl	173	Marcel van de Lagemaat		HSA			2:45.25	
		Anne Sietze van der Meer			Marcel van de Lagemaat				
		300m	27.32	(27.32)	300m	33.64	(33.64)		
		700m	59.91	(32.59)	700m	1:14.86	(41.22)		
		1100m	1:36.09	(36.18)	1100m	1:59.32	(44.46)		
		1500m	2:14.87	(38.78)	1500m	2:45.25	(45.93)		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
79	wt	128	Matthijs Meihuizen		HN4		2:24.71	
	rd	134	Aron Bosman		HN2		2:14.77	
		Matthijs Meihuizen			Aron Bosman			
		300m	29.98	(29.98)	300m	29.30	(29.30)	
		700m	1:05.47	(35.49)	700m	1:03.31	(34.01)	
		1100m	1:44.10	(38.63)	1100m	1:38.46	(35.15)	
		1500m	2:24.71	(40.61)	1500m	2:14.77	(36.31)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
80	gl	29	Jeroen Goudswaard		HSA		2:17.78	
	bl	162	Thijmen Zonneveld		HSA		2:38.07	
		Jeroen Goudswaard			Thijmen Zonneveld			
		300m	29.03	(29.03)	300m	31.47	(31.47)	
		700m	1:03.52	(34.49)	700m	1:11.03	(39.56)	
		1100m	1:39.89	(36.37)	1100m	1:53.45	(42.42)	
		1500m	2:17.78	(37.89)	1500m	2:38.07	(44.62)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
81	wt	75	Jochem Scheepers		HSA		DNS	
	rd	163	Boris de Groot		HSA		3:08.11	
		Jochem Scheepers			Boris de Groot			
					300m	37.32	(37.32)	
					700m	1:23.67	(46.35)	
					1100m	2:14.72	(51.05)	
					1500m	3:08.11	(53.39)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
82	gl	104	Hilbrand Wouters		HN4		2:42.05	
	bl	151	Tade Salverda		HSA		2:51.47	
		Hilbrand Wouters			Tade Salverda			
		300m	33.13	(33.13)	300m	35.35	(35.35)	
		700m	1:13.69	(40.56)	700m	1:19.04	(43.69)	
		1100m	1:56.84	(43.15)	1100m	2:04.94	(45.90)	
		1500m	2:42.05	(45.21)	1500m	2:51.47	(46.53)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
83	wt	166	Samantha Parmentier		DSA		3:51.41	
	rd	130	Peter Paul Erdman		HSA		2:33.74	
				Samantha Parmentier		Peter Paul Erdman		
		300m	44.99	(44.99)	300m	34.59	(34.59)	
		700m	1:44.46	(59.47)	700m	1:13.45	(38.86)	
		1100m	2:49.23	(64.77)	1100m	1:53.07	(39.62)	
		1500m	3:51.41	(62.18)	1500m	2:33.74	(40.67)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
84	gl	158	Thijs Gritter		HSA		2:27.27	
	bl	46	Filipe André Vavrik Felisberto		HN4	3:54.44	DNS	
				Thijs Gritter		Filipe André Vavrik Felisberto		
		300m	29.97	(29.97)				
		700m	1:07.06	(37.09)				
		1100m	1:47.10	(40.04)				
		1500m	2:27.27	(40.17)				
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
85	wt	100	Rik Hoekstra		HN2	2:37.19	2:28.16	PR
	rd	119	Arno van Dijk		HSA	2:35.83	2:38.58	
				Rik Hoekstra		Arno van Dijk		
		300m	31.55	(31.55)	300m	32.06	(32.06)	
		700m	1:10.03	(38.48)	700m	1:12.42	(40.36)	
		1100m	1:49.43	(39.40)	1100m	1:55.11	(42.69)	
		1500m	2:28.16	(38.73)	1500m	2:38.58	(43.47)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
86	gl	115	Christian Feeleus		HSA	3:09.12	DNS	
	bl	56	Stefan van der Grift		HN3	2:42.51	2:40.28	PR
				Christian Feeleus		Stefan van der Grift		
		300m			300m	31.71	(31.71)	
		700m			700m	1:10.23	(38.52)	
		1100m			1100m	1:52.77	(42.54)	
		1500m			1500m	2:40.28	(47.51)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
87	wt	53	Joris Ravenhorst		HN4	2:23.84	2:24.32	
	rd	57	Menno Mudde		HN2	2:32.09	2:18.44	PR
		Joris Ravenhorst			Menno Mudde			
		300m	29.33	(29.33)	300m	28.87	(28.87)	
		700m	1:04.91	(35.58)	700m	1:03.20	(34.33)	
		1100m	1:43.43	(38.52)	1100m	1:40.20	(37.00)	
		1500m	2:24.32	(40.89)	1500m	2:18.44	(38.24)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
88	gl	109	Milan Vermeulen		HSA	2:23.97	2:26.13	
	bl	70	Milan Smits		HN3	2:24.10	2:19.10	PR
		Milan Vermeulen			Milan Smits			
		300m	31.60	(31.60)	300m	28.13	(28.13)	
		700m	1:08.36	(36.76)	700m	1:02.42	(34.29)	
		1100m	1:46.60	(38.24)	1100m	1:39.28	(36.86)	
		1500m	2:26.13	(39.53)	1500m	2:19.10	(39.82)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
89	wt	139	Max Oude Nijeweme		HA2	2:31.23	2:16.15	PR
	rd	125	Pijke Steenhuis		HN2	2:24.29	2:04.81	PR
		Max Oude Nijeweme			Pijke Steenhuis			
		300m	29.75	(29.75)	300m	28.83	(28.83)	
		700m	1:03.68	(33.93)	700m	1:00.95	(32.12)	
		1100m	1:39.03	(35.35)	1100m	1:32.82	(31.87)	
		1500m	2:16.15	(37.12)	1500m	2:04.81	(31.99)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
90	gl	30	Swen Melenhorst		HA1	2:17.57	2:16.59	PR
	bl	37	Jacco Groen		HN2	2:20.60	2:20.49	PR
		Swen Melenhorst			Jacco Groen			
		300m	29.17	(29.17)	300m	29.73	(29.73)	
		700m	1:02.62	(33.45)	700m	1:04.06	(34.33)	
		1100m	1:38.21	(35.59)	1100m	1:40.91	(36.85)	
		1500m	2:16.59	(38.38)	1500m	2:20.49	(39.58)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
91	wt	35 Olaf Verburg	HA2		2:19.59	2:25.08	
	rd	51 Jeroen Geerligs	HSA		2:19.62	2:18.76	PR
		Olaf Verburg			Jeroen Geerligs		
		300m	30.60	(30.60)	300m	29.08	(29.08)
		700m	1:07.46	(36.86)	700m	1:04.22	(35.14)
		1100m	1:46.17	(38.71)	1100m	1:40.96	(36.74)
		1500m	2:25.08	(38.91)	1500m	2:18.76	(37.80)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
92	gl	88 Kevin van Donselaar	HN4		2:15.72	2:19.10	
	bl	122 Joris Ligthart	HA2		2:21.56	2:28.32	
		Kevin van Donselaar			Joris Ligthart		
		300m	28.65	(28.65)	300m	31.60	(31.60)
		700m	1:03.03	(34.38)	700m	1:09.79	(38.19)
		1100m	1:40.41	(37.38)	1100m	1:48.86	(39.07)
		1500m	2:19.10	(38.69)	1500m	2:28.32	(39.46)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
93	wt	98 Joppe van Oorschot	HA2		2:11.70	2:11.82	
	rd	42 Daniël Eikelenboom	HSA		2:15.43	2:21.36	
		Joppe van Oorschot			Daniël Eikelenboom		
		300m	27.84	(27.84)	300m	28.85	(28.85)
		700m	1:01.59	(33.75)	700m	1:03.50	(34.65)
		1100m	1:36.72	(35.13)	1100m	1:41.72	(38.22)
		1500m	2:11.82	(35.10)	1500m	2:21.36	(39.64)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
94	gl	54 Pieter Ullersma	HA2		2:12.35	2:13.45	
	bl	72 Christiaan Smit	HSA		2:13.06	2:15.43	
		Pieter Ullersma			Christiaan Smit		
		300m	28.36	(28.36)	300m	28.73	(28.73)
		700m	1:01.31	(32.95)	700m	1:02.03	(33.30)
		1100m	1:36.64	(35.33)	1100m	1:37.63	(35.60)
		1500m	2:13.45	(36.81)	1500m	2:15.43	(37.80)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
95	wt	11 Johannes Oomen	HSA		2:14.04	2:09.21	PR
	rd	21 Casper Vertregt	HSA		2:15.50	2:19.66	
		Johannes Oomen		Casper Vertregt			
		300m	27.94	(27.94)	300m	29.14	(29.14)
		700m	1:00.27	(32.33)	700m	1:04.39	(35.25)
		1100m	1:34.39	(34.12)	1100m	1:41.30	(36.91)
		1500m	2:09.21	(34.82)	1500m	2:19.66	(38.36)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
96	gl	169 Jochem Posthumus	HA2		2:10.06	2:13.50	
	bl						
		Jochem Posthumus					
		300m	28.51	(28.51)	m		
		700m	1:01.96	(33.45)			
		1100m	1:37.27	(35.31)			
		1500m	2:13.50	(36.23)			
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
97	wt	124 Mark Reessink	HSA		2:10.12	2:19.51	
	rd	141 Daniël Kooyman	HA2		2:11.38	2:13.43	
		Mark Reessink		Daniël Kooyman			
		300m	29.56	(29.56)	300m	29.04	(29.04)
		700m	1:03.79	(34.23)	700m	1:02.43	(33.39)
		1100m	1:40.28	(36.49)	1100m	1:37.05	(34.62)
		1500m	2:19.51	(39.23)	1500m	2:13.43	(36.38)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
98	gl	34 Maurits Post	HSA		2:11.46	2:14.66	
	bl						
		Maurits Post					
		m			300m	29.37	(29.37)
					700m	1:02.62	(33.25)
					1100m	1:37.42	(34.80)
					1500m	2:14.66	(37.24)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
99	wt	7 Rick Stratingh	HSA		2:07.17	2:07.42	
	rd	38 Wessel Copier	HSA		2:07.62	2:07.43	PR
		Rick Stratingh			Wessel Copier		
		300m	27.44	(27.44)	300m	26.98	(26.98)
		700m	58.51	(31.07)	700m	58.47	(31.49)
		1100m	1:31.97	(33.46)	1100m	1:32.23	(33.76)
		1500m	2:07.42	(35.45)	1500m	2:07.43	(35.20)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
100	gl	85 Sjoerd de Boer	HN1		2:09.20	2:12.85	
	bl	14 Jurrien Kuin	HN1		2:06.71	2:07.16	
		Sjoerd de Boer			Jurrien Kuin		
		300m	27.45	(27.45)	300m	26.69	(26.69)
		700m	59.56	(32.11)	700m	58.06	(31.37)
		1100m	1:35.02	(35.46)	1100m	1:31.12	(33.06)
		1500m	2:12.85	(37.83)	1500m	2:07.16	(36.04)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
101	wt	138 Jappe Kipping	HA2		2:06.96	2:08.04	
	rd	17 Lars Groot	HSA		2:07.40	DNS	
		Jappe Kipping			Lars Groot		
		300m	27.59	(27.59)			
		700m	58.66	(31.07)			
		1100m	1:32.13	(33.47)			
		1500m	2:08.04	(35.91)			
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
102	gl	50 Tim Ruwiel	HSA		2:04.06	2:17.33	
	bl	25 Martijn Vermist	HN1		2:01.32	2:06.32	
		Tim Ruwiel			Martijn Vermist		
		300m	28.81	(28.81)	300m	26.33	(26.33)
		700m	1:02.75	(33.94)	700m	57.77	(31.44)
		1100m	1:38.82	(36.07)	1100m	1:31.53	(33.76)
		1500m	2:17.33	(38.51)	1500m	2:06.32	(34.79)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
103	wt	84 Marvin Muijs	HN4	2:05.48		DNS
	rd	73 Ole ten Hove	HN1	2:01.11		2:04.92
		<u>Marvin Muijs</u>			<u>Ole ten Hove</u>	
		300m		27.28	(27.28)	
		700m		58.19	(30.91)	
		1100m		1:30.80	(32.61)	
		1500m		2:04.92	(34.12)	
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
104	gl	12 Martijn Lauppe	HN4	1:59.96		2:11.33
	bl	28 Jelmer Kraaijeveld	HSA	2:02.79		2:11.03
		<u>Martijn Lauppe</u>			<u>Jelmer Kraaijeveld</u>	
		300m	25.87	(25.87)	300m	27.95 (27.95)
		700m	56.75	(30.88)	700m	1:00.20 (32.25)
		1100m	1:31.58	(34.83)	1100m	1:34.51 (34.31)
		1500m	2:11.33	(39.75)	1500m	2:11.03 (36.52)
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
105	wt	89 Bart Hulst	HN4	1:58.59		2:10.31
	rd	8 Jurjen Westenberg	HSA	1:55.98		2:06.85
		<u>Bart Hulst</u>			<u>Jurjen Westenberg</u>	
		300m	27.09	(27.09)	300m	27.52 (27.52)
		700m	58.80	(31.71)	700m	58.98 (31.46)
		1100m	1:32.95	(34.15)	1100m	1:31.81 (32.83)
		1500m	2:10.31	(37.36)	1500m	2:06.85 (35.04)
<hr/>						
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
106	gl	123 Caspar Douma	HN1	1:56.45		DNS
	bl	52 Watse Vermaning	HN1	1:55.24		2:00.36
		<u>Caspar Douma</u>			<u>Watse Vermaning</u>	
		300m	25.33	(25.33)		
		700m	54.78	(29.45)		
		1100m	1:26.40	(31.62)		
		1500m	2:00.36	(33.96)		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
107	wt	127	Daan Besteman		HSA	1:55.36	1:59.13	
	rd	13	Stan van Reisen		HN3	1:56.35	2:05.11	
		Daan Besteman			Stan van Reisen			
		300m	26.77	(26.77)	300m	26.49	(26.49)	
		700m	56.71	(29.94)	700m	56.60	(30.11)	
		1100m	1:27.42	(30.71)	1100m	1:29.51	(32.91)	
		1500m	1:59.13	(31.71)	1500m	2:05.11	(35.60)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
108	gl	63	Bart Vreugdenhil		HSA	1:52.15	DNS	
	bl	94	Roel Boek		HN3	1:54.28	1:58.46	
		Bart Vreugdenhil			Roel Boek			
		300m			300m	26.50	(26.50)	
		700m			700m	56.01	(29.51)	
		1100m			1100m	1:26.54	(30.53)	
		1500m			1500m	1:58.46	(31.92)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
109	wt	2	Thijs Vermaak		HN2	1:54.10	2:01.94	
	rd	62	Ronald Ligtenberg		HSA	1:52.26	1:59.92	
		Thijs Vermaak			Ronald Ligtenberg			
		300m	25.87	(25.87)	300m	26.49	(26.49)	
		700m	55.01	(29.14)	700m	56.36	(29.87)	
		1100m	1:26.79	(31.78)	1100m	1:27.33	(30.97)	
		1500m	2:01.94	(35.15)	1500m	1:59.92	(32.59)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
110	gl	120	Gerwin Colje		HSA	1:50.79	2:01.84	
	bl	97	Cas van Trierum		HSA	1:53.62	1:59.30	
		Gerwin Colje			Cas van Trierum			
		300m	25.76	(25.76)	300m	26.39	(26.39)	
		700m	55.76	(30.00)	700m	55.94	(29.55)	
		1100m	1:27.73	(31.97)	1100m	1:26.85	(30.91)	
		1500m	2:01.84	(34.11)	1500m	1:59.30	(32.45)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

4. Uitslag 1000 meter dames

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	1 Britt de Boer	DN2	128	O	1:24.11		
2	10 Marjolein van der Steen	DSA	126	I	1:25.67		
3	41 Iris Willemsen	DN4	128	I	1:27.53		
4	4 Jeike Juk	DN4	125	O	1:29.22	PR	
5	82 Hanna Jonker	DN4	121	I	1:29.78	PR	
6	6 Wieke olde Hanter	DN1	127	I	1:30.83		
7	65 Lotte Elfferich	DN3	124	I	1:32.05		
8	26 Emmy Pordon	DN2	125	I	1:32.71		
9	129 Demi Benschop	DN2	123	O	1:34.93		
10	15 Alessandra Primavera	DA2	126	O	1:35.03		
11	92 Anouk de Graaf	DN2	120	O	1:35.91		
12	43 Lisa van Rijn	DSA	127	O	1:36.56		
13	112 Meike de Jong	DSA	113	I	1:36.90		
14	140 Nicolle van Rijswijk	DN3	123	I	1:37.86		
15	27 Else Dekker	DSA	119	O	1:39.12	PR	
16	20 Carlijn Aarsen	DA2	122	O	1:40.48		
17	90 Amber Stommels	DA2	124	O	1:40.55		
18	142 Tessa Roeven	DN2	122	I	1:40.88	PR	
19	103 Leoniek Anema	DA2	121	O	1:41.03	PR	
20	164 Fenna Visser	DSA	116	O	1:41.06		
21	117 Julia Lensink	DA2	119	I	1:42.99	PR	
22	71 Milanne Buiten	DSA	117	I	1:45.13		
23	44 Kaija Berendschot	DN2	111	O	1:45.17		
24	87 Mirte Linthorst	DN4	118	O	1:45.92	PR	
25	137 Leonie Peddemors	DSA	117	O	1:47.42	PR	
26	159 Mirjam Post	DSA	113	O	1:47.89		
27	59 Paula Teeuwen	DN2	116	I	1:58.45		
28	55 Simone Vogelaar	DN2	114	O	1:59.65		
29	166 Samantha Parmentier	DSA	114	I	2:27.16		
30	68 Merel Hoogervorst	DN4	111	I	2:31.58		
	152 Danara Vonk	DSA	115	I	DNF		
	5 Adrienne de Roo	DSA	115	O	DNS		
	99 Mariska van den Hove	DSA	118	I	DNS		
	32 Ilse Schreurs	DN1	120	I	DNS		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

4. Rituitslag 1000 meter dames

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
111	wt	68	Merel Hoogervorst		DN4		2:31.58	
	rd	44	Kaija Berendschot		DN2		1:45.17	

Merel Hoogervorst

200m	29.44	(29.44)
600m	1:27.29	(57.85)
1000m	2:31.58	(64.29)

Kaija Berendschot

200m	23.74	(23.74)
600m	1:03.37	(39.63)
1000m	1:45.17	(41.80)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
112	gl							
	bl							

m

m

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
113	wt	112	Meike de Jong		DSA		1:36.90	
	rd	159	Mirjam Post		DSA		1:47.89	

Meike de Jong

200m	21.89	(21.89)
600m	57.75	(35.86)
1000m	1:36.90	(39.15)

Mirjam Post

200m	24.88	(24.88)
600m	1:05.19	(40.31)
1000m	1:47.89	(42.70)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
114	gl	166	Samantha Parmentier		DSA		2:27.16	
	bl	55	Simone Vogelaar		DN2		1:59.65	

Samantha Parmentier

200m	31.27	(31.27)
600m	1:28.38	(57.11)
1000m	2:27.16	(58.78)

Simone Vogelaar

200m	26.53	(26.53)
600m	1:10.40	(43.87)
1000m	1:59.65	(49.25)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
115	wt	152 Danara Vonk	DSA			DNF
	rd	5 Adrienne de Roo	DSA			DNS
		<u>Danara Vonk</u>				<u>Adrienne de Roo</u>

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
116	gl	59 Paula Teeuwen	DN2			1:58.45
	bl	164 Fenna Visser	DSA			1:41.06
		<u>Paula Teeuwen</u>				<u>Fenna Visser</u>
		200m 25.90 (25.90)			200m 23.09 (23.09)	
		600m 1:12.17 (46.27)			600m 1:09.32 (46.23)	
		1000m 1:58.45 (46.28)			1000m 1:41.06 (31.74)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
117	wt	71 Milanne Buiten	DSA			1:45.13
	rd	137 Leonie Peddemors	DSA	2:01.58		1:47.42 PR
		<u>Milanne Buiten</u>				<u>Leonie Peddemors</u>
		200m 23.83 (23.83)			200m 24.71 (24.71)	
		600m 1:03.70 (39.87)			600m 1:04.93 (40.22)	
		1000m 1:45.13 (41.43)			1000m 1:47.42 (42.49)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
118	gl	99 Mariska van den Hove	DSA	1:51.69		DNS
	bl	87 Mirte Linthorst	DN4	1:54.14		1:45.92 PR
		<u>Mariska van den Hove</u>				<u>Mirte Linthorst</u>
					200m 24.13 (24.13)	
					600m 1:04.05 (39.92)	
					1000m 1:45.92 (41.87)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
119	wt	117 Julia Lensink	DA2		1:44.34	1:42.99	PR
	rd	27 Else Dekker	DSA		1:48.15	1:39.12	PR
		<u>Julia Lensink</u>	<u>Else Dekker</u>				
		200m	22.44	(22.44)	200m	23.27	(23.27)
		600m	1:01.35	(38.91)	600m	1:00.05	(36.78)
		1000m	1:42.99	(41.64)	1000m	1:39.12	(39.07)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
120	gl	32 Ilse Schreurs	DN1		1:34.92	DNS	
	bl	92 Anouk de Graaf	DN2		1:35.23	1:35.91	
		<u>Ilse Schreurs</u>	<u>Anouk de Graaf</u>				
		200m			200m	22.54	(22.54)
		600m			600m	58.25	(35.71)
		1000m			1000m	1:35.91	(37.66)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
121	wt	82 Hanna Jonker	DN4		1:35.46	1:29.78	PR
	rd	103 Leoniek Anema	DA2		1:42.24	1:41.03	PR
		<u>Hanna Jonker</u>	<u>Leoniek Anema</u>				
		200m	20.42	(20.42)	200m	23.20	(23.20)
		600m	53.80	(33.38)	600m	1:01.35	(38.15)
		1000m	1:29.78	(35.98)	1000m	1:41.03	(39.68)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
122	gl	142 Tessa Roeven	DN2		1:44.15	1:40.88	PR
	bl	20 Carlijn Aarsen	DA2		1:40.19	1:40.48	
		<u>Tessa Roeven</u>	<u>Carlijn Aarsen</u>				
		200m	22.25	(22.25)	200m	22.35	(22.35)
		600m	59.70	(37.45)	600m	59.57	(37.22)
		1000m	1:40.88	(41.18)	1000m	1:40.48	(40.91)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
123	wt	140	Nicolle van Rijswijk		DN3	1:34.90	1:37.86
	rd	129	Demi Benschop		DN2	1:31.16	1:34.93
		Nicolle van Rijswijk			Demi Benschop		
		200m	22.96	(22.96)	200m	22.77	(22.77)
		600m	59.47	(36.51)	600m	57.65	(34.88)
		1000m	1:37.86	(38.39)	1000m	1:34.93	(37.28)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
124	gl	65	Lotte Elfferich		DN3	1:28.87	1:32.05
	bl	90	Amber Stommels		DA2	1:34.49	1:40.55
		Lotte Elfferich			Amber Stommels		
		200m	20.95	(20.95)	200m	22.03	(22.03)
		600m	55.28	(34.33)	600m	58.52	(36.49)
		1000m	1:32.05	(36.77)	1000m	1:40.55	(42.03)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
125	wt	26	Emmy Pordon		DN2	1:30.01	1:32.71
	rd	4	Jeike Juk		DN4	1:30.34	1:29.22 PR
		Emmy Pordon			Jeike Juk		
		200m	21.61	(21.61)	200m	20.71	(20.71)
		600m	55.98	(34.37)	600m	54.11	(33.40)
		1000m	1:32.71	(36.73)	1000m	1:29.22	(35.11)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
126	gl	10	Marjolein van der Steen		DSA	1:21.34	1:25.67
	bl	15	Alessandra Primavera		DA2	1:27.68	1:35.03
		Marjolein van der Steen			Alessandra Primavera		
		200m	20.03	(20.03)	200m	22.33	(22.33)
		600m	51.65	(31.62)	600m	57.57	(35.24)
		1000m	1:25.67	(34.02)	1000m	1:35.03	(37.46)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
127	wt	6	Wieke oude Hanter		DN1	1:28.17	1:30.83	
	rd	43	Lisa van Rijn		DSA	1:28.53	1:36.56	
		Wieke oude Hanter			Lisa van Rijn			
		200m	21.46	(21.46)	200m	21.97	(21.97)	
		600m	55.22	(33.76)	600m	57.24	(35.27)	
		1000m	1:30.83	(35.61)	1000m	1:36.56	(39.32)	
<hr/>								
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
128	gl	41	Iris Willemsen		DN4	1:26.28	1:27.53	
	bl	1	Britt de Boer		DN2	1:23.54	1:24.11	
		Iris Willemsen			Britt de Boer			
		200m	20.03	(20.03)	200m	20.07	(20.07)	
		600m	52.27	(32.24)	600m	51.01	(30.94)	
		1000m	1:27.53	(35.26)	1000m	1:24.11	(33.10)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

5. Uitslag 1000 meter heren

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	2 Thijs Vermaak	HN2	148	I	1:16.11		
2	52 Watse Vermaning	HN1	149	I	1:16.98		
3	62 Ronald Ligtenberg	HSA	150	O	1:18.17		
4	63 Bart Vreugdenhil	HSA	148	O	1:19.25		
5	13 Stan van Reisen	HN3	150	I	1:19.76		
6	25 Martijn Vermist	HN1	145	O	1:21.32		
7	14 Jurrien Kuin	HN1	146	O	1:21.82		
8	89 Bart Hulst	HN4	149	O	1:21.90		
9	12 Martijn Lauppe	HN4	147	I	1:21.93		
10	7 Rick Stratingh	HSA	142	I	1:22.29		
11	116 Menno Sytsma	HSA	143	O	1:22.41	PR	
12	11 Johannes Oomen	HSA	142	O	1:22.61	PR	
13	28 Jelmer Kraaijeveld	HSA	147	O	1:23.79		
14	168 Bart van Oosterhout	HSA	146	I	1:24.47		
15	67 Roel Oostra	HN2	134	I	1:25.67		
16	50 Tim Ruwiel	HSA	145	I	1:26.00		
17	106 Jacob van Ooijen	HSA	144	I	1:26.73		
18	30 Swen Melenhorst	HA1	140	O	1:26.99	PR	
19	88 Kevin van Donselaar	HN4	140	I	1:27.17	PR	
20	72 Christiaan Smit	HSA	144	O	1:28.02		
21	34 Maurits Post	HSA	139	O	1:28.60	PR	
22	121 Ruben den Hartog	HN4	143	I	1:28.62		
23	42 Daniël Eikelenboom	HSA	141	O	1:28.97		
24	53 Joris Ravenhorst	HN4	139	I	1:29.19	PR	
25	37 Jacco Groen	HN2	131	I	1:29.62		
26	57 Menno Mudde	HN2	137	O	1:29.99	HT	
27	139 Max Oude Nijeweme	HA2	141	I	1:30.34	PR	
28	70 Milan Smits	HN3	138	O	1:30.90	PR	
29	158 Thijs Gritter	HSA	133	I	1:34.79		
30	35 Olaf Verburg	HA2	137	I	1:34.91		
31	130 Peter Paul Erdman	HSA	138	I	1:37.22	PR	
32	45 Jannick Harmsen	HSA	136	O	1:37.92	PR	
33	104 Hilbrand Wouters	HN4	135	O	1:39.98		
34	33 Marijn Venderbosch	HN3	132	I	1:40.66		
35	18 Sjors Blom	HN2	135	I	1:41.76		
36	22 Stijn Visser	HN3	136	I	1:43.41	PR	
37	170 Bas Verseveldt	HSA	129	I	1:51.60		
38	119 Arno van Dijk	HSA	134	O	1:53.11	FL	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
39	153 Mika van Wijk	HSA	131	O	1:53.46	
40	69 Jan Garritzen	HN4	132	O	1:55.47	
	163 Boris de Groot	HSA	133	O	DNS	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

5. Rituitslag 1000 meter heren

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
129	wt rd	170	Bas Verseveldt		HSA		1:51.60	

Bas Verseveldt

200m	24.19	(24.19)	m
600m	1:07.17	(42.98)	
1000m	1:51.60	(44.43)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
130	gl bl							
			m				m	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
131	wt rd	37	Jacco Groen		HN2		1:29.62	
		153	Mika van Wijk		HSA		1:53.46	
		Jacco Groen			Mika van Wijk			
		200m	20.81	(20.81)	200m	24.42	(24.42)	
		600m	54.12	(33.31)	600m	1:06.08	(41.66)	
		1000m	1:29.62	(35.50)	1000m	1:53.46	(47.38)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
132	gl bl	33	Marijn Venderbosch		HN3		1:40.66	
		69	Jan Garritzen		HN4		1:55.47	
		Marijn Venderbosch			Jan Garritzen			
		200m	22.69	(22.69)	200m	27.04	(27.04)	
		600m	1:00.25	(37.56)	600m	1:10.24	(43.20)	
		1000m	1:40.66	(40.41)	1000m	1:55.47	(45.23)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
133	wt	158 Thijs Gritter	HSA		1:34.79	
	rd	163 Boris de Groot	HSA		DNS	
		Thijs Gritter			Boris de Groot	
		200m	21.11 (21.11)			
		600m	56.08 (34.97)			
		1000m	1:34.79 (38.71)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
134	gl	67 Roel Oostra	HN2		1:25.67	
	bl	119 Arno van Dijk	HSA		1:53.11	FL
		Roel Oostra			Arno van Dijk	
		200m	19.57 (19.57)	200m	28.00 (28.00)	
		600m	51.55 (31.98)	600m	1:11.47 (43.47)	
		1000m	1:25.67 (34.12)	1000m	1:53.11 (41.64)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
135	wt	18 Sjors Blom	HN2		1:41.76	
	rd	104 Hilbrand Wouters	HN4		1:39.98	
		Sjors Blom			Hilbrand Wouters	
		200m	21.57 (21.57)	200m	22.71 (22.71)	
		600m	59.82 (38.25)	600m	1:00.11 (37.40)	
		1000m	1:41.76 (41.94)	1000m	1:39.98 (39.87)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
136	gl	22 Stijn Visser	HN3	1:49.20	1:43.41	PR
	bl	45 Jannick Harmsen	HSA	2:02.13	1:37.92	PR
		Stijn Visser			Jannick Harmsen	
		200m	23.64 (23.64)	200m	23.10 (23.10)	
		600m	1:01.94 (38.30)	600m	59.62 (36.52)	
		1000m	1:43.41 (41.47)	1000m	1:37.92 (38.30)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
137	wt	35 Olaf Verburg	HA2		1:34.35	1:34.91	
	rd	57 Menno Mudde	HN2		1:56.88	1:29.99	HT
		Olaf Verburg			Menno Mudde		
		200m	21.35	(21.35)	200m	1:29.99	(89.99)
		600m	56.83	(35.48)			
		1000m	1:34.91	(38.08)			
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
138	gl	130 Peter Paul Erdman	HSA		1:49.19	1:37.22	PR
	bl	70 Milan Smits	HN3		1:33.50	1:30.90	PR
		Peter Paul Erdman			Milan Smits		
		200m	22.74	(22.74)	200m	20.03	(20.03)
		600m	58.85	(36.11)	600m	53.34	(33.31)
		1000m	1:37.22	(38.37)	1000m	1:30.90	(37.56)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
139	wt	53 Joris Ravenhorst	HN4		1:31.73	1:29.19	PR
	rd	34 Maurits Post	HSA		1:30.72	1:28.60	PR
		Joris Ravenhorst			Maurits Post		
		200m	19.67	(19.67)	200m	21.05	(21.05)
		600m	52.39	(32.72)	600m	53.94	(32.89)
		1000m	1:29.19	(36.80)	1000m	1:28.60	(34.66)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
140	gl	88 Kevin van Donselaar	HN4		1:30.30	1:27.17	PR
	bl	30 Swen Melenhorst	HA1		1:28.16	1:26.99	PR
		Kevin van Donselaar			Swen Melenhorst		
		200m	19.34	(19.34)	200m	20.32	(20.32)
		600m	51.29	(31.95)	600m	52.36	(32.04)
		1000m	1:27.17	(35.88)	1000m	1:26.99	(34.63)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
141	wt	139 Max Oude Nijeweme	HA2	1:32.72	1:30.34	PR
	rd	42 Daniël Eikelenboom	HSA	1:28.10	1:28.97	
		Max Oude Nijeweme				
		200m	21.12 (21.12)			
		600m	54.61 (33.49)			
		1000m	1:30.34 (35.73)			
		Daniël Eikelenboom				
		200m	20.51 (20.51)			
		600m	53.92 (33.41)			
		1000m	1:28.97 (35.05)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
142	gl	7 Rick Stratingh	HSA	1:22.16	1:22.29	
	bl	11 Johannes Oomen	HSA	1:25.59	1:22.61	PR
		Rick Stratingh				
		200m	19.57 (19.57)			
		600m	49.84 (30.27)			
		1000m	1:22.29 (32.45)			
		Johannes Oomen				
		200m	19.52 (19.52)			
		600m	50.05 (30.53)			
		1000m	1:22.61 (32.56)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
143	wt	121 Ruben den Hartog	HN4	1:25.27	1:28.62	
	rd	116 Menno Sytsma	HSA	1:24.11	1:22.41	PR
		Ruben den Hartog				
		200m	20.54 (20.54)			
		600m	53.12 (32.58)			
		1000m	1:28.62 (35.50)			
		Menno Sytsma				
		200m	19.90 (19.90)			
		600m	50.12 (30.22)			
		1000m	1:22.41 (32.29)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
144	gl	106 Jacob van Ooijen	HSA	1:26.48	1:26.73	
	bl	72 Christiaan Smit	HSA	1:25.12	1:28.02	
		Jacob van Ooijen				
		200m	19.07 (19.07)			
		600m	51.09 (32.02)			
		1000m	1:26.73 (35.64)			
		Christiaan Smit				
		200m	20.16 (20.16)			
		600m	52.22 (32.06)			
		1000m	1:28.02 (35.80)			

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
145	wt	50 Tim Ruwiel	HSA		1:20.76	1:26.00	
	rd	25 Martijn Vermist	HN1		1:21.29	1:21.32	
		Tim Ruwiel			Martijn Vermist		
		200m	20.07	(20.07)	200m	18.52	(18.52)
		600m	51.79	(31.72)	600m	48.88	(30.36)
		1000m	1:26.00	(34.21)	1000m	1:21.32	(32.44)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
146	gl	168 Bart van Oosterhout	HSA		1:21.93	1:24.47	
	bl	14 Jurrien Kuin	HN1		1:21.70	1:21.82	
		Bart van Oosterhout			Jurrien Kuin		
		200m	19.24	(19.24)	200m	19.01	(19.01)
		600m	50.31	(31.07)	600m	48.89	(29.88)
		1000m	1:24.47	(34.16)	1000m	1:21.82	(32.93)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
147	wt	12 Martijn Lauppe	HN4		1:16.58	1:21.93	
	rd	28 Jelmer Kraaijeveld	HSA		1:20.08	1:23.79	
		Martijn Lauppe			Jelmer Kraaijeveld		
		200m	18.54	(18.54)	200m	20.00	(20.00)
		600m	48.21	(29.67)	600m	50.80	(30.80)
		1000m	1:21.93	(33.72)	1000m	1:23.79	(32.99)
<hr/>							
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
148	gl	2 Thijs Vermaak	HN2		1:13.06	1:16.11	
	bl	63 Bart Vreugdenhil	HSA		1:14.73	1:19.25	
		Thijs Vermaak			Bart Vreugdenhil		
		200m	17.84	(17.84)	200m	18.72	(18.72)
		600m	45.88	(28.04)	600m	47.84	(29.12)
		1000m	1:16.11	(30.23)	1000m	1:19.25	(31.41)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
149	wt	52	Watse Vermaning		HN1			1:14.29	1:16.98
	rd	89	Bart Hulst		HN4			1:16.25	1:21.90
		Watse Vermaning			Bart Hulst				
		200m	17.99	(17.99)	200m	18.38	(18.38)		
		600m	46.35	(28.36)	600m	48.42	(30.04)		
		1000m	1:16.98	(30.63)	1000m	1:21.90	(33.48)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
150	gl	13	Stan van Reisen		HN3			1:15.19	1:19.76
	bl	62	Ronald Ligtenberg		HSA			1:15.09	1:18.17
		Stan van Reisen			Ronald Ligtenberg				
		200m	18.92	(18.92)	200m	18.82	(18.82)		
		600m	48.18	(29.26)	600m	47.75	(28.93)		
		1000m	1:19.76	(31.58)	1000m	1:18.17	(30.42)		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

6. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	110 Judith Krabbenborg	DN3	160	I	4:35.67	PR	
2	1 Britt de Boer	DN2	162	I	4:42.95		
3	160 Yumiko van Diest	DSA	155	I	4:44.20		
4	148 Dieke Hendriks	DN1	161	O	4:46.83		
5	82 Hanna Jonker	DN4	156	I	4:52.71		
6	6 Wieke olde Hanter	DN1	160	O	5:02.64		
7	31 Emma Hulshof	DSA	155	O	5:08.33		
8	19 Sophie Rijnders	DN2	157	O	5:12.80		
9	129 Demi Benschop	DN2	162	O	5:13.49		
10	36 Frederieke Jansen	DSA	158	I	5:13.93	PR	
11	118 Noor Schoonheijm	DA1	161	I	5:16.05		
12	164 Fenna Visser	DSA	154	I	5:25.08		
13	92 Anouk de Graaf	DN2	158	O	5:29.95	PR	
14	142 Tessa Roeven	DN2	153	I	5:35.58	HT	
15	27 Else Dekker	DSA	154	O	5:38.88		
16	103 Leoniek Anema	DA2	159	I	5:39.68	PR	
17	3 Floor Hoevers	DN2	157	I	5:39.76	PR	
18	155 Mirjam Post	DSA	156	O	5:50.05		
	112 Meike de Jong	DSA	153	O		DQ	
	99 Mariska van den Hove	DSA	159	O		DNS	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht
6. Rituitslag 3000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
151	wt rd				
	m	m			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
152	gl bl				
	m	m			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
153	wt 142	Tessa Roeven	DN2	5:35.58	HT
	rd 112	Meike de Jong	DSA		DQ
	Tessa Roeven		Meike de Jong		
	200m	5:35.58 (335.58)			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
154	gl 164	Fenna Visser	DSA	5:25.08	
	bl 27	Else Dekker	DSA	5:38.88	
	Fenna Visser		Else Dekker		
	200m	24.14 (24.14)	200m	24.77 (24.77)	
	600m	1:03.63 (39.49)	600m	1:04.34 (39.57)	
	1000m	1:45.36 (41.73)	1000m	1:46.39 (42.05)	
	1400m	2:28.58 (43.22)	1400m	2:30.58 (44.19)	
	1800m	3:12.28 (43.70)	1800m	3:15.75 (45.17)	
	2200m	3:56.43 (44.15)	2200m	4:03.16 (47.41)	
	2600m	4:41.77 (45.34)	2600m	4:50.56 (47.40)	
	3000m	5:25.08 (43.31)	3000m	5:38.88 (48.32)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
155	wt	160	Yumiko van Diest		DSA		4:44.20	
	rd	31	Emma Hulshof		DSA		5:08.33	
		Yumiko van Diest			Emma Hulshof			
		200m	22.25	(22.25)	200m	23.80	(23.80)	
		600m	57.84	(35.59)	600m	1:01.95	(38.15)	
		1000m	1:34.08	(36.24)	1000m	1:41.33	(39.38)	
		1400m	2:11.69	(37.61)	1400m	2:21.73	(40.40)	
		1800m	2:49.79	(38.10)	1800m	3:03.29	(41.56)	
		2200m	3:27.65	(37.86)	2200m	3:45.84	(42.55)	
		2600m	4:05.93	(38.28)	2600m	4:27.16	(41.32)	
		3000m	4:44.20	(38.27)	3000m	5:08.33	(41.17)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
156	gl	82	Hanna Jonker		DN4		4:52.71	
	bl	155	Mirjam Post		DSA		5:50.05	
		Hanna Jonker			Mirjam Post			
		200m	22.26	(22.26)	200m	26.56	(26.56)	
		600m	59.43	(37.17)	600m	1:09.34	(42.78)	
		1000m	1:38.07	(38.64)	1000m	1:52.89	(43.55)	
		1400m	2:16.93	(38.86)	1400m	2:38.71	(45.82)	
		1800m	2:55.84	(38.91)	1800m	3:25.80	(47.09)	
		2200m	3:34.97	(39.13)	2200m	4:13.22	(47.42)	
		2600m	4:14.62	(39.65)	2600m	5:01.58	(48.36)	
		3000m	4:52.71	(38.09)	3000m	5:50.05	(48.47)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
157	wt	3 Floor Hoevers	DN2		5:51.39	5:39.76	PR
	rd	19 Sophie Rijnders	DN2		4:58.61	5:12.80	
		Floor Hoevers			Sophie Rijnders		
		200m	25.40	(25.40)	200m	22.72	(22.72)
		600m	1:05.70	(40.30)	600m	59.72	(37.00)
		1000m	1:48.61	(42.91)	1000m	1:40.31	(40.59)
		1400m	2:33.20	(44.59)	1400m	2:22.10	(41.79)
		1800m	3:19.30	(46.10)	1800m	3:04.30	(42.20)
		2200m	4:05.95	(46.65)	2200m	3:46.88	(42.58)
		2600m	4:52.91	(46.96)	2600m	4:30.02	(43.14)
		3000m	5:39.76	(46.85)	3000m	5:12.80	(42.78)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
158	gl	36 Frederieke Jansen	DSA		5:21.47	5:13.93	PR
	bl	92 Anouk de Graaf	DN2		5:33.48	5:29.95	PR
		Frederieke Jansen			Anouk de Graaf		
		200m	23.64	(23.64)	200m	24.69	(24.69)
		600m	1:02.08	(38.44)	600m	1:05.23	(40.54)
		1000m	1:42.73	(40.65)	1000m	1:47.11	(41.88)
		1400m	2:24.41	(41.68)	1400m	2:30.29	(43.18)
		1800m	3:06.56	(42.15)	1800m	3:14.48	(44.19)
		2200m	3:49.70	(43.14)	2200m	3:59.58	(45.10)
		2600m	4:32.46	(42.76)	2600m	4:45.43	(45.85)
		3000m	5:13.93	(41.47)	3000m	5:29.95	(44.52)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
159	wt	103 Leoniek Anema	DA2	5:44.98	5:39.68	PR
	rd	99 Mariska van den Hove	DSA	6:07.05	DNS	

Leoniek Anema

200m	24.04	(24.04)
600m	1:06.44	(42.40)
1000m	1:50.83	(44.39)
1400m	2:35.74	(44.91)
1800m	3:21.59	(45.85)
2200m	4:08.18	(46.59)
2600m	4:54.65	(46.47)
3000m	5:39.68	(45.03)

Mariska van den Hove

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
160	gl	110 Judith Krabbenborg	DN3	4:48.44	4:35.67	PR
	bl	6 Wieke olde Hanter	DN1	4:42.05	5:02.64	

Judith Krabbenborg

200m	21.07	(21.07)
600m	54.52	(33.45)
1000m	1:29.33	(34.81)
1400m	2:05.06	(35.73)
1800m	2:41.73	(36.67)
2200m	3:19.08	(37.35)
2600m	3:57.26	(38.18)
3000m	4:35.67	(38.41)

Wieke olde Hanter

200m	23.36	(23.36)
600m	59.53	(36.17)
1000m	1:37.32	(37.79)
1400m	2:16.61	(39.29)
1800m	2:57.22	(40.61)
2200m	3:38.46	(41.24)
2600m	4:20.38	(41.92)
3000m	5:02.64	(42.26)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
161	wt	118	Noor Schoonheijm		DA1	4:45.26	5:16.05	
	rd	148	Dieke Hendriks		DN1	4:36.83	4:46.83	
		Noor Schoonheijm			Dieke Hendriks			
		200m	23.68	(23.68)	200m	22.09	(22.09)	
		600m	1:02.85	(39.17)	600m	59.10	(37.01)	
		1000m	1:43.82	(40.97)	1000m	1:36.36	(37.26)	
		1400m	2:25.60	(41.78)	1400m	2:13.11	(36.75)	
		1800m	3:08.08	(42.48)	1800m	2:50.39	(37.28)	
		2200m	3:50.34	(42.26)	2200m	3:28.21	(37.82)	
		2600m	4:33.41	(43.07)	2600m	4:06.83	(38.62)	
		3000m	5:16.05	(42.64)	3000m	4:46.83	(40.00)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
162	gl	1	Britt de Boer		DN2	4:36.33	4:42.95	
	bl	129	Demi Benschop		DN2	4:55.06	5:13.49	
		Britt de Boer			Demi Benschop			
		200m	21.35	(21.35)	200m	24.20	(24.20)	
		600m	55.69	(34.34)	600m	1:03.03	(38.83)	
		1000m	1:31.58	(35.89)	1000m	1:43.66	(40.63)	
		1400m	2:08.75	(37.17)	1400m	2:25.04	(41.38)	
		1800m	2:46.65	(37.90)	1800m	3:07.28	(42.24)	
		2200m	3:24.55	(37.90)	2200m	3:49.35	(42.07)	
		2600m	4:03.70	(39.15)	2600m	4:31.79	(42.44)	
		3000m	4:42.95	(39.25)	3000m	5:13.49	(41.70)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

7. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	127 Daan Besteman	HSA	179	O	6:58.09		
2	97 Cas van Trierum	HSA	180	I	6:59.85		
3	125 Pijke Steenhuis	HN2	165	I	7:02.81		
4	60 Wouter Tel	HSA	180	O	7:09.82		
5	126 Douwe Boonstra	HN2	177	I	7:11.46	PR	
6	62 Ronald Ligtenberg	HSA	178	O	7:11.61		
7	63 Bart Vreugdenhil	HSA	179	I	7:13.08		
8	120 Gerwin Colje	HSA	178	I	7:13.69		
9	48 Finn ten Hove	HN3	177	O	7:18.57		
10	8 Jurjen Westenberg	HSA	175	I	7:35.39	HT	
11	54 Pieter Ullersma	HA2	173	O	7:42.32	PR	
12	116 Menno Sytsma	HSA	175	O	7:43.67		
13	11 Johannes Oomen	HSA	166	I	7:54.27		
14	85 Sjoerd de Boer	HN1	172	I	7:54.98		
15	13 Stan van Reisen	HN3	176	O	7:57.08		
16	156 Jelle Neeft	HSA	164	I	7:58.38		
17	138 Jappe Kipping	HA2	174	I	8:01.45		
18	7 Rick Stratingh	HSA	174	O	8:03.95	PR	
19	67 Roel Oostra	HN2	167	I	8:07.74		
20	25 Martijn Vermist	HN1	173	I	8:09.87		
21	139 Max Oude Nijeweme	HA2	167	O	8:11.64	HT	
22	98 Joppe van Oorschot	HA2	169	O	8:14.75	PR	
23	34 Maurits Post	HSA	166	O	8:16.49		
24	21 Casper Vertregt	HSA	176	I	8:22.74		
25	29 Jeroen Goudswaard	HSA	168	O	8:30.67		
26	72 Christiaan Smit	HSA	169	I	8:35.40	PR	
27	37 Jacco Groen	HN2	164	O	8:37.67		
28	42 Daniël Eikelenboom	HSA	170	I	8:45.40	PR	
29	106 Jacob van Ooijen	HSA	170	O	8:47.42		
30	53 Joris Ravenhorst	HN4	171	O	8:58.71	PR	
31	109 Milan Vermeulen	HSA	171	I	9:11.30	PR	
32	130 Peter Paul Erdman	HSA	168	I	9:28.81		
33	22 Stijn Visser	HN3	165	O	10:09.45		
34	170 Bas Verseveldt	HSA	163	O	10:14.21		
	136 Remco Boere	HN3	172	O	DNS		

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

7. Rituitslag 5000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
163	wt	170 Bas Verseveldt	HSA			10:14.21
	rd					
		Bas Verseveldt				
		m	200m	26.46	(26.46)	
			600m	1:13.34	(46.88)	
			1000m	2:01.22	(47.88)	
			1400m	2:48.92	(47.70)	
			1800m	3:37.63	(48.71)	
			2200m	4:26.46	(48.83)	
			2600m	5:15.47	(49.01)	
			3000m	6:05.09	(49.62)	
			3400m	6:55.38	(50.29)	
			3800m	7:45.87	(50.49)	
			4200m	8:36.21	(50.34)	
			4600m	9:25.83	(49.62)	
			5000m	10:14.21	(48.38)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
164	gl	156 Jelle Neeft	HSA			7:58.38
	bl	37 Jacco Groen	HN2			8:37.67
		Jelle Neeft			Jacco Groen	
		200m	22.16	(22.16)	200m	22.50 (22.50)
		600m	57.93	(35.77)	600m	58.07 (35.57)
		1000m	1:35.21	(37.28)	1000m	1:36.13 (38.06)
		1400m	2:12.71	(37.50)	1400m	2:15.26 (39.13)
		1800m	2:50.30	(37.59)	1800m	2:55.32 (40.06)
		2200m	3:28.31	(38.01)	2200m	3:35.75 (40.43)
		2600m	4:06.26	(37.95)	2600m	4:16.81 (41.06)
		3000m	4:44.89	(38.63)	3000m	4:58.84 (42.03)
		3400m	5:23.80	(38.91)	3400m	5:41.80 (42.96)
		3800m	6:02.54	(38.74)	3800m	6:24.97 (43.17)
		4200m	6:41.18	(38.64)	4200m	7:09.30 (44.33)
		4600m	7:20.05	(38.87)	4600m	7:54.01 (44.71)
		5000m	7:58.38	(38.33)	5000m	8:37.67 (43.66)

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
165	wt	125	Pijke Steenhuis		HN2		7:02.81	
	rd	22	Stijn Visser		HN3		10:09.45	
		Pijke Steenhuis			Stijn Visser			
		200m	21.30	(21.30)	200m	26.28	(26.28)	
		600m	54.23	(32.93)	600m	1:11.29	(45.01)	
		1000m	1:27.20	(32.97)	1000m	1:58.53	(47.24)	
		1400m	2:01.34	(34.14)	1400m	2:45.56	(47.03)	
		1800m	2:33.65	(32.31)	1800m	3:33.01	(47.45)	
		2200m	3:06.72	(33.07)	2200m	4:22.24	(49.23)	
		2600m	3:39.71	(32.99)	2600m	5:11.35	(49.11)	
		3000m	4:13.16	(33.45)	3000m	6:01.06	(49.71)	
		3400m	4:47.15	(33.99)	3400m	6:50.93	(49.87)	
		3800m	5:20.98	(33.83)	3800m	7:41.02	(50.09)	
		4200m	5:55.17	(34.19)	4200m	8:31.62	(50.60)	
		4600m	6:29.13	(33.96)	4600m	9:22.21	(50.59)	
		5000m	7:02.81	(33.68)	5000m	10:09.45	(47.24)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
166	gl	11	Johannes Oomen		HSA		7:54.27	
	bl	34	Maurits Post		HSA		8:16.49	
		Johannes Oomen			Maurits Post			
		200m	20.89	(20.89)	200m	23.07	(23.07)	
		600m	56.27	(35.38)	600m	1:01.12	(38.05)	
		1000m	1:34.42	(38.15)	1000m	1:38.78	(37.66)	
		1400m	2:11.92	(37.50)	1400m	2:17.52	(38.74)	
		1800m	2:49.17	(37.25)	1800m	2:55.60	(38.08)	
		2200m	3:26.92	(37.75)	2200m	3:34.39	(38.79)	
		2600m	4:04.76	(37.84)	2600m	4:13.69	(39.30)	
		3000m	4:42.66	(37.90)	3000m	4:53.33	(39.64)	
		3400m	5:20.72	(38.06)	3400m	5:33.29	(39.96)	
		3800m	5:58.42	(37.70)	3800m	6:14.02	(40.73)	
		4200m	6:36.82	(38.40)	4200m	6:54.70	(40.68)	
		4600m	7:15.29	(38.47)	4600m	7:35.44	(40.74)	
		5000m	7:54.27	(38.98)	5000m	8:16.49	(41.05)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
167	wt	67	Roel Oostra		HN2		8:07.74	
	rd	139	Max Oude Nijeweme		HA2		8:11.64	HT
			Roel Oostra				Max Oude Nijeweme	
		200m	21.02	(21.02)	200m	8:11.64	(491.64)	
		600m	57.31	(36.29)				
		1000m	1:35.94	(38.63)				
		1400m	2:14.98	(39.04)				
		1800m	2:53.93	(38.95)				
		2200m	3:33.08	(39.15)				
		2600m	4:12.39	(39.31)				
		3000m	4:51.96	(39.57)				
		3400m	5:31.68	(39.72)				
		3800m	6:11.31	(39.63)				
		4200m	6:50.73	(39.42)				
		4600m	7:29.98	(39.25)				
		5000m	8:07.74	(37.76)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
168	gl	130	Peter Paul Erdman		HSA		9:28.81	
	bl	29	Jeroen Goudswaard		HSA		8:30.67	
			Peter Paul Erdman				Jeroen Goudswaard	
		200m	25.00	(25.00)	200m	23.05	(23.05)	
		600m	1:05.85	(40.85)	600m	1:02.04	(38.99)	
		1000m	1:48.36	(42.51)	1000m	1:42.73	(40.69)	
		1400m	2:31.42	(43.06)	1400m	2:23.69	(40.96)	
		1800m	3:14.53	(43.11)	1800m	3:04.14	(40.45)	
		2200m	3:57.70	(43.17)	2200m	3:44.90	(40.76)	
		2600m	4:42.22	(44.52)	2600m	4:26.39	(41.49)	
		3000m	5:27.88	(45.66)	3000m	5:07.78	(41.39)	
		3400m	6:14.12	(46.24)	3400m	5:48.81	(41.03)	
		3800m	7:02.33	(48.21)	3800m	6:29.49	(40.68)	
		4200m	7:50.93	(48.60)	4200m	7:09.94	(40.45)	
		4600m	8:39.42	(48.49)	4600m	7:50.33	(40.39)	
		5000m	9:28.81	(49.39)	5000m	8:30.67	(40.34)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
169	wt	72 Christiaan Smit	HSA	8:37.23	8:35.40	PR
	rd	98 Joppe van Oorschot	HA2	8:42.87	8:14.75	PR
		Christiaan Smit				
		200m	22.89 (22.89)	200m	22.21 (22.21)	
		600m	1:01.12 (38.23)	600m	59.93 (37.72)	
		1000m	1:41.12 (40.00)	1000m	1:39.42 (39.49)	
		1400m	2:22.10 (40.98)	1400m	2:19.32 (39.90)	
		1800m	3:03.27 (41.17)	1800m	2:58.84 (39.52)	
		2200m	3:44.19 (40.92)	2200m	3:38.81 (39.97)	
		2600m	4:25.30 (41.11)	2600m	4:18.44 (39.63)	
		3000m	5:06.42 (41.12)	3000m	4:58.37 (39.93)	
		3400m	5:47.69 (41.27)	3400m	5:38.16 (39.79)	
		3800m	6:28.99 (41.30)	3800m	6:17.40 (39.24)	
		4200m	7:10.98 (41.99)	4200m	6:57.58 (40.18)	
		4600m	7:53.07 (42.09)	4600m	7:37.26 (39.68)	
		5000m	8:35.40 (42.33)	5000m	8:14.75 (37.49)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
170	gl	42 Daniël Eikelenboom	HSA	9:09.64	8:45.40	PR
	bl	106 Jacob van Ooijen	HSA		8:47.42	
		Daniël Eikelenboom				
		200m	22.05 (22.05)	200m	22.86 (22.86)	
		600m	1:00.68 (38.63)	600m	1:00.88 (38.02)	
		1000m	1:42.10 (41.42)	1000m	1:41.34 (40.46)	
		1400m	2:23.73 (41.63)	1400m	2:22.35 (41.01)	
		1800m	3:06.07 (42.34)	1800m	3:03.91 (41.56)	
		2200m	3:48.24 (42.17)	2200m	3:45.63 (41.72)	
		2600m	4:30.93 (42.69)	2600m	4:27.78 (42.15)	
		3000m	5:13.34 (42.41)	3000m	5:10.30 (42.52)	
		3400m	5:56.61 (43.27)	3400m	5:54.16 (43.86)	
		3800m	6:40.21 (43.60)	3800m	6:38.11 (43.95)	
		4200m	7:23.92 (43.71)	4200m	7:22.40 (44.29)	
		4600m	8:05.61 (41.69)	4600m	8:05.66 (43.26)	
		5000m	8:45.40 (39.79)	5000m	8:47.42 (41.76)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
171	wt	109 Milan Vermeulen	HSA	10:17.92	9:11.30	PR
	rd	53 Joris Ravenhorst	HN4	9:03.93	8:58.71	PR
		Milan Vermeulen				
		200m	24.32 (24.32)			
		600m	1:04.90 (40.58)			
		1000m	1:46.09 (41.19)			
		1400m	2:28.51 (42.42)			
		1800m	3:10.60 (42.09)			
		2200m	3:52.99 (42.39)			
		2600m	4:36.62 (43.63)			
		3000m	5:21.00 (44.38)			
		3400m	6:05.62 (44.62)			
		3800m	6:51.26 (45.64)			
		4200m	7:37.63 (46.37)			
		4600m	8:24.33 (46.70)			
		5000m	9:11.30 (46.97)			
		Joris Ravenhorst				
		200m	23.89 (23.89)			
		600m	1:04.88 (40.99)			
		1000m	1:47.07 (42.19)			
		1400m	2:29.54 (42.47)			
		1800m	3:12.59 (43.05)			
		2200m	3:55.57 (42.98)			
		2600m	4:38.39 (42.82)			
		3000m	5:21.81 (43.42)			
		3400m	6:05.43 (43.62)			
		3800m	6:48.80 (43.37)			
		4200m	7:32.19 (43.39)			
		4600m	8:15.08 (42.89)			
		5000m	8:58.71 (43.63)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
172	gl	85 Sjoerd de Boer	HN1	7:51.95	7:54.98	
	bl	136 Remco Boere	HN3	8:04.03	DNS	
		Sjoerd de Boer				
		200m	20.99 (20.99)			
		600m	56.21 (35.22)			
		1000m	1:32.82 (36.61)			
		1400m	2:10.12 (37.30)			
		1800m	2:47.48 (37.36)			
		2200m	3:25.44 (37.96)			
		2600m	4:04.11 (38.67)			
		3000m	4:42.74 (38.63)			
		3400m	5:21.47 (38.73)			
		3800m	6:00.35 (38.88)			
		4200m	6:38.54 (38.19)			
		4600m	7:16.63 (38.09)			
		5000m	7:54.98 (38.35)			
		Remco Boere				

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
173	wt	25 Martijn Vermist	HN1	7:58.75	8:09.87	
	rd	54 Pieter Ullersma	HA2	7:50.53	7:42.32	PR
		Martijn Vermist				
		200m	21.25 (21.25)	200m	21.57 (21.57)	
		600m	58.34 (37.09)	600m	56.40 (34.83)	
		1000m	1:37.37 (39.03)	1000m	1:33.28 (36.88)	
		1400m	2:16.21 (38.84)	1400m	2:09.94 (36.66)	
		1800m	2:54.69 (38.48)	1800m	2:46.10 (36.16)	
		2200m	3:33.17 (38.48)	2200m	3:22.83 (36.73)	
		2600m	4:12.11 (38.94)	2600m	3:59.84 (37.01)	
		3000m	4:51.17 (39.06)	3000m	4:36.87 (37.03)	
		3400m	5:30.34 (39.17)	3400m	5:14.23 (37.36)	
		3800m	6:10.22 (39.88)	3800m	5:51.68 (37.45)	
		4200m	6:50.03 (39.81)	4200m	6:28.90 (37.22)	
		4600m	7:30.37 (40.34)	4600m	7:05.61 (36.71)	
		5000m	8:09.87 (39.50)	5000m	7:42.32 (36.71)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
174	gl	138 Jappe Kipping	HA2	7:48.47	8:01.45	
	bl	7 Rick Stratingh	HSA	8:31.75	8:03.95	PR
		Jappe Kipping				
		200m	22.04 (22.04)	200m	22.44 (22.44)	
		600m	58.59 (36.55)	600m	59.40 (36.96)	
		1000m	1:34.92 (36.33)	1000m	1:36.94 (37.54)	
		1400m	2:12.62 (37.70)	1400m	2:14.31 (37.37)	
		1800m	2:50.50 (37.88)	1800m	2:52.11 (37.80)	
		2200m	3:28.66 (38.16)	2200m	3:30.10 (37.99)	
		2600m	4:06.88 (38.22)	2600m	4:08.18 (38.08)	
		3000m	4:45.92 (39.04)	3000m	4:46.69 (38.51)	
		3400m	5:24.48 (38.56)	3400m	5:25.25 (38.56)	
		3800m	6:03.25 (38.77)	3800m	6:04.51 (39.26)	
		4200m	6:42.67 (39.42)	4200m	6:44.47 (39.96)	
		4600m	7:21.54 (38.87)	4600m	7:23.94 (39.47)	
		5000m	8:01.45 (39.91)	5000m	8:03.95 (40.01)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
175	wt	8 Jurjen Westenberg	HSA	6:54.01	7:35.39	HT
	rd	116 Menno Sytsma	HSA	7:40.12	7:43.67	
		<u>Jurjen Westenberg</u>				
		200m	7:35.39 (455.39)			
		<u>Menno Sytsma</u>				
		200m	21.09 (21.09)			
		600m	54.94 (33.85)			
		1000m	1:29.99 (35.05)			
		1400m	2:06.00 (36.01)			
		1800m	2:42.47 (36.47)			
		2200m	3:18.98 (36.51)			
		2600m	3:55.74 (36.76)			
		3000m	4:33.71 (37.97)			
		3400m	5:11.98 (38.27)			
		3800m	5:49.58 (37.60)			
		4200m	6:27.33 (37.75)			
		4600m	7:05.99 (38.66)			
		5000m	7:43.67 (37.68)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
176	gl	21 Casper Vertregt	HSA		8:22.74	
	bl	13 Stan van Reisen	HN3	7:18.05	7:57.08	
		<u>Casper Vertregt</u>				
		200m	22.14 (22.14)			
		600m	59.80 (37.66)			
		1000m	1:38.97 (39.17)			
		1400m	2:18.75 (39.78)			
		1800m	2:57.58 (38.83)			
		2200m	3:36.85 (39.27)			
		2600m	4:16.48 (39.63)			
		3000m	4:56.79 (40.31)			
		3400m	5:37.76 (40.97)			
		3800m	6:18.86 (41.10)			
		4200m	7:00.17 (41.31)			
		4600m	7:41.74 (41.57)			
		5000m	8:22.74 (41.00)			
		<u>Stan van Reisen</u>				
		200m	21.83 (21.83)			
		600m	57.40 (35.57)			
		1000m	1:34.65 (37.25)			
		1400m	2:12.24 (37.59)			
		1800m	2:49.81 (37.57)			
		2200m	3:27.71 (37.90)			
		2600m	4:05.94 (38.23)			
		3000m	4:44.47 (38.53)			
		3400m	5:22.18 (37.71)			
		3800m	5:59.89 (37.71)			
		4200m	6:34.95 (35.06)			
		4600m	7:12.27 (37.32)			
		5000m	7:57.08 (44.81)			

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
177	wt	126	Douwe Boonstra		HN2	7:35.99	7:11.46	PR
	rd	48	Finn ten Hove		HN3	7:15.22	7:18.57	
			Douwe Boonstra				Finn ten Hove	
		200m	21.63	(21.63)	200m	21.23	(21.23)	
		600m	55.35	(33.72)	600m	54.20	(32.97)	
		1000m	1:29.24	(33.89)	1000m	1:27.58	(33.38)	
		1400m	2:03.16	(33.92)	1400m	2:01.22	(33.64)	
		1800m	2:37.33	(34.17)	1800m	2:35.27	(34.05)	
		2200m	3:11.45	(34.12)	2200m	3:09.49	(34.22)	
		2600m	3:45.56	(34.11)	2600m	3:44.18	(34.69)	
		3000m	4:19.51	(33.95)	3000m	4:19.25	(35.07)	
		3400m	4:53.86	(34.35)	3400m	4:54.43	(35.18)	
		3800m	5:28.32	(34.46)	3800m	5:29.77	(35.34)	
		4200m	6:02.67	(34.35)	4200m	6:05.42	(35.65)	
		4600m	6:37.05	(34.38)	4600m	6:41.82	(36.40)	
		5000m	7:11.46	(34.41)	5000m	7:18.57	(36.75)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
178	gl	120	Gerwin Colje		HSA	6:43.23	7:13.69	
	bl	62	Ronald Ligtenberg		HSA	6:47.86	7:11.61	
			Gerwin Colje				Ronald Ligtenberg	
		200m	19.84	(19.84)	200m	20.67	(20.67)	
		600m	53.70	(33.86)	600m	53.62	(32.95)	
		1000m	1:28.11	(34.41)	1000m	1:28.00	(34.38)	
		1400m	2:02.09	(33.98)	1400m	2:02.19	(34.19)	
		1800m	2:35.87	(33.78)	1800m	2:36.43	(34.24)	
		2200m	3:09.95	(34.08)	2200m	3:10.71	(34.28)	
		2600m	3:44.25	(34.30)	2600m	3:45.09	(34.38)	
		3000m	4:18.90	(34.65)	3000m	4:19.58	(34.49)	
		3400m	4:53.16	(34.26)	3400m	4:53.83	(34.25)	
		3800m	5:27.78	(34.62)	3800m	5:28.23	(34.40)	
		4200m	6:03.51	(35.73)	4200m	6:02.50	(34.27)	
		4600m	6:39.03	(35.52)	4600m	6:36.96	(34.46)	
		5000m	7:13.69	(34.66)	5000m	7:11.61	(34.65)	

Zaterdagavond 30-11-19 - Zondagavond 1-12-19

NSK

De Vechtsebanen - Utrecht

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
179	wt	63 Bart Vreugdenhil	HSA	6:41.46	7:13.08	
	rd	127 Daan Besteman	HSA	6:52.15	6:58.09	
		Bart Vreugdenhil				Daan Besteman
		200m	20.32 (20.32)	200m	20.54 (20.54)	
		600m	54.48 (34.16)	600m	53.79 (33.25)	
		1000m	1:29.09 (34.61)	1000m	1:27.05 (33.26)	
		1400m	2:03.58 (34.49)	1400m	2:00.08 (33.03)	
		1800m	2:38.21 (34.63)	1800m	2:33.02 (32.94)	
		2200m	3:12.87 (34.66)	2200m	3:05.91 (32.89)	
		2600m	3:47.64 (34.77)	2600m	3:38.50 (32.59)	
		3000m	4:22.17 (34.53)	3000m	4:11.14 (32.64)	
		3400m	4:56.75 (34.58)	3400m	4:43.91 (32.77)	
		3800m	5:30.62 (33.87)	3800m	5:16.83 (32.92)	
		4200m	6:04.31 (33.69)	4200m	5:50.13 (33.30)	
		4600m	6:38.32 (34.01)	4600m	6:23.76 (33.63)	
		5000m	7:13.08 (34.76)	5000m	6:58.09 (34.33)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
180	gl	97 Cas van Trierum	HSA	6:53.34	6:59.85	
	bl	60 Wouter Tel	HSA	6:52.45	7:09.82	
		Cas van Trierum				Wouter Tel
		200m	19.57 (19.57)	200m	20.33 (20.33)	
		600m	50.70 (31.13)	600m	53.09 (32.76)	
		1000m	1:22.60 (31.90)	1000m	1:27.27 (34.18)	
		1400m	1:54.40 (31.80)	1400m	2:01.02 (33.75)	
		1800m	2:26.51 (32.11)	1800m	2:34.35 (33.33)	
		2200m	2:58.95 (32.44)	2200m	3:08.32 (33.97)	
		2600m	3:31.97 (33.02)	2600m	3:42.28 (33.96)	
		3000m	4:05.56 (33.59)	3000m	4:16.57 (34.29)	
		3400m	4:39.40 (33.84)	3400m	4:50.90 (34.33)	
		3800m	5:13.39 (33.99)	3800m	5:25.23 (34.33)	
		4200m	5:48.36 (34.97)	4200m	6:00.14 (34.91)	
		4600m	6:24.19 (35.83)	4600m	6:34.90 (34.76)	
		5000m	6:59.85 (35.66)	5000m	7:09.82 (34.92)	