

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 1 Meisjes, 4 x 100m wisselslag 11 - 14 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang |                        |    |         |         | Tijd                 | Pnt              |
|------|------------------------|----|---------|---------|----------------------|------------------|
| 1.   | ACZ 1                  |    | ACZ     |         | <b>5:48.40</b>       | 267              |
|      | ARKESTEIJN, Nina-Sofia | 11 | 42.39   | 1:28.15 | STOUT, Ilse          | 10 38.07 1:22.11 |
|      | KOUDSTAAL, Elise       | 10 | 47.17   | 1:41.33 | KARA, Yaren          | 08 35.34 1:16.81 |
| 2.   | Zob'66 1               |    | Zob'66  |         | <b>5:50.58</b>       | 262              |
|      | GROENENBOOM, Nienke    | 09 | 49.43   | 1:41.00 | KEIJZER, Judith      | 08 36.23 1:18.53 |
|      | VAN DEN BERG, Lieve    | 09 | 47.05   | 1:40.57 | VAN SLIEDREGT, Esmée | 09 33.94 1:10.48 |
| 3.   | De Duck 1              |    | De Duck |         | <b>6:00.93</b>       | 240              |
|      | KARS, Lara             | 09 | 43.25   | 1:29.75 | KRAMER, Myrthe       | 08 35.66 1:25.74 |
|      | ZEVENHOVEN, Fenne      | 08 | 51.11   | 1:52.21 | BATIST, Lizzy        | 08 34.41 1:13.23 |

Programmanr. 3 Jongens, 4 x 100m vrije slag 11 - 15 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang |                  |    |        |         | Tijd           | Pnt              |
|------|------------------|----|--------|---------|----------------|------------------|
| 1.   | ACZ 1            |    | ACZ    |         | <b>4:04.39</b> | 420              |
|      | ARRINDELL, Avery | 09 | 31.38  | 1:04.58 | BIRÓ, Milán    | 08 30.98 1:05.49 |
|      | LAKKE, Ties      | 07 | 27.48  | 58.19   | VAN DAM, Yarno | 08 26.70 56.13   |
| 2.   | Zob'66 1         |    | Zob'66 |         | <b>4:49.13</b> | 253              |
|      | BONGERS, Lucas   | 08 | 32.01  | 1:05.79 | BOER, Andreas  | 09 38.29 1:24.90 |
|      | VAN VEEN, Roan   | 07 | 32.64  | 1:10.99 | BOENDER, Rick  | 07 31.73 1:07.45 |

Programmanr. 4 Dames, 50m vlinderslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang |                       | Geb. |         | Tijd         | Pnt      |
|------|-----------------------|------|---------|--------------|----------|
| 1.   | SCHEEL, Mariska       | 93   | ACZ     | <b>30.25</b> | 523      |
| 2.   | SCHRAVESANDE, Pien    | 99   | ACZ     | <b>30.93</b> | 489      |
| 3.   | VAN HAAFF, Rozemarijn | 02   | Zob'66  | <b>31.01</b> | 485      |
| 4.   | LEMS, Carmen          | 04   | ACZ     | <b>31.44</b> | 466      |
| 5.   | DE BOCK, Noa          | 03   | De Duck | <b>31.83</b> | 449      |
| 6.   | VAN ESCH, Roos        | 82   | ACZ     | <b>32.14</b> | 436      |
| 7.   | DE BRUIN, Wendy       | 92   | Zob'66  | <b>33.40</b> | 388      |
| 8.   | HOOGENBOEZEM, Laura   | 05   | ACZ     | <b>33.82</b> | 374      |
| 9.   | VAN ROSSUM, Iris      | 00   | ACZ     | <b>34.14</b> | 364 FJ 1 |
| 10.  | HOOGENBOEZEM, Anna    | 02   | ACZ     | <b>34.14</b> | 364 FJ 2 |
| 11.  | VAN OUDHEUSDEN, Jet   | 04   | Zob'66  | <b>34.62</b> | 349      |
| 12.  | VAN BUREN, Kimberley  | 93   | De Duck | <b>34.87</b> | 341      |
| 13.  | TRAINOR, Geraldine    | 75   | De Duck | <b>35.42</b> | 326      |
| 14.  | DE VRIEND, Kim        | 05   | De Duck | <b>37.34</b> | 278      |
| 15.  | TRAINOR, Rachel       | 77   | De Duck | <b>37.45</b> | 275      |
| 16.  | KLEINJAN, Judith      | 98   | De Duck | <b>38.40</b> | 255      |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 5 Heren, 50m vlinderslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang                    | Geb.       | Tijd         | Pnt      |
|-------------------------|------------|--------------|----------|
| 1. HOEK, Mike           | 97 De Duck | <b>25.84</b> | 596      |
| 2. ARMAND, Saviël       | 02 ACZ     | <b>26.74</b> | 538      |
| 3. VOOGT, Jari          | 00 De Duck | <b>27.44</b> | 497      |
| 4. DE KONING, Mart      | 02 Zob'66  | <b>28.04</b> | 466      |
| 5. SIEBENHELLER, Daan   | 98 Zob'66  | <b>28.09</b> | 464      |
| 6. MES, Julian          | 01 Zob'66  | <b>28.40</b> | 449      |
| 7. GROEN, Stefan        | 03 ACZ     | <b>28.57</b> | 441      |
| 8. VAN DER MAST, Niels  | 04 Zob'66  | <b>28.83</b> | 429      |
| 9. VAN DEN HOUTEN, Mick | 03 De Duck | <b>29.07</b> | 418 FJ 1 |
| 10. DE VOOGT, Paco      | 94 De Duck | <b>29.07</b> | 418 FJ 2 |
| 11. VAN ERK, Julian     | 99 ACZ     | <b>29.16</b> | 414      |
| 12. VAN MULLEM, Ian     | 96 Zob'66  | <b>29.31</b> | 408      |
| 13. BOENDER, Benjamin   | 04 Zob'66  | <b>29.65</b> | 394      |
| 14. DALM, Rutger        | 90 ACZ     | <b>30.10</b> | 377      |
| 15. BROUWER, Jens       | 04 Zob'66  | <b>31.66</b> | 324      |

Programmanr. 6 Meisjes, 200m schoolslag 10 - 12 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang                      | Geb.      | Tijd           | Pnt | 50m     | 100m    | 150m | 200m    |
|---------------------------|-----------|----------------|-----|---------|---------|------|---------|
| 1. JONGKOEN, Nora         | 11 Zob'66 | <b>3:42.65</b> | 220 | 52.29   | 1:48.60 |      | 3:42.65 |
| 2. DE VOS, Elyn           | 12 Zob'66 | <b>4:07.01</b> | 161 | 54.11   | 1:56.96 |      | 4:07.01 |
| 3. DE GOEIJ, Saar         | 12 Zob'66 | <b>4:40.48</b> | 110 | 1:04.34 | 2:17.49 |      | 4:40.48 |
| 4. BOS, Emma              | 12 Zob'66 | <b>4:46.15</b> | 104 | 1:05.71 | 2:17.72 |      | 4:46.15 |
| DIS VAN SCHIE, Laura-Lynn | 11 Zob'66 |                |     |         |         |      | SK      |

*Het Keer/ en-of eindpunt niet gelijktijdig met 2 handen aangetikt*

Programmanr. 7 Meisjes, 100m schoolslag 10 - 12 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang                      | Geb.       | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|---------------------------|------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1. STOUT, Lauren          | 12 ACZ     | <b>1:42.39</b> | 225 | 48.71 | 1:42.39 |
| 2. KOUDSTAAL, Elise       | 10 ACZ     | <b>1:42.62</b> | 224 | 49.42 | 1:42.62 |
| 3. ARKESTEIJN, Nina-Sofia | 11 ACZ     | <b>1:47.89</b> | 193 | 51.09 | 1:47.89 |
| 4. KRAMER, Inke           | 11 De Duck | <b>1:54.20</b> | 162 | 54.15 | 1:54.20 |
| 5. WITTE, Leanne          | 11 De Duck | <b>1:59.85</b> | 140 | 55.53 | 1:59.85 |

Programmanr. 8 Jongens, 200m schoolslag 11 - 13 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang              | Geb.      | Tijd           | Pnt | 50m     | 100m    | 150m | 200m    |
|-------------------|-----------|----------------|-----|---------|---------|------|---------|
| 1. BOER, Andreas  | 09 Zob'66 | <b>3:48.71</b> | 145 | 48.32   | 1:45.62 |      | 3:48.71 |
| 2. LEUSINK, Brian | 11 Zob'66 | <b>4:26.26</b> | 91  | 1:01.41 | 2:10.93 |      | 4:26.26 |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 9 Jongens, 100m schoolslag 11 - 13 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.              |            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|-------------------|------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | ARKESTEIJN, Luka  | 09 ACZ     | <b>1:25.42</b> | 271 | 39.53 | 1:25.42 |
| 2.   | ARRINDELL, Avery  | 09 ACZ     | <b>1:29.34</b> | 236 | 41.74 | 1:29.34 |
| 3.   | VAN DAM, Vince    | 10 ACZ     | <b>1:29.97</b> | 231 | 42.51 | 1:29.97 |
| 4.   | DE GRAAF, Ruben   | 09 De Duck | <b>1:36.52</b> | 187 | 45.59 | 1:36.52 |
| 5.   | VAN DER BIE, Nils | 09 De Duck | <b>1:39.76</b> | 170 | 46.24 | 1:39.76 |

Programmanr. 10 Meisjes, 200m wisselslag 11 - 16 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang  | Geb.                 |           | Tijd | Pnt | 50m | 100m | 150m | 200m |
|---|----------------------|-----------|------|-----|-----|------|------|------|
| DIS   | VAN SLIEDREGT, Esmée | 09 Zob'66 |      |     |     |      |      | VL   |
| <i>Het lichaam niet op de borstzijde gehouden / met uitzondering van het keerpunt</i> |                      |           |      |     |     |      |      |      |

Programmanr. 11 Meisjes, 100m wisselslag 11 - 16 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang  | Geb.                 |            | Tijd           | Pnt | 50m | 100m    |
|---|----------------------|------------|----------------|-----|-----|---------|
| 1.  | SCHALLENBERG, Mare   | 06 ACZ     | <b>1:03.39</b> | 708 |     | 1:03.39 |
| 2.  | OLDENKAMP, Noémi     | 06 ACZ     | <b>1:20.29</b> | 348 |     | 1:20.29 |
| 3.  | VAN DEN HOUTEN, Kyra | 06 De Duck | <b>1:24.95</b> | 294 |     | 1:24.95 |
| 4.  | TWIGT, Janneke       | 07 ACZ     | <b>1:25.82</b> | 285 |     | 1:25.82 |
| 5.  | VAN BURG, Sterre     | 07 De Duck | <b>1:55.75</b> | 116 |     | 1:55.75 |
| DIS   | KARS, Lara           | 09 De Duck |                |     |     | WA      |
| <i>De vrije slag gezwommen als school, vlinder of rugslag</i> |                      |            |                |     |     |         |

Programmanr. 12 Jongens, 200m wisselslag 11 - 17 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.            |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m | 150m | 200m    |
|------|-----------------|-----------|----------------|-----|-------|------|------|---------|
| 1.   | DE GELDER, Tavi | 06 Zob'66 | <b>2:26.23</b> | 421 | 30.77 |      |      | 2:26.23 |

Programmanr. 13 Jongens, 100m wisselslag 11 - 17 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  |            | Tijd           | Pnt | 50m | 100m    |
|------|-----------------------|------------|----------------|-----|-----|---------|
| 1.   | WIERINGA, Menno       | 05 ACZ     | <b>1:04.09</b> | 454 |     | 1:04.09 |
| 2.   | DE JONG, Hessel       | 06 ACZ     | <b>1:04.28</b> | 450 |     | 1:04.28 |
| 3.   | GROEN, Jasper         | 06 ACZ     | <b>1:04.96</b> | 436 |     | 1:04.96 |
| 4.   | VAN DER KNAAP, Daniël | 06 De Duck | <b>1:11.13</b> | 332 |     | 1:11.13 |
| 5.   | BIRÓ, Csongor         | 06 ACZ     | <b>1:13.23</b> | 304 |     | 1:13.23 |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 15 Meisjes, 200m wisselslag 11 - 14 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m | 150m | 200m    |
|------|---------------------|-----------|----------------|-----|-------|------|------|---------|
| 1.   | KEIJZER, Judith     | 08 Zob'66 | <b>2:48.18</b> | 380 | 37.34 |      |      | 2:48.18 |
| 2.   | VAN DEN BERG, Lieve | 09 Zob'66 | <b>3:17.17</b> | 236 | 41.73 |      |      | 3:17.17 |
| 3.   | GROENENBOOM, Nienke | 09 Zob'66 | <b>3:36.88</b> | 177 | 52.54 |      |      | 3:36.88 |

Programmanr. 16 Meisjes, 100m wisselslag 11 - 14 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.              |            | Tijd           | Pnt | 50m | 100m    |
|------|-------------------|------------|----------------|-----|-----|---------|
| 1.   | KRAMER, Myrthe    | 08 De Duck | <b>1:19.94</b> | 353 |     | 1:19.94 |
| 2.   | STOUT, Ilse       | 10 ACZ     | <b>1:22.81</b> | 317 |     | 1:22.81 |
| 3.   | BATIST, Lizzy     | 08 De Duck | <b>1:29.03</b> | 255 |     | 1:29.03 |
| 4.   | ZEVENHOVEN, Fenne | 08 De Duck | <b>1:38.20</b> | 190 |     | 1:38.20 |
| DIS  | KARA, Yaren       | 08 ACZ     |                |     |     | WA      |

*De vrije slag gezwommen als school, vlinder, of rugslag*

Programmanr. 18 Jongens, 200m wisselslag 11 - 15 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m | 150m | 200m    |
|------|-----------------------|-----------|----------------|-----|-------|------|------|---------|
| 1.   | BONGERS, Lucas        | 08 Zob'66 | <b>2:40.37</b> | 319 | 35.25 |      |      | 2:40.37 |
| 2.   | BOENDER, Rick         | 07 Zob'66 | <b>2:47.55</b> | 280 | 35.28 |      |      | 2:47.55 |
| 3.   | VAN VEEN, Roan        | 07 Zob'66 | <b>2:56.03</b> | 241 | 37.87 |      |      | 2:56.03 |
| 4.   | TANGA, Joshua         | 08 Zob'66 | <b>3:30.34</b> | 141 | 45.67 |      |      | 3:30.34 |
| 5.   | VAN SCHIE, Christiaan | 08 Zob'66 | <b>3:52.40</b> | 104 | 53.02 |      |      | 3:52.40 |

Programmanr. 19 Jongens, 100m wisselslag 11 - 15 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.           |            | Tijd           | Pnt | 50m | 100m    |
|------|----------------|------------|----------------|-----|-----|---------|
| 1.   | VAN DAM, Yarno | 08 ACZ     | <b>1:03.48</b> | 467 |     | 1:03.48 |
| 2.   | LAKKE, Ties    | 07 ACZ     | <b>1:08.29</b> | 375 |     | 1:08.29 |
| 3.   | BIRÓ, Milán    | 08 ACZ     | <b>1:13.59</b> | 300 |     | 1:13.59 |
| 4.   | JONKMAN, Thijs | 10 De Duck | <b>1:20.61</b> | 228 |     | 1:20.61 |

Programmanr. 20 Dames, 200m rugslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    | 150m | 200m    |
|------|-----------------------|-----------|----------------|-----|-------|---------|------|---------|
| 1.   | VAN HAAFF, Rozemarijn | 02 Zob'66 | <b>2:36.40</b> | 439 | 37.18 | 1:16.73 |      | 2:36.40 |
| 2.   | VAN OUDHEUSDEN, Jet   | 04 Zob'66 | <b>2:44.08</b> | 380 | 37.93 | 1:18.63 |      | 2:44.08 |
| 3.   | DE BRUIN, Wendy       | 92 Zob'66 | <b>2:45.15</b> | 373 | 38.67 | 1:19.87 |      | 2:45.15 |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 21 Dames, 100m rugslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|---------------------------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | LEMS, Carmen 04 ACZ             | <b>1:09.89</b> | 484 | 33.99 | 1:09.89 |
| 2.   | VAN ESCH, Roos 82 ACZ           | <b>1:10.71</b> | 467 |       | 1:10.71 |
| 3.   | SCHEEL, Mariska 93 ACZ          | <b>1:11.31</b> | 456 | 33.77 | 1:11.31 |
| 4.   | HOOGENBOEZEM, Laura 05 ACZ      | <b>1:15.20</b> | 388 | 36.60 | 1:15.20 |
| 5.   | SCHRAVESANDE, Pien 99 ACZ       | <b>1:15.97</b> | 377 | 36.93 | 1:15.97 |
| 6.   | DE BOCK, Noa 03 De Duck         | <b>1:17.08</b> | 361 | 37.60 | 1:17.08 |
| 7.   | VAN BUREN, Kimberley 93 De Duck | <b>1:17.73</b> | 352 | 37.91 | 1:17.73 |
| 8.   | HOOGENBOEZEM, Anna 02 ACZ       | <b>1:19.10</b> | 334 | 38.81 | 1:19.10 |
| 9.   | TRAINOR, Geraldine 75 De Duck   | <b>1:20.24</b> | 320 | 38.94 | 1:20.24 |
| 10.  | VAN ROSSUM, Iris 00 ACZ         | <b>1:21.05</b> | 310 | 39.28 | 1:21.05 |
| 11.  | DE VRIEND, Kim 05 De Duck       | <b>1:22.25</b> | 297 | 39.71 | 1:22.25 |
| 12.  | KLEINJAN, Judith 98 De Duck     | <b>1:25.65</b> | 263 | 40.63 | 1:25.65 |

Programmanr. 22 Heren, 200m rugslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                          | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    | 150m | 200m    |
|------|-------------------------------|----------------|-----|-------|---------|------|---------|
| 1.   | SIEBENHELLER, Daan 98 Zob'66  | <b>2:24.82</b> | 388 | 32.87 | 1:09.55 |      | 2:24.82 |
| 2.   | VAN DER MAST, Niels 04 Zob'66 | <b>2:29.46</b> | 353 | 35.27 | 1:12.37 |      | 2:29.46 |
| 3.   | VAN MULLEM, Ian 96 Zob'66     | <b>2:29.97</b> | 349 | 34.52 | 1:12.45 |      | 2:29.97 |
| 4.   | MES, Julian 01 Zob'66         | <b>2:33.16</b> | 328 | 35.36 | 1:13.64 |      | 2:33.16 |
| 5.   | BOENDER, Benjamin 04 Zob'66   | <b>2:39.30</b> | 291 | 35.88 | 1:14.87 |      | 2:39.30 |
| 6.   | BROUWER, Jens 04 Zob'66       | <b>2:39.63</b> | 289 | 35.97 | 1:15.89 |      | 2:39.63 |

Programmanr. 23 Heren, 100m rugslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|---------------------------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | VOOGT, Jari 00 De Duck          | <b>1:02.88</b> | 454 | 30.47 | 1:02.88 |
| 2.   | HOEK, Mike 97 De Duck           | <b>1:03.70</b> | 436 | 30.64 | 1:03.70 |
| 3.   | ARMAND, Saviël 02 ACZ           | <b>1:04.26</b> | 425 | 31.45 | 1:04.26 |
| 4.   | GROEN, Stefan 03 ACZ            | <b>1:05.00</b> | 411 | 31.66 | 1:05.00 |
| 5.   | DALM, Rutger 90 ACZ             | <b>1:08.44</b> | 352 | 33.11 | 1:08.44 |
| 6.   | DE VOOGT, Paco 94 De Duck       | <b>1:13.86</b> | 280 | 35.95 | 1:13.86 |
| 7.   | VAN DEN HOUTEN, Mick 03 De Duck | <b>1:14.13</b> | 277 | 35.76 | 1:14.13 |
| 8.   | VAN ERK, Julian 99 ACZ          | <b>1:15.22</b> | 265 | 36.30 | 1:15.22 |

Programmanr. 24 50m vlinderslag 9 - 11 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang                             | Geb.                     | Tijd         | Pnt |
|----------------------------------|--------------------------|--------------|-----|
| 9 - 11 jaar, Jongens             |                          |              |     |
| 1.                               | VAN DAM, Sebas 13 ACZ    | <b>36.72</b> | 207 |
| 2.                               | HO, Ryan 12 ACZ          | <b>53.16</b> | 68  |
| 3.                               | CHEPENKO, Wanja 11 ACZ   | <b>53.98</b> | 65  |
| 4.                               | VAN ARKEL, Thijs 13 ACZ  | <b>55.36</b> | 60  |
| 5.                               | SANDERS, Bram 12 Zob'66  | <b>56.12</b> | 58  |
| DIS                              | BAKSTEEN, Abel 13 Zob'66 |              | VD  |
| <i>Schoolslagbenen gezwommen</i> |                          |              |     |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 24, 50m vlinderslag

9 - 10 jaar, Meisjes

|     |                        |    |         |                |     |
|-----|------------------------|----|---------|----------------|-----|
| 1.  | BATIST, Elise          | 12 | De Duck | <b>43.63</b>   | 174 |
| 2.  | KRAMER, Kyara          | 12 | De Duck | <b>47.68</b>   | 133 |
| 3.  | JONKMAN, Floor         | 12 | De Duck | <b>52.87</b>   | 98  |
| 4.  | KRAMER, Evy            | 13 | De Duck | <b>54.36</b>   | 90  |
| 5.  | VERSLUIJS, Gioia       | 12 | ACZ     | <b>55.78</b>   | 83  |
| 6.  | BOCHOVEN, Lise         | 13 | Zob'66  | <b>57.87</b>   | 74  |
| 7.  | TROUWBORST, Tessa      | 13 | De Duck | <b>1:00.61</b> | 65  |
| DIS | VAN DER SCHOOR, Vienna | 12 | Zob'66  |                | AF  |

*De aangegeven afstand niet uitgezwommen*

Programmanr. 25 Meisjes, 100m rugslag 10 - 12 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  | Tijd | Pnt    | 50m            | 100m |                 |
|------|-----------------------|------|--------|----------------|------|-----------------|
| 1.   | JONGKOEN, Nora        | 11   | Zob'66 | <b>1:28.38</b> | 239  | 43.60 1:28.38   |
| 2.   | VAN SCHIE, Laura-Lynn | 11   | Zob'66 | <b>1:51.23</b> | 120  | 52.81 1:51.23   |
| 3.   | BOS, Emma             | 12   | Zob'66 | <b>2:18.48</b> | 62   | 1:04.43 2:18.48 |
| DIS  | DE VOS, Elyn          | 12   | Zob'66 |                | RD   |                 |

*Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder keerpunt in te zetten*

Programmanr. 26 Meisjes, 50m rugslag 10 - 12 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                   | Tijd | Pnt     |                  |
|------|------------------------|------|---------|------------------|
| 1.   | KOUDSTAAL, Elise       | 10   | ACZ     | <b>40.63</b> 240 |
| 2.   | ARKESTEIJN, Nina-Sofia | 11   | ACZ     | <b>41.96</b> 218 |
| 3.   | STOUT, Lauren          | 12   | ACZ     | <b>42.16</b> 215 |
| 4.   | KRAMER, Inke           | 11   | De Duck | <b>49.80</b> 130 |
| 5.   | WITTE, Leanne          | 11   | De Duck | <b>58.36</b> 81  |

Programmanr. 27 Jongens, 100m rugslag 11 - 13 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.           | Tijd | Pnt    | 50m            | 100m |                 |
|------|----------------|------|--------|----------------|------|-----------------|
| 1.   | BOER, Andreas  | 09   | Zob'66 | <b>1:39.48</b> | 114  | 47.68 1:39.48   |
| 2.   | LEUSINK, Brian | 11   | Zob'66 | <b>2:13.81</b> | 47   | 1:06.37 2:13.81 |

Programmanr. 28 Jongens, 50m rugslag 11 - 13 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.              | Tijd | Pnt     |                       |
|------|-------------------|------|---------|-----------------------|
| 1.   | ARRINDELL, Avery  | 09   | ACZ     | <b>35.25</b> 250      |
| 2.   | DE GRAAF, Ruben   | 09   | De Duck | <b>36.24</b> 230 FJ 1 |
| 3.   | VAN DAM, Vince    | 10   | ACZ     | <b>36.24</b> 230 FJ 2 |
| 4.   | ARKESTEIJN, Luka  | 09   | ACZ     | <b>36.88</b> 218      |
| 5.   | VAN DER BIE, Nils | 09   | De Duck | <b>43.88</b> 129      |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 29 Dames, 200m schoolslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    | 150m | 200m    |
|------|-----------------------|-----------|----------------|-----|-------|---------|------|---------|
| 1.   | VAN HAAFF, Rozemarijn | 02 Zob'66 | <b>2:55.06</b> | 454 | 38.36 | 1:22.56 |      | 2:55.06 |
| 2.   | DE BRUIN, Wendy       | 92 Zob'66 | <b>2:59.51</b> | 421 | 41.05 | 1:26.79 |      | 2:59.51 |
| 3.   | VAN OUDHEUSDEN, Jet   | 04 Zob'66 | <b>3:01.83</b> | 405 | 40.88 | 1:26.92 |      | 3:01.83 |

Programmanr. 30 Heren, 200m schoolslag 11 jaar en ouder  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.               |           | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    | 150m | 200m    |
|------|--------------------|-----------|----------------|-----|-------|---------|------|---------|
| 1.   | DE KONING, Mart    | 02 Zob'66 | <b>2:36.76</b> | 450 | 33.56 | 1:14.22 |      | 2:36.76 |
| 2.   | SIEBENHELLER, Daan | 98 Zob'66 | <b>2:51.71</b> | 342 | 38.13 | 1:21.43 |      | 2:51.71 |
| 3.   | MES, Julian        | 01 Zob'66 | <b>2:51.86</b> | 341 | 37.36 | 1:20.63 |      | 2:51.86 |
| 4.   | VAN MULLEM, Ian    | 96 Zob'66 | <b>2:54.51</b> | 326 | 38.05 | 1:22.27 |      | 2:54.51 |
| 5.   | BROUWER, Jens      | 04 Zob'66 | <b>3:28.36</b> | 191 | 42.70 | 1:35.81 |      | 3:28.36 |

Programmanr. 32 Meisjes, 100m vlinderslag 11 - 16 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                 |            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|----------------------|------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | SCHALLENBERG, Mare   | 06 ACZ     | <b>1:05.24</b> | 585 | 30.65 | 1:05.24 |
| 2.   | VAN SLIEDREGT, Esmée | 09 Zob'66  | <b>1:24.32</b> | 271 | 38.64 | 1:24.32 |
| 3.   | OLDENKAMP, Noémi     | 06 ACZ     | <b>1:27.81</b> | 240 | 37.39 | 1:27.81 |
| 4.   | VAN DEN HOUTEN, Kyra | 06 De Duck | <b>1:30.11</b> | 222 | 40.05 | 1:30.11 |
| 5.   | TWIGT, Janneke       | 07 ACZ     | <b>1:33.61</b> | 198 | 42.08 | 1:33.61 |

Programmanr. 35 Jongens, 100m vlinderslag 11 - 17 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                  |            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|-----------------------|------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | WIERINGA, Menno       | 05 ACZ     | <b>1:03.18</b> | 432 | 28.96 | 1:03.18 |
| 2.   | GROEN, Jasper         | 06 ACZ     | <b>1:03.34</b> | 429 | 28.94 | 1:03.34 |
| 3.   | DE JONG, Hessel       | 06 ACZ     | <b>1:06.76</b> | 366 | 30.20 | 1:06.76 |
| 4.   | DE GELDER, Tavi       | 06 Zob'66  | <b>1:06.95</b> | 363 | 30.72 | 1:06.95 |
| 5.   | BIRÓ, Csongor         | 06 ACZ     | <b>1:14.90</b> | 259 | 32.62 | 1:14.90 |
| 6.   | VAN DER KNAAP, Daniël | 06 De Duck | <b>1:16.86</b> | 240 | 31.33 | 1:16.86 |

Programmanr. 37 Meisjes, 100m vrije slag 11 - 14 jaar  
28-1-2023 Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                |            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|---------------------|------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | KEIJZER, Judith     | 08 Zob'66  | <b>1:06.79</b> | 425 | 32.98 | 1:06.79 |
| 2.   | KRAMER, Myrthe      | 08 De Duck | <b>1:09.17</b> | 383 | 33.70 | 1:09.17 |
| 3.   | BATIST, Lizzy       | 08 De Duck | <b>1:15.21</b> | 298 | 35.91 | 1:15.21 |
| 4.   | STOUT, Ilse         | 10 ACZ     | <b>1:15.75</b> | 291 | 36.19 | 1:15.75 |
| 5.   | KARA, Yaren         | 08 ACZ     | <b>1:19.69</b> | 250 | 37.05 | 1:19.69 |
| 6.   | VAN DEN BERG, Lieve | 09 Zob'66  | <b>1:20.84</b> | 240 | 38.34 | 1:20.84 |
| 7.   | KARS, Lara          | 09 De Duck | <b>1:22.09</b> | 229 | 38.16 | 1:22.09 |
| 8.   | ZEVENHOVEN, Fenne   | 08 De Duck | <b>1:25.18</b> | 205 | 39.72 | 1:25.18 |
| 9.   | GROENENBOOM, Nienke | 09 Zob'66  | <b>1:26.43</b> | 196 | 40.61 | 1:26.43 |

Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 39  
28-1-2023

Jongens, 100m vrije slag

11 - 15 jaar  
Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.                            | Tijd           | Pnt | 50m   | 100m    |
|------|---------------------------------|----------------|-----|-------|---------|
| 1.   | VAN DAM, Yarno 08 ACZ           | <b>56.41</b>   | 502 | 26.69 | 56.41   |
| 2.   | LAKKE, Ties 07 ACZ              | <b>58.03</b>   | 461 | 27.58 | 58.03   |
| 3.   | BONGERS, Lucas 08 Zob'66        | <b>1:06.19</b> | 310 | 31.89 | 1:06.19 |
| 4.   | BIRÓ, Milán 08 ACZ              | <b>1:06.69</b> | 303 | 31.78 | 1:06.69 |
| 5.   | BOENDER, Rick 07 Zob'66         | <b>1:07.32</b> | 295 | 32.64 | 1:07.32 |
| 6.   | VAN VEEN, Roan 07 Zob'66        | <b>1:12.25</b> | 239 | 33.76 | 1:12.25 |
| 7.   | JONKMAN, Thijs 10 De Duck       | <b>1:12.31</b> | 238 | 34.44 | 1:12.31 |
| 8.   | TANGA, Joshua 08 Zob'66         | <b>1:25.49</b> | 144 | 39.45 | 1:25.49 |
| 9.   | VAN SCHIE, Christiaan 08 Zob'66 | <b>1:30.00</b> | 123 | 42.84 | 1:30.00 |

Programmanr. 41  
28-1-2023

50m rugslag

9 - 11 jaar  
Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang   | Geb.                             | Tijd         | Pnt |
|--|----------------------------------|--------------|-----|
| <b>9 - 11 jaar, Jongens</b>  |                                  |              |     |
| 1.   | VAN DAM, Sebas 13 ACZ            | <b>39.19</b> | 182 |
| 2.   | VAN ARKEL, Thijs 13 ACZ          | <b>42.39</b> | 144 |
| 3.   | CHEPENKO, Wanja 11 ACZ           | <b>45.27</b> | 118 |
| 4.   | SANDERS, Bram 12 Zob'66          | <b>48.09</b> | 98  |
| 5.   | HO, Ryan 12 ACZ                  | <b>48.43</b> | 96  |
| 6.   | BAKSTEEN, Abel 13 Zob'66         | <b>59.49</b> | 52  |
| <b>9 - 10 jaar, Meisjes</b>  |                                  |              |     |
| 1.   | BATIST, Elise 12 De Duck         | <b>44.09</b> | 188 |
| 2.   | KRAMER, Evy 13 De Duck           | <b>45.74</b> | 168 |
| 3.   | KRAMER, Kyara 12 De Duck         | <b>46.24</b> | 163 |
| 4.   | JONKMAN, Floor 12 De Duck        | <b>51.86</b> | 115 |
| 5.   | VERSLUIJS, Gioia 12 ACZ          | <b>52.89</b> | 109 |
| 6.   | BOCHOVEN, Lise 13 Zob'66         | <b>53.65</b> | 104 |
| 7.   | DE GOEIJ, Saar 12 Zob'66         | <b>57.06</b> | 86  |
| 8.   | TROUWBORST, Tessa 13 De Duck     | <b>58.23</b> | 81  |
| DIS  | VAN DER SCHOOR, Vienna 12 Zob'66 |              | RD  |
| <i>Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.</i> |                                  |              |     |

Programmanr. 43  
28-1-2023

Dames, 4 x 50m vrije slag

11 jaar en ouder  
Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang | Geb.  | Tijd           | Pnt |
|------|---|----------------|-----|
| 1.   | ACZ 1   | <b>1:51.14</b> | 576 |
|      | SCHALLENBERG, Mare 06 26.46 SCHEEL, Mariska 93        |                |     |
|      | LEMS, Carmen 04 SCHRAVESANDE, Pien 99                 |                |     |
| 2.   | Zob'66 1  | <b>2:00.35</b> | 454 |
|      | VAN HAAFF, Rozemarijn 02 29.46 VAN OUDHEUSDEN, Jet 04 |                |     |
|      | KEIJZER, Judith 08 DE BRUIN, Wendy 92                 |                |     |
| 3.   | De Duck 1   | <b>2:01.27</b> | 443 |
|      | DE BOCK, Noa 03 29.15 TRAINOR, Geraldine 75           |                |     |
|      | VAN BUREN, Kimberley 93 KRAMER, Myrthe 08             |                |     |



Nationale Zwemcompetitie deel 3  
Capelle aan den IJssel, 28-1-2023

Programmanr. 44  
28-1-2023

Heren, 4 x 100m wisselslag

11 jaar en ouder  
Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang |                 |    |       |         | Tijd                | Pnt |
|------|-----------------|----|-------|---------|---------------------|-----|
| 1.   | Zob'66 1        |    |       | Zob'66  | <b>4:27.45</b>      | 412 |
|      | MES, Julian     | 01 | 33.63 | 1:10.34 | VAN DER MAST, Niels | 04  |
|      | DE KONING, Mart | 02 |       |         | DE GELDER, Tavi     | 06  |
| 2.   | Zob'66 2        |    |       | Zob'66  | <b>4:42.33</b>      | 351 |
|      | BROUWER, Jens   | 04 | 36.12 | 1:14.48 | SIEBENHELLER, Daan  | 98  |
|      | VAN MULLEM, Ian | 96 |       |         | BOENDER, Benjamin   | 04  |

Programmanr. 45  
28-1-2023

Heren, 4 x 50m wisselslag

11 jaar en ouder  
Resultaten

Punten: FINA 2022

| Rang |                       |    |  |         | Tijd              | Pnt |
|------|-----------------------|----|--|---------|-------------------|-----|
| 1.   | ACZ 1                 |    |  | ACZ     | <b>1:51.77</b>    | 524 |
|      | VAN DAM, Yarno        | 08 |  | 29.40   | WIERINGA, Menno   | 05  |
|      | DE JONG, Hessel       | 06 |  |         | ARMAND, Saviël    | 02  |
| 2.   | De Duck 1             |    |  | De Duck | <b>2:00.83</b>    | 415 |
|      | VOOGT, Jari           | 00 |  | 29.93   | HOEK, Mike        | 97  |
|      | VAN DEN HOUTEN, Mick  | 03 |  |         | DE VOOGT, Paco    | 94  |
| 3.   | De Duck 2             |    |  | De Duck | <b>2:31.90</b>    | 208 |
|      | VAN DER KNAAP, Daniël | 06 |  | 33.96   | VAN DER BIE, Nils | 09  |
|      | JONKMAN, Thijs        | 10 |  |         | DE GRAAF, Ruben   | 09  |