

## Uitslag Vijfkamp deel 1 28-11-2009 te Sliedrecht (25m baan)

<b>Progr nr: 1 4x100m vrij est. m. junioren 3 en later</b>				<b>50m</b>	<b>100m</b>			<b>Eindtijd</b>	
3	SVO			0.40.10*	1.26.56*			5.38.88CR	
Dagmar Ham, Marcella Scheer, Meike de Greef, Rianne van der Ham									
<b>Verbeteringen</b>				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	100	VRIJ	Dagmar Ham	1.26.56	1.30.96	07-11-2009	Rotterdam	25m	
PR	50	VRIJ	Dagmar Ham	0.40.10	0.41.32	28-02-2009	Vlaardingen	25m	
CR	4x100	VRIJ	Estafette	5.38.88				Limiet	MO14
<b>Progr nr: 4 100m vlinder dames</b>				<b>50m</b>					<b>Eindtijd</b>
2	Evelien Muilwijk		1.14.81	87-02856	0.34.90			1.16.76	
3	Carolien Muilwijk		1.22.76	90-08064	0.37.56			1.22.72*	
6	Gemma den Toom		1.24.95	88-04318	0.40.80			1.31.59	
<b>Verbeteringen</b>				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	100	VLINDE	Carolien Muilwijk	1.22.72	1.22.76	14-03-2009	Papendrecht	25m	
<b>Progr nr: 5 100m vlinder heren</b>				<b>50m</b>					<b>Eindtijd</b>
3	Joeri Scheepens		1.03.84	86-02689	0.29.52			1.03.43*CR	
9	Andre Sterk		1.11.06	86-02989	0.31.69*			1.13.84	
11	Nijs de Vos		1.19.42	91-04705	0.36.82			1.16.70*	
12	Bastiaan van Houwelingen		1.26.22	90-01295	0.33.78			1.18.09*	
13	Nico Plooy		1.19.24	88-05835	0.36.17			1.25.65	
<b>Verbeteringen</b>				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	100	VLINDE	Bastiaan van Houweling	1.18.09	1.25.10	07-11-2009	Rotterdam	25m	
PR	50	VLINDE	Andre Sterk	0.31.69	0.34.18	14-06-2003	Giessenburg	50m	
PR	100	VLINDE	Nijs de Vos	1.16.70	1.18.84	07-11-2009	Rotterdam	25m	
PR	100	VLINDE	Joeri Scheepens	1.03.43	1.03.84	13-11-2004	Zwijndrecht	25m	
CR	100	VLINDE	Joeri Scheepens	1.03.43	1.03.84	13-11-2004	Zwijndrecht	25m	Joeri Scheepens Heren
<b>Progr nr: 6 100m wissel m. jeugd 2 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
4	Sara de Vos		1.27.42	94-06632				1.30.60	
	Anniek Schilt			95-06570				1.34.80	VE
11	Milou van Lieren		1.41.91	94-06630				1.41.83	
VE : De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.									
<b>Progr nr: 8 100m wissel m. junioren 1 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
3	Marcella Scheer		1.36.74	99-01866				1.37.32	
5	Iris Ariaans			99-02402				1.40.55*	
6	Dagmar Ham		1.44.83	98-03136				1.40.77	
7	Kim van de Grijn			98-04984				1.50.33	
9	Lydia Mouthaan			98-04986				1.50.33	
<b>Verbeteringen</b>				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	100	WISSEL	Iris Ariaans	1.40.55	1.42.34	14-11-2009	Sliedrecht	25m	
<b>Progr nr: 10 50m vrij m. senioren 2 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
5	Rianne van der Ham		0.33.70	96-04618				0.35.69	
6	Sara de Vos		0.34.25	94-06632				0.36.24	
<b>Progr nr: 11 50m vrij j. jeugd 2 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
1	Davy de Greef		0.27.33	93-05463				0.26.47*CR	
3	Arte van Houwelingen		0.28.61	92-06695				0.28.59*	
<b>Verbeteringen</b>				<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	50	VRIJ	Davy de Greef	0.26.47	0.27.33	15-03-2008	Rotterdam	25m	
PR	50	VRIJ	Arte van Houwelingen	0.28.59	0.28.61	07-03-2009	Sliedrecht	25m	
CR	50	VRIJ	Davy de Greef	0.26.47	0.26.84	01-12-2001	Dordrecht	25m	Bert van Dam JO16
<b>Progr nr: 12 100m school m. junioren 3 en later</b>				<b>50m</b>					<b>Eindtijd</b>
4	Rianne van der Ham		1.31.64	96-04618	0.45.24			1.33.22	
9	Meike de Greef		1.47.70	96-05340	0.49.25*			1.45.72*	

<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	100	SCHOOL	Meike de Greef	1.45.72	1.47.70	25-10-2008	Dordrecht	25m	
PR	50	SCHOOL	Meike de Greef	0.49.25	0.49.36	16-02-2008	s'Gravendeel	25m	
<b>Progr nr: 13 100m school j. junioren 2 en later</b>				<b>50m</b>				<b>Eindtijd</b>	
4	Harmen den Hartog		1.40.07	96-02227	0.43.70				1.34.84*
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	100	SCHOOL	Harmen den Hartog	1.34.84	1.40.07	26-09-2009	Rotterdam zuid	25m	
<b>Progr nr: 14 50m rug m. minioren 4 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
1	Eline de Groot			00-01276					0.48.55CR
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
CR	50	RUG	Eline de Groot	0.48.55	0.50.20	04-10-2008	Brielle	25m	Dagmar Ham MO10
<b>Progr nr: 17 25m rug j. minioren 2 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
2	Stephan Witzier			02-00343					0.27.39
<b>Progr nr: 18 50m school dames</b>								<b>Eindtijd</b>	
3	Evelien Muilwijk		0.41.31	87-02856					0.43.15
5	Carolien Muilwijk		0.44.19	90-08064					0.44.96
6	Femke Peet		0.44.10	90-06542					0.45.10
8	Gemma den Toom		0.44.16	88-04318					0.47.56
<b>Progr nr: 19 50m school heren</b>								<b>Eindtijd</b>	
6	Nico Plooy		0.37.06	88-05835					0.37.62
8	Joeri Scheepens		0.36.92	86-02689					0.38.30
9	Andre Sterk		0.37.20	86-02989					0.38.83
12	Bastiaan van Houwelingen		0.40.46	90-01295					0.40.01*
14	Nijs de Vos		0.39.81	91-04705					0.41.58
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	50	SCHOOL	Bastiaan van Houweling	0.40.01	0.40.46	03-10-2009	Rozenburg	25m	
<b>Progr nr: 20 100m vrij m. jeugd 2 en later</b>				<b>50m</b>				<b>Eindtijd</b>	
7	Sara de Vos		1.16.07	94-06632	0.39.65				1.21.88
8	Anniek Schilt			95-06570	0.38.56				1.23.06
12	Milou van Lieren		1.31.20	94-06630					1.32.69
<b>Progr nr: 22 50m rug m. junioren 1 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
2	Dagmar Ham		0.44.09	98-03136					0.42.74*
5	Iris Ariaans			99-02402					0.48.62
6	Marcella Scheer		0.50.45	99-01866					0.48.82*
8	Kim van de Grijn			98-04984					0.51.86
9	Lydia Mouthaan			98-04986					0.52.49
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	50	RUG	Marcella Scheer	0.48.82	0.50.45	26-09-2009	Rotterdam zuid	25m	
PR	50	RUG	Dagmar Ham	0.42.74	0.44.09	26-09-2009	Rotterdam zuid	25m	
<b>Progr nr: 24 100m rug m. senioren 2 en later</b>				<b>50m</b>				<b>Eindtijd</b>	
5	Sara de Vos		1.33.68	94-06632	0.44.40				1.30.26
<b>Progr nr: 25 100m rug j. jeugd 2 en later</b>				<b>50m</b>				<b>Eindtijd</b>	
1	Davy de Greef		1.15.49	93-05463	0.35.22				1.13.10
3	Arte van Houwelingen		1.21.17	92-06695	0.39.17				1.19.49*
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	100	RUG	Arte van Houwelingen	1.19.49	1.21.06	07-11-2009	Rotterdam	25m	
<b>Progr nr: 26 50m vlinder m. junioren 3 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
2	Rianne van der Ham		0.41.29	96-04618					0.38.64*
11	Meike de Greef		0.48.41	96-05340					0.50.13
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	50	VLINDE	Rianne van der Ham	0.38.64	0.41.29	03-10-2009	Rozenburg	25m	
<b>Progr nr: 27 50m vlinder j. junioren 2 en later</b>								<b>Eindtijd</b>	
4	Harmen den Hartog		0.44.67	96-02227					0.41.67*
<b>Verbeteringen</b>		<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	50	VLINDE	Harmen den Hartog	0.41.67	0.44.67	17-01-2009	Papendrecht	25m	

**Progr nr: 28 25m vrij m. minioren 4 en later****Eindtijd**

2	Eline de Groot	0.21.63	00-01276							0.19.14*
<b>Verbeteringen</b>										
			<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	25	VRIJ	Eline de Groot	0.19.14	0.19.21	14-11-2009	Sliedrecht	25m		

**Progr nr: 31 25m vrij j. minioren 2 en later****Eindtijd**

2	Stephan Witzier	0.27.38	02-00343							0.22.78*
<b>Verbeteringen</b>										
			<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>						
PR	25	VRIJ	Stephan Witzier	0.22.78	0.27.38	30-05-2009	Groot-Ammers	25m		

**Progr nr: 32 400m vrij Mix**

					<b>50m</b>	<b>100m</b>	<b>200m</b>	<b>300m</b>	<b>Eindtijd</b>
3	Bastiaan van Houwelingen	5.10.74	90-01295			1.07.48	1.22.60*CR	3.39.95*CR	4.57.35*
17	Carolien Muilwijk		90-08064			1.16.37	2.44.58	4.13.67CR	5.43.70
25	Sara de Vos		94-06632			1.27.51	3.05.73	4.46.24CR	6.21.15

**Verbeteringen**

					<i>Nieuw</i>	<i>Oud</i>				
PR	200	VRIJ	Bastiaan van Houweling	1.22.60	2.17.50	07-11-2009	Rotterdam	25m		
PR	300	VRIJ	Bastiaan van Houweling	3.39.95	4.00.28	18-10-2008	Sliedrecht	25m		
PR	400	VRIJ	Bastiaan van Houweling	4.57.35	5.10.74	07-03-2009	Sliedrecht	25m		
CR	200	VRIJ	Bastiaan van Houweling	1.22.60	2.11.20	12-11-2005	Papendrecht	25m	Joeri Scheepens	Heren
CR	300	VRIJ	Bastiaan van Houweling	3.39.95	4.00.28	18-10-2008	Sliedrecht	25m	Bastiaan van Houweling	Heren
CR	300	VRIJ	Carolien Muilwijk	4.13.67					Limiet	Dames
CR	300	VRIJ	Sara de Vos	4.46.24					Limiet	MO16