

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 1  
25-3-2023 - 14:00

Jongens, 200m schoolslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1. Hessel Wachter	Zwemclub Zeist	3:17.59	200903337	<b>3:01.89</b>	41.39	1:28.76		3:01.89
2. Lucas Willekes	Zwemclub Zeist	3:29.32	201002481	<b>3:25.75</b>	47.54	1:40.08		3:25.75
3. Luuk Oskam	De Vrije Slag	NT	200900497	<b>3:29.92</b>	45.54	1:38.45		3:29.92
4. Leon ten Broeke	GoSwim	3:47.52	200900713	<b>3:34.50</b>	45.76	1:42.61		3:34.50
5. Daan Schaddelee	DWK	3:53.14	200901915	<b>3:37.47</b>	49.30	1:45.10		3:37.47
6. Rashed Al Mardini	De Vrije Slag	NT	201001231	<b>3:45.17</b>	48.50	1:47.44		3:45.17
7. Giao Bao Pham	De Vrije Slag	NT	201001095	<b>3:48.92</b>	50.86	1:50.81		3:48.92
8. Pim Rijken	Zwemvereniging Utrecht	NT	201002927	<b>3:52.85</b>	52.78	1:52.08	2:55.30	3:52.85
9. Michaël Banse	De Vrije Slag	NT	200903751	<b>4:10.42</b>	54.42	1:58.31		4:10.42
DIS Jorne Pol	DWK	NT	201001127					

SR - Meer dan 1 vlinderbeenslag gemaakt voordat de 1e schoolslagbeenslag is gemaakt.

AFGEM Sven Potappel	DWK	3:23.72	201000127					
AFGEM Nordin Vermeer	DWK	3:13.58	201000227					
AFGEM Henk Mostert	De Vrije Slag	NT	201000231					
AFGEM Xavier Barnar	GoSwim	4:02.85	200900061					

BM Stefan van der Meer	VZC Veenendaal	2:56.78	200901361	<b>2:55.71</b>	40.09	1:24.77		2:55.71
------------------------	----------------	---------	-----------	----------------	-------	---------	--	---------

Programmanr. 2  
25-3-2023 - 14:15

Meisjes, 50m vlinderslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Yfke van der Leij	VZC Veenendaal	37.47	201000028	<b>37.46</b>
2. Enieke Lijftogt	De Vrije Slag	38.79	201001322	<b>37.83</b>
3. Moira Iseger	DWK	43.05	201101908	<b>38.95</b>
4. Mara Hoppen	ZC De Vuursche	40.07	201000022	<b>39.29</b>
5. Sofie van Poecke	DWK	40.90	201001448	<b>39.60</b>
6. Eva Keet	Zwemvereniging Utrecht	40.94	201003006	<b>40.86</b>
7. Roos Flikweert	VZC Veenendaal	48.27	201101578	<b>41.89</b>
8. Floor Flikweert	VZC Veenendaal	43.56	201101576	<b>42.58</b>
9. Jasmijn Scott	ZC De Vuursche	42.67	201001236	<b>43.38</b>
10. Louise-Emma Schadenberg	VZC Veenendaal	47.49	201101288	<b>43.89</b>
11. Isabelle Barnar	GoSwim	44.85	201100024	<b>45.23</b>
12. Cordelia Chang Schrooyen	Zwemvereniging Utrecht	52.34	201003008	<b>45.39</b>
13. Frieda Machartzki	GoSwim	50.76	201102204	<b>46.88</b>
14. Geraldine Rodrigues	Zwemvereniging Utrecht	51.45	201101394	<b>48.38</b>
15. Gerlin van de Krol	DWK	51.26	201101412	<b>49.57</b>
16. Zisanne Top	DWK	48.88	201001242	<b>50.22</b>
17. Hinde Wunderink	ZC De Vuursche	51.04	201002162	<b>50.56</b>
18. Colinda Top	DWK	58.23	201101414	<b>50.83</b>
19. Eva Spelt	DWK	51.33	201100878	<b>51.11</b>
20. Luna Goede, de	Zwemvereniging Utrecht	NT	201103180	<b>52.29</b>
21. Nina Schuringa	De Vrije Slag	54.48	201101280	<b>54.22</b>
22. Marit Magendans	De Vrije Slag	59.40	201101934	<b>56.41</b>
23. Sara Wunderink	ZC De Vuursche	57.74	201101858	<b>56.70</b>
24. Esmee van Harten	Zwemclub Zeist	1:02.48	201000946	<b>57.38</b>
DIS Jaïra Veldhuizen	DWK	NT	201102302	

VI - Met één hand keer- en/of eindpunt aangetikt.

DIS Janna Albers	Zwemvereniging Utrecht	NT	201103302	
------------------	------------------------	----	-----------	--

VD - Schoolsflagbenen gezwommen.

AFGEM Brechje Schuengel	ZC De Vuursche	52.27	201003764	
AFGEM Danique de Man	VZC Veenendaal	1:04.29	201001972	

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 3  
25-3-2023 - 14:21

Jongens, 100m wisselslag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Felix Gepkens	VZC Veenendaal	1:17.54	200800631	<b>1:11.10</b>	31.09	1:11.10
2.	L. Schade van Westrum	GoSwim	1:13.43	200800933	<b>1:13.66</b>		1:13.66
3.	Bas van Daatselaar	DWK	1:18.56	200701491	<b>1:16.65</b>	35.29	1:16.65
4.	Pelle Schrieken	VZC Veenendaal	1:21.66	200801595	<b>1:18.76</b>	36.52	1:18.76
5.	Oscar van de Weerd	GoSwim	1:29.31	200703923	<b>1:26.95</b>	38.61	1:26.95
6.	Atze van der Leij	VZC Veenendaal	1:54.87	200700179	<b>1:44.86</b>		1:44.86
AFGEM	Timon Wierper	De Vrije Slag	1:26.34	200801573			
BM	Rijk Leenders	VZC Veenendaal	1:07.61	200800627	<b>1:06.64</b>	31.52	1:06.64
BM	Bas Mostert	VZC Veenendaal	1:10.54	200800629	<b>1:08.32</b>	32.57	1:08.32
BM	Thijmen Willekes	Zwemclub Zeist	1:10.78	200703077	<b>1:12.54</b>	33.45	1:12.54

Programmanr. 4  
25-3-2023 - 14:27

Meisjes, 100m vlinderslag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Lili Oosting	DWK	1:17.17	200900384	<b>1:20.45</b>	37.95	1:20.45
2.	Anouk Molenberg	VZC Veenendaal	1:21.28	200902112	<b>1:21.61</b>	38.22	1:21.61
3.	Myrthe Rijpma	DWK	1:25.33	200801990	<b>1:25.88</b>	40.36	1:25.88
4.	Maud Smit	VZC Veenendaal	1:29.84	200800788	<b>1:27.55</b>	39.47	1:27.55
5.	Rosalie van Echtelt	Zwemclub Zeist	1:28.08	200804448	<b>1:28.00</b>	39.16	1:28.00
6.	Maud ten Broek	DWK	1:33.99	200801912	<b>1:28.31</b>	39.88	1:28.31
7.	Elena Looijen	DWK	1:35.48	200802702	<b>1:29.80</b>	39.82	1:29.80
8.	Yara Wegman	DWK	1:38.77	200901472	<b>1:38.38</b>	44.22	1:38.38
9.	Amelie Kieboom	Zwemclub Zeist	1:50.78	200902262	<b>1:45.59</b>	48.53	1:45.59
10.	Noëmi van de Vijver	Zwemclub Zeist	1:55.25	200901814	<b>1:55.13</b>	51.36	1:55.13
DIS	Linde Akkersdijk	GoSwim	1:44.74	200901532			
<i>AF - De aangegeven afstand niet uitgezwommen.</i>							
AFGEM	Rosalie Koumassa	DWK	NT	200901658			
BM	Elin Ditewig	VZC Veenendaal	1:10.39	200900392	<b>1:07.17</b>	30.95	1:07.17
BM	Chiara Lammertink	VZC Veenendaal	1:15.47	200902200	<b>1:15.00</b>	34.25	1:15.00

Programmanr. 5  
25-3-2023 - 14:36

Heren, 200m rugslag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Sjoerd van der Wilt	VZC Veenendaal	2:35.14	200501447	<b>2:27.00</b>	34.23	1:11.60		2:27.00
2.	Tim Seising	VZC Veenendaal	2:31.11	200500107	<b>2:27.76</b>	35.16	1:12.67		2:27.76
3.	Rick Dijkhuizen	Zwemclub Zeist	2:30.69	200400197	<b>2:32.07</b>	34.58	1:13.25		2:32.07
4.	Dries Mostert	De Vrije Slag	2:46.06	200400995	<b>2:38.85</b>	36.80	1:16.39		2:38.85
5.	Phi Pham	De Vrije Slag	2:51.27	200400899	<b>2:47.93</b>	37.28	1:19.98		2:47.93
6.	Ennio Keja	Zwemvereniging Utrech	2:53.76	200403071	<b>2:52.92</b>	40.92	1:25.61		2:52.92
7.	Tijmen Ellen	Zwemvereniging Utrech	2:52.64	200403959	<b>2:54.27</b>	39.50	1:23.51		2:54.27
8.	Stephan Overwijk	Zwemvereniging Utrech	2:59.41	200500319	<b>2:58.49</b>	39.24	1:25.44		2:58.49
9.	Xander Bemelman	Zwemvereniging Utrech	3:19.19	200204619	<b>3:12.14</b>	41.50	1:29.66		3:12.14
AFGEM	Sven Rooijackers	GoSwim	2:33.91	200502013					
BM	Lasse Schrieken	VZC Veenendaal	2:24.82	200503145	<b>2:20.69</b>	33.46	1:09.26		2:20.69

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 6  
25-3-2023 - 14:42

Dames, 50m vrije slag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	
1.	Fenna Bekke ter	Zwemvereniging Utrecht	29.57	200701506	<b>29.39</b>	
2.	Alexandra Gepkens	VZC Veenendaal	30.07	200701690	<b>30.34</b>	
3.	Romy Haar, ter	Zwemvereniging Utrecht	33.20	200402746	<b>32.82</b>	
4.	Anna Spelt	DWK	31.70	200702450	<b>32.85</b>	
5.	Yaela van Engelenburg	VZC Veenendaal	37.37	200703476	<b>33.07</b>	
6.	Yanou Vaessen	DWK	31.85	200603666	<b>33.27</b>	
7.	Dannique Koolen	ZC De Vuursche	33.21	199904048	<b>34.60</b>	488
8.	Juliëtte Barnar	GoSwim	39.97	200700554	<b>41.53</b>	
AFGEM	Hanna Minderaa	DWK	30.18	200500406		
AFGEM	Vera van der Meer	VZC Veenendaal	29.35	200701508		
BM	Noa Ottens	VZC Veenendaal	28.66	200702256	<b>28.91</b>	

Programmanr. 7  
25-3-2023 - 14:45

Jongens, 50m rugslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Stefan van der Meer	VZC Veenendaal	34.33	200901361	<b>34.22</b>
2.	Hessel Wachter	Zwemclub Zeist	35.61	200903337	<b>35.73</b>
3.	Leon ten Broeke	GoSwim	38.53	200900713	<b>39.45</b>
4.	Luuk Oskam	De Vrije Slag	40.53	200900497	<b>40.15</b>
5.	Giao Bao Pham	De Vrije Slag	42.27	201001095	<b>42.36</b>
6.	Lucas Willekes	Zwemclub Zeist	45.16	201002481	<b>43.50</b>
7.	Rashed Al Mardini	De Vrije Slag	43.96	201001231	<b>44.35</b>
8.	Jorne Pol	DWK	42.27	201001127	<b>45.07</b>
9.	Daan Schaddelee	DWK	44.86	200901915	<b>45.14</b>
10.	Pim Rijken	Zwemvereniging Utrecht	46.99	201002927	<b>45.45</b>
11.	Michaël Banse	De Vrije Slag	NT	200903751	<b>48.61</b>
AFGEM	Sven Potappel	DWK	36.46	201000127	
AFGEM	Nordin Vermeer	DWK	39.16	201000227	
AFGEM	Henk Mostert	De Vrije Slag	43.17	201000231	
AFGEM	Xavier Barnar	GoSwim	38.27	200900061	
BM	Mathieu Gepkens	VZC Veenendaal	32.72	201000045	<b>33.51</b>

Programmanr. 8  
25-3-2023 - 14:51

Meisjes, 100m rugslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Yfke van der Leij	VZC Veenendaal	1:22.26	201000028	<b>1:24.59</b>	41.66	1:24.59
2.	Sofie van Poecke	DWK	1:22.63	201001448	<b>1:25.09</b>	41.33	1:25.09
3.	Floor Flikweert	VZC Veenendaal	1:25.83	201101576	<b>1:29.04</b>	44.95	1:29.04
4.	Mara Hoppen	ZC De Vuursche	1:29.41	201000022	<b>1:29.24</b>	42.78	1:29.24
5.	Enieke Lijftogt	De Vrije Slag	1:30.78	201001322	<b>1:29.77</b>	44.35	1:29.77
6.	Roos Flikweert	VZC Veenendaal	1:32.00	201101578	<b>1:31.93</b>	45.25	1:31.93
7.	Gerlin van de Krol	DWK	1:41.16	201101412	<b>1:37.98</b>	47.64	1:37.98
8.	Zisanne Top	DWK	1:46.46	201001242	<b>1:38.00</b>	47.11	1:38.00
9.	Moira Iseger	DWK	1:45.86	201101908	<b>1:38.66</b>	47.84	1:38.66
10.	Jasmijn Scott	ZC De Vuursche	1:34.65	201001236	<b>1:39.76</b>	47.81	1:39.76
11.	Eva Spelt	DWK	1:44.64	201100878	<b>1:41.96</b>	51.81	1:41.96
12.	Jaïra Veldhuizen	DWK	1:47.65	201102302	<b>1:43.95</b>	49.66	1:43.95
13.	Hinde Wunderink	ZC De Vuursche	1:53.55	201002162	<b>1:46.38</b>	52.77	1:46.38
14.	Esmee van Harten	Zwemclub Zeist	1:42.25	201000946	<b>1:46.64</b>	53.36	1:46.64
15.	Frieda Machartzki	GoSwim	1:49.09	201102204	<b>1:47.60</b>	52.13	1:47.60
16.	Marit Magendans	De Vrije Slag	1:49.87	201101934	<b>1:48.18</b>	53.80	1:48.18
17.	Janna Albers	Zwemvereniging Utrecht	NT	201103302	<b>1:49.41</b>	54.05	1:49.41
18.	Isabelle Barnar	GoSwim	1:49.98	201100024	<b>1:49.43</b>	53.24	1:49.43
19.	Nina Schuringa	De Vrije Slag	1:55.79	201101280	<b>1:51.09</b>	54.73	1:51.09
20.	Colinda Top	DWK	1:57.76	201101414	<b>1:52.49</b>	53.32	1:52.49
21.	Sara Wunderink	ZC De Vuursche	1:52.30	201101858	<b>1:54.93</b>	52.62	1:54.93
22.	Luna Goede, de	Zwemvereniging Utrecht	NT	201103180	<b>2:06.45</b>	1:00.54	2:06.45

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 8, Meisjes, 100m rugslag, Junioren 1 en 2

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
DIS	L. Schadenberg	VZC Veenendaal	1:42.21	201101288			
	<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>						
AFGEM	Brechje Schuengel	ZC De Vuursche	1:52.58	201003764			
AFGEM	Danique de Man	VZC Veenendaal	2:07.85	201001972			

Programmanr. 9  
25-3-2023 - 15:03

Jongens, 100m schoolslag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	L. Schade van Westrum	GoSwim	1:23.84	200800933	<b>1:24.70</b>	40.47	1:24.70
2.	Bas van Daatselaar	DWK	1:27.40	200701491	<b>1:27.00</b>	40.51	1:27.00
3.	Felix Gepkens	VZC Veenendaal	1:37.52	200800631	<b>1:30.93</b>	42.87	1:30.93
4.	Pelle Schrieken	VZC Veenendaal	1:30.49	200801595	<b>1:32.20</b>	43.97	1:32.20
5.	Oscar van de Weerd	GoSwim	1:42.01	200703923	<b>1:43.79</b>	48.11	1:43.79
6.	Atze van der Leij	VZC Veenendaal	2:06.03	200700179	<b>2:04.70</b>	56.87	2:04.70
AFGEM	Timon Wierper	De Vrije Slag	1:48.34	200801573			
BM	Rijk Leenders	VZC Veenendaal	1:15.21	200800627	<b>1:13.71</b>	35.21	1:13.71
BM	Thijmen Willekes	Zwemclub Zeist	1:15.32	200703077	<b>1:15.13</b>	35.38	1:15.13
BM	Bas Mostert	VZC Veenendaal	1:20.00	200800629	<b>1:19.00</b>	37.45	1:19.00

Programmanr. 10  
25-3-2023 - 15:09

Meisjes, 400m vrije slag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Anouk Molenberg	VZC Veenendaal	5:22.09	200902112	<b>5:14.57</b>			
	50m: 37.81	37.81	150m: 1:57.98	40.22	250m: 3:17.33	39.67	350m: 4:36.68	39.24
	100m: 1:17.76	39.95	200m: 2:37.66	39.68	300m: 3:57.44	40.11	400m: 5:14.57	37.89
2.	Lili Oosting	DWK	6:10.94	200900384	<b>5:21.04</b>			
	50m: 38.00	38.00	150m: 2:00.26	41.37	250m: 3:22.07	40.62	350m: 4:41.70	39.60
	100m: 1:18.89	40.89	200m: 2:41.45	41.19	300m: 4:02.10	40.03	400m: 5:21.04	39.34
3.	Rosalie van Echtelt	Zwemclub Zeist	5:19.84	200804448	<b>5:24.65</b>			
	50m: 35.62	35.62	150m: 1:57.94	41.86	250m: 3:21.78	41.78	350m: 4:45.11	40.83
	100m: 1:16.08	40.46	200m: 2:40.00	42.06	300m: 4:04.28	42.50	400m: 5:24.65	39.54
4.	Maud ten Broek	DWK	5:33.64	200801912	<b>5:28.11</b>			
	50m: 37.79	37.79	150m: 2:00.29	41.55	250m: 3:22.59	41.01	350m: 4:45.60	41.81
	100m: 1:18.74	40.95	200m: 2:41.58	41.29	300m: 4:03.79	41.20	400m: 5:28.11	42.51
5.	Maud Smit	VZC Veenendaal	5:22.97	200800788	<b>5:29.11</b>			
	50m: 36.76	36.76	150m: 2:00.51	42.39	250m: 3:26.14	42.29	350m: 4:49.88	40.98
	100m: 1:18.12	41.36	200m: 2:43.85	43.34	300m: 4:08.90	42.76	400m: 5:29.11	39.23
6.	Elena Looijen	DWK	7:03.57	200802702	<b>5:47.77</b>			
	50m: 40.49	40.49	150m: 2:12.64	46.15	250m: 3:43.26	44.66	350m: 5:08.84	41.43
	100m: 1:26.49	46.00	200m: 2:58.60	45.96	300m: 4:27.41	44.15	400m: 5:47.77	38.93
7.	Myrthe Rijpma	DWK	6:07.05	200801990	<b>5:53.70</b>			
	50m: 40.46	40.46	150m: 2:10.26	45.30	250m: 3:40.93	45.80	350m: 5:11.03	44.97
	100m: 1:24.96	44.50	200m: 2:55.13	44.87	300m: 4:26.06	45.13	400m: 5:53.70	42.67
8.	Yara Wegman	DWK	6:53.88	200901472	<b>5:55.26</b>			
	50m: 41.17	41.17	150m: 2:11.15	44.85	250m: 3:42.21	45.48	350m: 5:11.33	44.27
	100m: 1:26.30	45.13	200m: 2:56.73	45.58	300m: 4:27.06	44.85	400m: 5:55.26	43.93
9.	Linde Akkersdijk	GoSwim	7:37.90	200901532	<b>6:01.56</b>			
	50m: 39.22	39.22	150m: 2:10.60	46.97	250m: 3:43.52	46.45	350m: 5:17.47	46.75
	100m: 1:23.63	44.41	200m: 2:57.07	46.47	300m: 4:30.72	47.20	400m: 6:01.56	44.09
10.	Noëmi van de Vijver	Zwemclub Zeist	8:27.34	200901814	<b>6:23.46</b>			
	50m: 42.83	42.83	150m: 2:20.91	49.94	250m: 4:00.02	49.94	350m: 5:40.48	50.15
	100m: 1:30.97	48.14	200m: 3:10.08	49.17	300m: 4:50.33	50.31	400m: 6:23.46	42.98
11.	Amelie Kieboom	Zwemclub Zeist	NT	200902262	<b>6:25.14</b>			
	50m: 43.39	43.39	150m: 2:20.64	49.90	250m: 4:00.70	50.69	350m: 5:40.61	50.31
	100m: 1:30.74	47.35	200m: 3:10.01	49.37	300m: 4:50.30	49.60	400m: 6:25.14	44.53
12.	Jolijn van de Burgwal	DWK	NT	200903594	<b>6:40.65</b>			
	50m: 42.01	42.01	150m: 2:21.16	51.07	250m: 4:04.88	52.27	350m: 5:00:05.21	4:55:06.58
	100m: 1:30.09	48.08	200m: 3:12.61	51.45	300m: 4:58.63	53.75	400m: 6:40.65	
AFGEM	Rosalie Koumassa	DWK	7:41.53	200901658				

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 10, Meisjes, 400m vrije slag

BM	Elin Ditewig	VZC Veenendaal	4:43.24	200900392	<b>4:42.00</b>				
	50m: 31.61	31.61	150m: 1:42.36	35.87	250m: 2:54.74	36.09	350m: 4:07.95	36.69	
	100m: 1:06.49	34.88	200m: 2:18.65	36.29	300m: 3:31.26	36.52	400m: 4:42.00	34.05	
BM	Chiara Lammertink	VZC Veenendaal	4:57.40	200902200	<b>4:46.56</b>				
	50m: 33.06	33.06	150m: 1:45.97	36.70	250m: 2:57.96	35.80	350m: 4:11.51	36.81	
	100m: 1:09.27	36.21	200m: 2:22.16	36.19	300m: 3:34.70	36.74	400m: 4:46.56	35.05	
BM	Laura Volkers	DWK	5:14.64	200800056	<b>5:08.00</b>				
	50m: 35.04	35.04	150m: 1:53.13	39.43	250m: 3:12.20	39.50	350m: 4:30.04	38.75	
	100m: 1:13.70	38.66	200m: 2:32.70	39.57	300m: 3:51.29	39.09	400m: 5:08.00	37.96	

Programmanr. 11  
25-3-2023 - 15:33

Heren, 50m vrije slag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Dries Mostert	De Vrije Slag	25.61	200400995	<b>26.08</b>	
2.	Rick Dijkhuizen	Zwemclub Zeist	26.90	200400197	<b>26.98</b>	
3.	Sjoerd van der Wilt	VZC Veenendaal	27.40	200501447	<b>27.44</b>	
4.	Tijmen Ellen	Zwemvereniging Utrecht	27.11	200403959	<b>27.53</b>	
5.	Ennio Keja	Zwemvereniging Utrecht	28.29	200403071	<b>28.32</b>	
6.	Tim Seising	VZC Veenendaal	28.05	200500107	<b>28.60</b>	
7.	Xander Bemelman	Zwemvereniging Utrecht	29.06	200204619	<b>29.17</b>	
8.	Stan Huisman	Zwemvereniging Utrecht	29.41	200304453	<b>30.15</b>	FJ 1
9.	Phi Pham	De Vrije Slag	29.47	200400899	<b>30.15</b>	FJ 2
AFGEM	Sven Rooijackers	GoSwim	27.47	200502013		
BM	Daan Hoogendoorn	Zwemvereniging Utrecht	26.69	200500113	<b>26.13</b>	
BM	Lasse Schrieken	VZC Veenendaal	25.54	200503145	<b>26.45</b>	

Programmanr. 12  
25-3-2023 - 15:33

Dames, 200m rugslag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Yanou Vaessen	DWK	2:49.73	200603666	<b>2:55.69</b>		42.09	1:26.69		2:55.69
2.	Yaela van Engelenburg	VZC Veenendaal	NT	200703476	<b>2:58.55</b>		43.03	1:28.16		2:58.55
3.	Nienke Luijn van	Zwemvereniging Utrecht	2:59.54	200105954	<b>3:03.88</b>		43.80	1:30.40		3:03.88
4.	Romy Haar, ter	Zwemvereniging Utrecht	3:00.03	200402746	<b>3:11.93</b>		43.49	1:31.90		3:11.93
5.	Anna Spelt	DWK	3:50.04	200702450	<b>3:17.02</b>		45.60	1:36.07		3:17.02
6.	Dannique Koolen	ZC De Vuursche	3:20.76	199904048	<b>3:20.00</b>	426	45.33	1:37.20		3:20.00
7.	Juliëtte Barnar	GoSwim	3:48.00	200700554	<b>3:44.78</b>		51.70	1:49.78		3:44.78
AFGEM	Hanna Minderaa	DWK	2:43.86	200500406						
AFGEM	Vera van der Meer	VZC Veenendaal	2:32.14	200701508						
BM	Noa Ottens	VZC Veenendaal	2:40.61	200702256	<b>2:34.44</b>		36.59	1:16.32		2:34.44

Programmanr. 13  
25-3-2023 - 15:42

Jongens, 100m vrije slag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Hessel Wachter	Zwemclub Zeist	1:09.74	200903337	<b>1:07.00</b>		32.40	1:07.00
2.	Luuk Oskam	De Vrije Slag	1:12.36	200900497	<b>1:11.41</b>		34.00	1:11.41
3.	Leon ten Broeke	GoSwim	1:11.27	200900713	<b>1:11.65</b>		33.64	1:11.65
4.	Giao Bao Pham	De Vrije Slag	1:21.61	201001095	<b>1:17.82</b>		36.79	1:17.82
5.	Daan Schaddelee	DWK	1:23.92	200901915	<b>1:20.06</b>			1:20.06
6.	Lucas Willekes	Zwemclub Zeist	1:27.92	201002481	<b>1:20.97</b>		38.37	1:20.97
7.	Jome Pol	DWK	1:22.24	201001127	<b>1:25.25</b>		39.51	1:25.25
8.	Rashed Al Mardini	De Vrije Slag	1:20.74	201001231	<b>1:26.54</b>		40.57	1:26.54
9.	Pim Rijken	Zwemvereniging Utrecht	1:42.06	201002927	<b>1:30.98</b>		40.84	1:30.98
10.	Michaël Banse	De Vrije Slag	NT	200903751	<b>1:36.14</b>		44.14	1:36.14
AFGEM	Sven Potappel	DWK	1:08.18	201000127				
AFGEM	Nordin Vermeer	DWK	1:08.80	201000227				
AFGEM	Henk Mostert	De Vrije Slag	1:18.55	201000231				
AFGEM	Xavier Barnar	GoSwim	1:21.94	200900061				

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 13, Jongens, 100m vrije slag

BM	Stefan van der Meer	VZC Veenendaal	1:03.23	200901361	<b>1:03.24</b>	30.90	1:03.24
BM	Mathieu Gepkens	VZC Veenendaal	1:04.77	201000045	<b>1:05.83</b>	31.78	1:05.83

Programmanr. 14  
25-3-2023 - 15:51

Meisjes, 200m wisselslag

Junioren 1 en 2  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Yfke van der Leij	VZC Veenendaal	3:06.74	201000028	<b>3:01.98</b>	39.13	1:24.69		3:01.98
2.	Sofie van Poecke	DWK	3:08.64	201001448	<b>3:04.66</b>	41.32	1:28.03		3:04.66
3.	Enieke Lijftogt	De Vrije Slag	3:14.01	201001322	<b>3:12.78</b>	42.94	1:35.64		3:12.78
4.	Eva Keet	Zwemvereniging Utrecht	3:28.20	201003006	<b>3:13.09</b>	43.53	1:28.26		3:13.09
5.	L. Schadenberg	VZC Veenendaal	3:26.96	201101288	<b>3:16.06</b>	46.81	1:37.59		3:16.06
6.	Mara Hoppen	ZC De Vuursche	3:27.35	201000022	<b>3:17.89</b>	43.35	1:32.49		3:17.89
7.	Floor Flikweert	VZC Veenendaal	3:24.93	201101576	<b>3:17.92</b>	43.77	1:31.72		3:17.92
8.	C. Chang Schrooyen	Zwemvereniging Utrecht	3:41.35	201003008	<b>3:23.62</b>	44.82	1:35.38		3:23.62
9.	Jasmijn Scott	ZC De Vuursche	3:32.13	201001236	<b>3:25.40</b>	45.95	1:41.20		3:25.40
10.	Roos Flikweert	VZC Veenendaal	3:37.16	201101578	<b>3:26.03</b>	46.78	1:35.31		3:26.03
11.	Eva Spelt	DWK	3:34.39	201100878	<b>3:27.92</b>	52.11	1:47.27		3:27.92
12.	Gerlin van de Krol	DWK	3:38.20	201101412	<b>3:29.60</b>	51.04	1:47.17		3:29.60
13.	Moira Iseger	DWK	3:38.67	201101908	<b>3:31.00</b>	42.49	1:39.35		3:31.00
14.	Zisanne Top	DWK	3:42.86	201001242	<b>3:33.70</b>	52.09	1:45.46		3:33.70
15.	Frieda Machartzki	GoSwim	3:40.31	201102204	<b>3:38.53</b>	49.41	1:47.95		3:38.53
16.	Geraldine Rodrigues	Zwemvereniging Utrecht	4:02.67	201101394	<b>3:42.12</b>	50.25	1:44.46		3:42.12
17.	Hanna Rijken	Zwemvereniging Utrecht	NT	201102582	<b>3:44.74</b>	50.48	1:49.72		3:44.74
18.	Hinde Wunderink	ZC De Vuursche	3:55.57	201002162	<b>3:46.77</b>	57.03	1:56.94		3:46.77
19.	Sara Wunderink	ZC De Vuursche	NT	201101858	<b>3:47.33</b>	56.53	1:55.91		3:47.33
20.	Colinda Top	DWK	4:16.64	201101414	<b>3:48.28</b>	50.97	1:52.00		3:48.28
21.	Isabelle Barnar	GoSwim	3:45.54	201100024	<b>3:48.81</b>	50.06	1:49.81		3:48.81
22.	Nina Schuringa	De Vrije Slag	3:58.45	201101280	<b>3:51.33</b>	54.75	1:55.48		3:51.33
23.	Marit Magendans	De Vrije Slag	NT	201101934	<b>3:51.34</b>	54.28	1:53.54		3:51.34
24.	Esmee van Harten	Zwemclub Zeist	4:07.78	201000946	<b>4:05.22</b>	1:01.95	2:00.42		4:05.22
AFGEM	Brechje Schuengel	ZC De Vuursche	NT	201003764					
AFGEM	Danique de Man	VZC Veenendaal	4:22.69	201001972					
AFGEM	Sophia Boughdir	Zwemvereniging Utrecht	3:33.76	201101398					

Programmanr. 15  
25-3-2023 - 16:12

Jongens, 400m vrije slag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT			
1.	Felix Gepkens	VZC Veenendaal	4:49.70	200800631	<b>4:28.27</b>			
	50m: 30.23	30.23	150m: 1:39.07	34.76	250m: 2:48.29	34.77	350m: 3:55.45	33.07
	100m: 1:04.31	34.08	200m: 2:13.52	34.45	300m: 3:22.38	34.09	400m: 4:28.27	32.82
2.	Pelle Schrieken	VZC Veenendaal	5:26.56	200801595	<b>5:08.04</b>			
	50m: 36.51	36.51	150m: 1:55.70	39.49	250m: 3:14.53	39.43	350m: 4:31.24	37.67
	100m: 1:16.21	39.70	200m: 2:35.10	39.40	300m: 3:53.57	39.04	400m: 5:08.04	36.80
3.	Lars Schade van Westrum	GoSwim	5:33.95	200800933	<b>5:09.04</b>			
	50m: 35.96	35.96	150m: 1:55.38	39.74	250m: 3:14.51	39.55	350m: 4:32.79	38.90
	100m: 1:15.64	39.68	200m: 2:34.96	39.58	300m: 3:53.89	39.38	400m: 5:09.04	36.25
4.	Bas van Daatselaar	DWK	5:29.02	200701491	<b>5:14.57</b>			
	50m: 33.81	33.81	150m: 1:53.57	41.00	250m: 3:16.57	41.50	350m: 4:32.59	39.38
	100m: 1:12.57	38.76	200m: 2:35.07	41.50	300m: 3:57.21	40.64	400m: 5:14.57	37.98
5.	Oscar van de Weerd	GoSwim	NT	200703923	<b>5:58.76</b>			
	50m: 39.46	39.46	150m: 2:11.94	47.45	250m: 3:43.96	45.69	350m: 5:14.08	43.55
	100m: 1:24.49	45.03	200m: 2:58.27	46.33	300m: 4:30.53	46.57	400m: 5:58.76	44.68
6.	Atze van der Leij	VZC Veenendaal	7:16.68	200700179	<b>6:51.25</b>			
	50m: 45.54	45.54	150m: 2:32.33	54.57	250m: 4:21.38	54.68	350m: 6:03.39	47.92
	100m: 1:37.76	52.22	200m: 3:26.70	54.37	300m: 5:15.47	54.09	400m: 6:51.25	47.86
AFGEM	Timon Wierper	De Vrije Slag	NT	200801573				
BM	Bas Mostert	VZC Veenendaal	4:29.77	200800629	<b>4:26.45</b>			
	50m: 29.82	29.82	150m: 1:36.28	33.97	250m: 2:44.09	34.03	350m: 3:52.14	33.92
	100m: 1:02.31	32.49	200m: 2:10.06	33.78	300m: 3:18.22	34.13	400m: 4:26.45	34.31
BM	Rijk Leenders	VZC Veenendaal	4:45.65	200800627	<b>4:28.27</b>			
	50m: 30.57	30.57	150m: 1:37.66	33.97	250m: 2:46.39	34.80	350m: 3:55.10	34.13
	100m: 1:03.69	33.12	200m: 2:11.59	33.93	300m: 3:20.97	34.58	400m: 4:28.27	33.17

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 16  
25-3-2023 - 16:27

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 3 en 4  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	Anouk Molenberg	VZC Veenendaal	42.41	200902112	<b>39.50</b>	
2.	Rosalie van Echtelt	Zwemclub Zeist	40.91	200804448	<b>42.18</b>	
3.	Maud ten Broek	DWK	41.07	200801912	<b>42.83</b>	
4.	Linde Akkersdijk	GoSwim	42.91	200901532	<b>43.45</b>	
5.	Myrthe Rijpma	DWK	42.32	200801990	<b>43.79</b>	
6.	Yara Wegman	DWK	42.70	200901472	<b>43.84</b>	
7.	Lili Oosting	DWK	45.87	200900384	<b>43.98</b>	
8.	Maud Smit	VZC Veenendaal	44.12	200800788	<b>45.25</b>	
9.	Elena Looijen	DWK	47.34	200802702	<b>46.69</b>	
10.	Jolijn van de Burgwal	DWK	49.64	200903594	<b>48.44</b>	
11.	Amelie Kieboom	Zwemclub Zeist	49.19	200902262	<b>52.49</b>	
12.	Noëmi van de Vijver	Zwemclub Zeist	52.44	200901814	<b>52.92</b>	
AFGEM	Rosalie Koumassa	DWK	47.92	200901658		
BM	Elin Ditewig	VZC Veenendaal	38.38	200900392	<b>37.36</b>	
BM	Chiara Lammertink	VZC Veenendaal	44.41	200902200	<b>43.89</b>	

Programmanr. 17  
25-3-2023 - 16:33

Heren, 200m vlinderslag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Wesley van Elst	VZC Veenendaal	2:18.00	200500507	<b>2:18.81</b>		30.11	1:04.34		2:18.81
2.	Dries Mostert	De Vrije Slag	2:58.10	200400995	<b>2:51.47</b>		34.84	1:16.46		2:51.47
3.	Phi Pham	De Vrije Slag	2:55.98	200400899	<b>3:02.38</b>		36.24	1:22.10		3:02.38
4.	Stan Huisman	Zwemvereniging Utrecht	NT	200304453	<b>3:42.03</b>		38.89	1:29.62		3:42.03
AFGEM	Sven Rooijackers	GoSwim	2:58.46	200502013						
BM	Daan Hoogendoorn	Zwemvereniging Utrecht	2:37.31	200500113	<b>2:44.09</b>		33.21	1:16.25		2:44.09

Programmanr. 18  
25-3-2023 - 16:36

Dames, 200m vlinderslag

Jeugd 1 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m	150m	200m
1.	Alexandra Gepkens	VZC Veenendaal	2:41.73	200701690	<b>2:42.57</b>		34.83	1:16.00		2:42.57
2.	Sophie Beumers	Zwemvereniging Utrecht	3:37.85	200603494	<b>3:32.94</b>		45.59	1:40.33		3:32.94
3.	Dannique Koolen	ZC De Vuursche	3:39.76	199904048	<b>3:47.75</b>	331	43.69	1:40.25		3:47.75
AFGEM	Hanna Minderaa	DWK	3:09.14	200500406						
AFGEM	Vera van der Meer	VZC Veenendaal	2:34.15	200701508						
AFGEM	Amber Luijn van	Zwemvereniging Utrecht	4:00.57	200504422						
BM	Noa Ottens	VZC Veenendaal	2:35.63	200702256	<b>2:35.02</b>		34.62	1:15.02		2:35.02

Programmanr. 19  
25-3-2023 - 16:45

Gemengd, 4 x 50m vrije slag

alg. leeftijdsgroep  
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
------	------------	--------	------	----

Heuvelrug Circuit - 5  
Utrecht, 25-3-2023

Programmanr. 19, Gemengd, 4 x 50m vrije slag

1.	DWK 1	DWK	2:02.31	<b>2:03.19</b>	
	Yanou Vaessen	06	33.02	Maud ten Broek	08 31.12
	Bas van Daatselaar	07	29.79	Jeroen Dellebeke	81 29.26
2.	ZV Utrecht 2	Zwemvereniging Utrecht	2:03.24	<b>2:03.77</b>	
	Tijmen Ellen	04	27.81	Nienke Luijn van	01 33.18
	Sophie Beumers	06	35.14	Ennio Keja	04 27.64
3.	ZC Zeist 1	Zwemclub Zeist	2:13.48	<b>2:12.92</b>	
	Noëmi van de Vijver	09	35.91	Hessel Wachter	09 30.81
	Lucas Willekes	10	34.66	Rosalie van Echtelt	08 31.54
4.	De Vrije Slag 1	De Vrije Slag	2:03.42	<b>2:14.72</b>	
	Phi Pham	04	31.23	Enieke Lijftogt	10 34.94
	Nina Schuringa	11	42.55	Dries Mostert	04 26.00
5.	GoSwim 1	GoSwim	NT	<b>2:15.84</b>	
	Linde Akkersdijk	09	35.91	Leon ten Broeke	09 31.02
	Frieda Machartzki	11	39.92	Lars Schade van Westrum	08 28.99
6.	DWK 2	DWK	2:26.98	<b>2:22.91</b>	
	Daan Schaddelee	09	34.97	Jorne Pol	10 35.25
	Eva Spelt	11	35.72	Zisanne Top	10 36.97
BM	VZC Veenendaal 1	VZC Veenendaal	1:49.07	<b>1:51.22</b>	
	Lasse Schrieken	05	26.40	Wesley van Elst	05 27.00
	Noa Ottens	07	29.49	Elin Ditewig	09 28.33
BM	VZC Veenendaal 2	VZC Veenendaal	1:54.87	<b>1:55.89</b>	
	Alexandra Gepkens	07	30.58	Tim Seising	05 28.07
	Sjoerd van der Wilt	05	26.80	Chiara Lammertink	09 30.44
BM	ZV Utrecht 1	Zwemvereniging Utrecht	1:56.49	<b>1:56.64</b>	
	Stephan Overwijk	05	28.93	Romy Haar, ter	04 32.13
	Fenna Bekke ter	07	29.51	Daan Hoogendoorn	05 26.07



## 01 Meisjes junioren 1 -11 jaar

---

### Meisjes, Junioren 1

1. Floor Flikweert	11	VZC Veenendaal	<b>5:29.54</b>	3
2. Roos Flikweert	11	VZC Veenendaal	<b>5:39.85</b>	3
3. Moira Iseger	11	DWK	<b>5:48.61</b>	3
4. Gerlin van de Krol	11	DWK	<b>5:57.15</b>	3
5. Eva Spelt	11	DWK	<b>6:00.99</b>	3
6. Frieda Machartzki	11	GoSwim	<b>6:13.01</b>	3
7. Isabelle Barnar	11	GoSwim	<b>6:23.47</b>	3
8. Colinda Top	11	DWK	<b>6:31.60</b>	3
9. Marit Magendans	11	De Vrije Slag	<b>6:35.93</b>	3
10. Nina Schuringa	11	De Vrije Slag	<b>6:36.64</b>	3
11. Sara Wunderink	11	De Vuursche	<b>6:38.96</b>	3
DIS Louise-Emma Schadenberg	11	VZC Veenendaal		3

## 02 Meisjes junioren 2 - 12 jaar

---

### Meisjes, Junioren 2

1. Yfke van der Leij	10	VZC Veenendaal	<b>5:04.03</b>	3
2. Sofie van Poecke	10	DWK	<b>5:09.35</b>	3
3. Enieke Lijftogt	10	De Vrije Slag	<b>5:20.38</b>	3
4. Mara Hoppen	10	De Vuursche	<b>5:26.42</b>	3
5. Jasmijn Scott	10	De Vuursche	<b>5:48.54</b>	3
6. Zisanne Top	10	DWK	<b>6:01.92</b>	3
7. Hinde Wunderink	10	De Vuursche	<b>6:23.71</b>	3
8. Esmee van Harten	10	ZC Zeist	<b>6:49.24</b>	3

## 03 Meisjes junioren 3 - 13 jaar

---

### Meisjes, Junioren 3

1. Anouk Molenberg	09	VZC Veenendaal	<b>2:01.11</b>	2
2. Lili Oosting	09	DWK	<b>2:04.43</b>	2
3. Yara Wegman	09	DWK	<b>2:22.22</b>	2
4. Amelie Kieboom	09	ZC Zeist	<b>2:38.08</b>	2
5. Noëmi van de Vijver	09	ZC Zeist	<b>2:48.05</b>	2
DIS Linde Akkersdijk	09	GoSwim		2

Heuvelrug Circuit - 5 Meerkamp  
Utrecht, 25-3-2023

---

## 04 Meisjes junioren 4 - 14 jaar

---

### Meisjes, Junioren 4

1. Myrthe Rijpma	08	DWK	<b>2:09.67</b>	2
2. Rosalie van Echtelt	08	ZC Zeist	<b>2:10.18</b>	2
3. Maud ten Broek	08	DWK	<b>2:11.14</b>	2
4. Maud Smit	08	VZC Veenendaal	<b>2:12.80</b>	2
5. Elena Looijen	08	DWK	<b>2:16.49</b>	2

## 05 Meisjes jeugd 1 en 2

---

### Meisjes, Jeugd 1 en 2

1. Yanou Vaessen	06	DWK	<b>3:28.96</b>	2
2. Yaela van Engelenburg	07	VZC Veenendaal	<b>3:31.62</b>	2
3. Anna Spelt	07	DWK	<b>3:49.87</b>	2
4. Jülüette Barnar	07	GoSwim	<b>4:26.31</b>	2

## 06 Dames senioren

---

### Dames, Senioren 1 en ouder

1. Romy Haar, ter	04	ZV Utrecht	<b>3:44.75</b>	2
2. Dannique Koolen	99	De Vuursche	<b>3:54.60</b>	2

## 07 Jongens junioren 1 - 12 jaar

---

### Jongens, Junioren 1

1. Lucas Willekes	10	ZC Zeist	<b>5:30.22</b>	3
2. Gïao Bao Pham	10	De Vrije Slag	<b>5:49.10</b>	3
3. Rashed Al Mardini	10	De Vrije Slag	<b>5:56.06</b>	3
4. Pim Rijken	10	ZV Utrecht	<b>6:09.28</b>	3
DIS Jorne Pol	10	DWK		3

## 08 Jongens junioren 2 - 13 jaar

---

### Jongens, Junioren 2

1. Hessel Wachter	09	ZC Zeist	<b>4:44.62</b>	3
2. Luuk Oskam	09	De Vrije Slag	<b>5:21.48</b>	3
3. Leon ten Broeke	09	GoSwim	<b>5:25.60</b>	3
4. Daan Schaddelee	09	DWK	<b>5:42.67</b>	3
5. Michaël Banse	09	De Vrije Slag	<b>6:35.17</b>	3

## 09 Jongens junioren 3 -14 jaar

---

### Jongens, Junioren 3

1. Lars Schade van Westrum	08	GoSwim	<b>2:38.36</b>	2
2. Felix Gepkens	08	VZC Veenendaal	<b>3:42.03</b>	2
3. Pelle Schrieken	08	VZC Veenendaal	<b>3:50.96</b>	2

## 10 Jongens junioren 4 - 15 jaar

---

### Jongens, Junioren 4

1. Bas van Daatselaar	07	DWK	<b>2:43.65</b>	2
2. Oscar van de Weerd	07	GoSwim	<b>3:10.74</b>	2
3. Atze van der Leij	07	VZC Veenendaal	<b>3:49.56</b>	2

## 11 Jongens jeugd 1 en 2 (16 en 17 jaar)

---

### Jongens, Jeugd 1 en 2

1. Sjoerd van der Wilt	05	VZC Veenendaal	<b>2:54.44</b>	2
2. Tim Seising	05	VZC Veenendaal	<b>2:56.36</b>	2

## 12 Heren senior

---

### Heren, Senioren 1 en ouder

1. Rick Dijkhuizen	04	ZC Zeist	<b>2:59.05</b>	2
2. Dries Mostert	04	De Vrije Slag	<b>3:04.93</b>	2
3. Phi Pham	04	De Vrije Slag	<b>3:18.08</b>	2
4. Ennio Keja	04	ZV Utrecht	<b>3:21.24</b>	2
5. Tijmen Ellen	04	ZV Utrecht	<b>3:21.80</b>	2
6. Xander Bemelman	02	ZV Utrecht	<b>3:41.31</b>	2

## Nieuwe meerkamp definitie

---