

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 1 4 x 100m vrije slag lft 80 - 359
12-3-2023 - 14:00 Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
160+, Heren				
1.	De Watervogels 2	De Watervogels	NT	4:52.71
	Rogier van der Bend	74 38.75	1:19.22	Robin Koele
	Aldo Hofman	90		Neil Lomax
				76
				84
80+, Dames				
1.	ACZ	ACZ	NT	4:57.87
	Thamar Karstel	01 35.47	1:14.77	Iris van Rossum
	Sjaron van Hulst	98		Brenda van Hulst
				00
				97
100+, Gemengd				
1.	De Watervogels 1	De Watervogels	4:34.80	4:35.06
	Jasper van den Broek	99 31.16	1:05.53	Ilona van der Knaap
	Carmen Hofstede	02		Jeroen Keizer
				92
				90
120+, Gemengd				
1.	ZVL-1886 Center	ZVL-1886 Center	4:29.85	4:20.97
	Suzan Blankestijn	89 31.98	1:07.33	Sanne de Ridder
	Michael Westerbeek	83		Erik Baalbergen
				85
				98
160+, Gemengd				
1.	ZPC Numansdorp	ZPC Numansdorp	4:57.92	5:01.06
	Dewi Sint-Nicolaas	03 38.56	1:20.69	Hans Piederiet
	Marion Brobbel	82		Yuri Admiraal
				54
				77
BM	Blue Marlins	Blue Marlins	4:39.78	4:30.39
	Dorien Pastoors	94 37.16	1:16.66	Hanna Looi
	Berinda van Dijk	01		Marc Hoogendam
				00
				90

Programmanr. 2 100m vrije slag 20 - 89 jaar
12-3-2023 - 14:05 Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
Masters 20+, Heren							
1.	Julian van Erk	ACZ	1:02.64	199901323	1:00.25	28.53	1:00.25
AFGEM	Johrick Wijma	ACZ	1:05.00	200204435			
Masters 25+, Heren							
1.	Kevin Kingma	ACZ	1:02.43	199700559	58.81	27.93	58.81
2.	Silas van Bekkum	DWF	1:05.73	199605791	1:02.15	30.19	1:02.15
Masters 30+, Heren							
1.	Jeroen van Blanken	ACZ	1:03.67	199206451	1:03.58	30.03	1:03.58
2.	Bas Onderstal	AZC	1:05.09	199205967	1:05.18	30.68	1:05.18
3.	Marin Jonker-Wolfs	Z&PC Rotterdam	1:33.99	198906929	1:24.06	38.59	1:24.06

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 2, 100m vrije slag

Masters 40+, Heren

1.	Oscar Monge	IJZ&PC	1:02.95	198102599	1:01.44	29.61	1:01.44
2.	Berry van Holland	TriVia	1:03.00	198000603	1:05.11	30.68	1:05.11
3.	Steven Prins	HHZV Plons	1:07.32	197901833	1:06.89	31.99	1:06.89
4.	Guus Tas	GZC DONK	1:22.22	198102585	1:22.37	39.57	1:22.37
AFGEM	Luc Steijvers	ZVL-1886 Center	1:05.35	198201661			

Masters 45+, Heren

1.	Simon Voorhoeve	D.E.S.	1:17.85	197801969	1:15.55	34.79	1:15.55
2.	Jan Hakemulder	Poseidon'56	1:40.00	197701787	1:19.15	35.98	1:19.15
3.	Joost van Ingen	ACZ	1:34.00	197701781	1:31.61	43.11	1:31.61

Masters 50+, Heren

1.	Ferry van der Hulst	ZC'90	1:04.00	197000489	1:08.14	33.79	1:08.14
2.	Chang Bom	D.E.S.	1:06.21	197201483	1:09.73	32.70	1:09.73
3.	Harrie Busser	De Watervogels	1:24.94	196901857	1:28.55	42.41	1:28.55

Masters 55+, Heren

1.	Erik Saan	De Duck	1:09.78	196500769	1:08.77	32.34	1:08.77
2.	Pieter-Sjoerd de Wijn	D.E.S.	1:09.47	196501027	1:13.02	34.58	1:13.02
3.	Pierre de Groot	GZC DONK	1:15.05	196401431	1:15.67	36.41	1:15.67
4.	Andre Exter	Poseidon'56	1:44.30	196601585	1:36.83	44.76	1:36.83
AFGEM	Wiljam Nijenhuis	De IJsel	1:02.78	196400547			

Masters 60+, Heren

1.	Nico van Maanen	De Duck	1:18.00	196100371	1:14.14	45.45	1:14.14
2.	James Norman	HHZV Plons	1:14.31	196001029	1:17.07	37.05	1:17.07
3.	Bob Lookermans	Poseidon'56	1:44.59	196201295	1:38.36	45.68	1:38.36

Masters 65+, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	1:01.43	195800149	1:03.35	29.95	1:03.35
	<i>Nederlands Masters Record</i>						
2.	André Pantekoek	PSV	1:28.00	195800321	1:20.24	38.27	1:20.24
3.	Peter Coffeng	GZC DONK	1:21.94	195700063	1:22.91	39.34	1:22.91
4.	Klaas Landeweer	IJZ&PC	1:32.26	195600163	1:28.29	41.76	1:28.29
5.	Gerry Bally	HHZV Plons	2:05.00	195700589	1:42.32	49.93	1:42.32
AFGEM	Wim de Lange	AZC	1:13.96	195800533			

Masters 80+, Heren

1.	Geza Kaltenecker	AZC	1:27.65	194200065	1:31.40	43.48	1:31.40
----	------------------	-----	---------	-----------	----------------	-------	---------

Masters 85+, Heren

1.	Nic Geers	PSV	1:42.75	193800007	1:39.54	49.45	1:39.54
	<i>Nederlands Masters Record</i>						

Masters 20+, Dames

1.	Wendy Visser	De Gooye	1:10.01	200201600	1:10.17	32.64	1:10.17
2.	Jessica Braat	AZC	1:06.93	200205684	1:10.97	33.26	1:10.97
3.	Femke Noordhoek	De Watervogels	1:07.80	199901150	1:11.50	33.85	1:11.50
4.	Sophie van der Leije	De Gooye	1:09.58	200005806	1:11.94	34.90	1:11.94
5.	Nienke de Vries	SCOM	1:23.32	200100460	1:23.39	39.98	1:23.39

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 2, 100m vrije slag

Masters 25+, Dames

1.	Annoeska Banen	Westland Swimming Stars	1:05.39	199704570	1:06.77	31.88	1:06.77
2.	Erika Nyström	HHZV Plons	1:05.00	199407592	1:06.99	31.99	1:06.99
3.	Cynthia van Veen	ZVL-1886 Center	1:17.31	199606736	1:16.04	36.45	1:16.04

Masters 35+, Dames

1.	Nikki Roon	IJZ&PC	1:08.51	198803712	1:08.40	32.60	1:08.40
2.	Marika van Horik	ACZ	1:12.29	198402582	1:12.21	35.33	1:12.21
AFGEM	Linda van Klei	GZC DONK	1:05.60	198802088			

Masters 40+, Dames

1.	Anke Lambooj	De Vliet (SG)	1:02.16	198001182	1:02.19	29.19	1:02.19
2.	Eveline Hacquebord	IJZ&PC	1:11.64	197901206	1:13.61	34.93	1:13.61
3.	Louise Schets	D.E.S.	1:18.68	197901580	1:20.96	38.75	1:20.96
4.	Else de Rooij	MNC Dordrecht	1:30.62	198202560	1:31.91	43.91	1:31.91

Masters 50+, Dames

1.	Annette Spies	LinK	1:28.84	197001110	1:28.01	42.34	1:28.01
----	---------------	------	---------	-----------	----------------	-------	---------

Masters 55+, Dames

1.	Inge Deutz	ZVVS	1:34.41	196600726	1:32.29	43.75	1:32.29
----	------------	------	---------	-----------	----------------	-------	---------

Masters 70+, Dames

1.	Geerdien Meerwaldt	De Geul	2:06.42	195200058	1:57.44	55.22	1:57.44
2.	N. van Dongen-de Paepe	ZZ&PC De Devel	2:23.63	195100044	2:22.51	1:06.32	2:22.51

Programmanr. 3
12-3-2023 - 14:20

50m rugslag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Masters 20+, Heren						
1.	Thomas Hesper	Blue Marlins	33.43	200004181	34.21	
AFGEM	Robin van Peenen	ZVL-1886 Center	31.42	200201059		
NG	O. Jaramillo Rodriguez	Z&PC Rotterdam	34.50	199905403		
Masters 25+, Heren						
1.	Ian van Mullem	ZOB'66	31.72	199602545	31.72	
Masters 30+, Heren						
1.	Jesper Oranje	De Duck	26.86	199200997	27.26	
2.	Ruben Stolk	ZOB'66	32.16	199005665	31.75	
3.	Bjorn van de Goor	TRB-RES	NT	198906527	33.67	
Masters 35+, Heren						
1.	Viktor Reijns	De Watervogels	33.80	198401865	34.21	
2.	Michiel Reijns	De Watervogels	NT	198702737	34.38	
Masters 40+, Heren						
1.	Rob van Wanrooy	Feijenoord Albion Zwemclub	34.47	198202627	34.47	
2.	Ingmar Kooman	ZVL-1886 Center	39.36	197901517	41.34	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 3, 50m rugslag

Masters 45+, Heren

1.	Jeroen Hoeksel	ZVVS	41.55	197401533	42.42
2.	Leon Erkelens	Blue Marlins	46.02	197401539	43.45
3.	Alfonso Verkerk	SCOM/de Zeehond'73 (SG)	46.85	197601665	45.70

DIS Bram Rosenbrand HHZV Plons 55.48 197701673
RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.

Masters 65+, Heren

1.	Gerry Bally	HHZV Plons	1:40.00	195700589	56.54
----	-------------	------------	---------	-----------	--------------

Masters 25+, Dames

1.	Nina Tourton	ZOB'66	NT	199603612	37.34
2.	Tonicha Watson	D.E.S.	41.04	199606868	40.57
3.	Sjaron van Hulst	ACZ	42.00	199803268	41.34
4.	Brenda van Hulst	ACZ	42.00	199703462	42.65

Masters 30+, Dames

1.	Adela Vázquez García	ZVL-1886 Center	37.11	199307952	37.04
2.	J. Coenders-Peijnenburg	TRB-RES	NT	199008502	43.06
3.	Lisa van Ewijk	TRB-RES	NT	199204840	43.90

Masters 40+, Dames

1.	Jolanda Belder	ACZ	40.00	198100070	38.75
2.	Marion Brobbel	ZPC Numansdorp	42.24	198200554	41.23
3.	Ingeborg van Neerbos	DWF	NT	198001818	51.38

Masters 50+, Dames

1.	Nathasja Konijn	GZC DONK	44.06	197100992	45.04
2.	Sylvia Tetteroo	IJZ&PC	58.98	197300476	1:06.63

Masters 70+, Dames

1.	Tineke van Diggelen	ZPCH	54.17	195200048	52.87
----	---------------------	------	-------	-----------	--------------

Programmanr. 4
12-3-2023 - 14:25

100m vlinderslag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
Masters 20+, Heren							
1.	Jasper van den Broek	De Watervogels	1:08.85	199903313	1:08.56	31.46	1:08.56
Masters 30+, Heren							
1.	Marc Hoogendam	Blue Marlins	1:07.66	199007713	1:05.05	29.61	1:05.05
2.	Rutger Dalm	ACZ	1:10.19	199005561	1:09.64	31.39	1:09.64
Masters 40+, Heren							
1.	Stan Dekker	HHZV Plons	1:16.00	197901823	1:14.91	33.42	1:14.91
2.	Rogier van Gent	IJZ&PC	1:18.09	198000405	1:17.49	35.70	1:17.49

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 4, 100m vlinderslag

Masters 55+, Heren

AFGEM Wiljam Nijenhuis De IJsel 1:12.16 196400547

Masters 20+, Dames

1. Jessica Braat AZC 1:13.54 200205684 **1:16.70** 34.61 1:16.70
2. Iris van Rossum ACZ 1:22.63 200004858 **1:21.56** 37.65 1:21.56

Masters 25+, Dames

1. Margien Timmer ZVL-1886 Center 1:28.03 199506760 **1:27.88** 40.80 1:27.88
2. Dorien Pastoors Blue Marlins 1:30.00 199404598 **1:32.59** 44.18 1:32.59

Masters 30+, Dames

1. Ilona van der Knaap De Watervogels 1:22.10 199204954 **1:19.93** 36.42 1:19.93
2. Leontine Groeneveldt De Duck 1:20.73 199303526 **1:20.34** 35.09 1:20.34
AFGEM Lidwine Tax ZVL-1886 Center 1:39.77 199306658

Masters 40+, Dames

1. Debbie van Rooijen IJZ&PC 1:19.97 198201402 **1:18.95** 35.15 1:18.95
2. Ramona Linting AZC 1:14.09 198301274 **1:25.37** 38.20 1:25.37

Masters 60+, Dames

1. Lia Bijkerk GZC DONK 1:54.80 196000014 **1:54.70** 51.67 1:54.70

Programmanr. 5
12-3-2023 - 14:30

50m schoolslag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Masters 20+, Heren						
	1. Thomas Hesper	Blue Marlins	31.14	200004181	32.22	
	2. Boaz Troost	ZOB'66	34.20	200100371	35.15	
AFGEM	Robin van Peenen	ZVL-1886 Center	31.54	200201059		
Masters 25+, Heren						
	1. Igor Ostrowski	Blue Marlins	32.22	199805425	32.04	
	2. Kevin Kingma	ACZ	30.32	199700559	32.22	
	3. Silas van Bekkum	DWF	38.33	199605791	40.03	
Masters 30+, Heren						
	1. Jesper Oranje	De Duck	30.47	199200997	32.25	
	2. Ruben Stolk	ZOB'66	37.13	199005665	40.25	
	3. Jeroen Keizer	De Watervogels	46.00	199005097	42.01	
Masters 35+, Heren						
	1. Tim van den Berg	Blue Marlins	33.86	198500157	33.56	
	2. Neil Lomax	De Watervogels	38.89	198403215	37.61	
NG.ZA	Ricardo van Dam	AZC	33.18	198503965		
Masters 40+, Heren						
	1. Berry van Holland	TriVia	36.00	198000603	36.28	
	2. Guus Tas	GZC DONK	45.26	198102585	45.94	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 5, 50m schoolslag

Masters 45+, Heren

1.	Yuri Admiraal	ZPC Numansdorp	35.78	197701655	35.35
2.	Erwin de Bruin	De Duck	36.31	197500135	38.33
3.	Leon Erkelens	Blue Marlins	43.91	197401539	42.26
4.	Simon Voorhoeve	D.E.S.	42.00	197801969	43.06
5.	Jan Hakemulder	Poseidon'56	48.00	197701787	43.56
6.	Robin Koele	De Watervogels	45.50	197601657	43.58
7.	Joost van Ingen	ACZ	49.31	197701781	49.36
8.	Rogier van der Bend	De Watervogels	49.78	197401571	49.47
9.	Bram Rosenbrand	HHZV Plons	53.87	197701673	54.69
DIS	Alfonso Verkerk	SCOM/de Zeehond'73 (SG)	40.73	197601665	

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

Masters 50+, Heren

1.	Ferry van der Hulst	ZC'90	43.00	197000489	40.85	
2.	Gertjan van de Bosch	IJZ&PC	39.65	197001615	41.39	
3.	Jeff van Loon	De Geul	52.12	197001687	52.39	SB6 347

Masters 55+, Heren

1.	Pierre de Groot	GZC DONK	43.14	196401431	43.52
2.	Andre Exter	Poseidon'56	49.80	196601585	51.48
AFGEM	Tamas Szili-Torok	Feijenoord Albion Zwemclub	39.98	196801689	

Masters 65+, Heren

1.	Klaas Landeweer	IJZ&PC	48.74	195600163	49.47
----	-----------------	--------	-------	-----------	--------------

Masters 20+, Dames

1.	Sophie van der Leije	De Gooye	46.65	200005806	44.04
2.	Berinda van Dijk	Blue Marlins	44.96	200104186	45.03
3.	Dewi Sint-Nicolaas	ZPC Numansdorp	49.50	200303804	46.88
4.	Nienke de Vries	SCOM	49.17	200100460	48.19
5.	Mouna Oudshoorn	De Amstel	45.77	200002202	49.56

Masters 25+, Dames

1.	Larissa Banen	Westland Swimming Stars	47.00	199405444	44.32
2.	Tonicha Watson	D.E.S.	46.00	199606868	45.30

Masters 30+, Dames

DIS	Zohal Sukrin	MNC Dordrecht	NT	1989volgt	
-----	--------------	---------------	----	-----------	--

SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.

Masters 35+, Dames

1.	Nikki Roon	IJZ&PC	40.52	198803712	41.37
2.	Marieke van Horik	ACZ	43.54	198402582	44.36

Masters 40+, Dames

1.	Eveline Hacquebord	IJZ&PC	40.27	197901206	41.81
2.	Eise de Rooij	MNC Dordrecht	54.12	198202560	52.70
DIS	Ingeborg van Neerbos	DWF	NT	198001818	

AE - De aangegeven zwemslag niet uitgevoerd.

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 5, 50m schoolslag

Masters 45+, Dames

1.	Dorien van Petersen	MNC Dordrecht	52.50	197601186		52.70
----	---------------------	---------------	-------	-----------	--	--------------

Masters 50+, Dames

1.	Edith Janssen-Koolen	TRB-RES	38.95	197300898		40.03
2.	Katharina Schlipp	De Vliet (SG)	38.94	197301004		40.28

Masters 55+, Dames

1.	Inge Deutz	ZVVS	58.50	196600726		57.88
----	------------	------	-------	-----------	--	--------------

Programmanr. 6
12-3-2023 - 14:40

100m rugslag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
Masters 20+, Heren							
1.	Nick Boekestijn	Westland Swimming Stars	1:08.09	199900291			
NG	O. Jaramillo Rodriguez	Z&PC Rotterdam	1:20.00	199905403		31.69	1:07.18
Masters 30+, Heren							
1.	Bas Onderstal	AZC	1:17.34	199205967		38.52	1:18.86
Masters 40+, Heren							
1.	Stan Dekker	HHZV Plons	1:10.20	197901823		34.44	1:11.22
AFGEM	Luc Steijvers	ZVL-1886 Center	1:15.00	198201661			
Masters 45+, Heren							
1.	Jeroen Hoeksel	ZVVS	1:31.80	197401533		44.21	1:32.69
Masters 50+, Heren							
1.	Harrie Busser	De Watervogels	NT	196901857		58.85	1:56.98
Masters 55+, Heren							
1.	Erik Saan	De Duck	1:23.88	196500769		40.78	1:25.46
Masters 65+, Heren							
1.	André Pantekoek	PSV	1:40.00	195800321		46.21	1:34.67
2.	Peter Coffeng	GZC DONK	1:46.41	195700063		55.22	1:52.20
3.	Gerry Bally	HHZV Plons	2:55.00	195700589		1:00.39	1:59.63
AFGEM	Wim de Lange	AZC	1:29.04	195800533			
Masters 20+, Dames							
1.	Hanna Looi	Blue Marlins	1:13.43	200006090		35.96	1:13.83
2.	Wendy Visser	De Gooye	1:22.13	200201600		39.95	1:24.95
3.	Thamar Karstel	ACZ	1:24.52	200105990		41.67	1:27.16
Masters 25+, Dames							
1.	Brenda van Hulst	ACZ	1:32.92	199703462		45.51	1:32.16

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 6, 100m rugslag

Masters 40+, Dames

1.	Anke Lambooi	De Vliet (SG)	1:17.52	198001182	1:17.44	37.14	1:17.44
2.	Jessica Venema	GZC DONK	1:22.89	197901526	1:24.25	39.63	1:24.25
3.	Louise Schets	D.E.S.	NT	197901580	1:32.81	45.76	1:32.81

Masters 50+, Dames

1.	Nathasja Konijn	GZC DONK	1:35.81	197100992	1:36.36	47.41	1:36.36
----	-----------------	----------	---------	-----------	----------------	-------	---------

Masters 70+, Dames

1.	Tineke van Diggelen	ZPCH	1:55.29	195200048	1:55.42	56.67	1:55.42
2.	N. van Dongen-de Paepe	ZZ&PC De Devel	2:20.57	195100044	2:21.46	1:08.01	2:21.46

Programmanr. 7
12-3-2023 - 14:50

4 x 100m wisselslag

lft 80 - 359
Resultaten

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

160+, Heren

1.	De Duck	De Duck	5:01.48	5:09.75
	Nico van Maanen	61	43.53	1:31.11
	Erwin de Bruin	75		Jesper Oranje Erik Saan
				92 65

120+, Gemengd

1.	ACZ 1	ACZ	4:33.89	4:45.13
	Rutger Dalm	90	34.69	1:11.01
	Kevin Kingma	97		Roos van Esch Iris van Rossum
				82 00
2.	ACZ 2	ACZ	NT	5:13.00
	Jolanda Belder	81	40.82	1:25.50
	Marike van Horik	84		Julian van Erk Jeroen van Blanken
				99 92

160+, Gemengd

AFGEM	D.E.S.	D.E.S.	6:09.37	
-------	--------	--------	---------	--

Programmanr. 8
12-3-2023 - 14:55

50m vlinderslag

20 - 89 jaar
Resultaten

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

Masters 20+, Heren

1.	Thomas Hesper	Blue Marlins	29.13	200004181	29.83
AFGEM	Johrick Wijma	ACZ	29.80	200204435	

Masters 25+, Heren

1.	Kevin Kingma	ACZ	27.71	199700559	30.49
----	--------------	-----	-------	-----------	--------------

Masters 30+, Heren

1.	Ruben Stolk	ZOB'66	30.04	199005665	30.18
2.	Bjorn van de Goor	TRB-RES	NT	198906527	31.80

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 8, 50m vlinderslag

Masters 35+, Heren

NG.ZA Ricardo van Dam AZC 31.43 198503965

Masters 40+, Heren

1.	Michael Westerbeek	ZVL-1886 Center	33.08	198302337	33.17
2.	Oscar Monge	IJZ&PC	35.09	198102599	33.94
3.	Ingmar Kooman	ZVL-1886 Center	34.47	197901517	34.88
4.	Alexander Sophocleous	HHZV Plons	37.00	197902109	36.84
5.	Guus Tas	GZC DONK	43.63	198102585	44.09

Masters 45+, Heren

1.	Alfonso Verkerk	SCOM/de Zeehond'73 (SG)	37.45	197601665	36.86
2.	Leon Erkelens	Blue Marlins	41.22	197401539	40.52
DIS	Simon Voorhoeve	D.E.S.	38.44	197801969	

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

Masters 50+, Heren

1. Ferry van der Hulst ZC'90 36.00 197000489 **34.93**

Masters 55+, Heren

AFGEM Wiljam Nijenhuis De IJsel 31.16 196400547

Masters 60+, Heren

1. Nico van Maanen De Duck 35.74 196100371 **36.86**

Masters 65+, Heren

1.	Hans Piederiet	ZPC Numansdorp	38.74	195400177	40.68
2.	Klaas Landeweer	IJZ&PC	57.00	195600163	54.69

Masters 20+, Dames

1.	Hanna Looi	Blue Marlins	31.27	200006090	32.27
2.	Jessica Braat	AZC	31.15	200205684	33.64
3.	Wendy Visser	De Gooye	35.50	200201600	37.10
4.	Sophie van der Leije	De Gooye	37.26	200005806	38.04
5.	Thamar Karstel	ACZ	35.31	200105990	38.10
6.	Femke Noordhoek	De Watervogels	40.24	199901150	38.73
NG	Alissia Ahrens	ACZ	42.00	199904356	

Masters 25+, Dames

1.	Erika Nyström	HHZV Plons	35.00	199407592	34.81
2.	Margien Timmer	ZVL-1886 Center	38.03	199506760	37.03
3.	Cynthia van Veen	ZVL-1886 Center	37.80	199606736	38.03
4.	Sjaron van Hulst	ACZ	42.00	199803268	44.09
5.	Tonicha Watson	D.E.S.	43.00	199606868	44.96
6.	Brenda van Hulst	ACZ	42.00	199703462	45.27

Masters 30+, Dames

1.	Leontine Groeneveldt	De Duck	33.99	199303526	33.79
2.	Lisa van Ewijk	TRB-RES	40.10	199204840	39.00
3.	J. Coenders-Peijnenburg	TRB-RES	41.13	199008502	41.72

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 8, 50m vlinderslag

Masters 35+, Dames

1. Sanne de Ridder ZVL-1886 Center 37.00 198502444 **35.25**

Masters 40+, Dames

1. Ramona Linting AZC 33.27 198301274 **36.89**
2. Clara Groenhorst GZC DONK 42.04 198202506 **40.50**

Masters 50+, Dames

1. Katharina Schlipp De Vliet (SG) 38.56 197301004 **39.13**
2. Nathasja Konijn GZC DONK 41.16 197100992 **44.87**

Programmanr. 9
12-3-2023 - 15:00

100m schoolslag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang naam vereniging intijd tijd RT 50m 100m

Masters 20+, Heren

1. Julian van Erk ACZ 1:17.34 199901323 **1:18.00** 36.08 1:18.00
2. Nick Boekestijn Westland Swimming Stars 1:20.31 199900291 **1:18.98** 37.86 1:18.98

Masters 25+, Heren

1. Silas van Bekkum DWF 1:26.57 199605791 **1:26.63** 41.44 1:26.63

Masters 30+, Heren

1. Jesper Oranje De Duck 1:10.64 199200997 **1:15.75** 35.54 1:15.75
2. Marin Jonker-Wolfs Z&PC Rotterdam 2:00.00 198906929 **1:33.44** 43.25 1:33.44
DIS Bas Onderstal AZC 1:25.01 199205967
AA - De start ingezet voor het startsignaal (en wel gezwommen).

Masters 35+, Heren

1. Tim van den Berg Blue Marlins 1:11.39 198500157 **1:12.78** 34.34 1:12.78
2. Viktor Reijns De Watervogels 1:16.83 198401865 **1:16.84** 35.94 1:16.84

Masters 40+, Heren

AFGEM Luc Steijvers ZVL-1886 Center 1:25.00 198201661

Masters 50+, Heren

1. Chang Bom D.E.S. 1:20.36 197201483 **1:25.27** 41.00 1:25.27
2. Gertjan van de Bosch IJZ&PC 1:29.12 197001615 **1:32.57** 44.39 1:32.57

Masters 65+, Heren

AFGEM Wim de Lange AZC 1:28.92 195800533

Masters 25+, Dames

1. Larissa Banen Westland Swimming Stars 1:38.36 199405444 **1:38.05** 45.90 1:38.05
2. Dorien Pastoors Blue Marlins 1:41.80 199404598 **1:42.16** 48.91 1:42.16

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 9, 100m schoolslag

Masters 30+, Dames

1.	Suzan Blankestijn	ZVL-1886 Center	1:22.48	198900350	1:21.57	38.40	1:21.57
2.	Ilona van der Knaap	De Watervogels	1:29.06	199204954	1:27.63	41.11	1:27.63

Masters 35+, Dames

1.	Linda van Klei	GZC DONK	1:23.79	198802088	1:26.34	40.06	1:26.34
----	----------------	----------	---------	-----------	----------------	-------	---------

Masters 50+, Dames

1.	Edith Janssen-Koolen	TRB-RES	1:30.47	197300898	1:27.63	41.49	1:27.63
2.	Katharina Schlipp	De Vliet (SG)	1:26.72	197301004	1:28.31	42.33	1:28.31
3.	Annette Spies	Link	1:53.76	197001110	1:56.96	54.12	1:56.96

Masters 70+, Dames

1.	Tineke van Diggelen	ZPCH	2:04.71	195200048	2:02.47	58.51	2:02.47
2.	Geerdien Meerwaldt	De Geul	2:16.46	195200058	2:10.18	1:02.05	2:10.18
3.	N. van Dongen-de Paepe	ZZ&PC De Devel	2:26.63	195100044	2:25.10	1:08.04	2:25.10

Programmanr. 10
12-3-2023 - 15:10

50m vrije slag

20 - 89 jaar
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
Masters 20+, Heren						
1.	Thomas Hesper	Blue Marlins	26.68	200004181	27.86	
NG	O. Jaramillo Rodriguez	Z&PC Rotterdam	28.67	199905403		
Masters 30+, Heren						
1.	Rutger Dalm	ACZ	26.53	199005561	26.86	
2.	Bjorn van de Goor	TRB-RES	NT	198906527	28.28	
3.	Jeroen Keizer	De Watervogels	31.09	199005097	30.44	
Masters 35+, Heren						
1.	Michiel Reijns	De Watervogels	27.95	198702737	28.22	
NG.ZA	Ricardo van Dam	AZC	29.24	198503965		
Masters 40+, Heren						
1.	Stan Dekker	HHZV Plons	27.67	197901823	27.41	
2.	Rogier van Gent	IJZ&PC	28.12	198000405	28.51	
3.	Berry van Holland	TriVia	28.50	198000603	28.52	
4.	Oscar Monge	IJZ&PC	28.15	198102599	29.28	
5.	Michael Westerbeek	ZVL-1886 Center	29.96	198302337	29.59	
6.	Alexander Sophocleous	HHZV Plons	34.00	197902109	33.22	
Masters 45+, Heren						
1.	Erwin de Bruin	De Duck	29.85	197500135	30.15	
2.	Alfonso Verkerk	SCOM/de Zeehond'73 (SG)	32.52	197601665	31.77	
3.	Rogier van der Bend	De Watervogels	25.91	197401571	33.46	
4.	Simon Voorhoeve	D.E.S.	33.89	197801969	33.68	
5.	Leon Erkelens	Blue Marlins	34.63	197401539	33.89	
6.	Jeroen Hoeksel	ZVVS	34.08	197401533	34.53	
7.	Jan Hakemulder	Poseidon'56	39.00	197701787	34.75	
8.	Robin Koele	De Watervogels	33.54	197601657	34.87	
9.	Joost van Ingen	ACZ	38.42	197701781	38.56	
10.	Bram Rosenbrand	HHZV Plons	39.91	197701673	41.86	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 10, 50m vrije slag

Masters 50+, Heren

1.	Ferry van der Hulst	ZC'90	36.00	197000489		30.57	
2.	Jeff van Loon	De Geul	39.56	197001687	S7	39.12	348
3.	Harrie Busser	De Watervogels	38.72	196901857		39.51	

Masters 55+, Heren

1.	Erik Saan	De Duck	29.44	196500769		30.36	
2.	Pieter-Sjoerd de Wijn	D.E.S.	31.65	196501027		32.00	
3.	Pierre de Groot	GZC DONK	33.42	196401431		34.41	
4.	Andre Exter	Poseidon'56	42.84	196601585		43.20	
AFGEM	Wiljam Nijenhuis	De IJsel	27.35	196400547			
AFGEM	Tamas Szili-Torok	Feijenoord Albion Zwemclub	37.59	196801689			

Masters 60+, Heren

1.	Nico van Maanen	De Duck	43.82	196100371		33.32	
2.	Bob Lookermans	Poseidon'56	38.30	196201295		38.74	

Masters 65+, Heren

1.	Peter Coffeng	GZC DONK	35.51	195700063		36.35	
2.	Klaas Landeweer	IJZ&PC	38.06	195600163		36.66	
3.	Gerry Bally	HHZV Plons	1:10.00	195700589		44.41	

Masters 85+, Heren

1.	Nic Geers	PSV	44.42	193800007		43.26	
----	-----------	-----	-------	-----------	--	--------------	--

Nederlands Masters Record

Masters 20+, Dames

1.	Hanna Looi	Blue Marlins	29.40	200006090		29.65	
2.	Jessica Braat	AZC	29.27	200205684		30.66	
3.	Iris van Rossum	ACZ	30.21	200004858		30.99	
4.	Femke Noordhoek	De Watervogels	32.34	199901150		32.29	
5.	Ines Peeters	Blue Marlins	40.00	200206316		35.50	
6.	Dewi Sint-Nicolaas	ZPC Numansdorp	38.50	200303804		36.56	
NG	Alicia Ahrens	ACZ	35.00	199904356			

Masters 25+, Dames

1.	Annoeska Banen	Westland Swimming Stars	29.28	199704570		29.37	
2.	Erika Nyström	HHZV Plons	30.00	199407592		31.10	
3.	Margien Timmer	ZVL-1886 Center	31.75	199506760		32.40	
4.	Cynthia van Veen	ZVL-1886 Center	32.92	199606736		33.89	
5.	Sjaron van Hulst	ACZ	35.00	199803268		33.99	
6.	Brenda van Hulst	ACZ	35.00	199703462		35.89	
7.	Larissa Banen	Westland Swimming Stars	41.00	199405444		40.53	

Masters 30+, Dames

1.	Leontine Groeneveldt	De Duck	30.20	199303526		30.69	
2.	Adela Vázquez García	ZVL-1886 Center	32.38	199307952		32.40	
3.	J. Coenders-Peijnenburg	TRB-RES	37.84	199008502		35.57	
4.	Lisa van Ewijk	TRB-RES	37.24	199204840		36.51	
AFGEM	Lidwine Tax	ZVL-1886 Center	36.38	199306658			

Masters 35+, Dames

1.	Nikki Roon	IJZ&PC	31.00	198803712		31.13	
2.	Sanne de Ridder	ZVL-1886 Center	32.10	198502444		31.25	
3.	Marike van Horik	ACZ	31.70	198402582		32.69	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 10, 50m vrije slag

Masters 40+, Dames

1.	Anke Lambooij	De Vliet (SG)	28.55	198001182	28.69
2.	Debbie van Rooijen	IJZ&PC	30.25	198201402	29.80
3.	Jolanda Belder	ACZ	32.64	198100070	33.24
4.	Else de Rooij	MNC Dordrecht	40.91	198202560	42.31
5.	Ingeborg van Neerbos	DWF	NT	198001818	43.26

Masters 45+, Dames

1.	Dorien van Petersen	MNC Dordrecht	40.36	197601186	39.94
----	---------------------	---------------	-------	-----------	--------------

Masters 50+, Dames

1.	Sylvia Tetteroo	IJZ&PC	50.80	197300476	56.31
----	-----------------	--------	-------	-----------	--------------

Masters 55+, Dames

1.	Inge Deutz	ZVVS	42.80	196600726	41.56
----	------------	------	-------	-----------	--------------

Masters 60+, Dames

1.	Lia Bijkerk	GZC DONK	40.18	196000014	41.45
----	-------------	----------	-------	-----------	--------------

Programmanr. 11
12-3-2023 - 15:20

1500m vrije slag
Series samen: 1 en 2 , 3 en 4.

20 - 89 jaar
Resultaten

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

Masters 20+, Heren

1.	Boaz Troost	ZOB'66	22:02.99	200100371	21:20.93
	100m: 1:13.75	1:13.75	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:37.23	1:23.48	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:20.93
	400m: 5:30.28	800m: 11:21.13	1200m:		
2.	Jasper van den Broek	De Watervogels	21:00.00	199903313	21:37.68
	100m: 1:16.47	1:16.47	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:41.14	1:24.67	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:37.68
	400m: 5:32.22	800m: 11:25.18	1200m:		

AFGEM	Robin van Peenen	ZVL-1886 Center	20:00.00	200201059	
-------	------------------	-----------------	----------	-----------	--

Masters 25+, Heren

1.	Erik Baalbergen	ZVL-1886 Center	21:49.00	199805775	21:02.23
	100m: 1:10.49	1:10.49	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:29.69	1:19.20	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:02.23
	400m: 5:15.67	800m: 10:57.81	1200m:		
2.	Ian van Mullem	ZOB'66	20:54.39	199602545	21:06.29
	100m: 1:11.38	1:11.38	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:32.83	1:21.45	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	21:06.29
	400m: 5:23.03	800m: 11:10.97	1200m:		

Masters 30+, Heren

1.	Jeroen van Blanken	ACZ	20:18.53	199206451	20:22.76
	100m: 1:12.87	1:12.87	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:34.34	1:21.47	600m:	1000m:	1400m:
	300m:	700m:	1100m:	1500m:	20:22.76
	400m: 5:21.13	800m: 10:54.06	1200m:		

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 11, Heren, 1500m vrije slag, Masters 30+

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
2.	Marc Hoogendam	Blue Marlins	21:36.56	199007713	20:46.96	
	100m: 1:11.79	1:11.79	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.47	1:20.68	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:46.96	
	400m: 5:18.65		800m: 10:59.64	1200m:		
3.	Aldo Hofman	De Watervogels	21:00.00	199007635	21:33.60	
	100m: 1:15.66	1:15.66	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:40.54	1:24.88	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:33.60	
	400m: 5:34.24		800m: 11:22.04	1200m:		

Masters 35+, Heren

1.	Neil Lomax	De Watervogels	21:00.00	198403215	20:10.53	
	100m: 1:10.56	1:10.56	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:30.59	1:20.03	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:10.53	
	400m: 5:13.69		800m: 10:41.83	1200m:		

Masters 40+, Heren

1.	Rob van Wanrooy	Feijenoord Albion Zwemclub	20:21.90	198202627	21:49.48	
	100m: 1:14.96	1:14.96	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:37.71	1:22.75	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:49.48	
	400m: 5:33.33		800m: 11:32.49	1200m:		
2.	Ingmar Kooman	ZVL-1886 Center	23:00.00	197901517	22:49.29	
	100m: 1:19.90	1:19.90	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:50.07	1:30.17	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:49.29	
	400m: 5:54.25		800m: 12:05.26	1200m:		
3.	Steven Prins	HHZV Plons	21:30.00	197901833	22:59.20	
	100m: 1:22.67	1:22.67	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:54.27	1:31.60	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:59.20	
	400m: 5:56.51		800m: 12:04.52	1200m:		

Masters 45+, Heren

1.	Yuri Admiraal	ZPC Numansdorp	19:35.07	197701655	20:12.02	
	100m: 1:12.85	1:12.85	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:31.58	1:18.73	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:12.02	
	400m: 5:11.07		800m: 10:36.34	1200m:		

Masters 50+, Heren

1.	Ingmar de Gelder	ZOB'66	20:48.53	197000333	20:01.00	
	100m: 1:11.12	1:11.12	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:28.46	1:17.34	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:01.00	
	400m: 5:08.46		800m: 10:33.85	1200m:		

Masters 55+, Heren

1.	Hans Bijleveld	HHZV Plons	28:00.00	196601649	25:30.95	
	100m: 1:26.51	1:26.51	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:05.80	1:39.29	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:30.95	
	400m: 6:33.07		800m: 13:34.88	1200m:		

AFGEM Jo-an Mudde Arethusa 19:17.70 196701457

Masters 60+, Heren

1.	Menno Lomans	d'ELFT	22:39.31	196101071	22:03.56	
	100m: 1:21.60	1:21.60	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:48.05	1:26.45	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:03.56	
	400m: 5:45.57		800m: 11:40.06	1200m:		

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 11, Heren, 1500m vrije slag, Masters 60+

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
2.	James Norman	HHZV Plons	23:15.00	196001029	23:37.18
	100m: 1:24.86	1:24.86	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:57.78	1:32.92	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:37.18
	400m: 6:04.15		800m: 12:24.53	1200m:	
3.	Henk Gierveld	Nat Utrecht	25:28.89	196000869	25:52.71
	100m: 1:29.50	1:29.50	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:11.38	1:41.88	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:52.71
	400m: 6:38.26		800m: 13:33.81	1200m:	

Masters 65+, Heren

1.	Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	20:06.53	195800149	19:29.25
	<i>Nederlands Masters Record</i>				
	100m: 1:13.90	1:13.90	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:32.25	1:18.35	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 19:29.25
	400m: 5:09.36		800m: 10:22.08	1200m:	
2.	André Pantekoek	PSV	28:24.16	195800321	28:17.38
	100m: 1:39.73	1:39.73	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:34.16	1:54.43	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 28:17.38
	400m: 7:25.04		800m: 15:04.74	1200m:	

Masters 80+, Heren

1.	Geza Kaltenecker	AZC	29:28.90	194200065	29:18.23
	<i>Nederlands Masters Record</i>				
	100m: 1:47.35	1:47.35	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:44.75	1:57.40	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 29:18.23
	400m: 7:42.65		800m: 15:38.91	1200m:	

Masters 85+, Heren

1.	Nic Geers	PSV	34:09.56	193800007	33:17.82
	<i>Nederlands Masters Record</i>				
	100m: 2:00.61	2:00.61	500m:	900m:	1300m:
	200m: 4:18.35	2:17.74	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 33:17.82
	400m: 8:50.16		800m: 17:55.49	1200m:	

Masters 20+, Dames

1.	Carmen Hofstede	De Watervogels	21:00.00	200205252	23:24.64
	100m: 1:23.99	1:23.99	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:56.03	1:32.04	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:24.64
	400m: 6:02.78		800m: 12:26.63	1200m:	
2.	Berinda van Dijk	Blue Marlins	23:30.00	200104186	23:41.50
	100m: 1:26.66	1:26.66	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:03.34	1:36.68	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:41.50
	400m: 6:16.19		800m: 12:43.27	1200m:	
3.	Nienke de Vries	SCOM	23:49.62	200100460	26:31.87
	100m: 1:37.28	1:37.28	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:23.48	1:46.20	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 26:31.87
	400m: 6:58.71		800m: 14:09.92	1200m:	
4.	Mouna Oudshoorn	De Amstel	24:14.92	200002202	27:29.31
	100m: 1:36.62	1:36.62	500m:	900m:	1300m:
	200m: 3:24.57	1:47.95	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 27:29.31
	400m: 7:04.08		800m: 14:27.88	1200m:	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.

ROM 4
Gouda, 12-3-2023

Programmanr. 11, 1500m vrije slag

Masters 25+, Dames

1. Nina Tourton	ZOB'66	22:44.31	199603612	22:38.46
100m: 1:17.34	1:17.34	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:43.32	1:25.98	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:38.46
400m: 5:43.88		800m: 11:53.72	1200m:	

Masters 30+, Dames

1. Suzan Blankestijn	ZVL-1886 Center	21:06.73	198900350	21:11.81
100m: 1:16.65	1:16.65	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:40.56	1:23.91	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:11.81
400m: 5:28.31		800m: 11:09.88	1200m:	

Masters 40+, Dames

1. Roos van Esch	ACZ	20:30.00	198200468	20:26.68
100m: 1:17.05	1:17.05	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:39.34	1:22.29	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 20:26.68
400m: 5:24.56		800m: 10:54.72	1200m:	
2. Jessica Venema	GZC DONK	21:57.86	197901526	22:10.20
100m: 1:21.32	1:21.32	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:49.64	1:28.32	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:10.20
400m: 5:48.21		800m: 11:44.86	1200m:	
3. Eveline Hacquebord	IJZ&PC	23:18.59	197901206	23:59.23
100m: 1:25.56	1:25.56	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:00.87	1:35.31	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:59.23
400m: 6:14.44		800m: 12:45.38	1200m:	
4. Marion Brobbel	ZPC Numansdorp	25:21.54	198200554	24:15.98
100m: 1:25.15	1:25.15	500m:	900m:	1300m:
200m: 2:59.97	1:34.82	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 24:15.98
400m: 6:12.62		800m: 12:44.80	1200m:	
5. Clara Groenhorst	GZC DONK	26:16.28	198202506	25:27.75
100m: 1:28.97	1:28.97	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:08.17	1:39.20	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 25:27.75
400m: 6:30.54		800m: 13:19.86	1200m:	

Masters 55+, Dames

1. Erica Muller	De Geul	26:00.00	196400412	26:09.84
100m: 1:35.88	1:35.88	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:18.44	1:42.56	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 26:09.84
400m: 6:46.70		800m: 13:48.42	1200m:	
2. Alice de Haan	GZC DONK	29:30.00	196400590	27:12.24
100m: 1:37.60	1:37.60	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:25.35	1:47.75	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 27:12.24
400m: 7:03.70		800m: 14:18.75	1200m:	
3. Roselinda van der Vlugt	De Geul	28:05.89	196700710	28:48.53
100m: 1:44.83	1:44.83	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:37.91	1:53.08	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 28:48.53
400m: 7:28.88		800m: 15:13.71	1200m:	

Masters 60+, Dames

1. Annemarie Straetemans	De Geul	28:00.00	196300508	30:44.04
100m: 1:49.86	1:49.86	500m:	900m:	1300m:
200m: 3:49.86	2:00.00	600m:	1000m:	1400m:
300m:		700m:	1100m:	1500m: 30:44.04
400m: 7:43.17		800m: 15:50.36	1200m:	

Uitslagen via https://knzbwest.cfas.nl/RWOM2022-2023_4/

Volgende ROM-wedstrijd: zaterdag 8 april 2023 te Zwijndrecht.