Programmanr. 12 — Dames, 400m wisselslag — 10 jaar en ouder
17-10-2026 - 18:34 — Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT

Onder 14

1.	E. de Velde Harsenhorst	Deltasteur - Selectie	6:13.08	201300350	**6:01.16**	

50m:	40.16	40.16	150m:	2:15.64	46.48	250m:	3:50.32	49.16	350m:	5:21.60	41.31
100m:	1:29.16	49.00	200m:	3:01.16	45.52	300m:	4:40.29	49.97	400m:	6:01.16	39.56

Onder 16

1.	Else Schilder	Deltasteur - Ikzwemplan	NT	201201812	**7:18.96**	

50m:	45.50	45.50	150m:	2:42.47	59.79	250m:	4:38.94	57.65	350m:	6:29.72	51.10
100m:	1:42.68	57.18	200m:	3:41.29	58.82	300m:	5:38.62	59.68	400m:	7:18.96	49.24

18 en ouder

1.	Monica van der Meer	Deltasteur - Selectie	5:58.96	200704288	**5:34.55**	

50m:	35.23	35.23	150m:	2:04.53	43.88	250m:	3:33.00	46.65	350m:	4:58.58	39.13
100m:	1:20.65	45.42	200m:	2:46.35	41.82	300m:	4:19.45	46.45	400m:	5:34.55	35.97

2.	Charlotte van der Meer	Deltasteur - Selectie	5:33.62	200704478	**5:37.39**

50m:	36.32	36.32	150m:	2:03.42	43.19	250m:	3:33.95	47.15	350m:	4:59.76	39.84
100m:	1:20.23	43.91	200m:	2:46.80	43.38	300m:	4:19.92	45.97	400m:	5:37.39	37.63

3.	Esmee Kiers	Deltasteur - Ikzwemplan	NT	200804366	**7:00.35**

50m:	43.57	43.57	150m:	2:32.32	56.79	250m:	4:24.89	57.80	350m:	6:13.81	49.15
100m:	1:35.53	51.96	200m:	3:27.09	54.77	300m:	5:24.66	59.77	400m:	7:00.35	46.54