

LAC wedstrijd DAW - LB  
Alkmaar, 24-3-2024

Programmanr. 1  
24-3-2024 - 14:04

Dames, 1500m vrije slag

Junioren 3 en ouder  
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
<b>Junioren 3 en 4</b>						
1.	Dante van Meene	Daw	20:04.35	200900678	<b>19:40.41</b>	
	100m: 1:12.16	1:12.16	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:30.91	1:18.75	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:33.48	1100m:	1500m: 19:40.41	
	400m: 5:10.48			1200m:		
2.	Sarah Akil	Het Y	21:09.90	200900984	<b>20:58.96</b>	
	100m: 1:16.05	1:16.05	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:38.41	1:22.36	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:01.93	1100m:	1500m: 20:58.96	
	400m: 5:23.81			1200m:		
3.	Alya Basaran	Zwemlust- den Hommel	NT	200904280	<b>21:26.35</b>	
	100m: 1:15.62	1:15.62	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:37.86	1:22.24	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:17.98	1100m:	1500m: 21:26.35	
	400m: 5:27.86			1200m:		
4.	Yuna van den Idsert	Daw	21:32.00	201001196	<b>22:29.09</b>	
	100m: 1:20.87	1:20.87	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:49.02	1:28.15	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:55.02	1100m:	1500m: 22:29.09	
	400m: 5:50.59			1200m:		
5.	Femke Stecher	Triton	23:30.00	200901236	<b>24:47.52</b>	
	100m: 1:22.98	1:22.98	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:56.97	1:33.99	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 12:56.26	1100m:	1500m: 24:47.52	
	400m: 6:12.75			1200m:		
6.	Jildau Boonstra	MSV-Zeemacht	NT	200902236	<b>25:27.34</b>	
	100m: 1:24.76	1:24.76	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:02.02	1:37.26	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 13:15.72	1100m:	1500m: 25:27.34	
	400m: 6:21.97			1200m:		
<b>Jeugd</b>						
1.	Bette Peetoom	Daw	20:53.26	200801808	<b>20:08.67</b>	
	100m: 1:12.55	1:12.55	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.07	1:19.52	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:41.32	1100m:	1500m: 20:08.67	
	400m: 5:13.64			1200m:		
2.	Diede de Vries	Zwemlust- den Hommel	NT	200803558	<b>20:36.14</b>	
	100m: 1:13.60	1:13.60	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:33.39	1:19.79	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:50.39	1100m:	1500m: 20:36.14	
	400m: 5:17.41			1200m:		
3.	Nina de Witt	Het Y	NT	200801858	<b>22:27.27</b>	
	100m: 1:22.16	1:22.16	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:49.81	1:27.65	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 11:50.08	1100m:	1500m: 22:27.27	
	400m: 5:48.16			1200m:		
4.	Tara de Rooij	Triton	25:00.00	200700658	<b>25:58.52</b>	
	100m: 1:35.13	1:35.13	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 3:18.54	1:43.41	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 13:52.37	1100m:	1500m: 25:58.52	
	400m: 6:48.86			1200m:		
<b>Senioren</b>						
1.	Amber van der Kruk	MSV-Zeemacht	NT	200102730	<b>19:23.47</b>	841
	100m: 1:09.78	1:09.78	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:26.68	1:16.90	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 9:58.80	1100m:	1500m: 19:23.47	
	400m: 4:58.91			1200m:		
2.	Famke Irvine	De Otters Het Gooi	18:22.68	200501724	<b>19:39.71</b>	
	100m: 1:10.06	1:10.06	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:27.11	1:17.05	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:25.95	1100m:	1500m: 19:39.71	
	400m: 5:05.32			1200m:		
3.	Anne-Irene Ducheine	Zwemvereniging Hoogland	20:30.09	199506824	<b>20:03.95</b>	
	100m: 1:13.94	1:13.94	500m:	900m:	1300m:	
	200m: 2:32.06	1:18.12	600m:	1000m:	1400m:	
	300m:	700m:	800m: 10:35.19	1100m:	1500m: 20:03.95	
	400m: 5:11.97			1200m:		

LAC wedstrijd DAW - LB  
Alkmaar, 24-3-2024

Programmanr. 1, Dames, 1500m vrije slag, Senioren

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
4.	Alina Spijkerman	Daw	21:18.50	197701220	<b>21:45.20</b>
	100m: 1:17.11	1:17.11	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:42.45	1:25.34	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 21:45.20
	400m: 5:35.98		800m: 11:27.98	1200m:	
5.	Zena Bout	Zwemlust- den Hommel	NT	200601442	<b>22:48.89</b>
	100m: 1:21.15	1:21.15	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:48.21	1:27.06	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 22:48.89
	400m: 5:47.38		800m: 11:55.71	1200m:	
6.	Inken Wemheuer	Dwt	23:05.76	197101016	<b>23:36.40</b>
	100m: 1:24.23	1:24.23	500m:	900m:	1300m:
	200m: 2:58.91	1:34.68	600m:	1000m:	1400m:
	300m:		700m:	1100m:	1500m: 23:36.40
	400m: 6:10.48		800m: 12:32.35	1200m:	