



Programmanr. 1
17-12-2016 - 17:00

25m rugslag
swimkick

Minioren 1 t/m 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Nils Pit	Zuiderzeezwemmers	NT	200801117	26.14
2.	Gabriëlla Brakkee	Zuiderzeezwemmers	NT	200801352	26.60
3.	Stan de Booij	Zignea	35.11	200900089	26.64
4.	Licianne Jungeling	Zuiderzeezwemmers	NT	200801404	26.86
5.	Feline Keij	Zignea	NT	200801626	27.42
6.	Lieke Kamphuis	Flevo	NT	200800138	27.89
7.	Lieke Kikstra	De Houtrib	31.18	200900318	28.02
8.	Elin Heeren	Zignea	NT	200900688	28.06
9.	Anne van Loon	Zuiderzeezwemmers	NT	200801402	28.48
10.	Noud Assinck	Zignea	32.54	200900047	29.65
11.	Leo Lokhorst	De Houtrib	30.96	200900195	29.78
12.	Linsey Jansen	Zuiderzeezwemmers	NT	200900524	30.90
13.	Amber Dijkhuis	Zuiderzeezwemmers	NT	200900494	31.40
14.	Danisha van Mulier	De Houtrib	NT	200900066	32.42
15.	Jasmijn van der Beek	Zuiderzeezwemmers	NT	200801350	35.52
16.	Noor Broer	De Houtrib	NT	200900332	38.71
DIS	Robine Moot	De Houtrib	26.21	200900330	

RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.

Programmanr. 2
17-12-2016 - 17:05

25m vrije slag
swimkick

Minioren 4 t/m (5) 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Bertine de Boer	Zcu'78	21.46	200700820	19.53
2.	Sven Groenink	Zignea	34.53	200700541	20.97 FJ 1
3.	Keo van Loon	Zuiderzeezwemmers	NT	200503363	20.97 FJ 2
4.	Frederiek Breedijk	Flevo	26.79	200701214	20.98
5.	Tibeau Sijtsma	Zuiderzeezwemmers	NT	200602649	21.20
6.	Collard Jungeling	Zuiderzeezwemmers	NT	200701831	21.42
7.	Eva Arkenbout	Zuiderzeezwemmers	25.60	200603364	22.57
8.	Puk Zandstra	Z&PC Triton Putten	NT	200603674	22.65
9.	Arwen van Aggele	De Houtrib	NT	200702234	23.70
10.	Joyce van Beek	Z&PC Triton Putten	36.86	200600652	23.83
11.	Anastasia Reijersen	Z&PC Triton Putten	NT	200603672	28.14

Programmanr. 3
17-12-2016 - 17:05

50m vrije slag
swimkick

Minioren 1 t/m 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Jessica Koffeman	Zcu'78	46.98	200800294	46.42 134
2.	Fenne van Aar	De Houtrib	1:02.36	200801088	53.63 87
3.	Niels Jekel	Flevo	1:01.69	200800079	54.95 55
4.	Ella Marie Kurzmänn	De Houtrib	56.14	200800582	57.14 72
5.	Nikki Flierman	Zuiderzeezwemmers	1:05.59	200800632	57.90 69
6.	Lisa Korf	Zcu'78	1:11.49	200800888	1:01.40 58
7.	Luc Smits	De Houtrib	1:07.52	200800689	1:02.03 38
8.	Sofia Renaud	De Houtrib	1:04.94	200800756	1:05.05 49
AFGEM	Danisha van Mulier	De Houtrib	1:06.65	200900066	



Programmanr. 4
17-12-2016 - 17:10

50m schoolslag
swimkick

Minioren 4 t/m (5) 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Jelle Maarten de Boer	Zcu'78	46.67	200500373	45.37 197
2.	Rhodee van den Ham	Flevo	48.38	200700090	47.14 245
3.	Kyana Seibert	Zcu'78	50.29	200700822	48.16 229
4.	Niels Tiemens	Zignea	NT	200503065	50.10 147
5.	Melody van de Biezen	Flevo	45.74	200601720	53.09 171
6.	Naomi Bakker	Zcu'78	54.99	200601986	55.63 149
7.	Yfke Zuidema	Zignea	1:07.63	200701386	56.19 144
8.	Britt Kok	Zuiderzeezwemmers	NT	200601538	56.34 143
9.	Madelief van Steeg	Flevo	59.82	200602602	58.74 126
10.	Lotte Venhuizen	Zuiderzeezwemmers	58.30	200701048	58.98 125
11.	Jefta Engelsman	Z&PC Triton Putten	NT	200501035	59.17 89
12.	Ivy Doeze Jager	Zuiderzeezwemmers	NT	200603404	59.56 121
13.	Bert Hagting	Zuiderzeezwemmers	59.10	200701121	1:00.17 85
14.	David Bos	De Houtrib	NT	200701731	1:07.99 59
DIS	Sam Last	Z&PC Triton Putten	1:12.28	200602033	
<i>SG - Na de 1e armslag na start en/of keerpunt de handen voorbij de heuplijn gebracht., SP</i>					
DIS	Sara de Vries	Zcu'78	55.13	200602364	
<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen), SJ</i>					
DIS	Thijs Fintelman	Zuiderzeezwemmers	53.14	200602369	
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>					
NG.ZA	Mylan Dijkhuis	Zuiderzeezwemmers	1:01.61	200701065	
AFGEM	Omar Bizki	De Houtrib	1:04.72	200602087	
AFGEM	Suzy Bokman	De Houtrib	1:08.56	200602644	
BM	Renske van Aalst	De Houtrib	56.93	200700222	57.29 136

Programmanr. 5
17-12-2016 - 17:15

Jongens, 100m wisselslag
minioren

Minioren 2, 3 en 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Niek Issard	De Houtrib	1:40.89	200700037	1:39.38 132	46.18	1:39.38
2.	Arie Brussaard	De Houtrib	2:17.71	200700781	1:47.61 104	49.75	1:47.61
3.	Gijs Vesseur	Zuiderzeezwemmers	1:55.75	200700277	1:47.94 103	52.83	1:47.94
4.	Jasper Stoel	De Houtrib	NT	200800543	1:57.88 79	57.97	1:57.88
5.	Jeroen Nout	Z&PC Triton Putten	NT	200701063	2:22.36 45	1:09.15	2:22.36
6.	Siem Faber	De Houtrib	NT	200900065	2:28.12 40	1:08.71	2:28.12
DIS	Luca Gerringa	De Houtrib	1:58.57	200700555			
<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>							

Programmanr. 6
17-12-2016 - 17:25

Meisjes, 100m wisselslag
minioren

Minioren 2 en 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
DIS	Karlijn Siderius	Z&PC Triton Putten	NT	200900032			
<i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt., VH</i>							
DIS	Lotte Boxsem	De Houtrib	NT	200800090			
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>							
DIS	Lieve Faber	De Houtrib	NT	200800016			
<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>							

Programmanr. 7
17-12-2016 - 17:25

Jongens, 200m wisselslag
minioren

Minioren 5
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m	
1. Storm Tolsma	Zignea	3:38.77	200600277	3:22.57	178	48.02	1:39.03	2:37.68	3:22.57
2. Dirk Zwaneveld	Zignea	NT	200601041	3:32.94	153	50.70			3:32.94
3. Jesper Dinger	Zuiderzeewemmers	NT	200601819	3:51.77	119	59.01	1:57.87	2:54.45	3:51.77
DIS Thijs Nout	Z&PC Triton Putten	NT	200601735						
<i>SJ - Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.</i>									
DIS Jeroen Hoogers	De Houtrib	NT	200600629						
<i>RF - Bij het loslaten van de wand na het keerpunt de rugligging niet aangenomen.</i>									
AFGEM Sil Wernsen	Zignea	NT	200600415						

Programmanr. 8
17-12-2016 - 17:30

Meisjes, 200m wisselslag
minioren

Minioren 4
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m	
1. Maaïke Bosman	Zignea	NT	200700624	3:50.77	163	54.26	1:55.23	2:58.60	3:50.77
DIS Iris Kasteel	Zuiderzeewemmers	NT	200700410						
<i>VE - De bewegingen van de benen niet op gelijke wijze uitgevoerd.</i>									

Programmanr. 9
17-12-2016 - 17:35

Jongens, 200m vrije slag
minioren

Minioren 6
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m	
1. Quinten van Aar	De Houtrib	3:14.72	200500359	2:55.40	197	41.14	1:26.88	2:13.57	2:55.40
2. Tamas Tolsma	Zignea	3:12.47	200500075	3:13.03	148	45.79	1:34.40	2:28.80	3:13.03
3. Jan Julkowski	Zignea	3:06.99	200500275	3:17.48	138	44.33	1:33.34	2:33.44	3:17.48

Programmanr. 10
17-12-2016 - 17:40

Meisjes, 200m vrije slag
minioren

Minioren 5
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m	150m	200m	
1. Veerle Riezebos	De Houtrib	3:06.94	200600712	2:52.50	281	37.43	1:21.67	2:07.98	2:52.50
2. Myrthe Dam	Zuiderzeewemmers	NT	200602336	3:08.08	217	44.67	1:32.63	2:21.06	3:08.08
3. Kyra van Veenhuizen	Z&PC Triton Putten	NT	200601032	3:13.72	198	43.44	1:32.67	2:23.50	3:13.72
4. Anna Kamphuis	Flevo	NT	200600334	3:13.78	198	43.08	1:33.71	2:22.15	3:13.78
5. Renske Boxsem	De Houtrib	NT	200600046	3:21.16	177	47.39	1:41.28	2:32.03	3:21.16
DIS Lotte Klaver	Zuiderzeewemmers	NT	200602638						
<i>VRA - Het keer- en/of eindpunt niet aangeraakt met enig lichaamsdeel.</i>									
AFGEM Lieneke Sielias	Z&PC Triton Putten	NT	200600552						

Programmanr. 11
17-12-2016 - 18:00

25m vrije slag
swimkick

Minioren 1 t/m 3
Resultaten

rang naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1. Stan de Booij	Zignea	25.95	200900089	23.68
2. Lieke Kamphuis	Flevo	24.08	200800138	25.05
3. Robine Moot	De Houtrib	27.83	200900330	25.21
4. Feline Keij	Zignea	NT	200801626	25.77
5. Leo Lokhorst	De Houtrib	29.83	200900195	25.85
6. Gabriëlla Brakkee	Zuiderzeewemmers	33.95	200801352	26.43
7. Elin Heeren	Zignea	NT	200900688	26.80
8. Licianne Jungeling	Zuiderzeewemmers	NT	200801404	27.35
9. Lieke Kikstra	De Houtrib	30.36	200900318	27.65
10. Anne van Loon	Zuiderzeewemmers	NT	200801402	28.14
11. Noud Assinck	Zignea	24.98	200900047	28.40



Programmanr. 11, Alle, 25m vrije slag, Minioren 1 t/m 3

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
12.	Linsey Jansen	Zuiderzeezwemmers	NT	200900524	28.78
13.	Nils Pit	Zuiderzeezwemmers	NT	200801117	29.80
14.	Amber Dijkhuis	Zuiderzeezwemmers	39.31	200900494	31.72
15.	Jasmijn van der Beek	Zuiderzeezwemmers	32.95	200801350	31.89
16.	Danisha van Mulier	De Houtrib	NT	200900066	33.89
17.	Noor Broer	De Houtrib	57.31	200900332	37.52

Programmanr. 12
17-12-2016 - 18:05

25m schoolslag
swimkick

Minioren 4 t/m (5) 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Bertine de Boer	Zcu'78	26.26	200700820	20.76
2.	Frederiek Breedijk	Flevo	NT	200701214	24.49
3.	Keo van Loon	Zuiderzeezwemmers	NT	200503363	25.96
4.	Puk Zandstra	Z&PC Triton Putten	NT	200603674	26.97
5.	Collard Jungeling	Zuiderzeezwemmers	NT	200701831	27.02
6.	Sven Groenink	Zignea	36.25	200700541	27.12
7.	Eva Arkenbout	Zuiderzeezwemmers	NT	200603364	27.51
8.	Tibeau Sijtsma	Zuiderzeezwemmers	NT	200602649	28.67
9.	Anastasia Reijersen	Z&PC Triton Putten	NT	200603672	29.63
10.	Joyce van Beek	Z&PC Triton Putten	35.10	200600652	30.13
11.	Arwen van Aggele	De Houtrib	NT	200702234	30.24

Programmanr. 13
17-12-2016 - 18:05

50m rugslag
swimkick

Minioren 1 t/m 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	
1.	Jessica Koffeman	Zcu'78	52.03	200800294	51.79	143
2.	Ella Marie Kurzmann	De Houtrib	55.25	200800582	52.07	140
3.	Lisa Korf	Zcu'78	1:02.83	200800888	1:03.11	79
4.	Luc Smits	De Houtrib	NT	200800689	1:04.52	52
5.	Nikki Flierman	Zuiderzeezwemmers	1:13.38	200800632	1:05.29	71
6.	Sofia Renaud	De Houtrib	1:04.48	200800756	1:06.61	67
7.	Fenne van Aar	De Houtrib	1:12.67	200801088	1:13.44	50
8.	Niels Jekel	Flevo	1:15.83	200800079	1:14.01	34
AFGEM	Danisha van Mulier	De Houtrib	NT	200900066		

Programmanr. 14
17-12-2016 - 18:10

50m vrije slag
swimkick

Minioren 4 t/m (5) 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT		
1.	Jelle Maarten de Boer	Zcu'78	36.79	200500373	37.16	178	
2.	Kyana Seibert	Zcu'78	42.50	200700822	38.87	228	
3.	Melody van de Biezen	Flevo	42.82	200601720	40.76	FJ 1	197
4.	Rhodee van den Ham	Flevo	41.67	200700090	40.76	FJ 2	197
5.	Niels Tiemens	Zignea	45.82	200503065	41.26		130
6.	Thijs Fintelman	Zuiderzeezwemmers	43.05	200602369	41.56		127
7.	Naomi Bakker	Zcu'78	42.30	200601986	44.03		157
8.	Britt Kok	Zuiderzeezwemmers	NT	200601538	44.18		155
9.	Lotte Venhuizen	Zuiderzeezwemmers	45.18	200701048	47.17		127
10.	Sara de Vries	Zcu'78	46.33	200602364	48.48		117
11.	Madelief van Steeg	Flevo	47.96	200602602	49.15		113
12.	David Bos	De Houtrib	55.39	200701731	53.65		59
13.	Ivy Doeze Jager	Zuiderzeezwemmers	NT	200603404	56.75		73
14.	Yfke Zuidema	Zignea	NT	200701386	57.62		70
15.	Bert Hagting	Zuiderzeezwemmers	1:04.21	200701121	59.80		43
16.	Sam Last	Z&PC Triton Putten	1:03.62	200602033	1:00.67		41
DIS	Jefta Engelsman	Z&PC Triton Putten	NT	200501035			

AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).

NG.ZA Mylan Dijkhuis Zuiderzeezwemmers 52.53 200701065



Programmanr. 14, Alle, 50m vrije slag, Minioren 4 t/m (5) 6

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
AFGEM	Suzy Bokman	De Houtrib	57.45	200602644	

Programmanr. 15
17-12-2016 - 18:15

Jongens, 50m rugslag
minioren

Minioren 2, 3 en 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Niek Issard	De Houtrib	43.94	200700037	45.62 146
2.	Luca Gerringa	De Houtrib	48.71	200700555	48.64 121
3.	Arie Brussaard	De Houtrib	51.70	200700781	50.24 110
4.	Gijs Vesseur	Zuiderzeezwemmers	50.61	200700277	52.98 93
5.	Jeroen Nout	Z&PC Triton Putten	1:19.67	200701063	1:16.69 31
DIS	Siem Faber	De Houtrib	1:12.02	200900065	
<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>					
DIS	Jasper Stoel	De Houtrib	53.60	200800543	
<i>RC - Rugligging verlaten tijdens de race zonder het keerpunt in te zetten.</i>					

Programmanr. 16
17-12-2016 - 18:20

Meisjes, 50m rugslag
minioren

Minioren 2 en 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Lotte Boxsem	De Houtrib	48.70	200800090	50.27 156
2.	Lieve Faber	De Houtrib	53.90	200800016	54.64 121
3.	Karlijn Siderius	Z&PC Triton Putten	1:12.85	200900032	55.27 117

Programmanr. 17
17-12-2016 - 18:20

Jongens, 100m vrije slag
minioren

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Storm Tolsma	Zignea	1:20.66	200600277	176	40.63	1:23.69
2.	Dirk Zwaneveld	Zignea	1:25.67	200601041	146	44.14	1:29.08
3.	Jeroen Hoogers	De Houtrib	1:41.31	200600629	145	44.93	1:29.31
4.	Jesper Dinger	Zuiderzeezwemmers	1:53.34	200601819	94	47.01	1:43.11
5.	Thijs Nout	Z&PC Triton Putten	NT	200601735	64	53.53	1:57.25
AFGEM	Sil Wernsen	Zignea	1:37.19	200600415			
AFGEM	Omar Bizki	De Houtrib	2:30.33	200602087			

Programmanr. 18
17-12-2016 - 18:30

Meisjes, 100m vrije slag
minioren

Minioren 4
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd	tijd	RT	50m	100m
1.	Maaïke Bosman	Zignea	1:35.50	200700624	177	43.26	1:32.67
2.	Renske van Aalst	De Houtrib	1:47.06	200700222	124	49.51	1:44.54
3.	Iris Kasteel	Zuiderzeezwemmers	1:51.53	200700410	89	52.88	1:56.67



Programmanr. 19
17-12-2016 - 18:30

Jongens, 100m schoolslag
minioren

Minioren 6
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Jan Julkowski	Zignea	1:49.00	200500275	1:48.71	151	51.98	1:48.71
DIS	Tamas Tolsma	Zignea	1:38.57	200500075				
	<i>SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.</i>							
DIS	Quinten van Aar	De Houtrib	1:39.97	200500359				
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>							

Programmanr. 20
17-12-2016 - 18:35

Meisjes, 100m schoolslag
minioren

Minioren 5
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT	50m	100m
1.	Veerle Riezebos	De Houtrib	1:35.91	200600712	1:34.26	318	43.08	1:34.26
2.	Myrthe Dam	Zuiderzeezwemmers	1:45.92	200602336	1:43.80	238	49.83	1:43.80
3.	Sanne de Reus	Zignea	NT	200602116	1:51.68	191	52.10	1:51.68
4.	Joelle Kagenaar	Zignea	1:51.68	200600070	1:51.93	FJ 1	52.41	1:51.93
5.	Anna Kamphuis	Flevo	1:56.54	200600334	1:51.93	FJ 2	52.19	1:51.93
6.	Renske Boxsem	De Houtrib	2:02.74	200600046	1:54.98	175	54.69	1:54.98
7.	Kyra van Veenhuizen	Z&PC Triton Putten	2:03.16	200601032	1:59.22	157	56.24	1:59.22
DIS	Ilse van Eijk	Zignea	2:03.75	200601930				
	<i>SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.</i>							
DIS	Lotte Klaver	Zuiderzeezwemmers	NT	200602638				
	<i>SR - Meer dan één vlinderbeenslag na start en/of keerpunt gemaakt.</i>							
AFGEM	Lieneke Sielias	Z&PC Triton Putten	2:21.78	200600552				

Programmanr. 21
17-12-2016 - 18:40

Gemengd, 4 x 25m vrije slag
2 j, 2m volgorde vrij

Minioren 1 t/m 3
Resultaten

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT
1.	De Houtrib 2 Lotte Boxsem Luc Smits	De Houtrib 08 08	52.18	1:33.62 Ella Marie Kurzmann Jasper Stoel	1:34.74 08 42.56 08	
2.	De Houtrib 1 Fenne van Aar Leo Lokhorst	De Houtrib 08 09	52.86	1:17.62 Lieve Faber Siem Faber	1:39.86 08 47.00 09	
DIS	Zignea 1 <i>EA - Te vroeg overgenomen., Derde zwemmer</i> Noud Assinck, Elin Heeren, Stan de Booij, Feline Keij	Zignea		50.93		
BM	Zzz 1 Anne van Loon Nikki Flierman	Zuiderzeezwemmers 08 08	52.33	1:50.39 Licianne Jungeling Gabiëlla Brakkee	1:44.60 08 52.27 08	
BM	De Houtrib 3 Robine Moot Danisha van Mulier	De Houtrib 09 09	50.41	1:47.55 Sofia Renaud Lieke Kikstra	1:48.27 08 57.86 09	
BM	Zzz 2 Jasmijn van der Beek Nils Pit	Zuiderzeezwemmers 08 08	30.44	2:18.22 Amber Dijkhuis Linsey Jansen	2:05.08 09 1:34.64 09	



Programmanr. 22
17-12-2016 - 18:45

Gemengd, 4 x 50m wisselslag
2 j, 2m volgorde vrij

Minioren 4 t/m (5)6
Resultaten

rang	vereniging	intijd	tijd	RT
1.	Zignea 1 Ilse van Eijk Tamas Tolsma	Zignea 06 05	3:11.00 52.45 Joelle Kagenaar 43.75 Jan Julkowski	3:03.54 06 54.45 05 32.89
2.	Zzz 1 Lotte Klaver Jesper Dinger	Zuiderzeezwemmers 06 06	3:06.54 43.95 Myrthe Dam 49.28 Thijs Fintelman	3:04.98 06 48.93 06 42.82
3.	De Houtrib 4 Renske van Aalst Niek Issard	De Houtrib 07 07	3:05.15 54.92 Veerle Riezebos 51.78 Quinten van Aar	3:05.21 06 43.48 05 35.03
4.	Zzz 2 Ivy Doeze Jager Bert Hagting	Zuiderzeezwemmers 06 07	3:50.32 1:08.95 Gijs Vesseur 1:02.36 Britt Kok	3:52.66 07 57.40 06 43.95
5.	Zzz 3 Keo van Loon Lotte Venhuizen	Zuiderzeezwemmers 05 07	3:59.53 51.87 Iris Kasteel 1:01.36 Tibeau Sijtsma	3:55.92 07 1:04.41 06 58.28
6.	Z&PC Triton Putten 1 Thijs Nout Joyce van Beek	Z&PC Triton Putten 06 06	3:27.42 1:03.25 Kyra van Veenhuizen 1:07.78 Sam Last	4:05.68 06 51.29 06 1:03.36
BM	De Houtrib 5 David Bos Arie Brussaard	De Houtrib 07 07	3:51.87 55.92 Renske Boxsem 58.91 Jeroen Hoogers	3:31.23 06 55.62 06 40.78