



ZPC Woerden
JJS deel 4

Alphen aan den Rijn (NED) 05-03-2023

Uitslag overzicht

Korte baan (25m)

Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zweemslag	Tijd	Ronde	oude PR.	Versch.
Josanne Betting	06 :	25 vrije slag	15.76		--:--	PR.
		50 vrije slag	38.93		34.50	79%
		100 vrije slag	1:22.31		1:15.49	84%
		200 vrije slag	2:56.33		2:47.90	91%
Anoek Bogers	10 :	25 vrije slag	18.83		17.87	90%
		50 vrije slag	39.88		41.81	110% PR.
		50 schoolslag	52.84		56.63	115% PR.
		100 schoolslag	1:56.27		2:13.34	132% PR.
Rosalie Braspennincx	07 :	25 vrije slag	13.78		20.88	230% PR.
		50 rugslag	32.91		31.46	91%
		50 vlinderslag	37.34		31.50	71%
		100 vlinderslag	1:23.37		1:17.12	86%
		200 vlinderslag	3:12.25		3:23.07	112% PR.
Lisa Bruining	07 :	25 vrije slag	15.33		26.69	303% PR.
		50 vrije slag	32.52		32.48	100%
		50 rugslag	41.22		39.33	91%
		50 schoolslag	43.79		40.68	86%
		100 schoolslag	1:34.47		1:32.35	96%
Michelle Claassen	11 :	25 vrije slag	19.31		20.72	115% PR.
		50 vrije slag	46.10		42.25	84%
		50 vrije slag	42.33		42.25	100%
		100 vrije slag	1:40.36		1:30.69	82%
		200 vrije slag	3:29.42		3:29.44	100% PR.
Jurre van Es	09 :	25 vrije slag	16.92		19.04	127% PR.
		50 vrije slag	38.10		41.10	116% PR.
		100 vrije slag	1:23.17		1:28.58	113% PR.
		200 vrije slag	3:05.35		--:--	PR.
		400 vrije slag	6:28.09		--:--	PR.
Thijs den Hollander	07 :	25 vrije slag	12.77		17.20	181% PR.
		50 vrije slag	29.99		27.17	82%
		100 vrije slag	1:02.17		1:01.45	98%
		50 rugslag	38.73		34.87	81%
		100 rugslag	1:17.04		1:17.79	102% PR.
Puck Hoogeveen	07 :	25 vrije slag	15.47		20.89	182% PR.
		50 vrije slag	35.53		33.26	88%
		100 vrije slag	1:14.00		1:12.12	95%
		200 vrije slag	2:33.45		2:34.40	101% PR.
		50 vlinderslag	42.04		37.99	82%
		100 vlinderslag	1:33.50		1:27.54	88%
200 vlinderslag	3:19.18		3:32.01	113% PR.		
Liese Kastelijn	05 :	25 vrije slag	15.79		--:--	PR.
		50 rugslag	38.91		37.10	91%
		50 vlinderslag	43.57		37.96	76%
		100 vlinderslag	1:35.35		1:29.94	89%
		200 vlinderslag	3:30.27		--:--	PR.



ZPC Woerden
JJS deel 4

Bladzijde 2
Alphen aan den Rijn (NED) 05-03-2023

Eva Khouri de Jong	08 :	25 vrije slag	16.24	18.22	126%	PR.
		50 rugslag	41.85	43.75	109%	PR.
		50 rugslag	45.59	43.75	92%	
		100 rugslag	1:34.72	1:35.69	102%	PR.
		200 rugslag	3:16.29	--:--		PR.
Noah Koenes	08 :	25 vrije slag	15.97	19.35	147%	PR.
		50 vrije slag	42.65	35.26	68%	
		100 vrije slag	1:32.79	1:19.82	74%	
		200 vrije slag	3:14.58	3:04.90	90%	
		400 vrije slag	6:33.06	6:48.25	108%	PR.
		100 wisselslag	1:34.25	1:50.15	137%	PR.
Mees Otto	10 :	25 vrije slag	16.36	20.11	151%	PR.
		50 vrije slag	37.75	34.89	85%	
		100 vrije slag	1:20.32	1:15.44	88%	
		200 vrije slag	2:49.06	2:46.09	97%	
		400 vrije slag	5:42.75	5:53.48	106%	PR.
		50 schoolslag	46.72	47.35	103%	PR.
Milan de Roo	01 :	25 vrije slag	11.93	22.52	356%	PR.
		50 vrije slag	27.52	25.92	89%	
		100 vrije slag	57.87	56.73	96%	
		50 vlinderslag	29.13	27.60	90%	
		100 vlinderslag	1:04.84	1:03.13	95%	
Freek Ruijssenaars	07 :	25 vrije slag	12.42	--:--		PR.
		50 vrije slag	27.87	26.88	93%	
		100 vrije slag	58.93	59.58	102%	PR.
Amy Snoeck	11 :	25 vrije slag	17.82	17.56	97%	
		50 vrije slag	40.68	38.83	91%	
		50 schoolslag	54.93	51.97	90%	
		100 schoolslag	1:57.57	--:--		PR.
Bart Tuinenburg	06 :	25 vrije slag	13.04	--:--		PR.
		100 wisselslag	1:08.93	1:09.72	102%	PR.
Inde Turnbull	09 :	25 vrije slag	15.62	17.52	126%	PR.
		50 vrije slag	34.07	33.67	98%	
		50 rugslag	47.21	43.65	85%	
		100 rugslag	1:38.38	1:34.80	93%	
		200 rugslag	3:20.34	--:--		PR.
Pip Veenis	09 :	25 vrije slag	16.77	17.71	112%	PR.
		50 vrije slag	37.91	38.89	105%	PR.
		50 schoolslag	52.47	--:--		PR.
		100 schoolslag	1:55.91	--:--		PR.
Daan Wisseloo	10 :	25 vrije slag	19.31	19.02	97%	
		50 vrije slag	45.36	43.63	93%	
		100 vrije slag	1:35.03	1:37.23	105%	PR.
		100 wisselslag	1:54.65	2:12.50	134%	PR.

Totaal 89 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 107,7%
 0 nieuw(e) record(s), 45 nieuw(e) persoonlijke record(s)
 Grootste verbetering: Milan de Roo, 25 vrije slag 11.93