



Limietwedstrijd-1 2024-2025
Heerenveen, 12-10-2024

Programmanr. 28
12-10-2024 - 19:00

Dames, 400m wisselslag

11 jaar en ouder
Resultaten

Baanrecords Sportstad Heerenveen 4:52.82 Cynthia Verkaik 02-013 Heerenveen 9-3-2014

rang	naam	vereniging	intijd		tijd	RT		
1.	Ilse Jongepier	TriVia	5:34.18	201000006	5:34.77			
	50m: 35.99	35.99	150m: 2:03.42	42.98	250m: 3:34.59	49.07	350m: 4:59.86	37.50
	100m: 1:20.44	44.45	200m: 2:45.52	42.10	300m: 4:22.36	47.77	400m: 5:34.77	34.91
2.	W. van der Heide	Orca Leeuwarden	NT	201100028	6:14.25			
	50m: 42.28	42.28	150m:		250m:		350m:	
	100m: 1:34.74	52.46	200m:		300m:		400m: 6:14.25	
3.	Maud Slijkhuis	MZ&PC De Reest	NT	201101520	6:20.25	+0,90		
	50m: 41.12	41.12	150m: 2:21.37	47.97	250m: 3:59.79	52.39	350m: 5:38.81	45.66
	100m: 1:33.40	52.28	200m: 3:07.40	46.03	300m: 4:53.15	53.36	400m: 6:20.25	41.44
DIS	Elize Schierbeek	TriVia	6:50.48	201100652				
	<i>AA - De start ingezet voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>							