



Friese Kampioenschappen 2024
Heerenveen, 9- - 10-11-2024

Programmanr. 20
10-11-2024 - 10:15

Heren, 400m wisselslag

2012 en eerder
Startlijst

Baanrecords Sportstad Heerenveen	4:29.08	Rowan Keen	03-004	Heerenveen	12-11-2016
Friese records alg.	4:18.59	Jari Groenhart	02-004	Den Haag	4-12-2021
Friese records 19	4:28.83	Wouter Zijlstra	02-008	Den Haag	16-12-2023
Friese records 18	4:28.68	Wouter Zijlstra	02-008	Den Haag	17-12-2022
Friese records 17	4:31.97	Jacob de Roos	02-004	Drachten	12-11-2016
Friese records 16	4:31.05	Tieme Marten Wiersma	02-004	Den Haag	16-12-2023
Friese records 15	4:31.02	Wytse Broekstra	02-017	Eindhoven	8-12-2023
Friese records 14	4:42.85	Sven Koornstra	02-017	Eindhoven	8-12-2023
Friese records 13	5:02.74	Luuk Veldman	02-013	De Westereen	1-12-2012
Friese records 12	5:20.76	Senna Hof	02-004	Eindhoven	16-12-2018
Friese records - 23	4:18.59	Jari Groenhart	02-004	Den Haag	4-12-2021
Friese records - 18	4:28.68	Wouter Zijlstra	02-008	Den Haag	17-12-2022

naam	vereniging	inschrijftijd		
<u>Serie 1 van 2</u>				
1 Quinten van Zanten	De Vikings	6:48.80	201102249	_____
2 Tim Koornstra	De Vikings	6:13.55	201200231	_____
3 Mattias Stolk	HZ&PC Heerenveen	5:31.63	201000525	_____
4 Tycho Wienbelt	De Vikings	5:08.30	201001397	_____
5 Kasper Lubbers	Orca Leeuwarden	5:16.52	201100025	_____
6 Jelte Ruitenberg	HZ&PC Heerenveen	6:11.09	200900013	_____
7 Nanne Woldring	De Vikings	6:46.15	201102035	_____
<u>Serie 2 van 2</u>				
1 Jere Wiersma	Dz&Pc	4:54.17	200701037	_____
2 Diede Veld	HZ&PC Heerenveen	4:51.10	200800011	_____
3 Storm Tolsma	Dz&Pc	4:44.61	200600277	_____
4 Wouter Zijlstra	HZ&PC Heerenveen	4:28.83	200401545	_____
5 Tieme Wiersma	Dz&Pc	4:31.05	200701031	_____
6 Tim van Erven	Dz&Pc	4:50.54	200700175	_____
7 Mees Niemeijer	Dz&Pc	4:53.50	200201275	_____
8 Jelte de Boer	De Vikings	5:06.74	200700345	_____

NG.ZA