

Programmanr. 30
10-11-2024 - 15:00

Dames, 400m vrije slag

2012 en eerder
Startlijst

Baanrecords Sportstad Heerenveen	4:13.71	Tessa Vermeulen	07-009	Heerenveen	17-2-2023
Friese records alg.	4:10.71	Janna van Kooten	02-004	Den Haag	4-12-2021
Friese records 19	4:13.34	Yara van Kalmthout	02-004	Berlin (GER)	1-10-2021
Friese records 18	4:11.09	Janna van Kooten	02-004	Amsterdam	30-10-2022
Friese records 17	4:10.71	Janna van Kooten	02-004	Den Haag	4-12-2021
Friese records 16	4:13.49	Janna van Kooten	02-004	Drachten	3-10-2020
Friese records 15	4:23.45	Manon Friskes	02-004	Amsterdam	26-10-2012
Friese records 14	4:18.03	Marrit Steenbergen	02-004	Tilburg	9-11-2014
Friese records 13	4:29.61	Marrit Steenbergen	02-004	Oldenzaal	9-3-2013
Friese records 12	4:34.53	Marrit Steenbergen	02-004	Lelystad	10-3-2012
Friese records - 23	4:10.71	Janna van Kooten	02-004	Den Haag	4-12-2021
Friese records - 18	4:10.71	Janna van Kooten	02-004	Den Haag	4-12-2021

naam	vereniging	inschrijftijd			
<u>Serie 1 van 5</u>					
3 Alena Ytsma	HZ&PC Heerenveen	7:08.48	201201736	_____	
4 Femke De Vries	De Vikings	6:10.29	201200202	_____	
5 Ranomi Zeegers	De Vikings	6:22.81	201201512	_____	
<u>Serie 2 van 5</u>					
2 Evelien de Jong	Neptunia '24	5:44.44	199805316	_____	
3 Evy Anna Nijdam	Orca Leeuwarden	5:37.24	201100834	_____	
4 Anna Schuurman	SG. Bolsward-Workum	5:21.01	201000076	_____	
5 Wyneke Edou van der Heide	Orca Leeuwarden	5:23.01	201100028	_____	
6 Syll Rinsma	Orca Leeuwarden	5:43.02	201200798	_____	AFGEM
<u>Serie 3 van 5</u>					
2 Lobke Hempenius	HZ&PC Heerenveen	5:16.74	201100522	_____	
3 Lotte Berghout	Zcnf'34	5:07.38	200901644	_____	
4 Mare Offringa	SG. Bolsward-Workum	5:00.03	201001110	_____	
5 Elise Dorlandt	HZ&PC Heerenveen	5:00.88	201000232	_____	
6 Isa Segenhout	Orca Leeuwarden	5:09.43	201000128	_____	
7 Marlies Brouwer	Dz&Pc	5:19.12	201101152	_____	
<u>Serie 4 van 5</u>					
2 Roos de Jong	Zcnf'34	4:54.24	200302948	_____	
3 Julia Agricola	Dz&Pc	4:40.30	200800266	_____	AFGEM
4 Vera Wassink	Dz&Pc	4:37.66	200604976	_____	
5 Lize Janna de Vries	Orca Leeuwarden	4:39.85	200101948	_____	
6 Esmée Ykema	HZ&PC Heerenveen	4:44.92	200801710	_____	
7 Amber Tiesinga	Dz&Pc	4:54.91	200600782	_____	
<u>Serie 5 van 5</u>					
2 Esmee Mulder	Dz&Pc	4:33.02	200800038	_____	
3 Frouke Ludwig	Dz&Pc	4:22.65	200800112	_____	
4 Hedwig Bolt	HZ&PC Heerenveen	4:14.94	200602660	_____	
5 Sara Korhuis	Dz&Pc	4:17.46	200600494	_____	
6 Myrthe Natzijs	Dz&Pc	4:28.60	200400076	_____	
7 Fay Boxum	Dz&Pc	4:33.28	200900060	_____	