



Limietwedstrijd 2 Heerenveen
Heerenveen, 8-11-2025

Programmanr. 28
8-11-2025 - 19:50

Dames, 400m wisselslag

12 jaar en ouder
Resultaten

Baanrecords Sportstad Heerenveen 4:49.94 Hedwig Bolt 02-008 Heerenveen 9-11-2024

Punten: AQUA 2025

Rang					Geb.					Tijd	Pnt	
1.	Laura van Etten				08	HZ&PC Heerenveen				5:01.76	606	
	50m:	31.14	31.14	150m:	1:45.84	37.70	250m:	3:08.81	46.54	350m:	4:28.64	34.04
	100m:	1:08.14	37.00	200m:	2:22.27	36.43	300m:	3:54.60	45.79	400m:	5:01.76	33.12
2.	Marjolie Spelde				09	ZPC Hoogeveen				5:39.89	424	
	50m:	33.15	33.15	150m:	1:57.39	42.27	250m:	3:31.05	51.41	350m:	5:01.58	39.27
	100m:	1:15.12	41.97	200m:	2:39.64	42.25	300m:	4:22.31	51.26	400m:	5:39.89	38.31
3.	Esmee Ykema				08	HZ&PC Heerenveen				5:40.19	423	
	50m:	36.69	36.69	150m:	2:07.90	45.07	250m:	3:39.04	48.51	350m:	5:04.80	37.65
	100m:	1:22.83	46.14	200m:	2:50.53	42.63	300m:	4:27.15	48.11	400m:	5:40.19	35.39
4.	Isa Segenhout				10	Orca Leeuwarden				5:48.44	394	
	50m:	35.24	35.24	150m:	2:07.21	44.54	250m:	3:40.48	49.28	350m:	5:10.85	38.83
	100m:	1:22.67	47.43	200m:	2:51.20	43.99	300m:	4:32.02	51.54	400m:	5:48.44	37.59