



2e ZMC Heerenveen
Heerenveen, 14-2-2026

Programmanr. 3
14-2-2026 - 15:00

400m wisselslag

20 - 104 jaar
Startlijst

Baanrecords Sportstad Heerenveen	4:28.13	Wouter Zijlstra	02-008	Heerenveen	6-12-2025
Baanrecords Sportstad Heerenveen	4:49.94	Hedwig Bolt	02-008	Heerenveen	9-11-2024

naam	vereniging	inschrijftijd			
<u>Serie 1 van 7</u>					
3 Betsie Klompmaker-Mulder	Noord-Veluwe	11:30.00	195900200		
4 Charlotte Mennenga-Wegman	Aqualero	8:11.00	198503170		
5 Sebastiaan de Vos	De Duinkickers	9:09.02	198402481	SM7	
<u>Serie 2 van 7</u>					
1 Marloes Rebel	WS Twente	7:46.80	198403474		
2 Hannie Poletiek	TriVia	7:44.97	195900278		
3 Margriet Pasma	TriVia	7:19.31	195500088		
4 Arnold Hofman	Dz&Pc	6:56.00	199406759		
5 Dannique Koolen	Zpc Amersfoort	7:11.70	199904048	SM14	
6 Janneke Wynia	WS Twente	7:31.45	199005500		
7 Jaap Vis	TriVia	7:44.97	195600515		
<u>Serie 3 van 7</u>					
1 Inge Kiers	Deltasteur	6:51.15	200505222		
2 Jan Wierenga	ZV De Aalscholver	6:50.00	196400843		
3 Marcel van Walt van Praag	Gay Swim Amsterdam	6:45.00	197501425		
4 Bianca Groot	MSV-Zeemacht	6:38.45	197000652		AFGEM
5 Gerhard Knol	ZV De Aalscholver	6:45.00	197100483		
6 Kyra Kootstra	Pwc	6:47.46	200501834		
7 Tom Bandsma	Psv	6:50.60	197701625		
8 Anuschka Glazema-Boelema	TriVia	6:52.49	197701166		AFGEM
<u>Serie 4 van 7</u>					
1 Marten de Groot	HZ&PC Heerenveen	6:34.18	195800149		
2 Amber Westerink	De Hokseberg	6:32.78	200401078		
3 Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	6:30.16	199600006		
4 Gea van der Schaaf	Deltasteur	6:26.63	197901558		
5 Patrick Graver	Gzvv	6:27.69	199404735		
6 Ellen Jager	Pwc	6:30.65	199801384		
7 Marjan Rikken	SG Octopus - ZVV	6:33.87	199206114		
8 Richard Heijnen	ZC Polaris	6:37.90	199107793		
<u>Serie 5 van 7</u>					
1 Marije Jansen	Zpc Amersfoort	6:25.00	198504088		
2 Cars Wiegmann	WS Twente	6:23.16	199401025		
3 Rianne van Rijssen - Verholt	Noord-Veluwe	6:05.89	199702360		
4 Pien Ooijman	WS Twente	5:56.86	200504500		
5 Nynke Jansen	Batavia Swim	6:03.51	200404914		
6 Harry Dijkma	Isis	6:10.00	199100487		
7 Noël Iris Hettinga	Neptunia '24	6:23.33	200002536		
8 Hans Westerhof	WS Twente	6:25.87	196200743		
<u>Serie 6 van 7</u>					
1 Herman Buist	Pwc	5:55.55	199801525		
2 Iris Lok	WS Twente	5:50.95	200301094		
3 Wessel Everloo	WS Twente	5:48.82	198906597	SM14	
4 Lidia v. Bon-Rosenbrand	Zpc Amersfoort	5:45.52	197000054		
5 Marcel Reefhuis	WS Twente	5:46.37	198101381		
6 Rutger Hoving	Pwc	5:50.50	199503661		
7 Marleen Gerringa-Vos	Batavia Swim	5:53.45	197400598		
8 Romée Beverdam	WS Twente	5:56.11	200100158		



2e ZMC Heerenveen
Heerenveen, 14-2-2026

Programmanr. 3, 400m wisselslag

Serie 7 van 7

1	Gerco Kwakkel	Z&PC Hatto-Heim	5:43.36	199800847	_____
2	Finn Ooijman	WS Twente	5:24.18	200603161	_____
3	Rik Stahlie	TriVia	5:16.73	200201915	_____
4	Tim Bunnik	Triton	5:01.39	199000505	_____
5	Tamara Grove	De Dolfijn	5:11.03	199601266	_____
6	Erwin Pras	Gzvw	5:23.34	199601781	_____
7	Wendan Poelstra	TriVia	5:37.89	199102496	_____
8	Harm Jan Otter	Het Ravijn	5:44.69	198101283	_____