



Lente Limiet Heerenveen
Heerenveen, 28-3-2026

Programmanr. 16
28-3-2026 - 17:35

Heren, 400m vrije slag

10 jaar en ouder
Resultaten

rang	naam	vereniging				intijd				tijd				RT
1.	Hylke Verkaik	Neptunia '24				NT 201001305				5:34.89				+0,81
	50m: 37.05	37.05	150m: 2:02.45	43.40	250m: 3:28.99	43.50	350m: 4:54.42	43.38						
	100m: 1:19.05	42.00	200m: 2:45.49	43.04	300m: 4:11.04	42.05	400m: 5:34.89	40.47						
2.	Timo Hartmann	HZ&PC Heerenveen				NT 201400303				6:20.59				+0,68
	50m: 44.71	44.71	150m: 2:20.62	48.40	250m: 3:59.58	49.52	350m: 5:35.72	47.45						
	100m: 1:32.22	47.51	200m: 3:10.06	49.44	300m: 4:48.27	48.69	400m: 6:20.59	44.87						
AFGEM	Ben Barwegen	HZ&PC Heerenveen				6:31.46 201500149								