

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

Programmanr. 1  
16.1.10 - 15:00

Dames, 400m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam		Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Rachel Kremer	9002128	ZPC Livo	4:44.50	<b>5:01.63</b>
	100m: 1:11.23	200m: 2:27.09	400m: 5:01.63		
2.	Carmen Nijenhuis	9500374	ZPC Livo	5:01.02	<b>5:09.92</b>
	100m: 1:12.82	200m: 2:33.07	400m: 5:09.92		
3.	Niké Schuurmans	9502004	ZPC Livo	6:22.13	<b>5:15.40</b>
	100m: 1:15.60	200m: 2:36.60	400m: 5:15.40		
4.	Rona Baks	9505970	ZPC Livo	NT	<b>5:17.36</b>
	100m: 1:23.77	200m: 2:56.42	400m: 5:17.36		
5.	Merel Vos	9604586	Montferland	5:53.58	<b>5:31.54</b>
	100m: 1:17.16	200m: 2:41.73	400m: 5:31.54		
6.	Desi ter Woerds	9503716	ZPC Livo	6:37.03	<b>5:38.95</b>
	100m: 1:21.10	200m: 2:50.45	400m: 5:38.95		
7.	Suzanne Pots	9600908	De IJsselmeeuwen	6:09.54	<b>5:56.15</b>
	100m: 1:24.50	200m: 2:56.86	400m: 5:56.15		
8.	Wendy Oolthuis	9302890	ZPC Livo	NT	<b>5:56.34</b>
	100m: 1:22.93	200m: 2:51.71	400m: 5:56.34		
9.	Phoebe Scholte	9704016	ZPC Livo	NT	<b>6:07.07</b>
	100m: 1:27.45	200m: 3:00.95	400m: 6:07.07		
10.	Marrit Esman	9604370	Montferland	6:34.45	<b>6:07.60</b>
	100m: 1:25.42	200m: 2:59.95	400m: 6:07.60		
11.	Diana van Kralingen	9605524	Montferland	6:44.74	<b>6:16.70</b>
	100m: 1:27.84	200m: 3:01.09	400m: 6:16.70		
12.	Ember van der Lee	9701406	Montferland	7:32.93	<b>6:26.00</b>
	100m: 1:34.52	200m: 3:13.91	400m: 6:26.00		
13.	Lisa Rijnders	9702140	ZPC Livo	6:40.76	<b>6:28.76</b>
	100m: 1:32.16	200m: 3:14.07	400m: 6:28.76		
14.	Iman te Wildt	9704598	Montferland	7:46.89	<b>6:32.80</b>
	100m: 1:32.92	200m: 3:14.26	400m: 6:32.80		
15.	Maaïke Frericks	9704688	Montferland	7:15.80	<b>6:53.82</b>
	100m: 1:34.86	200m: 3:19.89	400m: 6:53.82		
16.	Stefania Tiemersma	9703676	Natare	NT	<b>6:53.92</b>
	100m: 1:38.80	200m: 3:25.76	400m: 6:53.92		
17.	Ilonca Krabbenborg	9802992	Dos	NT	<b>6:55.07</b>
	100m: 1:38.45	200m: 3:24.92	400m: 6:55.07		
18.	Jody Taken	9704604	ZPC Livo	7:46.32	<b>6:55.51</b>
	100m: 1:36.31	200m: 3:23.06	400m: 6:55.51		
19.	Alexandra Veldkamp	9605996	Dos	NT	<b>6:58.00</b>
	100m: 1:39.60	200m: 3:28.82	400m: 6:58.00		
20.	Coline Rougoor	9803538	Dos	NT	<b>7:00.19</b>
	100m: 1:39.17	200m: 3:29.13	400m: 7:00.19		
21.	Karleen Oonk	9800940	ZPC Livo	NT	<b>7:01.29</b>
	100m: 1:38.00	200m: 3:26.00	400m: 7:01.29		
22.	Puck Arendsen	9704896	Montferland	7:13.28	<b>7:03.45</b>
	100m: 1:32.10	200m: 3:24.00	400m: 7:03.45		
23.	Iris Huinink	9804024	ZPC Livo	NT	<b>7:09.48</b>
	100m: 1:38.07	200m: 3:30.10	400m: 7:09.48		
AFGEM	Ilse Evers	9603990	Dos	NT	
AFGEM	Maartje Ross	9606056	Dos	NT	

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

Programmanr. 2 Heren, 400m vrije slag Senioren Open  
16.1.10 - 15:25 Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Arjan Knipping 100m: 1:05.03 200m: 2:15.00 400m: 4:34.02	9401667 ZPC Livo	4:43.13	<b>4:34.02</b>
2.	Gijs Sterenburg 100m: 1:11.89 200m: 2:27.02 400m: 5:01.70	9400869 ZPC Livo	5:10.13	<b>5:01.70</b>
3.	Mathieu Klein Nienhuis 100m: 1:11.73 400m: 5:13.00	9403867 ZPC Livo	5:13.57	<b>5:13.00</b>
4.	Daan Reukers 100m: 1:12.84 200m: 2:38.10 400m: 5:34.05	9403865 ZPC Livo	5:46.86	<b>5:34.05</b>
5.	Boudewijn Mol 100m: 1:25.00 200m: 2:54.60 400m: 5:41.57	9702183 Montferland	6:29.39	<b>5:41.57</b>
6.	Sander Oonk 100m: 1:17.21 200m: 2:43.15 400m: 5:42.40	9403379 ZPC Livo	NT	<b>5:42.40</b>
7.	Niels Bonnink 100m: 1:19.57 200m: 2:49.51 400m: 5:50.57	9601661 ZPC Livo	6:11.14	<b>5:50.57</b>
8.	Casper Dekkers 100m: 1:22.57 200m: 2:51.57 400m: 5:52.26	9403377 ZPC Livo	NT	<b>5:52.26</b>
9.	Perry van der Meer 100m: 1:20.13 200m: 2:49.10 400m: 5:52.45	9801941 Montferland	6:05.76	<b>5:52.45</b>
10.	Jordi Bluemink 100m: 1:25.45 200m: 2:56.82 400m: 5:53.56	9503547 ZPC Livo	6:27.02	<b>5:53.56</b>
11.	Marco Weijenborg 100m: 1:21.82 200m: 2:51.72 400m: 5:59.70	8903579 ZPC Livo	5:52.63	<b>5:59.70</b>
12.	Huib Oostendorp 100m: 1:25.68 200m: 3:02.91 400m: 6:21.89	9403961 Dos	6:18.73	<b>6:21.89</b>
13.	Bob Wekking 100m: 1:22.28 200m: 3:02.06 400m: 6:32.15	9403871 ZPC Livo	NT	<b>6:32.15</b>
14.	Maarten Reuvekamp 100m: 1:35.25 200m: 3:20.09 400m: 6:42.06	9800265 ZPC Livo	NT	<b>6:42.06</b>
15.	Erik Boers 100m: 1:33.95 200m: 3:21.61 400m: 6:54.23	9702553 ZPC Livo	NT	<b>6:54.23</b>
16.	Ramon Lammers 100m: 1:38.33 200m: 3:27.48 400m: 7:03.26	9800267 ZPC Livo	NT	<b>7:03.26</b>
17.	Jordi Oolthuis 100m: 1:26.90 200m: 3:18.91 400m: 7:15.58	9502999 ZPC Livo	NT	<b>7:15.58</b>
18.	Chris Bluemink 100m: 1:42.28 200m: 3:39.19 400m: 7:24.99	9801299 ZPC Livo	NT	<b>7:24.99</b>
DIS	Oeri van Dillen	9802229 Dos	NT	AF
DIS	Niels Wekking	9103183 ZPC Livo	6:00.86	AF

Programmanr. 3 Dames, 800m vrije slag Senioren Open  
16.1.10 - 15:47 Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Esther Kremer 200m: 2:37.58 400m: 5:23.91 800m: 10:57.84	9002126 ZPC Livo	10:23.53	<b>10:57.84</b>
2.	Aranka Bloemberg 200m: 2:35.11 400m: 5:27.23 800m: 11:20.83	8900358 ZPC Livo	NT	<b>11:20.83</b>
3.	Sharon Lageschaar 200m: 2:53.32 400m: 5:50.48 800m: 11:45.89	9702134 ZPC Livo	NT	<b>11:45.89</b>
4.	Nienke Kienstra 200m: 2:55.82 400m: 6:03.06 800m: 12:06.90	9500370 ZPC Livo	NT	<b>12:06.90</b>

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

Programmanr. 3, Dames, 800m vrije slag, Senioren Open

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
5.	Kristy van Braak 200m: 2:58.36 400m: 6:05.70 800m: 12:09.45	9800938 ZPC Livo	NT	<b>12:09.45</b>
6.	Lieke van der Lee 200m: 2:53.64 400m: 6:01.73 800m: 12:09.80	9801406 Montferland	NT	<b>12:09.80</b>
7.	Esther van Maastrigt 200m: 2:57.86 400m: 6:09.45 800m: 12:23.86	8802836 Montferland	12:35.00	<b>12:23.86</b>
8.	Chantal Kuiper 200m: 3:03.36 400m: 6:19.26 800m: 12:50.26	9700850 Montferland	14:01.20	<b>12:50.26</b>
9.	Eva Siebelink 200m: 3:10.13 400m: 6:32.39 800m: 13:10.70	9504450 Dos	NT	<b>13:10.70</b>
10.	Ellen Vrieze 200m: 3:12.05 400m: 6:36.55 800m: 13:16.99	9702826 Dos	NT	<b>13:16.99</b>
11.	Marjolein van Niersen 200m: 3:11.85 400m: 6:40.47 800m: 13:32.75	9702030 Dos	NT	<b>13:32.75</b>
12.	Kelly Bockting 200m: 3:06.58 400m: 6:34.19 800m: 13:33.02	9104050 Montferland	14:10.00	<b>13:33.02</b>

Programmanr. 4  
16.1.10 - 16:02

Heren, 800m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Koen Sterenberg 200m: 2:09.70 400m: 4:30.04 800m: 9:10.98	9201259 ZPC Livo	8:55.76	<b>9:10.98</b>
2.	Dave Holweg 200m: 2:47.11 400m: 5:44.43 800m: 11:18.61	9701521 ZPC Livo	NT	<b>11:18.61</b>
3.	Oliver Jongbloed 200m: 2:43.36 400m: 5:37.23 800m: 11:28.14	9801645 Natare	NT	<b>11:28.14</b>
4.	Michel Evers 200m: 2:45.00 400m: 5:44.33 800m: 11:38.11	9403771 Dos	12:03.28	<b>11:38.11</b>
5.	Bram Tombergen 200m: 2:48.20 400m: 5:48.67 800m: 11:42.02	9701517 ZPC Livo	NT	<b>11:42.02</b>
6.	Ferdinand Klein Nienhuis 200m: 2:52.64 400m: 5:53.54 800m: 11:43.80	9601663 ZPC Livo	NT	<b>11:43.80</b>
7.	Pim Cuijpers 200m: 2:44.22 400m: 5:46.56 800m: 12:02.35	9204623 Montferland	NT	<b>12:02.35</b>
8.	Mark Kempers 200m: 2:52.73 400m: 6:03.14 800m: 12:08.00	9404047 Montferland	NT	<b>12:08.00</b>
9.	Mitchell Vollenberg 200m: 3:00.23 400m: 6:18.29 800m: 12:50.39	9305809 Dos	NT	<b>12:50.39</b>
10.	Mike Bosma 200m: 3:11.61 400m: 6:39.04 800m: 13:09.45	9701543 Dos	NT	<b>13:09.45</b>
11.	Hendry Peters 200m: 2:58.26 400m: 6:22.64 800m: 13:17.20	8702569 Montferland	12:37.72	<b>13:17.20</b>
12.	Rudy te Grotenhuis 200m: 3:17.42 400m: 6:50.16 800m: 13:49.48	9801067 Dos	NT	<b>13:49.48</b>

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

Programmanr. 5  
16.1.10 - 16:35

Meisjes, 400m vrije slag

Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Anne Louise Mol 100m: 1:36.89 200m: 3:18.86 400m: 6:41.14	9900710 Montferland	NT	<b>6:41.14</b>
2.	Marije Westerveld 100m: 1:38.64 200m: 3:25.31 400m: 6:42.55	9901668 Natare	NT	<b>6:42.55</b>
3.	Daphne Kuiper 100m: 1:41.45 200m: 3:26.89 400m: 6:50.85	0000558 Montferland	NT	<b>6:50.85</b>
4.	Noa Esman 100m: 1:53.92 200m: 3:57.00 400m: 7:49.17	0000158 Montferland	NT	<b>7:49.17</b>
5.	Brittany Jones 100m: 1:56.04 200m: 3:59.07 400m: 7:59.13	9903368 Montferland	NT	<b>7:59.13</b>

Programmanr. 6  
16.1.10 - 16:44

Jongens, 400m vrije slag

Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Mart Bluiminck 100m: 1:35.20 200m: 3:15.52 400m: 6:30.38	9900485 ZPC Livo	6:57.13	<b>6:30.38</b>
2.	Ruben Knufing 100m: 1:33.34 200m: 3:13.81 400m: 6:33.83	9902117 ZPC Livo	NT	<b>6:33.83</b>
3.	Timon Dekkers 100m: 1:35.02 200m: 3:21.07 400m: 6:52.02	9901023 ZPC Livo	NT	<b>6:52.02</b>
4.	Ivar Visser 100m: 1:41.02 200m: 3:28.86 400m: 6:57.10	0000309 ZPC Livo	NT	<b>6:57.10</b>
5.	Milan te Wildt 100m: 1:42.67 200m: 3:33.00 400m: 7:09.98	0001829 Montferland	NT	<b>7:09.98</b>
6.	Roman te Wildt 100m: 1:45.20 200m: 3:36.92 400m: 7:18.82	0001819 Montferland	NT	<b>7:18.82</b>
7.	Ward Huijskes 100m: 1:49.86 200m: 3:53.48 400m: 7:54.26	9900561 Natare	NT	<b>7:54.26</b>

Programmanr. 7  
16.1.10 - 16:52

Meisjes, 800m vrije slag

Minioren 4 en 5  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
------	------	------------	---------------	------

Programmanr. 8  
16.1.10 - 16:52

Jongens, 800m vrije slag

Minioren 4 en 5  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
------	------	------------	---------------	------

Programmanr. 9  
16.1.10 - 16:52

Dames, 400m wisselslag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Emily Browne 50m: 43.02 100m: 1:36.80 400m: 6:30.80	9702138 ZPC Livo	NT	<b>6:30.80</b>
2.	Marrit Esman 50m: 44.67 100m: 1:37.14 400m: 7:01.26	9604370 Montferland	NT	<b>7:01.26</b>

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

Programmanr. 10  
16.1.10 - 17:01

Heren, 400m wisselslag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Perry van der Meer 50m: 47.54 100m: 1:47.64 400m: 6:44.00	9801941 Montferland	NT	<b>6:44.00</b>
2.	Mark Kempers 50m: 48.06 100m: 1:44.28 400m: 6:52.66	9404047 Montferland	7:02.02	<b>6:52.66</b>
AFGEM	Robin Bonnink	9601233 ZPC Livo	6:59.57	

Programmanr. 11  
16.1.10 - 17:10

Dames, 1500m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Breanne Lensink 400m: 5:33.10 800m: 11:14.10 1500m: 20:59.32	9600240 ZPC Livo	NT	<b>20:59.32</b>
2.	Merel Vos 400m: 5:56.70 800m: 12:09.20 1500m: 23:08.76	9604586 Montferland	NT	<b>23:08.76</b>
3.	Leonie Bloemendaal 400m: 6:11.64 800m: 12:48.14 1500m: 24:18.02	9404890 Dos	NT	<b>24:18.02</b>
4.	Jantien Knipping 400m: 6:15.98 800m: 12:55.07 1500m: 24:30.98	9108286 Dos	NT	<b>24:30.98</b>
5.	Manon de Bree 400m: 6:25.60 800m: 13:10.05 1500m: 25:02.17	9407110 Dos	NT	<b>25:02.17</b>
6.	Rozemarijn de Vet 400m: 6:25.48 800m: 13:28.20 1500m: 25:51.02	9404898 ZPC Livo	25:38.48	<b>25:51.02</b>
AFGEM	Femke Klein Gunnewiek	9501074 ZPC Livo	NT	

Programmanr. 12  
16.1.10 - 17:38

Heren, 1500m vrije slag

Senioren Open  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Gerard Essink 400m: 5:26.95 800m: 11:10.29 1500m: 20:58.32	9301247 Dos	21:17.73	<b>20:58.32</b>
2.	Dennis Bosma 400m: 5:29.08 800m: 11:15.17 1500m: 21:03.89	9403851 Dos	NT	<b>21:03.89</b>
3.	Boudewijn Mol 400m: 5:52.04 800m: 11:46.32 1500m: 21:55.23	9702183 Montferland	NT	<b>21:55.23</b>
4.	Joris van Niersen 400m: 5:53.40 800m: 12:10.03 1500m: 22:54.48	9403853 Dos	NT	<b>22:54.48</b>

Programmanr. 13  
16.1.10 - 18:03

Meisjes, 200m wisselslag

Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang	Naam	Vereniging	Inschrijftijd	Tijd
1.	Naomi Oolthuis 50m: 44.07 200m: 3:17.92	9900780 ZPC Livo	3:25.10	<b>3:17.92</b>
2.	Yanne Toussaint 50m: 45.51 200m: 3:22.80	9901756 Dos	NT	<b>3:22.80</b>
3.	Anne Louise Mol 50m: 51.80 200m: 3:35.67	9900710 Montferland	NT	<b>3:35.67</b>
4.	Daphne Kuiper 50m: 56.22 200m: 3:49.41	0000558 Montferland	NT	<b>3:49.41</b>

5-kamp deel 3  
Lichtenvoorde, 16.1.2010

---

Programmanr. 13, Meisjes, 200m wisselslag, Minioren 5 en later

Rang	Naam			Vereniging	Inschrijftijd	Tijd	
5.	Marinka Oonk		9900284	ZPC Livo	NT	<b>4:03.85</b>	
	50m:	1:02.58	200m:	4:03.85			
6.	Lynn Tombergen		9902292	ZPC Livo	NT	<b>4:11.01</b>	
	50m:	56.79	200m:	4:11.01			
DIS	Noelle Scholte		0000802	ZPC Livo	NT	<b>3:52.04</b>	AE
	50m:	56.42	200m:	3:52.04			
DIS	Emma ter Woord		9901620	ZPC Livo	NT	<b>4:20.80</b>	VC
	50m:	58.86	200m:	4:20.80			
AFGEM	Merel van Lochem		9901962	ZPC Livo	NT		

---

Programmanr. 14  
16.1.10 - 18:15

Jongens, 200m wisselslag

Minioren 5 en later  
Resultaten

---

Rang	Naam			Vereniging	Inschrijftijd	Tijd	
1.	Jason Browne		0000305	ZPC Livo	NT	<b>3:22.04</b>	
	50m:	46.20	200m:	3:22.04			