

**Aquafit**  
**NZC deel 1**  
**Uitslag NZC deel 1 Heerhugowaard**

**Heerhugowaard 6-10-2019**

Uitslag overzicht

Korte baan (25m)

	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.	Versch.	
van Alphen Tabita	14-4-2000	200006202					Aquafit
	50 rugslag	12	43.27		44.49	106%	PR.
	100 wisselslag	13	1:35.03		1:33.35	96%	
Frederiks Stan	25-1-2009	200902197					Aquafit
	50 vrije slag	7	49.73		46.87	89%	
van Gelderen Tessa	3-12-1998	199802252					Aquafit
	50 vrije slag	Est.	33.63		33.35	98%	
	50 rugslag	11	42.81		40.59	90%	
	100 wisselslag	11	1:31.89		1:28.21	92%	
Haasbroek Hielke	8-6-2008	200800529					Aquafit
	50 vrije slag	4	41.31		44.91	118%	PR.
	100 wisselslag	3	1:45.52		1:42.68	95%	
Haasbroek Renske	28-8-2003	200303752					Aquafit
	50 rugslag	4	41.73		42.03	101%	PR.
	50 schoolslag		49.33		49.96	103%	PR.
	100 schoolslag	10	1:44.36		1:46.80	105%	PR.
Heijdra Tristan	29-1-2002	200203777					Aquafit
	50 rugslag	10	41.55		42.80	106%	PR.
	50 schoolslag		46.08		45.18	96%	
	100 schoolslag	9	1:39.56		1:43.20	107%	PR.
Hollmann Adeline	1-6-2007	200703714					Aquafit
	50 rugslag		48.40		45.60	89%	
	100 rugslag	2	1:38.66		1:40.40	104%	PR.
	50 vlinderslag	2	49.50		51.32	107%	PR.
Hollmann Harold	27-9-2008	200802455					Aquafit
	50 vrije slag	5	41.92		47.39	128%	PR.
	100 wisselslag	4	1:52.02		1:48.76	94%	
Klein Schiphorst Justin	26-7-2002	200201021					Aquafit
	50 rugslag	5	36.94		39.10	112%	PR.
	50 schoolslag		41.19		41.02	99%	
	100 schoolslag	5	1:29.24		1:30.89	104%	PR.
Kuijper Alex	28-9-2008	200802137					Aquafit
	50 vrije slag	1	36.90		37.60	104%	PR.
	50 rugslag	Est.	43.54		42.75	96%	
v d Laar Viktor	16-8-2005	200503847					Aquafit
	50 vrije slag		37.79		35.63	89%	
	100 vrije slag	5	1:18.55		1:20.09	104%	PR.
	50 schoolslag	6	48.81		49.62	103%	PR.
Metselaar Tessa	28-2-2005	200504296					Aquafit
	50 vrije slag		42.69		41.07	93%	
	100 vrije slag	14	1:32.83		1:35.05	105%	PR.
	50 schoolslag	9	49.31		49.27	100%	
Posch Laurens	17-8-1999	199902391					Aquafit
	50 rugslag	Est.	38.12		34.19	80%	
	100 wisselslag	3	1:12.07		1:13.31	103%	PR.
Schoonakker Mick	9-10-2007	200703297					Aquafit
	50 rugslag		50.91		47.32	86%	
	100 rugslag	5	1:45.93		--:--		PR.
Thomson Sarah	22-8-2006	200603590					Aquafit
	50 vrije slag		46.11		46.39	101%	PR.
	100 vrije slag	17	1:37.43		1:45.36	117%	PR.
	50 schoolslag	16	52.58		53.97	105%	PR.

Tromp Natasja		22-7-2004	200405778						Aquafit
		50 rugslag	5	42.03	44.00	110%	PR.		
		50 schoolslag		46.45	44.80	93%			
		100 schoolslag	6	1:37.70	1:40.47	106%	PR.		
Voorn Max		18-11-2005	200504117						Aquafit
		50 vrije slag		38.50	37.87	97%			
		100 vrije slag	6	1:18.74	1:29.17	128%	PR.		
		50 schoolslag	2	44.62	47.35	113%	PR.		
4 x 50 vrije slag Dames	:	van Gelderen Tessa	98	Hollmann Adeline	07	5	2:22.36		
		Tromp Natasja	04	Haasbroek Renske	03				
4 x 50 wisselslag Heren	:	Posch Laurens	99	Heijdra Tristan	02	5	2:37.89		
		Voorn Max	05	Klein Schiphorst Justin	02				
4 x 50 wisselslag Heren	:	Kuijper Alex	08	v d Laar Viktor	05	4	3:05.21		
		Hollmann Harold	08	Haasbroek Hielke	08				

Totaal 43 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 101,7%  
 0 nieuw(e) record(s), 25 nieuw(e) persoonlijke record(s)  
 Grootste verbetering: Hollmann Harold, 50 vrije slag 41.92