

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 1  
28-1-2017 - 16:30

Gemengd, 4 x 50m vrije slag

11 jaar en ouder  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Avena 1	Avena	2:11.15		<b>2:08.65</b>
	Pascal Kok	02	27.65	Jesse Bos	01
	Sarah Sipkema	02		Kristin Vernes	04
2.	Neptunia '24 1	Neptunia '24	NT		<b>2:09.52</b>
	Maarten van der Meulen	99	30.32	Meike Kuyer	98
	Anne Dotinga	00		Wouter Klasen	01
3.	PWC Buitenpost 1	Pwc	2:13.57		<b>2:11.72</b>
	Janneke Bierma	01	37.11	Frauke Peterson	00
	Albert Veenstra	00		Hidde Zondervan	01
4.	PWC Buitenpost 2	Pwc	2:31.70		<b>2:29.68</b>
	Lisanne Postma	99	35.67	Lisanne Broersma	05
	Cédric van der Veen	03		Roan Altena	03
5.	SG. Bolsward-Workum 1	SG. Bolsward-Workum	2:41.80		<b>2:31.30</b>
	Elisa Hofstra	05	39.18	Allard Sieperda	01
	Lieuwe Samplonius	05		Marit van der Zee	03
6.	PWC Buitenpost 3	Pwc	2:40.70		<b>2:42.19</b>
	Teikje Veenstra	04	44.56	Kyra Kootstra	05
	Ruben Kommerie	04		Niek van der Meulen	02
7.	De Vikings 1	De Vikings	3:08.73		<b>3:05.91</b>
	Eliza van der Tuin	05		Sanne Smeding	05
	Kevin Koornstra	05		Daan Bos	05

Programmanr. 2  
28-1-2017 - 16:35

25m schoolslag

6 - 7 jaar  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
6 - 7 jaar					
1.	Wilco Driessen	Pwc	26.41	200900041	<b>27.10</b>
2.	Inge van Wijk	Neptunia '24	NT	200900788	<b>28.42</b>
3.	Raoul Melein	Avena	NT	200900473	<b>29.91</b>
4.	Sven Koornstra	De Vikings	30.93	200900189	<b>30.49</b>
5.	Fenna Balt	De Vikings	32.10	200900464	<b>31.61</b>
6.	Pieter de Boer	SG. Bolsward-Workum	32.59	200900103	<b>31.85</b>
7.	Amber Minnema	Avena	NT	201000142	<b>32.20</b>
8.	Floor van Lopik	De Vikings	37.15	201000056	<b>33.54</b>
9.	Tijn Bijma	De Vikings	38.26	200900397	<b>34.94</b>
6 - 7 jaar, Meisjes					
1.	Inge van Wijk	Neptunia '24	NT	200900788	<b>28.42</b>
2.	Fenna Balt	De Vikings	32.10	200900464	<b>31.61</b>
3.	Amber Minnema	Avena	NT	201000142	<b>32.20</b>
4.	Floor van Lopik	De Vikings	37.15	201000056	<b>33.54</b>
6 - 7 jaar, Jongens					
1.	Wilco Driessen	Pwc	26.41	200900041	<b>27.10</b>
2.	Raoul Melein	Avena	NT	200900473	<b>29.91</b>
3.	Sven Koornstra	De Vikings	30.93	200900189	<b>30.49</b>
4.	Pieter de Boer	SG. Bolsward-Workum	32.59	200900103	<b>31.85</b>
5.	Tijn Bijma	De Vikings	38.26	200900397	<b>34.94</b>

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 3 Meisjes, 25m schoolslag Minioren 3 en 4  
28-1-2017 - 16:40 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Laura Silvius	Neptunia '24	NT 200702424	<b>25.03</b>
2.	Tess Knol	Avena	26.89 200702106	<b>25.44</b>
3.	Esmee Ykema	Neptunia '24	NT 200801710	<b>26.50</b>
4.	Sibrig Tigchelaar	De Vikings	27.25 200800198	<b>27.16</b>
5.	Nynke de Kluzenaar	Neptunia '24	NT 200801712	<b>27.87</b>
6.	Naenke Brecht Veenstra	Pwc	28.47 200800352	<b>28.41</b>
7.	Danielle Mink	Avena	28.46 200701018	<b>28.83</b>
8.	Selina Veenstra	SG. Bolsward-Workum	30.87 200801084	<b>28.85</b>
9.	Elske de Vries	De Vikings	30.29 200800786	<b>29.81</b>
10.	Nena Switynk	De Vikings	30.93 200800200	<b>30.40</b>
11.	Silke van Lopik	De Vikings	33.03 200801318	<b>31.44</b>
12.	Benthe Kootstra	Avena	NT	<b>36.09</b>

Programmanr. 4 Jongens, 25m schoolslag Minioren 3 en 4  
28-1-2017 - 16:45 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Jasper Volbeda	Neptunia '24	NT 200701295	<b>26.34</b>
2.	Dedmer Mulder	Neptunia '24	NT 200701171	<b>26.41</b>
3.	Marc Vegers	Neptunia '24	26.37 200701445	<b>26.47</b>
4.	Hidde Bruins Slot	Pwc	26.64 200800317	<b>27.45</b>
5.	Xiano Wierda	De Vikings	33.17 200800503	<b>28.13</b>
6.	Sven Haringa	De Vikings	31.84 200800501	<b>28.57</b>
7.	Than Kadey Htun Swe	De Vikings	32.68 200800609	<b>29.72</b>
8.	Jan de Boer	Pwc	38.38 200800703	<b>32.55</b>
DIS	Brend Spinder	Pwc	NT 200801189	

*SD - De bewegingen van de benen niet te allen tijde gelijktijdig en/of in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd.*

Programmanr. 5 Meisjes, 50m schoolslag Junioren 1 en later  
28-1-2017 - 16:50 Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Hedwig Bolt	Avena	45.11 200602660	<b>45.00</b>
2.	Rizlaane Aissa	Neptunia '24	49.84 200501940	<b>49.48</b>
3.	Heleen Stilma	Neptunia '24	52.84 200600916	<b>50.04</b>
4.	Janiek Minnema	Avena	50.24 200700452	<b>50.19</b>
5.	Lindsay Hiemstra	Avena	53.40 200603058	<b>53.09</b>
6.	Evelien Veenstra	SG. Bolsward-Workum	53.31 200601312	<b>53.10</b>
7.	Nynke Pauluis	Neptunia '24	54.98 200503232	<b>53.62</b>
8.	Rosanne Melein	Avena	52.59 200700540	<b>53.70</b>
9.	Yvonne Veenstra	SG. Bolsward-Workum	58.99 200600534	<b>53.88</b>
10.	Lea van Wijk	Neptunia '24	54.29 200601524	<b>54.36</b>
11.	Lisanne Broersma	Pwc	53.31 200500320	<b>55.03</b>
12.	Marij Post	Avena	55.65 200603390	<b>55.15</b>
13.	Nynke de Boer	SG. Bolsward-Workum	1:00.78 200701466	<b>57.00</b>
14.	Eliza van der Tuin	De Vikings	59.41 200500726	<b>57.28</b>
15.	Sanne Smeding	De Vikings	59.82 200502812	<b>59.48</b>
16.	Anthe Tigchelaar	De Vikings	1:01.30 200601866	<b>1:00.54</b>
17.	Sora Rientjes	De Vikings	1:01.38 200700712	<b>1:02.22</b>
18.	Leonie Kracht	De Vikings	1:05.46 200504194	<b>1:05.07</b>
19.	Jourike Alkema	De Vikings	1:04.73 200502020	<b>1:05.09</b>

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 5, Meisjes, 50m schoolslag, Junioren 1 en later

Rang			In.tijd		Tijd
DIS	Nova Eekma	Neptunia '24	NT	200504400	
	<i>SL - Het keer- en/of eindpunt met één hand aangetikt.</i>				
DIS	Dewi van der Leest	De Vikings	1:07.52	200603582	
	<i>SJ - Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.</i>				
DIS	Kyra Kootstra	Pwc	50.13	200501834	
	<i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.</i>				
AFGEM	Juul v/d Zee	Neptunia '24	1:02.95	200603164	

Programmanr. 6  
28-1-2017 - 17:00

Jongens, 50m schoolslag

Minioren 6 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Mateo Schouwstra-Atsma	Pwc	NT	200602901	<b>51.41</b>
2.	Elmar Altena	Pwc	50.99	200601919	<b>52.93</b>
3.	Aaron Reinsma	Neptunia '24	53.28	200600601	<b>53.73</b>
4.	Senne Visser	Neptunia '24	56.21	200602305	<b>54.46</b>
5.	Dooitze Oostenveld	SG. Bolsward-Workum	58.08	200600639	<b>58.19</b>
6.	Tiede Hellinga	Neptunia '24	1:00.58	200602147	<b>58.73</b>
7.	Jetse Koopmans	Neptunia '24	1:02.03	200601035	<b>59.44</b>
8.	Niek Hofstra	SG. Bolsward-Workum	NT	200700571	<b>59.54</b>
9.	Daan Bos	De Vikings	1:00.41	200501887	<b>59.60</b>
10.	Merlijn Jorritsma	Pwc	59.80	200502047	<b>1:01.94</b>
11.	Kevin Koornstra	De Vikings	1:05.31	200502223	<b>1:02.10</b>
DIS	Friso Paques	Neptunia '24	NT	200602871	
	<i>SK - Het keer- en/of eindpunt niet gelijktijdig met twee handen aangetikt.</i>				
DIS	Hielke de Wit	De Vikings	NT	200602889	
	<i>SO - Tijdens de race op de rug gedraaid.</i>				
DIS	Sietse de Wit	De Vikings	NT	200602891	
	<i>SJ - Na start en/of keerpunt een verkeerde arm- en/of beenslag gemaakt.</i>				
AFGEM	Jurjen de Boer	Pwc	1:08.94	200601921	

Programmanr. 7  
28-1-2017 - 17:05

Meisjes, 50m schoolslag

Junioren 3 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Annagreet Engelmoer	Neptunia '24	50.24	200404578	<b>48.65</b>
2.	Marjet Minnema	Avena	50.48	200501328	<b>51.15</b>
3.	Ryanne Feenstra	SG. Bolsward-Workum	53.08	200501188	<b>51.46</b>
4.	Cheyenne Glas	Avena	52.10	200500974	<b>51.54</b>
5.	Teikje Veenstra	Pwc	54.10	200403464	<b>53.81</b>
6.	Kristin Vernes	Avena	56.19	200401774	<b>54.78</b>
7.	Djoeke Olivier	Neptunia '24	55.59	200403918	<b>55.09</b>
8.	Maaike Spijksma	SG. Bolsward-Workum	NT	200502714	<b>58.78</b>

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 8 Jongens, 50m schoolslag Junioren 2 en later  
28-1-2017 - 17:10 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Cédric van der Veen	Pwc	46.05	200303155	<b>46.65</b>
2.	Jort Wolfswinkel	De Vikings	NT	200404263	<b>51.35</b>
3.	Ruben Kommerie	Pwc	51.28	200401105	<b>53.25</b>
4.	Jorrit Paques	Neptunia '24	51.90	200403989	<b>53.56</b>
5.	Axel Jorn Veenstra	Pwc	53.58	200500577	<b>54.05</b>
6.	Lieuwe Samplonius	SG. Bolsward-Workum	NT	200502647	<b>54.85</b>
AFGEM	Timo de Lange	De Vikings	49.94	200301887	

Programmanr. 9 Meisjes, 100m vrije slag Jeugd 2 en later  
28-1-2017 - 17:15 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Anouk Miedema	Avena	1:11.07	200302736	<b>1:13.77</b>
2.	Sarah Sipkema	Avena	1:17.32	200204146	<b>1:15.66</b>
3.	Frida Pafforaad	Avena	1:25.91	200402098	<b>1:19.75</b>
4.	Marit van der Zee	SG. Bolsward-Workum	1:24.71	200303506	<b>1:21.75</b>
5.	Esmee Rienstra	Neptunia '24	1:23.14	200205008	<b>1:22.22</b>
6.	Janneke Bierma	Pwc	1:23.09	200101892	<b>1:23.43</b>
7.	Elisa Hofstra	SG. Bolsward-Workum	1:31.93	200500534	<b>1:28.05</b>
8.	Lisa van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	1:30.37	200402188	<b>1:30.66</b>
9.	Roos Molenkamp	Neptunia '24	1:37.45	200200708	<b>1:37.58</b>

Programmanr. 10 Jongens, 100m vrije slag Junioren 4 en later  
28-1-2017 - 17:20 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	1:09.63	200101365	<b>1:07.73</b>
2.	Wouter Klasen	Neptunia '24	1:11.37	200103905	<b>1:11.64</b>
3.	Roan Altena	Pwc	1:12.98	200303255	<b>1:14.03</b>
4.	Lorenzo Scholten	Neptunia '24	1:17.32	200104623	<b>1:19.03</b>
5.	Kenneth van der Meyde	Pwc	NT	200105343	<b>1:31.46</b>
6.	Niek van der Meulen	Pwc	NT	200200645	<b>1:34.97</b>
BM	Pascal Kok	Avena	1:00.74	200203359	<b>1:01.31</b>

Programmanr. 11 Dames, 50m vrije slag Senioren Open  
28-1-2017 - 17:25 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Sigrid Pafforaad	Avena	33.63	200201130	<b>30.43</b>
2.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	32.26	200100296	<b>32.09</b>
3.	Anne Dotinga	Neptunia '24	31.97	200005790	<b>32.33</b>
4.	Frauke Peterson	Pwc	34.20	200005186	<b>35.15</b>
5.	Meike Kuyer	Neptunia '24	NT	199804884	<b>35.43</b>
6.	Lisanne Postma	Pwc	36.20	199905362	<b>36.09</b>
AFGEM	Grytsje Kazimier	Pwc	34.10	200005188	
BM	Mayke Veltman	Avena	30.16	200003662	<b>30.10</b>

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 12 Heren, 50m vrije slag Senioren Open  
28-1-2017 - 17:30 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Jesse Bos	Avena	28.37	200104345	<b>28.22</b>
2.	Maarten van der Meulen	Neptunia '24	NT	199904729	<b>29.69</b>
3.	Hidde Zondervan	Pwc	29.37	200103619	<b>29.88</b>
4.	Albert Veenstra	Pwc	32.78	200005217	<b>31.18</b>
AFGEM	Christiaan Penning	SG. Bolsward-Workum	29.95	200004783	
BM	Sjors Verweij	Avena	27.16	199900559	<b>26.81</b>
BM	Werner Veltman	Avena	27.74	199803417	<b>28.58</b>

Programmanr. 13 25m rugslag 6 - 7 jaar  
28-1-2017 - 17:45 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
6 - 7 jaar					
1.	Inge van Wijk	Neptunia '24	NT	200900788	<b>24.79</b>
2.	Wilco Driessen	Pwc	26.28	200900041	<b>25.13</b>
3.	Pieter de Boer	SG. Bolsward-Workum	29.01	200900103	<b>29.03</b>
4.	Sven Koorstra	De Vikings	40.61	200900189	<b>30.07</b>
5.	Raoul Melein	Avena	NT	200900473	<b>30.21</b>
6.	Floor van Lopik	De Vikings	34.48	201000056	<b>32.57</b>
7.	Tijn Bijma	De Vikings	33.37	200900397	<b>33.34</b>
8.	Fenna Balt	De Vikings	33.28	200900464	<b>33.82</b>
9.	Amber Minnema	Avena	NT	201000142	<b>36.62</b>

6 - 7 jaar, Meisjes

1.	Inge van Wijk	Neptunia '24	NT	200900788	<b>24.79</b>
2.	Floor van Lopik	De Vikings	34.48	201000056	<b>32.57</b>
3.	Fenna Balt	De Vikings	33.28	200900464	<b>33.82</b>
4.	Amber Minnema	Avena	NT	201000142	<b>36.62</b>

6 - 7 jaar, Jongens

1.	Wilco Driessen	Pwc	26.28	200900041	<b>25.13</b>
2.	Pieter de Boer	SG. Bolsward-Workum	29.01	200900103	<b>29.03</b>
3.	Sven Koorstra	De Vikings	40.61	200900189	<b>30.07</b>
4.	Raoul Melein	Avena	NT	200900473	<b>30.21</b>
5.	Tijn Bijma	De Vikings	33.37	200900397	<b>33.34</b>

Programmanr. 14 Meisjes, 25m rugslag Minioren 3 en 4  
28-1-2017 - 17:50 Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Laura Silvius	Neptunia '24	NT	200702424	<b>25.54</b>
2.	Esmee Ykema	Neptunia '24	NT	200801710	<b>25.72</b>
3.	Tess Knol	Avena	NT	200702106	<b>25.91</b>
4.	Danielle Mink	Avena	NT	200701018	<b>26.68</b>
5.	Naenke Brecht Veenstra	Pwc	28.96	200800352	<b>27.35FJ 1</b>
6.	Selina Veenstra	SG. Bolsward-Workum	29.25	200801084	<b>27.35FJ 2</b>
7.	Nynke de Kluzenaar	Neptunia '24	NT	200801712	<b>29.80</b>
8.	Sibrig Tigchelaar	De Vikings	32.54	200800198	<b>29.91</b>

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 14, Meisjes, 25m rugslag, Minioren 3 en 4

Rang			In.tijd		Tijd
8.	Elske de Vries	De Vikings	30.44	200800786	<b>29.91</b>
10.	Nena Switynk	De Vikings	31.67	200800200	<b>30.95</b>
11.	Silke van Lopik	De Vikings	32.87	200801318	<b>31.48</b>
12.	Benthe Kootstra	Avena	NT		<b>31.83</b>

Programmanr. 15  
28-1-2017 - 17:55

Jongens, 25m rugslag

Minioren 3 en 4  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Hidde Bruins Slot	Pwc	28.48	200800317	<b>23.97</b>
2.	Xiano Wierda	De Vikings	NT	200800503	<b>24.86</b>
3.	Sven Haringa	De Vikings	36.82	200800501	<b>28.60</b>
4.	Jan de Boer	Pwc	NT	200800703	<b>29.48</b>
5.	Than Kadey Htun Swe	De Vikings	32.32	200800609	<b>30.81</b>
6.	Brend Spinder	Pwc	NT	200801189	<b>36.46</b>
DIS	Dedmer Mulder	Neptunia '24	NT	200701171	
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>				
DIS	Marc Vegers	Neptunia '24	NT	200701445	
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>				
DIS	Jasper Volbeda	Neptunia '24	NT	200701295	
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>				

Programmanr. 16  
28-1-2017 - 17:55

Meisjes, 50m vrije slag

Junioren 1 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Hedwig Bolt	Avena	37.41	200602660	<b>36.99</b>
2.	Rizlaane Aissa	Neptunia '24	38.05	200501940	<b>37.60</b>
3.	Lisanne Broersma	Pwc	37.77	200500320	<b>38.15</b>
4.	Kyra Kootstra	Pwc	39.21	200501834	<b>40.92</b>
5.	Lindsay Hiemstra	Avena	42.22	200603058	<b>41.93</b>
6.	Lea van Wijk	Neptunia '24	NT	200601524	<b>43.89</b>
7.	Evelien Veenstra	SG. Bolsward-Workum	43.33	200601312	<b>43.98</b>
8.	Janiek Minnema	Avena	42.88	200700452	<b>44.09</b>
9.	Eliza van der Tuin	De Vikings	45.71	200500726	<b>44.15</b>
10.	Nynke Pauluis	Neptunia '24	44.87	200503232	<b>45.50</b>
11.	Sanne Smeding	De Vikings	44.73	200502812	<b>45.57</b>
12.	Sora Rientjes	De Vikings	50.58	200700712	<b>46.37</b>
13.	Yvonne Veenstra	SG. Bolsward-Workum	47.62	200600534	<b>47.86</b>
14.	Marij Post	Avena	49.23	200603390	<b>47.89</b>
15.	Rosanne Melein	Avena	45.84	200700540	<b>48.88</b>
16.	Jourike Alkema	De Vikings	49.11	200502020	<b>49.38</b>
17.	Anthe Tigchelaar	De Vikings	52.29	200601866	<b>52.44</b>
18.	Leonie Kracht	De Vikings	59.58	200504194	<b>56.36</b>
19.	Nynke de Boer	SG. Bolsward-Workum	1:02.57	200701466	<b>57.78</b>
20.	Nova Eekma	Neptunia '24	NT	200504400	<b>1:02.05</b>
21.	Dewi van der Leest	De Vikings	1:08.81	200603582	<b>1:02.93</b>
DIS	Heleen Stilma	Neptunia '24	40.04	200600916	
	<i>AA - Gestart voor het startsignaal (en wel gezwommen).</i>				
AFGEM	Juul v/d Zee	Neptunia '24	53.57	200603164	

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 17  
28-1-2017 - 18:05

Jongens, 50m vrije slag

Minioren 6 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Mateo Schouwstra-Atsma	Pwc	NT	200602901	<b>40.19</b>
2.	Dooitze Oostenveld	SG. Bolsward-Workum	42.14	200600639	<b>40.72</b>
3.	Sietse de Wit	De Vikings	NT	200602891	<b>41.69</b>
4.	Aaron Reinsma	Neptunia '24	43.10	200600601	<b>43.58</b>
5.	Daan Bos	De Vikings	45.17	200501887	<b>44.22</b>
6.	Niek Hofstra	SG. Bolsward-Workum	NT	200700571	<b>45.85</b>
7.	Hielke de Wit	De Vikings	NT	200602889	<b>46.75</b>
8.	Jetse Koopmans	Neptunia '24	45.93	200601035	<b>47.74</b>
9.	Elmar Altena	Pwc	47.76	200601919	<b>51.30</b> FJ 1
10.	Senne Visser	Neptunia '24	50.58	200602305	<b>51.30</b> FJ 2
11.	Friso Paques	Neptunia '24	NT	200602871	<b>54.12</b>
12.	Tiede Hellinga	Neptunia '24	50.53	200602147	<b>54.46</b>
13.	Merlijn Jorritsma	Pwc	52.72	200502047	<b>54.68</b>
14.	Kevin Koonstra	De Vikings	58.37	200502223	<b>55.54</b>
AFGEM	Jurjen de Boer	Pwc	58.90	200601921	

Programmanr. 18  
28-1-2017 - 18:15

Meisjes, 50m rugslag

Junioren 3 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Annagreet Engelmoer	Neptunia '24	47.00	200404578	<b>43.20</b>
2.	Marjet Minnema	Avena	45.04	200501328	<b>46.06</b>
3.	Ryanne Feenstra	SG. Bolsward-Workum	52.70	200501188	<b>48.35</b>
4.	Maaïke Spijksma	SG. Bolsward-Workum	NT	200502714	<b>49.82</b>
5.	Kristin Vernes	Avena	48.84	200401774	<b>50.36</b>
6.	Cheyenne Glas	Avena	NT	200500974	<b>51.40</b>
7.	Djoeke Olivier	Neptunia '24	52.33	200403918	<b>52.46</b>
8.	Teikje Veenstra	Pwc	57.36	200403464	<b>53.23</b>

Programmanr. 19  
28-1-2017 - 18:15

Jongens, 50m rugslag

Junioren 2 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd		Tijd
1.	Ruben Kommerie	Pwc	43.28	200401105	<b>45.12</b>
2.	Axel Jorn Veenstra	Pwc	45.74	200500577	<b>46.43</b>
3.	Cédric van der Veen	Pwc	53.90	200303155	<b>51.25</b>
4.	Jorrit Paques	Neptunia '24	NT	200403989	<b>51.34</b>
DIS	Lieuwe Samplonius	SG. Bolsward-Workum	NT	200502647	
	<i>RH - Het eindpunt niet in rugligging aangeraakt.</i>				
DIS	Jort Wolfswinkel	De Vikings	NT	200404263	
	<i>RD - Rugligging verlaten en stuwbewegingen met armen en/of benen gemaakt zonder het keerpunt in te zetten.</i>				
AFGEM	Timo de Lange	De Vikings	NT	200301887	

Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 20  
28-1-2017 - 18:20

Meisjes, 50m schoolslag

Jeugd 2 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd	
1.	Frida Pafforaad	Avena	45.35	200402098	<b>44.06</b>
2.	Janneke Bierma	Pwc	44.13	200101892	<b>44.28</b>
3.	Esmee Rienstra	Neptunia '24	47.00	200205008	<b>45.08</b>
4.	Anouk Miedema	Avena	46.59	200302736	<b>45.48</b>
5.	Lisa van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	47.90	200402188	<b>46.36</b>
6.	Sarah Sipkema	Avena	51.69	200204146	<b>47.85</b>
7.	Elisa Hofstra	SG. Bolsward-Workum	49.12	200500534	<b>49.33</b>
8.	Marit van der Zee	SG. Bolsward-Workum	52.25	200303506	<b>52.91</b>
9.	Roos Molenkamp	Neptunia '24	56.01	200200708	<b>56.54</b>

Programmanr. 21  
28-1-2017 - 18:25

Jongens, 50m schoolslag

Junioren 4 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd	
1.	Pascal Kok	Avena	36.76	200203359	<b>37.26</b>
2.	Roan Altena	Pwc	40.10	200303255	<b>39.69</b>
3.	Wouter Klasen	Neptunia '24	42.19	200103905	<b>41.50</b>
4.	Allard Sieperda	SG. Bolsward-Workum	43.94	200101365	<b>42.82</b>
5.	Lorenzo Scholten	Neptunia '24	42.56	200104623	<b>43.85</b>
6.	Kenneth van der Meyde	Pwc	58.25	200105343	<b>53.04</b>
7.	Niek van der Meulen	Pwc	56.55	200200645	<b>55.36</b>

Programmanr. 22  
28-1-2017 - 18:30

Dames, 100m schoolslag

Senioren Open  
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd	
1.	Mayke Veltman	Avena	1:29.53	200003662	<b>1:29.14</b>
2.	Sigrid Pafforaad	Avena	1:28.27	200201130	<b>1:29.27</b>
3.	Afke van Zijverden	SG. Bolsward-Workum	1:33.62	200100296	<b>1:35.99</b>
4.	Meike Kuyer	Neptunia '24	1:37.40	199804884	<b>1:36.18</b>
5.	Anne Dotinga	Neptunia '24	1:40.16	200005790	<b>1:39.99</b>
6.	Frauke Peterson	Pwc	1:38.74	200005186	<b>1:42.97</b>
7.	Lisanne Postma	Pwc	1:48.32	199905362	<b>1:45.53</b>
AFGEM	Grytsje Kazimier	Pwc	1:37.01	200005188	

Programmanr. 23  
28-1-2017 - 18:35

Heren, 100m schoolslag

Senioren Open  
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd	
1.	Sjors Verweij	Avena	1:20.11	199900559	<b>1:19.94</b>
2.	Werner Veltman	Avena	1:17.23	199803417	<b>1:22.32</b>
3.	Jesse Bos	Avena	1:29.03	200104345	<b>1:29.45</b>
4.	Maarten van der Meulen	Neptunia '24	1:34.31	199904729	<b>1:35.48</b>
5.	Albert Veenstra	Pwc	1:39.71	200005217	<b>1:37.37</b>
DIS	Hidde Zondervan	Pwc	1:34.99	200103619	
<i>SA - Na start en/of keerpunt niet met het hoofd het wateroppervlak doorbroken, voordat bij het wijdeste gedeelte v.d. 2e armslag de handen naar binnen beginnen te draaien.</i>					
AFGEM	Christiaan Penning	SG. Bolsward-Workum	1:30.78	200004783	



Fryselcup deel 3  
Workum, 28-1-2017

Programmanr. 24  
28-1-2017 - 18:40

4 x 25m vrije slag

Minioren 5 en later  
Resultaten

Rang			In.tijd	Tijd
1.	Neptunia '24 1	Neptunia '24	NT	<b>1:18.28</b>
	Aaron Reinsma 06	Lea van Wijk	06	
	Jetse Koopmans 06	Heleen Stilma	06	
2.	SG. Bolsward-Workum 1	SG. Bolsward-Workum	1:38.75	<b>1:31.71</b>
	Dooitze Oostenveld 06	Selina Veenstra	08	
	Nynke de Boer 07	Niek Hofstra	07	
3.	PWC Buitenpost 1	Pwc	1:35.21	<b>1:39.26</b>
	Naenke Brecht Veenstra 08	Hidde Bruins Slot	08	
	Jan de Boer 08	Elmar Altena	06	
4.	De Vikings 1	De Vikings	1:41.52	<b>1:42.05</b>
	Nena Switynk 08	Elske de Vries	08	
	Than Kadey Htun Swe 08	Xiano Wierda	08	