

ZV Overbetuwe
A. Jansen Lange Afstand Circuit 2023 deel 2

Doetinchem (NED) 5-3-2023

Uitslag overzicht								Korte baan (25m)
Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.	Versch.	
Anouk van Beugen	03 :	50 vrije slag		37.96		33.02	76%	
		100 vrije slag		1:20.32		1:10.28	77%	
		200 vrije slag		2:49.70		2:41.16	90%	
		400 vrije slag		5:54.90		5:44.17	94%	
		800 vrije slag		12:06.79		11:43.99	94%	
		2000 vrije slag	4	30:59.23		--:--	PR.	
Sofie Bulsink	10 :	50 vrije slag		50.15		40.16	64%	
		100 vrije slag		1:46.53		1:32.50	75%	
		200 vrije slag		3:44.78		3:31.90	89%	
		400 vrije slag		7:52.51		7:35.16	93%	
		800 vrije slag		16:17.40		15:37.10	92%	
		1500 vrije slag	6	31:17.41		31:24.41	101% PR.	
Diede Hof	08 :	50 vrije slag		38.72		32.53	71%	
		100 vrije slag		1:23.44		1:18.91	89%	
		200 vrije slag		2:59.19		2:55.22	96%	
		400 vrije slag		6:22.34		6:00.37	89%	
		800 vrije slag		13:17.89		13:23.15	101% PR.	
		2000 vrije slag	5	34:06.52		--:--	PR.	
Mila Hof	11 :	50 vrije slag		44.35		39.73	80%	
		100 vrije slag		1:36.01		1:35.16	98%	
		200 vrije slag		3:27.46		3:26.99	100%	
		400 vrije slag		7:17.31		7:21.58	102% PR.	
		800 vrije slag		15:04.02		15:08.59	101% PR.	
		1500 vrije slag	4	29:03.60		--:--	PR.	
Melissa ter Horst	11 :	50 vrije slag		40.62		35.96	78%	
		100 vrije slag		1:27.69		1:22.23	88%	
		200 vrije slag		3:12.19		3:05.78	93%	
		400 vrije slag		6:46.39		6:43.34	99%	
		800 vrije slag		14:02.57		14:04.95	101% PR.	
		1500 vrije slag	3	27:08.92		--:--	PR.	
Enna Lamers	08 :	50 vrije slag		35.42		27.94	62%	
		100 vrije slag		1:16.44		1:05.21	73%	
		200 vrije slag		2:42.41		2:39.65	97%	
		400 vrije slag		5:36.65		5:32.80	98%	
		800 vrije slag		11:25.99		11:20.86	99%	
		2000 vrije slag	3	28:52.93		--:--	PR.	
Isis Lamers	10 :	50 vrije slag		49.54		38.86	62%	
		100 vrije slag		1:43.79		1:37.18	88%	
		200 vrije slag		3:37.91		3:25.65	89%	
		400 vrije slag		7:35.38		7:25.98	96%	
		800 vrije slag		15:29.19		15:12.14	96%	
		1500 vrije slag	5	29:14.36		31:15.95	114% PR.	
Luca Leerentveld	12 :	50 vrije slag		48.53		39.64	67%	
		100 vrije slag		1:45.99		1:35.88	82%	
		200 vrije slag		3:45.33		3:26.98	84%	
		400 vrije slag		7:44.28		7:08.46	85%	
		800 vrije slag	3	15:27.32		--:--	PR.	
Juliët Matser	08 :	50 vrije slag		38.22		35.71	87%	
		100 vrije slag		1:20.27		1:15.45	88%	
		200 vrije slag		2:49.67		2:43.49	93%	
		400 vrije slag		5:54.82		6:09.00	108% PR.	
		800 vrije slag		12:08.86		12:38.17	108% PR.	
		2000 vrije slag	3	30:55.62		--:--	PR.	

Luc McCarthy	04 :	50 vrije slag	34.84	26.11	56%	
		100 vrije slag	1:13.45	57.24	61%	
		200 vrije slag	2:33.30	2:14.93	77%	
		400 vrije slag	5:16.76	4:56.11	87%	
		800 vrije slag	10:44.66	10:11.72	90%	
		2000 vrije slag	1 26:38.71	26:13.23	97%	
Odo McCarthy	07 :	50 vrije slag	34.40	26.99	62%	
		100 vrije slag	1:12.47	59.60	68%	
		200 vrije slag	2:29.60	2:17.39	84%	
		400 vrije slag	5:07.98	4:45.59	86%	
		800 vrije slag	10:30.52	10:08.83	93%	
		2000 vrije slag	2 26:48.71	26:43.31	99%	
Gyan Spaan	07 :	50 vrije slag	37.48	28.97	60%	
		100 vrije slag	1:19.61	1:04.48	66%	
		200 vrije slag	2:47.14	2:39.48	91%	
		400 vrije slag	5:45.86	5:31.45	92%	
		800 vrije slag	11:46.30	11:25.89	94%	
		2000 vrije slag	5 29:43.51	32:04.25	116%	PR.
Tygo Spaan	11 :	50 vrije slag	45.37	41.32	83%	
		100 vrije slag	1:37.16	1:29.73	85%	
		200 vrije slag	3:26.97	3:14.78	89%	
		400 vrije slag	7:03.98	6:47.88	93%	
		800 vrije slag	2 14:23.35	--:--		PR.
Sem Teunissen	08 :	50 vrije slag	37.63	29.20	60%	
		100 vrije slag	1:19.72	1:05.27	67%	
		200 vrije slag	2:49.56	2:38.42	87%	
		400 vrije slag	5:54.96	5:33.26	88%	
		800 vrije slag	12:16.06	11:30.59	88%	
		2000 vrije slag	6 31:14.73	--:--		PR.
Esmee Wilcke	03 :	50 vrije slag	34.44	30.85	80%	
		100 vrije slag	1:15.38	1:09.58	85%	
		200 vrije slag	2:41.88	2:31.91	88%	
		400 vrije slag	5:41.48	5:33.59	95%	
		800 vrije slag	11:48.09	11:23.37	93%	
		2000 vrije slag	2 30:19.85	29:56.72	97%	

Totaal 88 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 88,2%
0 nieuw(e) record(s), 18 nieuw(e) persoonlijke record(s)
Grootste verbetering: Gyan Spaan, 2000 vrije slag 29:43.51