

Programmanr. 4
21-11-2025

Heren, 400m vrije slag

20 en ouder
Inschrijfflijst

rang	naam	vereniging		inschrijftijd
20+				
1	Wouter Zijlstra	HZ&PC Heerenveen	200401545	3:57.88
2	Jacco Nijland	ZPC De Hof	200400081	4:17.37
3	Christian Kalle	De Schotejil	200400687	4:31.54
4	Niels van der Mast	ZOB'66	200401917	4:33.52
5	Rik Stahlie	TriVia	200201915	4:34.33
6	Mika Heskamp	De Dinkel	200300339	4:35.98
7	Jesper Pas	V.Z.V. Njord	200200967	4:43.03
8	Sven Doezen	RZ	200400403	4:45.65
9	Tygo Korving	ZOB'66	200300773	4:49.77
RES	Rick Haanschoten	De Rijn	200100291	5:00.16
25+				
1	Karst Boersma	De Dinkel	199600849	4:11.48
2	Jacob Mackloet	De Schotejil	200001171	4:17.59
3	Jasper Breugem	WVZ	200000303	4:19.51
4	Tenzin Tieman	Old Dutch	200005549	4:39.50
5	Koen Wijnands	SG Patrick - De Roersoppers	199800247	4:39.60
6	Wesley van der Luit	ZV Sassenheim	199701895	4:41.07
7	Lars Jacobsen	DWK	199705453	4:45.37
8	Leon Kloots	ZPC De Hof	200001363	4:47.06
9	Jeroen Louwinger	De Rijn	199900583	4:47.26
10	Patrick Wyrdean	Westland Swimming Stars	199702475	4:59.42
11	Auke Sijperda	AZC	199905115	5:06.67
30+				
1	Mike Schel	ENC Arnhem	199403279	4:22.07
2	Tim de Vrugt	ENC Arnhem	199306719	4:37.70
3	Pieter Pijnenburg	De Biesboschzwemmers	199305227	4:47.99
4	Sander Riezebos	WS Twente	199400467	4:48.77
5	Niels Bent	WS Twente	199400465	4:48.91
6	Mark Legters	De Schelde	199303361	4:57.44
7	Koen de Meyere	WS Twente	199406783	5:13.32
8	Derek Valkenier	MSV-Zeemacht	199207397	5:19.98
RES	Ruben de Boer	Zwemvereniging Hoogland	199301419	5:24.02
RES	Remco Visser	ZPC Woerden	199503185	5:35.46
35+				
1	Matteo Viani	Zwemlust- den Hommel	199007717	4:19.17
2	Tim Bunnik	Triton	199000505	4:30.81
3	Matthew Humphreys	MSV-Zeemacht	198906983	4:37.34
4	Niels Albrechts	De Schotejil	198800039	4:47.55
5	Wessel Everloo	WS Twente	198906597	4:49.51
6	Patrick Creemers	SG Patrick - De Roersoppers	199000579	4:50.60
7	Marc Hoogendam	Blue Marlins	199007713	5:04.18
8	Remco van der Graaf	De Geul	198704007	5:15.25
9	Sander van Tilburg	De Biesboschzwemmers	198604609	5:22.98
AFGEM	Dirk de Vree	De Biesboschzwemmers	198806361	5:57.17
RES	Robert Spekhorst	De Mors	198703141	6:06.19
40+				
1	Pieter Pickhardt	ZPC De Hof	198301657	4:31.21
2	Frank v.d. Voordt	De Schotejil	198302259	4:40.94
3	Marcel Reefhuis	WS Twente	198101381	4:58.54
4	Rene Koedooder	Enkhuizer Zwem Vereniging	198200919	5:01.06
5	Martial Alassimone	ASPTT Clermont-Ferrand	135036	5:35.54
6	Rob van Wanrooy	Albion	198202627	5:50.90

Programmanr. 4, Heren, 400m vrije slag

45+

1	Ivo Roozeboom	WVZ	197700801	4:30.74
2	Mark Hensen	NieMo Barracuda	197900497	4:32.41
3	Victor Barnar	GoSwim	197801805	4:45.09
4	Yuri Admiraal	SGHW	197701655	4:55.11
5	Arjen Nieveen	DZ&PC	198002545	5:13.65
6	Tom Bandsma	PSV	197701625	5:28.83

50+

1	Haack Andree	SG Mülheim	067255	4:52.95
2	Aart Kruis	MZ&PC	197501383	4:57.85
3	Casper van den Burgh	ZV Sassenheim	197201413	4:58.43
4	Pieter Veenstra	DZ&PC	197301345	5:00.91
5	Wouter van der Stelt	De Biesboschzwemmers	197200889	5:36.61
AFGEM	Rudi Nieuwenhuis	GoSwim	197401527	6:05.47
RES	Jeroen Hoeksel	ZV Vlaardingen-Schiedam	197401533	5:59.14
RES	Ditmar Schelhaas	De Mors	197501593	6:04.52
RES	Marcel van Walt van Praag	Gay Swim Amsterdam	197501425	6:09.51

55+

1	John Hardeman	Zwemlust- den Hommel	196601615	4:48.54
2	Bruno Nahon	Cercle De Natation Sportcity Woluwe	CNSW/000390/70	5:01.24
3	Edwin Petri	De Otters Het Gooi	196601687	5:04.62
4	Frank van Nobelen	ZV Sassenheim	196900753	5:09.46
5	Francis Roosen	V.Z.V. Njord	196801581	5:10.61
6	Grigorios Vourekas	MZ&PC	196901843	5:23.12
7	Leon Slingerland	WVZ	196801707	5:32.72
8	Jeroen Wilmer	Enkhuizer Zwem Vereniging	196601711	5:53.09
9	Eduard Leusink	De Mors	196901573	5:56.70
RES	Steffen Dante	SG Bayer	450025	6:52.82

60+

1	Jon Christensen	Luxembourg Sharks Swimming Club	10008	4:53.16
2	Karol Lacko	Vysokoskolsky klub Univerzity komenskeho	SVK16793	5:15.93
3	Henri Michels	De Amstel	196501587	5:19.52
4	Menno Lomans	PSV	196101071	5:32.82
5	Kees-Jan van Overbeeke	WWV Winterswijk	196200489	5:34.86
6	Peter Janssen	Team Noord Holland (SG)	196201307	6:05.69
7	Adriaan Kop	Old Dutch	196101135	6:18.06
AFGEM	Marcel Nelissen	MZ&PC	196501611	7:30.55
RES	Casper Dollekamp	Steenwijk 1934	196301341	6:34.86
RES	Arno Stap	ZV Vlaardingen-Schiedam	196100575	6:59.49

65+

1	Hugo Bregman	WVZ	195800069	5:15.98
2	Paul Bunnik	Triton	195600413	5:47.18
3	Wolfgang Rossa	TPSK 1925 e.V.	396833	6:06.44
4	Jan Preuter	De Mors	195600245	6:07.99
5	Wim de Lange	AZC	195800533	6:13.29
6	Lex Hoogendam	ZZ&PC De Devel	195700541	6:22.65
RES	André Pantekoek	PSV	195800321	6:56.03

70+

1	Henk Slomp	Z&PC de Inktvis	195500359	5:35.79
AFGEM	Rob Berkhof	SWOL 1894	195200245	7:32.13

75+

1	Wout Hemmes	De Plons	194800059	6:30.89
RES	Piet Schop	De Bevelanders	195000109	8:08.05

Programmanr. 4, Heren, 400m vrije slag

80+

1	Willem Putter	ZV Vlaardingen-Schiedam	194500135	6:56.77
2	Rob Hanou	PSV	194300109	7:47.10