

Programmanr. 5
21-11-2025

Dames, 400m vrije slag

20 en ouder
Inschrijftijd

rang	naam	vereniging		inschrijftijd
20+				
1	Michelle van Wijk	WWV Winterswijk	200204746	4:32.29
2	Anouchka Bos	NieMo Barracuda	200501528	4:41.61
3	Amber van der Kruk	MSV-Zeemacht	200102730	4:43.44
4	Femke Backx	Orca Leeuwarden	200106430	4:51.70
5	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	200300232	4:52.66
6	Lieke Broere	De Otters Het Gooi	200303890	4:55.46
7	Daniek van den Berg	DBD	200505398	4:55.48
8	Eline Hoekstra	OEZA	200301280	4:55.65
9	Lotte van Gessel	Team Noord Holland (SG)	200300900	4:58.19
10	Claire Bosch	De Dinkel	200401480	5:00.84
11	Tamar Roosen	V.Z.V. Njord	200501168	5:04.23
12	Romée Beverdam	WS Twente	200100158	5:10.37
13	Jennifer Koonen	Zwemsport Parkstad	200500386	5:14.17
AFGEM	Michelle van Wijhe	ZPC Amersfoort	200402196	5:36.62
RES	Esmee Wijnmaalen	De Geul	200100298	5:15.76
RES	Femke-Romy Wiersma	Neptunia '24	200103078	5:17.99
RES	Esther Tiemersma	PSV	200202962	5:20.90
RES	Dayna van Hoorn	Poseidon'56	200502800	6:00.83
RES	Esmeralda Elbers	SGHW	200404888	6:24.62
25+				
1	Laura Setz	Bubble	200000130	4:27.74
2	Tamara Grove	De Dolfijn	199601266	4:29.20
3	Marijke Drent	Bubble	199906232	4:38.10
4	Moniek van Langevelde	DWK	199803160	4:39.61
5	Jamilla van Omme - van Veen	Zwemvereniging Hoogland	199603192	4:46.53
6	Zoé Janvier	Cercle De Natation Sportcity Woluwe	CNSW/013266/00	4:59.47
7	Noa Oldenhof	ZPCH	199700622	5:08.85
8	Nienke Versteegen	DBD	200004548	5:12.64
9	Anouk van der Lans	Westland Swimming Stars	199801614	5:24.25
10	Evelien de Jong	Neptunia '24	199805316	5:32.89
11	Astrid Wibbelink	Steenwijk 1934	199600006	5:40.97
12	Deborah Thoolen	Team Noord Holland (SG)	199703568	5:43.03
13	Nadine Scheeve	De Biesboschzwemmers	199700684	5:46.86
RES	Cynthia van Veen	BZ en PC	199606736	6:05.05
RES	Kim Hamakers	ZPC De Rog	199803214	6:07.32
30+				
1	Leonie van Noort	WVZ	199301752	4:28.73
2	Fiona Meuffels	PSV	199504366	4:49.47
3	Lotte Coenen	D.E.S.	199301518	4:51.52
4	Anne-Irene Ducheine	Zwemvereniging Hoogland	199506824	4:58.03
5	Floor Weijmans	HZPC	199502522	5:00.54
6	Larissa Jansen	PSV	199500660	5:05.00
7	Jara Schmidt	ENC Arnhem	199405062	5:07.52
8	Diane Schoenmaker	PSV	199502920	5:10.37
9	Esther Kwebeman	TriVia	199106374	5:23.47
10	Annemiek Meulenbeld	Orca Leeuwarden	199506230	5:26.32
11	Irmgard van Weeghel	ENC Arnhem	199204834	5:30.58
12	Janine de Groot	NDD	199500092	5:36.54
13	Hilma Buiten	MZ&PC De Reest	199407522	5:51.19
35+				
1	Lisanne Andeweg	Zuiderzeewimmers	198800092	4:59.14
2	Relinda Baas	TriVia	198900144	5:04.67
3	Saskia de Klerk	GoSwim	199004612	5:12.12
4	Nanda van Heteren	PSV	198901728	5:19.03
5	Liesbeth van Mill	Zwemlust- den Hommel	198702786	5:30.93

Programmanr. 5, Dames, 400m vrije slag

6	Joëlle Vaes	DIO	199007576	5:38.07
40+				
1	Ann Wanter	Zwemclub Geel	ZGEEL/21082/82	4:46.42
2	Viktoria Haden-Felfoldi	Iron Swim	66/3267	4:51.46
3	Ramona Linting	AZC	198301274	5:10.65
4	Evita van de Ketterij	De Treffers	198504284	5:12.99
5	Nadya Putter	ZV Vlaardingen-Schiedam	198301630	5:14.57
6	Riky Smeets-Jansen	ZEPS	198401142	5:44.96
AFGEM	Margaux Tjoeng	ENC Arnhem	198504310	6:07.33
45+				
1	Steffi Meinhold	D.E.S.	198001542	4:52.33
2	Anke Lambooi	AZL	198001182	5:02.31
3	Melanie Kuiper	Zignea	197600350	5:04.64
4	Alina Spijkerman	DAW	197701220	5:20.49
5	Chantal Verhoeff	Old Dutch	197900912	5:22.72
6	Jessica Venema	Old Dutch	197901526	5:31.69
7	Jannie Vennik	HZ&PC Heerenveen	197601006	5:33.05
8	Petra Guijt	Aqua-Novio '94	197600978	5:34.05
9	Martina Furlan	Luxembourg Sharks Swimming Club	7880	5:42.50
10	Agnes van Brug	DAW	198001726	5:42.74
11	Luisiana Bigea	ZV Sassenheim	197701300	6:11.97
12	Tanja Lenz	Uerdinger SV 08	451703	6:13.02
13	Katrin Glatzer	ZPC Amersfoort	197601200	6:19.85
RES	Ilonka van der Meer	SG LinK-ZV Zoetermeer	197601168	6:21.36
RES	Saskia op den Velde	De Duinkickers	197901530	6:25.67
50+				
1	Liselotte Joling	PSV	197500268	4:45.59
2	Micky Grulms	Luxembourg Sharks Swimming Club	4029	5:04.53
3	Cindy Gootzen-Bulthuis	RZ	197500990	5:10.96
4	Annette de Visser	Oceanus	197100602	5:19.68
5	Ingrid Versteegen	DBD	197300770	6:10.06
6	Annet Kootstra	SWOL 1894	197100344	6:15.82
AFGEM	Britta Fritz	SC Janus Köln	262038	7:10.43
AFGEM	Greta Wyma-Teitsma	DWK	197100696	7:11.13
AFGEM	Tiffany Tsui	Zwemvereniging Hoogland	197401110	7:22.12
RES	Fabienne Verriet-Regensburg	V.Z.V. Njord	197500428	7:39.70
55+				
1	Claudia Thielemann	SG Bayer	333958	4:59.32
2	Lidia v. Bon-Rosenbrand	ZPC Amersfoort	197000054	5:05.95
3	Katrien Delaender	Drie Zes Vijf	DZV/21012/66	5:10.74
4	Bianca Groot	MSV-Zeemacht	197000652	5:26.65
5	Iris van Aurich	DWK	196900866	5:36.22
6	Cancia Leirissa	Albion	196700748	6:11.73
7	Sandra Daamen-Posma	AZC	196800854	6:37.27
AFGEM	Annette Spies	SG LinK-ZV Zoetermeer	197001110	6:25.24
RES	Annette van Dok	MSV-Zeemacht	196800742	6:40.82
RES	Karin Berckenkamp	GZC Donk	196900038	6:43.56
RES	Inge Deutz	ZV Vlaardingen-Schiedam	196600726	6:55.28
RES	Caroline Kruger	Albion	196800928	7:13.05
RES	Cora Smulders	ENC Arnhem	196600668	7:24.90
RES	Roselinda van der Vlucht	De Geul	196700710	7:34.74

Programmanr. 5, Dames, 400m vrije slag

60+

1	Petra Tossings	GZC Donk	196100376	5:52.88
2	Anita Steijger	WVZ	196500628	6:01.95
3	Maud Peuten-Evers	Mosa~Regio	196400584	6:17.84
4	Kirsten Stamer	SC Janus Köln	247144	6:54.38
AFGEM	Yoka de Vegt-van Dijk	ENC Arnhem	196200420	7:15.76
RES	Erica Muller	De Geul	196400412	7:00.58

65+

1	Marijke Kraak-Beckers	SWOL 1894	196000240	6:11.89
2	Lia Bijkerk	GZC Donk	196000014	6:47.70
3	Marion Kolkman-Pluim	ENC Arnhem	196000330	6:56.80
4	Monica Bakker	Steenwijk 1934	195600082	7:13.06

70+

1	Carla Hensen	PSV	195300062	7:14.21
RES	Gonnie Bak	PSV	195100064	8:20.98
RES	Geerdien Meerwaldt	De Geul	195200058	8:59.26

75+

1	Conny Boer-Buys	ZV Vlaardingen-Schiedam	195000006	6:20.77
---	-----------------	-------------------------	-----------	---------

80+

1	Loekie van Huissteden	ZPC Amersfoort	194500002	9:23.75
---	-----------------------	----------------	-----------	---------