Programmanr. 3 | Dames, 400m vrije slag | 20 en ouder
27-11-2026 | Inschrijflijst

rang	naam	vereniging	startnummer	inschrijftijd
20+				
1	Ismay Lichtendonk	HZ&PC Heerenveen	200400622	4:24.91
2	Jonna Muntjewerff	ENC Arnhem	200402396	4:38.42
3	Cynthia Koolman	Steenwijk 1934	200300232	4:46.25
4	Lieke Broere	De Otters Het Gooi	200303890	4:52.02
5	Kiki Bootsman	Azuro	200502850	4:54.94
6	Sophie Brouwer	ZPCH	200504124	4:58.43
7	Babet van Andel	ZVL-1886	200304308	4:59.59
8	Liselotte Schaap	HZ&PC Heerenveen	200603016	5:01.88
9	Tamar Roosen	VZV Njord	200501168	5:05.53
10	Klara Komarkova	VSK Univerzita Brno		5:12.84
11	Senna Levering	DWK	200603892	5:15.30
12	Ilse Stut	De Otters Het Gooi	200206236	5:16.64
AFGEM	Jessica Dekkinga	Steenwijk 1934	200600180	5:28.56
AFGEM	Nicole Janssen	D.E.S.	200502994	5:50.74
AFGEM	Dayna van Hoorn	Poseidon'56	200502800	6:00.83
AFGEM	Lisanne Visser	Poseidon'56	200200760	6:17.51
RES	Renske Haasbroek	OEZA	200303752	5:22.26
RES	Anaïs Hoëppe	VZV Njord	200402048	5:28.10
RES	Naomi Janssen	VZ&PC Nautilus	200401816	5:36.54
RES	Lois Hofman	SG Octopus - ZVV	200602040	5:39.47
RES	Chantal Pennings	VZ&PC Nautilus	200403420	5:54.82
RES	Chiara Rovers	De Kempvis	200602620	6:19.28
RES	Zoë van der Reijden	SG LinK-ZV Zoetermeer	200505296	6:23.90
25+				
1	Angelique van Vark	GZC DONK	199701478	4:30.51
2	Moniek van Langevelde	DWK	199803160	4:34.80
3	Amber van der Kruk	MSV-Zeemacht	200102730	4:41.71
4	Noa Oldenhof	ZPCH	199700622	4:58.04
5	Jet Kleine	MSV-Zeemacht	199903384	5:18.86
6	Marije Sweering	Neptunia '24	200101228	5:21.70
7	Evelien de Jong	Neptunia '24	199805316	5:30.97
8	Deborah Thoolen	Team Noord Holland (SG)	199703568	5:32.41
9	Anouk van der Lans	Westland Swimming Stars	199801614	5:38.40
10	Mirna Wolters	De Plons	199802046	5:49.38
AFGEM	Kim van Rossum	SBC2000	199706374	7:00.43
RES	Eline Hendriks	ZPC Amersfoort	199802794	5:59.45
30+				
1	Leonie van Noort	WVZ	199301752	4:28.11
2	Tamara Bunnik-Grove	De Dolfijn	199601266	4:28.87
3	Inge Arts	Aqua-Novio'94	199203076	4:42.11
4	Lotte Coenen	D.E.S.	199301518	4:47.07
5	Jamilla van Omme - van Veen	Zwemvereniging Hoogland	199603192	4:54.17
6	Anne-Irene Ducheine	Zwemvereniging Hoogland	199506824	4:57.76
7	Jasmijn Ruijgrok	WZK	199401032	4:58.26
8	Floor Weijmans	HZPC	199502522	4:58.73
9	Diane Schoenmaker	PSV	199502920	5:05.31
10	Marijke Kommers	NieMo Barracuda	199305334	5:09.65
11	Annemiek Meulenbeld	DZ&PC	199506230	5:13.98
12	Nienke Smidt	WS Twente	199407596	5:14.60
13	Jisca Majolée	ZPC Amersfoort	199403570	5:23.98
14	Irmgard van Weeghel	ENC Arnhem	199204834	5:37.38
15	Aniek Garritsen	De IJsselmeeuwen	199504290	5:45.18

Programmanr. 3, Dames, 400m vrije slag

35+

1	Relinda Baas	TriVia	198900144	4:59.55
2	Wendan Poelstra	TriVia	199102496	5:05.32
3	Saskia de Klerk	Zwemlust- den Hommel	199008558	5:06.81
4	Nienke van Zoggel	De Treffers	199004810	5:23.42
5	Esther Kwebeman	TriVia	199106374	5:23.47
6	Nanda van Heteren	PSV	198901728	5:30.43
7	Liesbeth van Mill	Zwemlust- den Hommel	198702786	5:39.44
8	Joëlle Vaes	DIO	199007576	5:45.50
9	Esther Boerdam-Delfos	AZC	198705256	5:57.01
AFGEM	Marieke Weering	De Plons	198704550	6:25.94
RES	Rene Kleinveld	GZC DONK	199001966	6:11.30
RES	Francis van der Perk	SGHW	199102442	7:33.09

40+

1	Maike Zeterberg	Zehlendorfer TSV von 1888	066680	5:01.77
2	Evita van de Ketterij	De Treffers	198504284	5:03.84
3	Debbie van Rooijen	IJZPC	198201402	5:07.73
4	Ramona Linting	AZC	198301274	5:10.65
5	Linda van Schaik	ZPCH	198605424	5:13.98
6	Riky Smeets-Jansen	ZEPS	198401142	5:41.45
7	Angelique Wammes	Zwemvereniging Hoogland	198403604	5:54.00
8	Michelle de Villiers	Hellas-Glana	198302944	6:01.60
9	Margaux Tjoeng	ENC Arnhem	198504310	6:07.33

45+

1	Steffi Meinhold	D.E.S.	198001542	4:52.33
2	Anke Lambooij	AZL	198001182	5:06.15
3	Alina Spijkerman	DAW	197701220	5:19.71
4	Chantal Verhoeff	Old Dutch	197900912	5:22.28
5	Patricia Brooijmans	Old Dutch	197901608	5:34.58
6	Beverly Chong	Gay Swim Amsterdam	198102388	6:06.42
7	Bianca Oudendijk	DAW	197901122	6:10.98
8	Maaike van der Graaf	VZC	198102410	6:11.59
9	Luisiana Bigea	ZV Sassenheim	197701300	6:16.22
RES	Clementine van Bruxvoort	Albion	197700138	7:08.34

50+

1	Liselotte Joling	PSV	197500268	4:46.67
2	Petra Guijt	Aqua-Novio'94	197600978	5:32.72
3	Jannie Vennik	HZ&PC Heerenveen	197601006	5:34.67
4	Wendy Nederkoorn	Arethusa	197400374	6:14.53
5	Katrin Glatzer	ZPC Amersfoort	197601200	6:19.85
6	Illonka van der Meer	SG LinK-ZV Zoetermeer	197601168	6:30.18

55+

1	Lidia v. Bon-Rosenbrand	ZPC Amersfoort	197000054	5:05.95
2	Bianca Groot	MSV-Zeemacht	197000652	5:16.18
3	Annette de Visser	Oceanus	197100602	5:17.55
4	Iris van Aurich	DWK	196900866	5:41.31
5	Annet Kootstra	SWOL 1894	197100344	6:23.76
6	Karin Sagonas-Koolen	VZV Njord	197000964	6:25.09
7	Annette Spies	SG LinK-ZV Zoetermeer	197001110	6:36.63
8	Annette van Dok	MSV-Zeemacht	196800742	6:40.82
AFGEM	Britta Fritz	SC Janus Köln	262038	7:02.93
RES	Karin Berckenkamp	GZC DONK	196900038	6:43.56
RES	Sandra Daamen-Posma	AZC	196800854	6:43.64
RES	Roselinda van der Vlugt	De Geul	196700710	7:22.55

Programmanr. 3, Dames, 400m vrije slag

60+

1	Claudia Lautenbacher	Red-Fish Neuchâtel	5861	5:31.58
2	Allie Price	Bridgend Swim Club	547582	5:37.40
3	Wilna Heijman	Steenwijk 1934	196400506	5:39.96
4	Anita Steijger	WVZ	196500628	6:00.04
AFGEM	Erica Muller	De Geul	196400412	7:03.48
RES	Inge Deutz	ZVVS	196600726	7:13.12
RES	Yoka de Vegt-van Dijk	ENC Arnhem	196200420	7:15.93
RES	Cora Smulders	ENC Arnhem	196600668	7:24.90

65+

1	Petra Tossings	GZC DONK	196100376	5:51.51
2	Marijke Kraak-Beckers	SWOL 1894	196000240	6:27.65
3	Riny Zeijpveld-Meuleman	De Berkelduikers	196000204	6:40.85
4	Marion Kolkman-Pluim	ENC Arnhem	196000330	6:54.06
AFGEM	Kirsten Stamer	SC Janus Köln	247144	6:48.86
RES	Jacqueline Brouwer	Enkhuizer Zwem Vereniging	196100296	7:56.91
RES	Ria Peters-Veurman	ENC Arnhem	195800242	8:00.13
RES	Karien Musters	Old Dutch	195800236	8:57.63

70+

1	Margriet Pasma	TriVia	195500088	6:17.83
RES	Geerdien Meerwaldt	De Geul	195200058	9:20.64

80+

1	Loekie van Huissteden	ZPC Amersfoort	194500002	9:36.13