

**Zoetermeer  
Junioren-Jeugd-Senioren deel 1  
Clubuitslag**

**Zoetermeer (NED) 15-10-2023**

Uitslag overzicht								Korte baan (25m)
Achternaam, Voornaam	Gbjr	Afstand/zwemslag	Pl.	Tijd	Ronde	oude PR.	Versch.	
Jalal Hammadi	10 :	50 vrije slag		41.72		37.24	80%	
		100 vrije slag		1:28.00		1:22.15	87%	
		200 vrije slag		3:03.94		3:25.20	124%	
		400 vrije slag	4	6:21.69		--		
		50 schoolslag	1	47.94		49.78	108%	
Sven van den Hoek	92 :	50 vrije slag		44.90		36.13	65%	
		100 vrije slag		1:31.53		1:20.89	78%	
		200 vrije slag		3:11.39		--		
		400 vrije slag	2	6:34.99		--		
		50 rugslag		49.29		45.59	86%	
		100 rugslag	1	1:40.77		1:38.48	96%	
Evelien Holterman	06 :	50 schoolslag		44.03		41.40	88%	
		100 schoolslag	5	1:33.17		1:28.42	90%	
		50 vlinderslag		39.98		36.32	83%	
		200 wisselslag	3	3:02.10		2:55.06	92%	
		25 vlinderslag	20	17.36		17.22	98%	
Daynah de Snaijer	08 :	50 vrije slag		35.15		32.82	87%	
		100 vrije slag	3	1:13.00		1:10.89	94%	
		50 rugslag		39.09		36.63	88%	
		100 rugslag		1:21.63		1:17.78	91%	
		200 rugslag	1	2:49.15		2:44.93	95%	
		50 schoolslag		48.12		45.12	88%	
		100 schoolslag	5	1:41.92		1:36.77	90%	
25 vlinderslag	17	16.98		17.19	102%			
Esmee Verbeek	05 :	50 vrije slag		33.83		32.84	94%	
		100 vrije slag	4	1:13.06		1:10.54	93%	
		50 rugslag		40.67		37.37	84%	
		100 rugslag		1:25.17		1:20.01	88%	
		200 rugslag	2	2:55.02		2:46.27	90%	
		25 vlinderslag	10	15.88		17.48	121%	

Totaal 31 persoonlijke uitslag, Gemiddelde prestatie: 92,7%  
 0 nieuw(e) record(s), 7 nieuw(e) persoonlijke record(s)  
 Grootste verbetering: Jalal Hammadi, 200 vrije slag 3:03.94