

Medaillelijst per programmanr.

24 van 26 programmanrs.

1. Heren, 4 x 50m wisselslag alg. leeftijdsgroep

1.	Mondriaan College 1	Mondriaan College	NT	2:00.99
----	---------------------	-------------------	----	----------------

3. Heren, 50m schoolslag Recreatief

1.	Menco Muller	Mondriaan College	NT	36.00
2.	Cas van Doorn	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT	36.91

3. Heren, 50m schoolslag Presentatief

1.	Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Beweg	28.87	200203329	28.88
2.	Wesley Zulver	Mondriaan College	NT	200301319	30.79
3.	Taco Hengstman	Alfa College	32.56	200304601	31.73

4. Dames, 50m schoolslag Recreatief

1.	Kavita Verelst	CIOS Zuidwest-NL	NT	43.80
2.	Hermien Ouwejan	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT	46.02
3.	Stella Buijtenhuis	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT	51.10

4. Dames, 50m schoolslag Presentatief

1.	Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Beweg	34.45	200602730	33.94
2.	Tess Panjer	CIOS Arnhem	35.46	200403060	35.10
3.	Sterre van der Wal	CIOS Heerenveen Leeuwarden	36.59	200502356	35.82

5. Heren, 100m rugslag Presentatief

1.	Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Beweg	54.09	200203329	1:03.26
2.	Jovanny Timmer	Alfa College	1:07.05	200302369	1:08.08
3.	Hidde Betten	CIOS Heerenveen Leeuwarden	1:06.26		1:08.16

6. Dames, 100m rugslag Recreatief

1.	Hermien Ouwejan	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT	2:01.62
----	-----------------	----------------------------	----	----------------

6. Dames, 100m rugslag Presentatief

1.	Tess Panjer	CIOS Arnhem	NT	200403060	1:08.16
2.	Bridget de Bat	CIOS Zuidwest-NL	1:05.94	200400382	1:09.03
3.	Cynthia Koolman	Landstede	1:11.83	200300232	1:12.10

7. Heren, 50m vlinderslag Recreatief

1.	Ryan van Vliet	Albeda College Sport en Bewege	NT	32.51
2.	Tim Kennis	CIOS Arnhem	NT	33.38

7. Heren, 50m vlinderslag Presentatief

1.	Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Beweg	24.38	200203329	24.64
2.	Stan Tibben	Landstede	27.63	200503591	26.82
3.	Taco Hengstman	Alfa College	27.78	200304601	27.61

8. Dames, 50m vlinderslag Recreatief

1.	Lonneke Flipsen	CIOS Zuidwest-NL	NT	41.30
----	-----------------	------------------	----	--------------

NK MBO
Arnhem, 25-5-2023

8. Dames, 50m vlinderslag Presentatief

1. Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Beweg	28.58	200602730	29.19
2. Sterre van der Wal	CIOS Heerenveen Leeuwarden	32.02	200502356	31.80
3. Bridget de Bat	CIOS Zuidwest-NL	30.39	200400382	33.83

9. Heren, 100m wisselslag Recreatief

1. Cas van Doorn	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT		1:18.02
------------------	----------------------------	----	--	----------------

9. Heren, 100m wisselslag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Beweg	55.20	200203329	1:00.71
2. Taco Hengstman	Alfa College	1:05.09	200304601	1:04.76
3. Jovanny Timmer	Alfa College	1:04.96	200302369	1:05.45

10. Dames, 100m wisselslag Recreatief

1. Nina van der Vorst	CIOS Arnhem	NT		1:23.52
-----------------------	-------------	----	--	----------------

10. Dames, 100m wisselslag Presentatief

1. Tess Panjer	CIOS Arnhem	1:06.64	200403060	1:07.92
2. Cynthia Koolman	Landstede	1:14.20	200300232	1:16.20
3. Nynke Jansen	Landstede	1:24.40	200404914	1:21.59

11. Heren, 100m vrije slag Recreatief

1. Sven Nieuwstraten	Mondriaan College	NT		58.07
2. Menco Muller	Mondriaan College	NT		1:00.42
3. Melle Schipper	CIOS Arnhem	NT		1:03.07

11. Heren, 100m vrije slag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Beweg	51.42	200203329	52.46
2. Stan Tibben	Landstede	55.52	200503591	55.23
3. Wesley Zulver	Mondriaan College	56.82	200301319	56.94

12. Dames, 100m vrije slag Recreatief

1. Fay Bongers	CIOS Arnhem	NT	200406032	1:07.92
2. Nina van der Vorst	CIOS Arnhem	NT		1:12.91
3. Kavita Verelst	CIOS Zuidwest-NL	NT		1:21.86

12. Dames, 100m vrije slag Presentatief

1. Tess Panjer	CIOS Arnhem	59.34	200403060	59.08
2. Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Beweg	NT	200602730	1:00.02
3. Renée Otten	Deltion College	NT		1:04.50

13. Heren, 4 x 50m vrije slag alg. leeftijdsgroep

1. Mondriaan College 1	Mondriaan College	NT		1:45.28
2. Team 1	CIOS Arnhem	NT		1:51.98

14. Dames, 4 x 50m vrije slag alg. leeftijdsgroep

1. CIOS Arnhem 1	CIOS Arnhem	NT		2:03.12
2. CIOS Zuidwest-NL 2	CIOS Zuidwest-NL	NT		2:04.22
3. CIOS Zuidwest-NL 1	CIOS Zuidwest-NL	NT		2:31.42

NK MBO
Arnhem, 25-5-2023

15. Heren, 100m schoolslag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Bewe	1:02.20	200203329	1:10.36
2. Wesley Zulver	Mondriaan College	NT	200301319	1:13.67
3. Jovanny Timmer	Alfa College	1:11.17	200302369	1:13.71

16. Dames, 100m schoolslag Recreatief

1. Kavita Verelst	CIOS Zuidwest-NL	NT		1:43.61
2. Marije de Ronde	CIOS Zuidwest-NL	NT		1:54.69

16. Dames, 100m schoolslag Presentatief

1. Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Bewe	1:14.39	200602730	1:16.07
2. Sterre van der Wal	CIOS Heerenveen Leeuwarde	1:20.68	200502356	1:19.52
3. Esmee van den Hout	CIOS Zuidwest-NL	1:23.27	200503696	1:24.31

17. Heren, 50m rugslag Recreatief

1. Tim Kennis	CIOS Arnhem	NT		37.28 FJ 1
2. Melle Schipper	CIOS Arnhem	NT		37.28 FJ 2
3. Jordy van den Bos	Dulon College	NT		58.76

17. Heren, 50m rugslag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Bewe	25.10	200203329	26.36
2. Taco Hengstman	Alfa College	28.16	200304601	28.22
3. Kaj Hugen	CIOS Arnhem	NT	200602739	32.55

18. Dames, 50m rugslag Recreatief

1. Stella Buijtenhuis	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT		35.75
2. Fay Bongers	CIOS Arnhem	NT	200406032	39.89
3. Nina van der Vorst	CIOS Arnhem	NT		40.29

18. Dames, 50m rugslag Presentatief

1. Bridget de Bat	CIOS Zuidwest-NL	30.74	200400382	31.23
2. Tess Panjer	CIOS Arnhem	32.07	200403060	31.87
3. Renée Otten	Deltion College	NT		34.04

19. Heren, 100m vlinderslag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Bewe	53.63	200203329	58.20
2. Stan Tibben	Landstede	1:02.18	200503591	1:00.51
3. Neel Sahti	Mondriaan College	1:06.55	200404227	1:06.28

20. Dames, 100m vlinderslag Presentatief

1. Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Bewe	1:05.23	200602730	1:09.95
2. Sterre van der Wal	CIOS Heerenveen Leeuwarde	1:15.89	200502356	1:16.83
3. Cynthia Koolman	Landstede	1:21.63	200300232	1:27.26

21. Heren, 50m vrije slag Recreatief

1. Menco Muller	Mondriaan College	NT		26.03 FJ 1
2. Sven Nieuwstraten	Mondriaan College	NT		26.03 FJ 2
3. Ryan van Vliet	Albeda College Sport en Bewe	NT		28.34

21. Heren, 50m vrije slag Presentatief

1. Nikhom Westphal	Albeda College Sport en Bewe	23.53	200203329	24.02
2. Taco Hengstman	Alfa College	24.65	200304601	24.29
3. Stan Tibben	Landstede	25.70	200503591	25.56

NK MBO
Arnhem, 25-5-2023

22. Dames, 50m vrije slag Recreatief

1. Fay Bongers	CIOS Arnhem	40.83	200406032	31.04
2. Nina van der Vorst	CIOS Arnhem	NT		32.16
3. Lonneke Flipsen	CIOS Zuidwest-NL	NT		32.86

22. Dames, 50m vrije slag Presentatief

1. Tess Panjer	CIOS Arnhem	27.73	200403060	27.70
2. Leyla Oversluizen	Albeda College Sport en Beweging	NT	200602730	27.74
3. Renée Otten	Deltion College	NT		30.11

23. Heren, 4 x 100m vrije slag alg. leeftijdsgroep

1. CIOS Arnhem 1	CIOS Arnhem	NT		4:29.60
------------------	-------------	----	--	----------------

24. Dames, 4 x 100m vrije slag alg. leeftijdsgroep

1. CIOS Arnhem 1	CIOS Arnhem	NT		4:36.10
2. CIOS Heerenveen Leeuwarde	CIOS Heerenveen Leeuwarden	NT		5:29.09