

LAC deel 1
Sommelsdijk, 2-11-2024

Programmanr. 5
2-11-24 - 13:35

1500m vrije slag

2013 en eerder
Resultaten

rang	naam	vereniging				intijd		tijd		RT
Senioren Open, Heren										
1.	Jacob Mackloet	De Schotejil				17:11.54		200001171		17:53.32
	100m: 1:03.62	1:03.62	500m: 5:48.42	1:11.84	900m: 10:37.13	1:12.41	1300m: 15:33.28	1:13.71		
	200m: 2:13.37	1:09.75	600m: 6:59.92	1:11.50	1000m: 11:51.04	1:13.91	1400m: 16:44.47	1:11.19		
	300m: 3:24.56	1:11.19	700m: 8:12.21	1:12.29	1100m: 13:05.12	1:14.08	1500m: 17:53.32	1:08.85		
	400m: 4:36.58	1:12.02	800m: 9:24.72	1:12.51	1200m: 14:19.57	1:14.45				
2.	Christian Kalle	De Schotejil				18:18.50		200400687		18:15.53
	100m: 1:06.17	1:06.17	500m: 6:01.41	1:14.48	900m: 10:59.68	1:13.69	1300m: 15:56.40	1:13.65		
	200m: 2:18.27	1:12.10	600m: 7:15.44	1:14.03	1000m: 12:14.20	1:14.52	1400m: 17:10.02	1:13.62		
	300m: 3:33.00	1:14.73	700m: 8:30.57	1:15.13	1100m: 13:29.07	1:14.87	1500m: 18:15.53	1:05.51		
	400m: 4:46.93	1:13.93	800m: 9:45.99	1:15.42	1200m: 14:42.75	1:13.68				
3.	Rufus Zorge	De Gooye				NT		201000443		21:04.28
	100m: 1:15.77	1:15.77	500m: 6:54.39	1:26.45	900m: 12:40.52	1:27.60	1300m: 18:23.39	1:24.74		
	200m: 2:37.69	1:21.92	600m: 8:20.56	1:26.17	1000m: 14:07.70	1:27.18	1400m: 19:48.58	1:25.19		
	300m: 4:01.95	1:24.26	700m: 9:47.25	1:26.69	1100m: 15:32.01	1:24.31	1500m: 21:04.28	1:15.70		
	400m: 5:27.94	1:25.99	800m: 11:12.92	1:25.67	1200m: 16:58.65	1:26.64				
4.	David Grinwis	De Stelle				NT		200801965		22:25.45
	100m: 1:19.02	1:19.02	500m: 7:11.97	1:29.25	900m: 13:15.04	1:29.78	1300m: 19:26.82	1:34.55		
	200m: 2:45.31	1:26.29	600m: 8:43.87	1:31.90	1000m: 14:50.00	1:34.96	1400m: 21:00.60	1:33.78		
	300m: 4:14.30	1:28.99	700m: 10:14.36	1:30.49	1100m: 16:19.07	1:29.07	1500m: 22:25.45	1:24.85		
	400m: 5:42.72	1:28.42	800m: 11:45.26	1:30.90	1200m: 17:52.27	1:33.20				
5.	Paul Nagtegaal	De Gooye				NT		201000675		23:26.61
	100m: 1:21.96	1:21.96	500m: 7:39.28	1:35.24	900m: 14:01.89	1:36.78	1300m: 20:24.46	1:36.25		
	200m: 2:54.46	1:32.50	600m: 9:14.71	1:35.43	1000m: 15:37.31	1:35.42	1400m: 22:01.50	1:37.04		
	300m: 4:29.78	1:35.32	700m: 10:49.68	1:34.97	1100m: 17:12.86	1:35.55	1500m: 23:26.61	1:25.11		
	400m: 6:04.04	1:34.26	800m: 12:25.11	1:35.43	1200m: 18:48.21	1:35.35				

Senioren Open, Dames

1.	Meyke v. Nimwegen	De Schotejil		NT		200800106		18:57.87
	100m: 1:09.77	1:09.77	500m: 6:05.66	1:14.71	900m: 11:11.39	1:17.93	1300m: 16:25.58	1:17.72
	200m: 2:23.16	1:13.39	600m: 7:21.19	1:15.53	1000m: 12:30.37	1:18.98	1400m: 17:42.32	1:16.74
	300m: 3:36.98	1:13.82	700m: 8:37.34	1:16.15	1100m: 13:49.57	1:19.20	1500m: 18:57.87	1:15.55
	400m: 4:50.95	1:13.97	800m: 9:53.46	1:16.12	1200m: 15:07.86	1:18.29		
2.	Mélanie Sonder	De Schotejil		NT		200900478		23:45.85
	100m: 1:22.03	1:22.03	500m: 7:41.74	1:37.21	900m: 14:12.57	1:39.39	1300m: 20:37.98	1:37.03
	200m: 2:54.30	1:32.27	600m: 9:18.58	1:36.84	1000m: 15:47.90	1:35.33	1400m: 22:15.34	1:37.36
	300m: 4:28.18	1:33.88	700m: 10:55.35	1:36.77	1100m: 17:24.15	1:36.25	1500m: 23:45.85	1:30.51
	400m: 6:04.53	1:36.35	800m: 12:33.18	1:37.83	1200m: 19:00.95	1:36.80		
3.	Laura Nagtegaal	De Gooye		24:58.06		200604524		25:44.58
	100m: 1:29.98	1:29.98	500m: 8:22.68	1:45.10	900m: 15:27.16	1:46.75	1300m: 22:29.16	1:42.83
	200m: 3:09.91	1:39.93	600m: 10:07.83	1:45.15	1000m: 17:13.98	1:46.82	1400m: 24:11.43	1:42.27
	300m: 4:53.76	1:43.85	700m: 11:53.55	1:45.72	1100m: 19:00.62	1:46.64	1500m: 25:44.58	1:33.15
	400m: 6:37.58	1:43.82	800m: 13:40.41	1:46.86	1200m: 20:46.33	1:45.71		