

---

---

Heren

25m bad

Dames

25m vrije slag	Elizabeth Broekema	00	22.29	19.5.07
25m schoolslag	Elizabeth Broekema	00	26.32	19.5.07

---

---

<b>Heren</b>				<b>25m bad</b>			<b>Dames</b>		
Marcel Delfstra	01	19.86	15.11.08	25m vrije slag	Danieke van der Kooi	00	20.16	19.4.08	
Marcel Delfstra	01	24.20	20.12.08	25m rugslag					
Marcel Delfstra	01	24.78	14.3.09	25m schoolslag	Elizabeth Broekema	00	26.32	19.5.07	

Heren				25m bad	Dames			
Kevin de Joode	98	17.46	12.5.07	25m vrije slag	Danieke van der Kooi	00	18.79	15.11.08
Marcel Delfstra	01	41.96	14.3.09	50m vrije slag	Danieke van der Kooi	00	40.61	20.9.08
Kevin de Joode	98	1:27.73	19.5.07	100m vrije slag	Danieke van der Kooi	00	1:24.06	7.3.09
Kevin de Joode	98	4:02.51	5.11.06	200m vrije slag				
Kevin de Joode	98	7:26.06	10.3.07	400m vrije slag				
Marcel Delfstra	01	24.20	20.12.08	25m rugslag	Danieke van der Kooi	00	21.30	20.9.08
Kevin de Joode	98	54.62	13.1.07	50m rugslag	Danieke van der Kooi	00	45.43	17.1.09
Kevin de Joode	98	1:36.83	10.6.07	100m rugslag	Danieke van der Kooi	00	1:35.63	31.1.09
Marcel Delfstra	01	24.78	14.3.09	25m schoolslag	Tabitha de Haan	00	24.35	14.3.09
Marcel Delfstra	01	56.42	15.11.08	50m schoolslag	Tabitha de Haan	00	53.54	22.11.08
				100m schoolslag	Danieke van der Kooi	00	1:55.57	7.3.09
Kevin de Joode	98	19.93	19.5.07	25m vlinderslag	Danieke van der Kooi	00	22.85	1.11.08
Kevin de Joode	98	49.61	9.6.07	50m vlinderslag				
Kevin de Joode	98	1:43.93	14.4.07	100m wisselslag	Danieke van der Kooi	00	1:46.18	11.10.08
Kevin de Joode	98	4:07.90	10.3.07	200m wisselslag				

Heren				25m bad	Dames			
Kevin de Joode	98	17.46	12.5.07	25m vrije slag	Femke Leenstra	95	17.49	27.11.04
Kevin de Joode	98	36.46	9.2.08	50m vrije slag	Femke Leenstra	95	39.96	20.11.04
Kevin de Joode	98	1:18.74	7.6.08	100m vrije slag	Danieke van der Kooi	00	1:24.06	7.3.09
Kevin de Joode	98	2:56.09	2.11.08	200m vrije slag				
Kevin de Joode	98	6:04.50	3.1.09	400m vrije slag				
Kevin de Joode	98	22.43	22.12.07	25m rugslag	Danieke van der Kooi	00	21.30	20.9.08
Kevin de Joode	98	43.89	9.2.08	50m rugslag	Danieke van der Kooi	00	45.43	17.1.09
Kevin de Joode	98	1:29.46	8.6.08	100m rugslag	Danieke van der Kooi	00	1:35.63	31.1.09
Robin de Joode	96	23.57	21.5.05	25m schoolslag	Femke Leenstra	95	23.51	18.9.04
Kevin de Joode	98	52.32	24.11.07	50m schoolslag	Meike Holdinga	98	50.95	9.2.08
Kevin de Joode	98	1:51.10	22.6.08	100m schoolslag	Meike Holdinga	98	1:45.26	8.6.08
Kevin de Joode	98	19.93	19.5.07	25m vlinderslag				
Kevin de Joode	98	41.42	8.6.08	50m vlinderslag	Danieke van der Kooi	00	48.69	20.12.08
Kevin de Joode	98	1:29.22	3.1.09	100m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	1:41.00	26.11.05
Kevin de Joode	98	3:34.42	16.3.08	200m wisselslag				

Heren				25m bad	Dames			
Pieter Ytsma	95	16.80	28.5.05	25m vrije slag	Rixt Wilbers	95	16.50	28.5.05
Robin de Joode	96	32.04	17.3.07	50m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	35.58	13.1.07
Robin de Joode	96	1:09.94	3.3.07	100m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	1:14.11	9.6.07
Robin de Joode	96	2:39.77	5.11.06	200m vrije slag	Marike de Boer	97	2:56.95	2.11.08
Robin de Joode	96	5:34.93	30.12.06	400m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	5:38.50	10.6.07
Robin de Joode	96	12:12.03	10.3.07	800m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	12:50.55	10.3.07
Rick Bergsma	93	21.36	6.9.03	25m rugslag	Hester Anjema	96	20.87	28.4.07
Robin de Joode	96	40.73	26.11.06	50m rugslag	Femke Leenstra	95	42.06	1.10.05
Robin de Joode	96	1:19.98	10.6.07	100m rugslag	Cynthia Verkaik	96	1:26.70	10.6.07
Pieter Ytsma	95	22.64	11.6.05	25m schoolslag	Femke Leenstra	95	23.51	18.9.04
Thomas Veltman	92	44.92	30.11.02	50m schoolslag	Marike de Boer	97	46.68	17.1.09
Robin de Joode	96	1:36.33	9.6.07	100m schoolslag	Cynthia Verkaik	96	1:37.49	9.6.07
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Thomas Veltman	92	35.76	16.11.02	50m vlinderslag	Femke Leenstra	95	38.66	17.12.05
Robin de Joode	96	1:25.13	19.5.07	100m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	1:25.46	19.5.07
Robin de Joode	96	2:53.30	11.2.07	200m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	3:01.07	9.6.07

Heren			25m bad		Dames			
Rutger Brugman	97	16.63	20.12.08	25m vrije slag	Inge Zijlstra	93	16.17	18.9.04
Robin de Joode	96	30.36	21.6.08	50m vrije slag	Femke Leenstra	95	30.13	2.12.06
Robin de Joode	96	1:07.35	19.4.08	100m vrije slag	Femke Leenstra	95	1:04.38	10.2.07
Robin de Joode	96	2:30.26	6.10.07	200m vrije slag	Femke Leenstra	95	2:22.51	27.1.07
Robin de Joode	96	5:11.75	2.11.08	400m vrije slag	Femke Leenstra	95	5:14.68	26.1.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08	800m vrije slag	Femke Leenstra	95	11:09.46	1.4.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08					
Rick Bergsma	93	20.00	21.2.04	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Robin de Joode	96	37.52	12.1.08	50m rugslag	Cynthia Verkaik	96	38.15	31.5.08
Robin de Joode	96	1:16.29	7.6.08	100m rugslag	Femke Leenstra	95	1:17.81	11.2.07
Robin de Joode	96	2:51.38	22.9.07	200m rugslag	Femke Leenstra	95	2:51.12	21.4.07
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Robin de Joode	96	43.85	24.11.07	50m schoolslag	Cynthia Verkaik	96	43.06	24.11.07
Robin de Joode	96	1:29.11	7.6.08	100m schoolslag	Cynthia Verkaik	96	1:33.81	6.1.08
Thomas Veltman	92	3:26.31	8.11.03	200m schoolslag				
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Robin de Joode	96	35.04	17.11.07	50m vlinderslag	Femke Leenstra	95	34.87	2.12.06
Robin de Joode	96	1:20.80	19.4.08	100m vlinderslag	Femke Leenstra	95	1:19.54	11.2.07
Robin de Joode	96	1:16.73	24.5.08	100m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	1:19.62	24.5.08
Robin de Joode	96	2:42.18	16.3.08	200m wisselslag	Femke Leenstra	95	2:47.21	10.2.07
Robin de Joode	96	2:42.18	16.3.08					
				4 x 50m vrije slag	Dames		2:22.24	10.2.07
					<i>Eline Dammer, Cynthia Verkaik, Tineke Nicolai, Annette van Dolder</i>			
Heren		3:17.70	20.11.05	4 x 50m wisselslag	Dames		2:36.36	19.5.07
<i>Marnick Bloem, Sytze Koster, Pieter Ytsma, Sander Verkaik</i>					<i>Cynthia Verkaik, Tineke Nicolai, Femke Leenstra, Annette van Dolder</i>			

Heren			25m bad		Dames			
Rutger Brugman	97	16.63	20.12.08	25m vrije slag	Inge Zijlstra	93	16.17	18.9.04
Robin de Joode	96	29.67	21.2.09	50m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	29.62	21.3.09
Robin de Joode	96	1:04.39	7.3.09	100m vrije slag	Femke Leenstra	95	1:04.38	10.2.07
Robin de Joode	96	2:20.36	14.3.09	200m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	2:21.84	11.1.09
Robin de Joode	96	5:11.75	2.11.08	400m vrije slag	Femke Leenstra	95	5:14.68	26.1.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08	800m vrije slag	Femke Leenstra	95	11:09.46	1.4.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08					
Robin de Joode	96	19:51.19	15.3.09	1500m vrije slag	Rixt Wilbers	95	23:58.89	16.3.08
					Rixt Wilbers	95	23:58.89	16.3.08
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Robin de Joode	96	36.16	20.12.08	50m rugslag	Rixt Zijlstra	91	35.66	1.11.03
Robin de Joode	96	1:14.75	7.3.09	100m rugslag	Rixt Zijlstra	91	1:16.72	8.11.03
Robin de Joode	96	2:39.75	10.1.09	200m rugslag	Cynthia Verkaik	96	2:46.62	11.1.09
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Thomas Veltman	92	41.06	28.2.04	50m schoolslag	Brecht Zijlstra	89	38.86	22.12.01
Robin de Joode	96	1:27.26	3.1.09	100m schoolslag	Brecht Zijlstra	89	1:26.56	9.6.01
Robin de Joode	96	3:10.87	11.10.08	200m schoolslag	Cynthia Verkaik	96	3:08.19	10.1.09
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Robin de Joode	96	34.17	5.10.08	50m vlinderslag	Femke Leenstra	95	34.87	2.12.06
Robin de Joode	96	1:18.96	28.2.09	100m vlinderslag	Cynthia Verkaik	96	1:16.55	30.1.09
Pieter Ytsma	95	3:10.48	29.3.08	200m vlinderslag	Cynthia Verkaik	96	2:54.29	10.1.09
Robin de Joode	96	1:15.38	14.2.09	100m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	1:16.75	21.3.09
Robin de Joode	96	2:41.10	11.1.09	200m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	2:42.70	28.2.09
Robin de Joode	96	4:22.21	3.1.09	300m wisselslag	Maayke de Boer	95	4:31.68	3.1.09
Robin de Joode	96	5:51.13	15.3.09	400m wisselslag	Maayke de Boer	95	7:00.59	16.3.08
					Maayke de Boer	95	7:00.59	16.3.08
				4 x 50m vrije slag	Dames		2:10.65	31.5.08
					<i>Cynthia Verkaik, Tineke Nicolai, Rixt Wilbers, Annette van Dolder</i>			
				4 x 100m vrije slag	Dames		4:58.32	5.1.08
					<i>Annette van Dolder, Rixt Wilbers, Tineke Nicolai, Cynthia Verkaik</i>			
Heren		3:17.70	20.11.05	4 x 50m wisselslag	Dames		2:32.54	31.5.08
<i>Marnick Bloem, Sytze Koster, Pieter Ytsma, Sander Verkaik</i>					<i>Cynthia Verkaik, Tineke Nicolai, Rixt Wilbers, Annette van Dolder</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Robin de Joode	96	29.67	21.2.09	50m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	29.62	21.3.09
Henk-Jan Verkaik	93	1:01.83	8.11.08	100m vrije slag	Femke Leenstra	95	1:04.38	10.2.07
Robin de Joode	96	2:20.36	14.3.09	200m vrije slag	Cynthia Verkaik	96	2:21.84	11.1.09
Robin de Joode	96	5:11.75	2.11.08	400m vrije slag	Femke Leenstra	95	5:14.68	26.1.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08	800m vrije slag	Femke Leenstra	95	11:09.46	1.4.07
Robin de Joode	96	10:41.19	16.3.08					
Robin de Joode	96	19:51.19	15.3.09	1500m vrije slag	Maayke de Boer	95	21:29.91	15.3.09
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Robin de Joode	96	36.16	20.12.08	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	33.77	1.11.03
Robin de Joode	96	1:14.75	7.3.09	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:13.69	6.12.03
Robin de Joode	96	2:39.75	10.1.09	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:41.63	8.11.03
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Johannes de Boer	89	37.77	7.12.02	50m schoolslag	Brecht Zijlstra	89	38.86	22.12.01
Henk-Jan Verkaik	93	1:14.72	8.11.08	100m schoolslag	Brecht Zijlstra	89	1:26.56	9.6.01
Thomas Veltman	92	3:05.28	1.10.05	200m schoolslag	Cynthia Verkaik	96	3:08.19	10.1.09
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Eyso Meelker	94	34.06	22.12.07	50m vlinderslag	Rixt Zijlstra	91	33.93	18.9.04
Thomas Veltman	92	1:16.55	10.12.05	100m vlinderslag	Cynthia Verkaik	96	1:16.55	30.1.09
Thomas Veltman	92	3:05.65	12.11.05	200m vlinderslag	Rixt Wilbers	95	2:52.66	10.1.09
Robin de Joode	96	1:15.38	14.2.09	100m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	1:16.75	21.3.09
Robin de Joode	96	2:41.10	11.1.09	200m wisselslag	Cynthia Verkaik	96	2:42.70	28.2.09
Robin de Joode	96	4:22.21	3.1.09	300m wisselslag	Maayke de Boer	95	4:31.68	3.1.09
Robin de Joode	96	5:51.13	15.3.09	400m wisselslag	Maayke de Boer	95	6:11.33	15.3.09
				4 x 50m vrije slag	Dames		2:05.40	17.1.09
					<i>Annemiek Meulenbeld, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers, Annette van Dolder</i>			
				4 x 100m vrije slag	Dames		4:36.60	10.1.09
					<i>Rixt Wilbers, Annemiek Meulenbeld, Cynthia Verkaik, Annette van Dolder</i>			
Heren		2:39.58	5.11.05	4 x 50m wisselslag	Dames		2:24.43	7.3.09
<i>Pieter Ytsma, Jappie Jongsma, Thomas Veltman, Robin de Joode</i>					<i>Maayke de Boer, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers, Annemiek Meulenbeld</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Thomas Veltman	92	27.17	10.2.07	50m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	28.57	11.12.04
Thomas Veltman	92	59.38	21.4.07	100m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	1:02.75	11.12.04
Thomas Veltman	92	2:09.12	17.3.07	200m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	2:19.80	4.12.04
Johannes de Boer	89	4:42.76	25.10.03	400m vrije slag	Femke Leenstra	95	5:14.68	26.1.07
Johannes de Boer	89	10:10.21	30.10.03	800m vrije slag	Femke Leenstra	95	11:09.46	1.4.07
Robin de Joode	96	19:51.19	15.3.09	1500m vrije slag	Maayke de Boer	95	21:29.91	15.3.09
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Jappie Jongsma	92	31.75	24.2.07	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	32.42	11.12.04
Johannes de Boer	89	1:11.26	18.10.03	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:10.12	17.12.04
Jappie Jongsma	92	2:28.83	21.4.07	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:32.78	27.11.04
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Thomas Veltman	92	34.03	21.4.07	50m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	37.43	11.12.04
Thomas Veltman	92	1:13.46	13.1.07	100m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	1:21.00	2.10.04
Thomas Veltman	92	2:40.63	27.1.07	200m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	2:55.74	2.11.04
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Thomas Veltman	92	29.97	10.2.07	50m vlinderslag	Rixt Zijlstra	91	32.68	3.12.05
Thomas Veltman	92	1:05.12	21.4.07	100m vlinderslag	Brecht Zijlstra	89	1:16.12	8.11.03
Thomas Veltman	92	2:44.93	2.12.06	200m vlinderslag	Rixt Wilbers	95	2:52.66	10.1.09
Thomas Veltman	92	1:07.34	10.2.07	100m wisselslag	Brecht Zijlstra	89	1:14.83	1.11.03
Jappie Jongsma	92	2:25.71	31.3.07	200m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	2:41.44	4.12.04
Robin de Joode	96	4:22.21	3.1.09	300m wisselslag	Maayke de Boer	95	4:31.68	3.1.09
Robin de Joode	96	5:51.13	15.3.09	400m wisselslag	Fransiska Beijgaard	91	5:59.27	19.3.05
Heren		2:02.95	26.11.06	4 x 50m vrije slag	Dames		2:05.40	17.1.09
<i>Thomas Veltman, Henk-Jan Verkaik, Sander Verkaik, Jappie Jongsma</i>					<i>Annemiek Meulenbeld, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers, Annette van Dolder</i>			
				4 x 100m vrije slag	Dames		4:36.60	10.1.09
					<i>Rixt Wilbers, Annemiek Meulenbeld, Cynthia Verkaik, Annette van Dolder</i>			
Heren		2:14.47	17.3.07	4 x 50m wisselslag	Dames		2:20.36	24.4.04
<i>Pieter Ytsma, Jappie Jongsma, Thomas Veltman, Henk-Jan Verkaik</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkrake, Rixt Zijlstra, Kimberley Visser</i>			
				4 x 100m wisselslag	Dames		5:15.08	11.1.09
					<i>Maayke de Boer, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers, Annemiek Meulenbeld</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Johannes de Boer	89	26.32	11.12.04	50m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	27.89	3.12.05
Thomas Veltman	92	57.60	20.10.07	100m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	1:00.70	18.12.05
Johannes de Boer	89	2:08.71	9.10.04	200m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	2:15.84	8.1.05
Johannes de Boer	89	4:34.80	20.11.04	400m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	5:01.58	26.2.05
Johannes de Boer	89	9:52.18	4.11.04	800m vrije slag	Femke Leenstra	95	11:09.46	1.4.07
Thomas Veltman	92	18:32.51	29.12.07	1500m vrije slag	Maayke de Boer	95	21:29.91	15.3.09
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Thomas Veltman	92	31.21	15.12.07	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	32.24	12.11.05
Johannes de Boer	89	1:06.80	30.10.04	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:08.92	18.12.05
Johannes de Boer	89	2:26.72	3.4.04	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:31.41	29.10.05
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Thomas Veltman	92	32.53	22.12.07	50m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	36.54	25.6.05
Thomas Veltman	92	1:11.93	20.10.07	100m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	1:19.75	25.6.05
Thomas Veltman	92	2:39.67	6.1.08	200m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	2:55.74	2.11.04
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Thomas Veltman	92	28.10	22.12.07	50m vlinderslag	Rixt Zijlstra	91	31.94	11.2.06
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	1:14.49	1.10.05
Thomas Veltman	92	2:35.38	8.12.07	200m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	2:50.06	12.11.05
Thomas Veltman	92	1:05.84	31.5.08	100m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	1:13.23	25.6.05
Thomas Veltman	92	2:23.82	12.1.08	200m wisselslag	Gerbranda Beijaard	90	2:38.75	10.12.05
Thomas Veltman	92	3:47.55	29.12.07	300m wisselslag	Maayke de Boer	95	4:31.68	3.1.09
Thomas Veltman	92	5:13.43	23.2.08	400m wisselslag	Annemiek Nijkraake	90	5:51.43	22.1.05
Heren		1:54.74	10.2.07	4 x 50m vrije slag	Dames		1:58.33	3.12.05
<i>Symen de Jong, Jappie Jongsma, Henk-Jan Verkaik, Thomas Veltman</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkraake, Gerbranda Beijaard, Rixt Zijlstra</i>			
Heren		4:09.49	24.11.07	4 x 100m vrije slag	Dames		4:28.04	10.1.09
<i>Jappie Jongsma, Henk-Jan Verkaik, Marnick Bloem, Thomas Veltman</i>					<i>Femke de Jong, Marianne van der Zee, Marissa Lindemulder, Inge Zijlstra</i>			
				4 x 200m vrije slag	Dames		9:48.97	17.1.09
					<i>Marianne van der Zee, Inge Zijlstra, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers</i>			
Heren		2:12.18	10.2.07	4 x 50m wisselslag	Dames		2:12.73	3.12.05
<i>Henk-Jan Verkaik, Jappie Jongsma, Thomas Veltman, Symen de Jong</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkraake, Rixt Zijlstra, Gerbranda Beijaard</i>			
				4 x 100m wisselslag	Dames		5:15.08	11.1.09
					<i>Maayke de Boer, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers, Annemiek Meulenbeld</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Thomas Veltman	92	26.08	14.2.09	50m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	26.63	24.6.07
Thomas Veltman	92	57.60	20.10.07	100m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	58.84	10.3.07
Johannes de Boer	89	2:08.64	12.2.05	200m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	2:09.90	17.3.07
Johannes de Boer	89	4:29.47	15.10.05	400m vrije slag	Gerbranda Beijaard	90	4:46.81	21.4.07
Johannes de Boer	89	9:48.17	17.2.05	800m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	9:35.46	1.4.07
Thomas Veltman	92	18:32.51	29.12.07	1500m vrije slag	Gerbranda Beijaard	90	19:29.76	24.2.07
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Harm Rozenga	89	30.62	3.12.05	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	30.86	10.2.07
Johannes de Boer	89	1:06.00	29.10.05	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:05.76	17.2.07
Harm Rozenga	89	2:22.09	10.12.05	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:23.66	10.3.07
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Thomas Veltman	92	32.41	20.12.08	50m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	36.54	25.6.05
Rutger van Dijk	89	1:11.12	26.11.05	100m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	1:19.75	25.6.05
Rutger van Dijk	89	2:34.20	26.11.05	200m schoolslag	Annemiek Nijkraake	90	2:55.74	2.11.04
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Thomas Veltman	92	28.02	17.1.09	50m vlinderslag	Ilse Kraayeveld	90	31.64	15.7.06
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	1:11.36	17.2.07
Thomas Veltman	92	2:35.38	8.12.07	200m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	2:39.37	2.12.06
Thomas Veltman	92	1:05.84	31.5.08	100m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	1:11.45	11.2.06
Thomas Veltman	92	2:23.82	12.1.08	200m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	2:31.64	13.1.07
Thomas Veltman	92	3:47.55	29.12.07	300m wisselslag	Maayke de Boer	95	4:31.68	3.1.09
Thomas Veltman	92	5:13.43	23.2.08	400m wisselslag	Gerbranda Beijaard	90	5:30.87	11.3.06
Heren		1:49.42	6.12.08	4 x 50m vrije slag	Dames		1:56.43	10.2.07
<i>Thomas Veltman, Jappie Jongasma, Robin de Joode, Henk-Jan Verkaik</i>					<i>Rixt Zijlstra, Patricia van Dolder, Gerbranda Beijaard, Ilse Kraayeveld</i>			
Heren		4:09.49	24.11.07	4 x 100m vrije slag	Dames		4:22.51	8.1.05
<i>Jappie Jongasma, Henk-Jan Verkaik, Marnick Bloem, Thomas Veltman</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Brecht Zijlstra, Sanne Risselada, Annemiek Nijkraake</i>			
Heren		9:14.33	14.3.09	4 x 200m vrije slag	Dames		9:48.97	17.1.09
<i>Robin de Joode, Jappie Jongasma, Marnick Bloem, Thomas Veltman</i>					<i>Marianne van der Zee, Inge Zijlstra, Cynthia Verkaik, Rixt Wilbers</i>			
Heren		2:04.69	6.12.08	4 x 50m wisselslag	Dames		2:11.05	10.2.07
<i>Henk-Jan Verkaik, Jappie Jongasma, Thomas Veltman, Robin de Joode</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkraake, Rixt Zijlstra, Gerbranda Beijaard</i>			
Heren		4:41.80	12.1.08	4 x 100m wisselslag	Dames		4:42.70	17.3.07
<i>Henk-Jan Verkaik, Jappie Jongasma, Thomas Veltman, Robin de Joode</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkraake, Gerbranda Beijaard, Rixt Zijlstra</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Marco Kraayeveld	88	25.33	12.11.05	50m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	26.63	24.6.07
Johannes de Boer	89	57.26	28.10.06	100m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	58.84	10.3.07
Johannes de Boer	89	2:05.32	13.1.07	200m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	2:09.90	17.3.07
Johannes de Boer	89	4:28.49	11.11.06	400m vrije slag	Gerbranda Beijaard	90	4:46.81	21.4.07
Johannes de Boer	89	9:15.66	24.2.07	800m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	9:35.46	1.4.07
Johannes de Boer	89	18:18.77	28.1.06	1500m vrije slag	Gerbranda Beijaard	90	19:29.76	24.2.07
Rick Bergsma	93	19.55	5.3.05	25m rugslag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Harm Rozenga	89	30.27	3.3.07	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	30.86	10.2.07
Harm Rozenga	89	1:03.06	13.1.07	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:05.76	17.2.07
Harm Rozenga	89	2:14.70	21.4.07	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:23.66	10.3.07
Henk-Jan Verkaik	93	21.45	11.12.04	25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Rutger van Dijk	89	32.38	11.2.06	50m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	36.54	25.6.05
Rutger van Dijk	89	1:11.06	22.4.06	100m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	1:19.75	25.6.05
Rutger van Dijk	89	2:34.20	26.11.05	200m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	2:55.74	2.11.04
Kevin de Joode	98	18.62	1.11.08	25m vlinderslag	Femke Leenstra	95	19.06	15.1.05
Thomas Veltman	92	28.02	17.1.09	50m vlinderslag	Ilse Kraayeveld	90	31.64	15.7.06
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	1:11.36	17.2.07
Robert Sinnema	88	2:31.00	8.1.05	200m vlinderslag	Gerbranda Beijaard	90	2:38.48	10.11.07
Johannes de Boer	89	1:04.45	2.12.06	100m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	1:11.45	11.2.06
Johannes de Boer	89	2:18.98	9.12.06	200m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	2:31.64	13.1.07
Thomas Veltman	92	3:47.55	29.12.07	300m wisselslag	Gerbranda Beijaard	90	4:06.31	29.12.07
Johannes de Boer	89	5:11.48	11.3.06	400m wisselslag	Gerbranda Beijaard	90	5:30.87	11.3.06
Heren		1:48.79	3.12.05	4 x 50m vrije slag	Dames		1:56.43	10.2.07
<i>Marco Kraayeveld, Rutger van Dijk, Robert Sinnema, Sjors Hemmen</i>					<i>Rixt Zijlstra, Patricia van Dolder, Gerbranda Beijaard, Ilse Kraayeveld</i>			
Heren		4:01.42	1.10.05	4 x 100m vrije slag	Dames		4:17.48	26.11.06
<i>Marco Kraayeveld, Robert Sinnema, Rutger van Dijk, Sjors Hemmen</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Brecht Zijlstra, Patricia van Dolder, Gerbranda Beijaard</i>			
Heren		9:14.33	14.3.09	4 x 200m vrije slag				
<i>Robin de Joode, Jappie Jongsma, Marnick Bloem, Thomas Veltman</i>								
Heren		1:57.70	3.12.05	4 x 50m wisselslag	Dames		2:11.05	10.2.07
<i>Harm Rozenga, Rutger van Dijk, Robert Sinnema, Marco Kraayeveld</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkrake, Rixt Zijlstra, Gerbranda Beijaard</i>			
Heren		4:35.87	15.11.08	4 x 100m wisselslag	Dames		4:42.70	17.3.07
<i>Henk-Jan Verkaik, Jappie Jongsma, Thomas Veltman, Symen de Jong</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkrake, Gerbranda Beijaard, Rixt Zijlstra</i>			

Heren				25m bad	Dames			
Rutger Brugman	97	16.63	20.12.08	25m vrije slag	Kimberley Visser	92	17.54	29.3.03
Marco Kraayeveld	88	25.01	2.12.06	50m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	26.63	24.6.07
Marco Kraayeveld	88	57.08	30.9.06	100m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	58.84	10.3.07
Johannes de Boer	89	2:04.62	8.1.07	200m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	2:09.90	17.3.07
Johannes de Boer	89	4:28.49	11.11.06	400m vrije slag	Gerbranda Beijgaard	90	4:46.81	21.4.07
Johannes de Boer	89	9:15.66	24.2.07	800m vrije slag	Ilse Kraayeveld	90	9:35.46	1.4.07
Johannes de Boer	89	18:18.77	28.1.06	1500m vrije slag	Gerbranda Beijgaard	90	19:29.76	24.2.07
Rutger Brugman	97	20.31	20.12.08	25m rugslag	Annemiek Meulenbeld	95	20.75	2.6.07
Harm Rozenga	89	30.27	3.3.07	50m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	30.86	10.2.07
Harm Rozenga	89	1:03.06	13.1.07	100m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	1:05.76	17.2.07
Harm Rozenga	89	2:14.70	21.4.07	200m rugslag	Ilse Kraayeveld	90	2:23.66	10.3.07
				25m schoolslag	Soraya Visser	93	20.60	18.9.04
Rutger van Dijk	89	32.38	11.2.06	50m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	36.54	25.6.05
Rutger van Dijk	89	1:11.06	22.4.06	100m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	1:19.75	25.6.05
Rutger van Dijk	89	2:34.20	26.11.05	200m schoolslag	Annemiek Nijkrake	90	2:55.74	2.11.04
				25m vlinderslag	Elske Vastbinder	92	20.25	3.4.04
Thomas Veltman	92	28.02	17.1.09	50m vlinderslag	Ilse Kraayeveld	90	31.64	15.7.06
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	Gerbranda Beijgaard	90	1:11.36	17.2.07
Robert Sinnema	88	2:31.00	8.1.05	200m vlinderslag	Gerbranda Beijgaard	90	2:38.48	10.11.07
Johannes de Boer	89	1:04.45	2.12.06	100m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	1:11.45	11.2.06
Johannes de Boer	89	2:18.98	9.12.06	200m wisselslag	Ilse Kraayeveld	90	2:31.64	13.1.07
Johannes de Boer	89	5:02.01	27.1.07	400m wisselslag	Gerbranda Beijgaard	90	5:30.87	11.3.06
Heren		1:45.40	10.2.07	4 x 50m vrije slag	Dames		1:55.09	3.3.07
<i>Johannes de Boer, Harm Rozenga, Sjors Hemmen, Marco Kraayeveld</i>					<i>Gerbranda Beijgaard, Patricia van Dolder, Jelly-Esther Tadema, Ilse Kraayeveld</i>			
Heren		3:57.89	30.9.06	4 x 100m vrije slag	Dames		4:17.48	26.11.06
<i>Marco Kraayeveld, Rutger van Dijk, Johannes de Boer, Sjors Hemmen</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Brecht Zijlstra, Patricia van Dolder, Gerbranda Beijgaard</i>			
Heren		1:57.62	10.2.07	4 x 50m wisselslag	Dames		2:11.05	10.2.07
<i>Harm Rozenga, Rutger van Dijk, Marco Kraayeveld, Sjors Hemmen</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkrake, Rixt Zijlstra, Gerbranda Beijgaard</i>			
Heren		4:15.18	13.1.07	4 x 100m wisselslag	Dames		4:42.70	17.3.07
<i>Harm Rozenga, Johannes de Boer, Robert Sinnema, Marco Kraayeveld</i>					<i>Ilse Kraayeveld, Annemiek Nijkrake, Gerbranda Beijgaard, Rixt Zijlstra</i>			

Heren				25m bad	Dames
Marco Kraayeveld	88	25.01	2.12.06	50m vrije slag	
Marco Kraayeveld	88	57.08	30.9.06	100m vrije slag	
Johannes de Boer	89	2:04.62	8.1.07	200m vrije slag	
Johannes de Boer	89	4:28.49	11.11.06	400m vrije slag	
Johannes de Boer	89	9:15.66	24.2.07	800m vrije slag	
Johannes de Boer	89	18:18.77	28.1.06	1500m vrije slag	
Harm Rozenga	89	30.27	3.3.07	50m rugslag	
Harm Rozenga	89	1:03.06	13.1.07	100m rugslag	
Harm Rozenga	89	2:14.70	21.4.07	200m rugslag	
Rutger van Dijk	89	32.38	11.2.06	50m schoolslag	
Rutger van Dijk	89	1:11.06	22.4.06	100m schoolslag	
Rutger van Dijk	89	2:34.20	26.11.05	200m schoolslag	
Thomas Veltman	92	28.02	17.1.09	50m vlinderslag	
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	
Robert Sinnema	88	2:31.00	8.1.05	200m vlinderslag	
Johannes de Boer	89	1:04.45	2.12.06	100m wisselslag	
Johannes de Boer	89	2:18.98	9.12.06	200m wisselslag	
Johannes de Boer	89	5:02.01	27.1.07	400m wisselslag	
Heren		1:43.93	15.12.07	4 x 50m vrije slag	
<i>Johannes de Boer, Sjors Hemmen, Thomas Veltman, Marco Kraayeveld</i>					
Heren		3:54.13	8.1.07	4 x 100m vrije slag	
<i>Marco Kraayeveld, Johannes de Boer, Sjors Hemmen, Robert Sinnema</i>					
Heren		1:57.62	10.2.07	4 x 50m wisselslag	
<i>Harm Rozenga, Rutger van Dijk, Marco Kraayeveld, Sjors Hemmen</i>					
Heren		4:15.18	13.1.07	4 x 100m wisselslag	
<i>Harm Rozenga, Johannes de Boer, Robert Sinnema, Marco Kraayeveld</i>					

Heren				25m bad	Dames
Marco Kraayeveld	88	25.01	2.12.06	50m vrije slag	
Marco Kraayeveld	88	57.08	30.9.06	100m vrije slag	
Johannes de Boer	89	2:04.62	8.1.07	200m vrije slag	
Johannes de Boer	89	4:28.49	11.11.06	400m vrije slag	
Johannes de Boer	89	9:15.66	24.2.07	800m vrije slag	
Johannes de Boer	89	18:18.77	28.1.06	1500m vrije slag	
Peter Horsthuis	69	30.25	20.12.08	50m rugslag	
Harm Rozenga	89	1:03.06	13.1.07	100m rugslag	
Harm Rozenga	89	2:14.70	21.4.07	200m rugslag	
Rutger van Dijk	89	32.38	11.2.06	50m schoolslag	
Rutger van Dijk	89	1:11.06	22.4.06	100m schoolslag	
Rutger van Dijk	89	2:34.20	26.11.05	200m schoolslag	
Thomas Veltman	92	28.02	17.1.09	50m vlinderslag	
Thomas Veltman	92	1:03.29	10.11.07	100m vlinderslag	
Robert Sinnema	88	2:31.00	8.1.05	200m vlinderslag	
Johannes de Boer	89	1:04.45	2.12.06	100m wisselslag	
Johannes de Boer	89	2:18.98	9.12.06	200m wisselslag	
Johannes de Boer	89	5:02.01	27.1.07	400m wisselslag	
Heren		1:43.93	15.12.07	4 x 50m vrije slag	
<i>Johannes de Boer, Sjors Hemmen, Thomas Veltman, Marco Kraayeveld</i>					
Heren		3:54.13	8.1.07	4 x 100m vrije slag	
<i>Marco Kraayeveld, Johannes de Boer, Sjors Hemmen, Robert Sinnema</i>					
Heren		1:57.62	10.2.07	4 x 50m wisselslag	
<i>Harm Rozenga, Rutger van Dijk, Marco Kraayeveld, Sjors Hemmen</i>					
Heren		4:15.18	13.1.07	4 x 100m wisselslag	
<i>Harm Rozenga, Johannes de Boer, Robert Sinnema, Marco Kraayeveld</i>					