

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\* = tussentijd

## HEREN

## DAMES

50 meter rugslag					
Groep 20+	startlimiet				0.27,50
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	0.27,36
Groep 30+	Richard Koehoorn	HZ&PC-H'veen	23-01-11	Heerenveen	0.28,50** <b>NMR</b>
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	0.28,05 <b>NMR</b>
Groep 40+	René Beetsma	DZ&PC	25-01-09	Vlissingen	0.31,38
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	0.31,17**
Groep 50+	Jetze Sipma	HZ&PC-H'veen	15-02-14	Heerenveen	0.34,38
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	16-02-13	Heerenveen	0.34,27
Groep 60+	startlimiet				0.52,00
Groep 65+	Joop Draaisma	HZ&PC-H'veen	30-10-11	Winterswijk	0.43,58
Groep 70+	startlimiet				0.59,00
Groep 75+	startlimiet				1.03,50
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	22-01-05	Winterswijk	0.45,00 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				1.10,00

50 meter rugslag					
Groep 20+	Wendan Poelstra	HZ&PC-H'veen	23-01-11	Heerenveen	0.31,53
Groep 25+	Karin Eizema	HZ&PC-H'veen	19-02-05	Heerenveen	0.33,65
Groep 30+	Krista de Reus	DZ&PC	17-03-07	Lelystad	0.37,85
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	15-02-14	Heerenveen	0.37,38
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	0.35,50**
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	15-02-14	Heerenveen	0.38,08
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	05-10-13	Zwolle	0.39,13
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	0.38,69
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	0.50,25*
Groep 65+	startlimiet				1.04,00
Groep 70+	startlimiet				1.09,00
Groep 75+	startlimiet				1.14,00
Groep 80+	startlimiet				1.24,00
Groep 85+	startlimiet				1.32,00

100 meter rugslag					
Groep 20+	Dennis Bos	HZ&PC-H'veen	15-12-14	Heerenveen	1.01,91
Groep 25+	Pieter Ponne	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	1.08,94
Groep 30+	Richard Koehoorn	HZ&PC-H'veen	21-11-10	Almere	1.02,95
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	1.03,24
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	11-12-10	Eindhoven	1.07,59
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	1.07,84
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	18-11-12	Almere	1.13,57
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	17-11-13	Almere	1.13,53
Groep 60+	startlimiet				1.47,00
Groep 65+	startlimiet				1.57,00
Groep 70+	startlimiet				2.07,00
Groep 75+	startlimiet				2.17,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	20-01-07	Heerenveen	1.53,18
Groep 85+	startlimiet				2.25,00

100 meter rugslag					
Groep 20+	startlimiet				1.08,00
Groep 25+	Amarins Doevendans	DZ&PC	13-11-04	Almere	1.10,18
Groep 30+	Liset de Groot	De Forel	13-05-07	Grootebroek	1.23,88
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	22-05-11	Grootebroek	1.19,30
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	31-05-15	Grootebroek	1.15,21
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	24-01-15	Heerenveen	1.18,90
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	26-05-13	Grootebroek	1.26,86
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	1.37,36
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	1.41,44
Groep 65+	startlimiet				2.17,00
Groep 70+	startlimiet				2.27,00
Groep 75+	startlimiet				2.37,00
Groep 80+	startlimiet				2.57,00
Groep 85+	startlimiet				3.10,00

200 meter rugslag					
Groep 20+	startlimiet				2.22,00
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	20-03-04	Lelystad	2.23,54
Groep 30+	Gerard Eghuizen	HZ&PC-H'veen	19-03-05	Lelystad	2.30,57
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	21-01-07	Heerenveen	2.23,06
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	2.26,49
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	2.28,14
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	07-01-12	Zwolle	2.35,66
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	12-01-13	Zwolle	2.40,02
Groep 60+	startlimiet				3.44,00
Groep 65+	startlimiet				4.04,00
Groep 70+	startlimiet				4.24,00
Groep 75+	startlimiet				4.49,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	21-01-07	Heerenveen	4.10,66 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				5.00,00

200 meter rugslag					
Groep 20+	startlimiet				2.32,00
Groep 25+	Karin Eizema	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	2.34,44
Groep 30+	startlimiet				3.05,00
Groep 35+	Froukje Poelman	HZ&PC-H'veen	21-01-07	Heerenveen	3.10,93
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	2.39,65
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	25-01-15	Heerenveen	2.49,21
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	05-10-13	Zwolle	3.13,51
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	3.28,90
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	12-01-13	Zwolle	3.32,88
Groep 65+	startlimiet				4.24,00
Groep 70+	startlimiet				4.44,00
Groep 75+	startlimiet				5.04,00
Groep 80+	startlimiet				6.14,00
Groep 85+	startlimiet				6.35,00

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

## HEREN

50 meter schoolslag					
Groep 20+	Herman van Dijk	HZ&PC-H'veen	23-01-09	Vlissingen	0.32,05
Groep 25+	Hendrik Ben van der Boor	ZPD	24-01-15	Heerenveen	0.31,89
Groep 30+	Gerard Eghuizen	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	0.33,66
Groep 35+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	0.32,16
Groep 40+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	21-01-07	Heerenveen	0.32,07
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	12-01-14	Alkmaar	0.34,20
Groep 50+	Siebe Postma	Orca	07-01-12	Zwolle	0.37,34
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	15-03-14	Lelystad	0.36,57
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	17-05-09	Grootebroek	0.39,77
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	22-01-11	Heerenveen	0.40,27
Groep 70+	startlimiet				1.04,00
Groep 75+	startlimiet				1.09,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	10-01-04	Zwolle	0.45,82 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				1.16,00

100 meter schoolslag					
Groep 20+	Dennis Bos	HZ&PC-H'veen	15-12-14	Heerenveen	1.10,88*
Groep 25+	Hendrik Ben van der Boor	ZPD	23-01-15	Heerenveen	1.11,27
Groep 30+	Gerard Eghuizen	HZ&PC-H'veen	22-01-05	Winterswijk	1.14,19
Groep 35+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	1.10,77
Groep 40+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	20-01-07	Heerenveen	1.09,63
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	1.14,55
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	18-11-12	Almere	1.25,11
Groep 55+	Pier van der Sluis	Orca	15-03-14	Lelystad	1.29,07
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	23-01-10	Vlaardingen	1.30,82
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	23-01-11	Heerenveen	1.32,26
Groep 70+	startlimiet				2.08,00
Groep 75+	startlimiet				2.18,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	22-01-05	Winterswijk	1.50,13 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				2.28,00

200 meter schoolslag					
Groep 20+	Dennis Bos	HZ&PC-H'veen	15-12-14	Heerenveen	2.29,70
Groep 25+	Herman van Dijk	De Wellerobben	24-01-15	Heerenveen	2.38,88
Groep 30+	Gerard Eghuizen	HZ&PC-H'veen	21-01-05	Winterswijk	2.48,71
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	12-01-08	Zwolle	2.42,27
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	09-11-13	Sarasota (USA)	2.43,67
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	2.41,93
Groep 50+	Siebe Postma	Orca	07-01-12	Zwolle	3.09,03
Groep 55+	Pier van der Sluis	Orca	24-01-15	Heerenveen	3.14,19
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	13-12-09	Vlijmen	3.24,19
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	21-01-11	Heerenveen	3.24,51
Groep 70+	startlimiet				4.26,00
Groep 75+	startlimiet				4.46,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	10-01-04	Zwolle	3.50,86 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				5.00,00

## DAMES

50 meter schoolslag					
Groep 20+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	23-01-09	Vlissingen	0.37,45
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	24-01-14	Zwolle	0.35,35
Groep 30+	startlimiet				0.37,87
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	23-01-15	Heerenveen	0.39,35*
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	20-12-14	Lelystad	0.42,35
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	29-10-06	Winterswijk	0.44,44
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	31-10-10	Winterswijk	0.45,26
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	31-05-15	Grootebroek	0.47,07
Groep 60+	Tine vd Meer	DZ&PC	15-11-03	Zuidbroek	0.50,72
Groep 65+	startlimiet				1.04,00
Groep 70+	startlimiet				1.09,00
Groep 75+	startlimiet				1.14,00
Groep 80+	startlimiet				1.24,00
Groep 85+	startlimiet				1.34,00

100 meter schoolslag					
Groep 20+	startlimiet				1.18,00
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	23-01-11	Heerenveen	1.16,52
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	29-01-12	Terneuzen	1.26,68
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	23-01-15	Heerenveen	1.22,68
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	30-11-14	Almere	1.32,54
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	13-05-07	Grootebroek	1.36,78
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	21-11-10	Almere	1.41,74
Groep 55+	Henny vd Zande	HZ&PC-H'veen	22-01-05	Winterswijk	1.46,00
Groep 60+	Tine vd Meer	DZ&PC	23-11-04	Almere	1.52,41
Groep 65+	startlimiet				2.18,00
Groep 70+	startlimiet				2.28,00
Groep 75+	startlimiet				2.48,00
Groep 80+	startlimiet				3.08,00
Groep 85+	startlimiet				3.25,00

200 meter schoolslag					
Groep 20+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	25-01-09	Vlissingen	2.52,53
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	2.47,38
Groep 30+	startlimiet				3.18,00
Groep 35+	Lizette van der Vegt	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	3.07,85
Groep 40+	Ageeth Boomsma	Orca	05-10-13	Zwolle	3.30,33
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	19-01-07	Heerenveen	3.39,24
Groep 50+	startlimiet				3.56,00
Groep 55+	startlimiet				4.06,00
Groep 60+	Tine vd Meer	DZ&PC	10-01-04	Zwolle	3.59,66
Groep 65+	startlimiet				4.46,00
Groep 70+	startlimiet				5.06,00
Groep 75+	startlimiet				5.56,00
Groep 80+	startlimiet				6.41,00
Groep 85+	startlimiet				7.00,00

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\* = tussentijd

## HEREN

## DAMES

50 meter vlinderslag					
Groep 20+	startlimiet				0.27,00
Groep 25+	Paul van Vegchelen	FZC'54	13-11-04	Almere	0.26,04
Groep 30+	Paul van Vegchelen	FZC'54	15-11-09	Almere	0.27,02
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	0.26,79
Groep 40+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	21-01-07	Heerenveen	0.27,78
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-10-14	Emmeloord	0.30,39
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	18-11-12	Almere	0.31,23
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	0.30,20
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	25-01-09	Vlissingen	0.36,60
Groep 65+	Joop Draaisma	HZ&PC-H'veen	30-10-11	Winterswijk	0.39,23
Groep 70+	startlimiet				0.57,00
Groep 75+	startlimiet				1.02,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	22-01-06	Emmeloord	0.46,28 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				1.10,00
100 meter vlinderslag					
Groep 20+	startlimiet				1.00,50
Groep 25+	Paul van Vegchelen	FZC'54	21-02-04	Heerenveen	1.01,10
Groep 30+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	20-10-12	Emmeloord	1.02,78
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	27-01-13	Nijverdal	0.59,56
Groep 40+	René Beetsma	DZ&PC	24-01-09	Vlissingen	1.05,23
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	1.07,10
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	22-10-11	Emmeloord	1.09,40
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	19-10-13	Emmeloord	1.09,02
Groep 60+	startlimiet				1.42,00
Groep 65+	startlimiet				1.53,00
Groep 70+	startlimiet				2.03,00
Groep 75+	startlimiet				2.13,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	21-02-04	Heerenveen	1.43,20 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				2.23,00
200 meter vlinderslag					
Groep 20+	Sietse Wijbenga	ZPD	24-01-15	Heerenveen	2.22,70
Groep 25+	startlimiet				2.39,00
Groep 30+	René Beetsma	DZ&PC	15-11-03	Zuidbroek	2.18,60 <b>NMR</b>
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	21-01-06	Emmeloord	2.18,91
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	2.23,46
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	2.29,21
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	07-01-12	Zwolle	2.40,29
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	12-01-13	Zwolle	2.43,08
Groep 60+	startlimiet				3.46,00
Groep 65+	startlimiet				4.11,00
Groep 70+	startlimiet				4.26,00
Groep 75+	startlimiet				4.41,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	10-01-04	Zwolle	3.50,86
Groep 85+	startlimiet				4.55,00

50 meter vlinderslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	0.28,85
Groep 25+	Ineke van der Wal	DZ&PC	21-01-07	Heerenveen	0.32,34
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	22-01-11	Heerenveen	0.32,27
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	30-11-14	Almere	0.34,10
Groep 40+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	23-01-15	Heerenveen	0.33,77
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	25-01-15	Heerenveen	0.37,07*
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	06-02-10	Heerenveen	0.41,54
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	03-01-15	Heerenveen	0.45,78
Groep 60+	startlimiet				0.59,00
Groep 65+	startlimiet				1.04,00
Groep 70+	startlimiet				1.09,00
Groep 75+	startlimiet				1.14,00
Groep 80+	startlimiet				1.24,00
Groep 85+	startlimiet				1.34,00
100 meter vlinderslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	27-01-13	Nijverdal	1.03,20 <b>NMR</b>
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	16-02-13	Heerenveen	1.14,78
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	23-01-11	Heerenveen	1.12,08
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	21-02-15	Heerenveen	1.15,62
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	1.16,10
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	25-01-15	Heerenveen	1.20,53
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	20-02-10	Heerenveen	1.42,11
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	21-02-15	Heerenveen	1.45,67*
Groep 60+	startlimiet				2.09,00
Groep 65+	startlimiet				2.19,00
Groep 70+	startlimiet				2.30,00
Groep 75+	startlimiet				2.43,00
Groep 80+	startlimiet				3.13,00
Groep 85+	startlimiet				3.30,00
200 meter vlinderslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	26-01-13	Nijverdal	2.21,33
Groep 25+	startlimiet				3.00,00
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	21-01-11	Heerenveen	2.43,15
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	07-01-12	Zwolle	3.00,94
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	10-01-15	Zwolle	2.57,85
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	24-01-15	Heerenveen	2.59,71
Groep 50+	startlimiet				3.56,00
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	10-01-15	Zwolle	4.03,53
Groep 60+	startlimiet				4.36,00
Groep 65+	startlimiet				4.56,00
Groep 70+	startlimiet				5.16,00
Groep 75+	startlimiet				5.56,00
Groep 80+	startlimiet				6.56,00
Groep 85+	startlimiet				7.16,00

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

## HEREN

50 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				0.24,50
Groep 25+	Paul van Vegchelen	FZC'54	21-02-04	Heerenveen	0.23,89
Groep 30+	Michiel Punter	Orca	21-02-15	Heerenveen	0.24,61
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	0.24,15**
Groep 40+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	20-01-07	Heerenveen	0.26,24
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	0.26,44**
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	29-01-12	Terneuzen	0.26,47
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	0.26,81
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	24-01-09	Vlissingen	0.33,18
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	23-01-11	Heerenveen	0.34,39
Groep 70+	startlimiet				0.44,00
Groep 75+	startlimiet				0.49,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	22-01-05	Winterswijk	0.36,01 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				0.55,00

100 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				0.55,50
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	0.52,42
Groep 30+	Richard Koehoorn	HZ&PC-H'veen	22-01-11	Heerenveen	0.54,27
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	26-01-13	Nijverdal	0.52,94
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	27-01-13	Nijverdal	0.59,25**
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	0.59,01**
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	20-10-12	Emmeloord	0.59,70
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	0.58,20
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	25-01-09	Vlissingen	1.14,24
Groep 65+	Joop Draaisma	HZ&PC-H'veen	22-10-11	Emmeloord	1.17,11
Groep 70+	startlimiet				1.43,00
Groep 75+	startlimiet				1.48,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	10-01-04	Zwolle	1.23,49 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				1.55,00

200 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				2.00,00
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	20-03-04	Lelystad	2.01,65
Groep 30+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	20-02-10	Heerenveen	2.01,11
Groep 35+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	1.59,89
Groep 40+	René Beetsma	DZ&PC	24-01-09	Vlissingen	2.08,32
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	24-01-14	Zwolle	2.09,56
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	27-01-12	Terneuzen	2.09,22
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	24-01-14	Zwolle	2.05,07 <b>EMR</b>
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	21-02-09	Heerenveen	2.44,79
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	21-01-11	Heerenveen	2.48,42
Groep 70+	startlimiet				3.24,00
Groep 75+	startlimiet				3.41,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	20-01-07	Heerenveen	3.48,01
Groep 85+	startlimiet				4.10,00

## DAMES

50 meter vrijeslag					
Groep 20+	Nanda de Vries	HZ&PC-H'veen	26-01-13	Nijverdal	0.27,98**
Groep 25+	Krista de Reus	DZ&PC	15-11-03	Zuidbroek	0.28,33
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	23-01-11	Heerenveen	0.28,72
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	21-02-15	Heerenveen	0.28,41
Groep 40+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	25-01-15	Heerenveen	0.29,19
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	29-10-06	Winterswijk	0.32,95
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	0.33,72
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	0.34,02
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	18-02-12	Heerenveen	0.40,85
Groep 65+	Tine van der Meer	DZ&PC	21-01-06	Emmeloord	0.44,69
Groep 70+	startlimiet				0.59,00
Groep 75+	startlimiet				1.04,00
Groep 80+	startlimiet				1.14,00
Groep 85+	startlimiet				1.24,00

100 meter vrijeslag					
Groep 20+	Wendan Poelstra	HZ&PC-H'veen	22-01-11	Heerenveen	0.59,11
Groep 25+	Krista de Reus	DZ&PC	15-11-03	Zuidbroek	1.01,93
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	22-01-11	Heerenveen	1.02,14
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	24-01-15	Heerenveen	1.01,84
Groep 40+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	24-01-15	Heerenveen	1.03,98
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	13-01-07	Zwolle	1.17,06
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	05-10-13	Zwolle	1.14,32
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	1.18,68
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	1.28,51
Groep 65+	Tine van der Meer	DZ&PC	22-02-06	Emmeloord	1.38,26
Groep 70+	startlimiet				2.08,00
Groep 75+	startlimiet				2.18,00
Groep 80+	startlimiet				2.38,00
Groep 85+	startlimiet				2.50,00

200 meter vrijeslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	2.09,57
Groep 25+	Krista de Reus	DZ&PC	15-11-03	Zuidbroek	2.17,74
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	21-01-11	Heerenveen	2.16,48
Groep 35+	Angelique Boersma	De Vikings	23-01-15	Heerenveen	2.18,08
Groep 40+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	23-01-15	Heerenveen	2.23,33
Groep 45+	Peggi Hurenkamp	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	2.45,02**
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	10-04-11	Deurne	2.53,70
Groep 55+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	22-10-11	Emmeloord	3.10,02
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	17-03-12	Eindhoven	3.09,59
Groep 65+	Tine van der Meer	DZ&PC	21-01-06	Emmeloord	3.38,25
Groep 70+	startlimiet				4.26,00
Groep 75+	startlimiet				4.56,00
Groep 80+	startlimiet				5.41,00
Groep 85+	startlimiet				6.00,00

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\* = tussentijd

## HEREN

## DAMES

400 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				4.41,00
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	4.48,49
Groep 30+	Louis Johannes	HZ&PC-H'veen	21-02-04	Heerenveen	4.56,91
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	19-02-05	Heerenveen	4.27,43
Groep 40+	René Beetsma	DZ&PC	25-01-09	Vlissingen	4.31,94
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	31-05-15	Grootebroek	4.45,57
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	18-12-11	Papendrecht	4.32,75 <b>NMR</b>
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	4.30,73 <b>NMR</b>
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	17-05-09	Grootebroek	5.54,13
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	22-01-11	Heerenveen	5.58,56
Groep 70+	startlimiet				7.22,00
Groep 75+	startlimiet				7.52,00
Groep 80+	startlimiet				8.52,00
Groep 85+	startlimiet				9.30,00

400 meter vrijeslag					
Groep 20+	Wendana Poelstra	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	4.30,68
Groep 25+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	4.49,59
Groep 30+	Froukje Poelman	HZ&PC-H'veen	21-02-04	Heerenveen	5.51,46
Groep 35+	Marijke van den Berg	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	5.10,83
Groep 40+	Christine de Wit	HZ&PC-H'veen	17-02-07	Heerenveen	5.18,36
Groep 45+	Peggi Hurenkamp	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	6.07,17*
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	17-05-10	Grootebroek	6.06,23
Groep 55+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	22-01-11	Heerenveen	6.49,06
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	24-01-14	Zwolle	6.49,72*
Groep 65+	startlimiet				8.54,00
Groep 70+	startlimiet				9.54,00
Groep 75+	startlimiet				11.09,00
Groep 80+	startlimiet				11.54,00
Groep 85+	startlimiet				12.40,00

800 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				09.41,00
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	09.49,87
Groep 30+	startlimiet				11.21,00
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	20-01-07	Heerenveen	09.17,02
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	23-01-11	Heerenveen	09.39,99*
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	10.01,41*
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	29-01-12	Terneuzen	9.43,48
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	9.23,27 <b>EMR</b>
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	07-02-09	Steenwijk	12.26,17
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	21-01-11	Heerenveen	12.25,88
Groep 70+	startlimiet				15.44,00
Groep 75+	startlimiet				16.44,00
Groep 80+	startlimiet				18.44,00
Groep 85+	startlimiet				20.00,00

800 meter vrijeslag					
Groep 20+	Nanda de Vries	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	9.52,76
Groep 25+	startlimiet				11.50,00
Groep 30+	startlimiet				12.20,00
Groep 35+	Lizette van der Vegt	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	10.44,78
Groep 40+	Christine de Wit	HZ&PC-H'veen	20-01-07	Heerenveen	11.02,85
Groep 45+	Peggi Hurenkamp	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	12.21,31
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	26-03-11	Nijlen (België)	13.02,20
Groep 55+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	13.50,27*
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	17-03-12	Eindhoven	13.47,56
Groep 65+	startlimiet				18.20,00
Groep 70+	startlimiet				21.20,00
Groep 75+	startlimiet				22.50,00
Groep 80+	startlimiet				24.50,00
Groep 85+	startlimiet				26.00,00

1500 meter vrijeslag					
Groep 20+	startlimiet				18.28,00
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	18.44,32
Groep 30+	startlimiet				21.00,00
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	19-02-06	Vlissingen	17.57,11
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	23-01-11	Heerenveen	18.18,36
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	25-01-15	Heerenveen	18.47,81
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	27-01-12	Terneuzen	18.53,18
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	24-01-14	Zwolle	18.12,52 <b>NMR</b>
Groep 60+	startlimiet				32.00,00
Groep 65+	Joop Draaisma	DZ&PC	23-01-11	Heerenveen	23.48,14
Groep 70+	startlimiet				36.00,00
Groep 75+	startlimiet				38.00,00
Groep 80+	startlimiet				40.00,00
Groep 85+	startlimiet				42.00,00

1500 meter vrijeslag					
Groep 20+	Johanna de Boer	ZPD	26-01-14	Zwolle	19.52,53
Groep 25+	startlimiet				24.00,00
Groep 30+	Froukje Poelman	HZ&PC-H'veen	15-11-03	Zuidbroek	24.40,35
Groep 35+	Marijke van den Berg	HZ&PC-H'veen	15-12-14	Heerenveen	20.29,35
Groep 40+	Christine de Wit	HZ&PC-H'veen	21-01-07	Heerenveen	20.59,39
Groep 45+	Peggi Hurenkamp	HZ&PC-H'veen	15-12-14	Heerenveen	23.56,68
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	29-01-12	Terneuzen	25.45,98
Groep 55+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	21-01-11	Heerenveen	26.09,85
Groep 60+	Ineke Meijer	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	26.37,83
Groep 65+	startlimiet				37.00,00
Groep 70+	startlimiet				43.00,00
Groep 75+	startlimiet				46.00,00
Groep 80+	startlimiet				50.00,00
Groep 85+	startlimiet				54.00,00

# Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

\*\*= startzw.

\* = tussentijd

## HEREN

100 meter wisselslag					
Groep 20+	startlimiet				1.06,50
Groep 25+	Hendrik Ben van der Boor	ZPD	21-02-15	Heerenveen	1.05,96
Groep 30+	Richard Koehoorn	HZ&PC-H'veen	19-02-11	Heerenveen	1.03,17
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	20-01-06	Emmeloord	1.05,49
Groep 40+	Roland Boomsma	HZ&PC-H'veen	21-02-04	Heerenveen	1.03,90
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	26-01-14	Zwolle	1.06,78
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	19-02-11	Heerenveen	1.11,19
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	15-02-14	Heerenveen	1.12,06
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	23-01-09	Vlissingen	1.24,69
Groep 65+	Joop Draaisma	HZ&PC-H'veen	22-10-11	Emmeloord	1.26,73
Groep 70+	startlimiet				1.50,00
Groep 75+	startlimiet				2.00,00
Groep 80+	Max van Gelder	HZ&PC-H'veen	21-02-04	Heerenveen	1.35,60 <b>NMR</b>
Groep 85+	startlimiet				2.15,00

200 meter wisselslag					
Groep 20+	Sietse Wijbenga	ZPD	23-01-15	Heerenveen	2.22,68
Groep 25+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	21-09-03	Boxtel	2.26,63
Groep 30+	Gerard Eghuizen	HZ&PC-H'veen	23-01-05	Winterswijk	2.28,62
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	14-01-06	Zwolle	2.23,17
Groep 40+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	22-01-11	Heerenveen	2.23,52
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	2.25,99
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	22-01-11	Heerenveen	2.38,01
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	17-11-13	Almere	2.41,36
Groep 60+	Joop Draaisma	DZ&PC	21-11-10	Almere	3.12,75
Groep 65+	startlimiet				3.40,00
Groep 70+	startlimiet				3.50,00
Groep 75+	startlimiet				4.10,00
Groep 80+	startlimiet				4.30,00
Groep 85+	startlimiet				4.50,00

400 meter wisselslag					
Groep 20+	startlimiet				5.14,00
Groep 25+	startlimiet				5.23,00
Groep 30+	Casper Hut	HZ&PC-H'veen	21-02-09	Heerenveen	4.54,40
Groep 35+	René Beetsma	DZ&PC	22-01-05	Winterswijk	5.08,91
Groep 40+	René Beetsma	DZ&PC	21-02-09	Heerenveen	5.05,86
Groep 45+	René Beetsma	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	5.17,85
Groep 50+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	18-02-12	Heerenveen	5.28,77
Groep 55+	Marten de Groot	HZ&PC-H'veen	16-02-13	Heerenveen	5.36,97
Groep 60+	startlimiet				6.46,00
Groep 65+	startlimiet				7.26,00
Groep 70+	startlimiet				7.46,00
Groep 75+	startlimiet				8.26,00
Groep 80+	startlimiet				9.00,00
Groep 85+	startlimiet				9.30,00

## DAMES

100 meter wisselslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	27-01-13	Nijverdal	1.09,24
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	18-02-12	Heerenveen	1.15,43
Groep 30+	Krista de Reus	DZ&PC	21-02-07	Heerenveen	1.18,69
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	25-05-14	Grootebroek	1.17,57
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	25-10-14	Emmeloord	1.19,42
Groep 45+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	17-03-07	Lelystad	1.24,10
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	26-05-13	Grootebroek	1.26,20
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	31-05-15	Grootebroek	1.32,67
Groep 60+	startlimiet				1.49,00
Groep 65+	startlimiet				1.57,00
Groep 70+	startlimiet				2.06,00
Groep 75+	startlimiet				2.19,00
Groep 80+	startlimiet				2.34,00
Groep 85+	startlimiet				2.50,00

200 meter wisselslag					
Groep 20+	Wendan Poelstra	HZ&PC-H'veen	22-02-11	Heerenveen	2.22,66
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	25-01-13	Nijverdal	2.44,34
Groep 30+	Angelique Boersma	De Vikings	28-01-12	Terneuzen	2.44,81
Groep 35+	Marty Krans-de Weerd	ZCNF'34	30-11-14	Almere	2.50,51
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	2.43,66
Groep 45+	Peggi Hurenkamp	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	3.07,81
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	27-09-10	Etten-Leur	3.18,74
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	23-01-15	Heerenveen	3.31,31
Groep 60+	startlimiet				4.13,00
Groep 65+	startlimiet				4.25,00
Groep 70+	startlimiet				4.40,00
Groep 75+	startlimiet				4.55,00
Groep 80+	startlimiet				5.15,00
Groep 85+	startlimiet				5.30,00

400 meter wisselslag					
Groep 20+	Chantal Nap	HZ&PC-H'veen	26-01-13	Nijverdal	5.06,81 <b>NMR</b>
Groep 25+	Karin van Dijk	HZ&PC-H'veen	25-01-14	Zwolle	5.54,70
Groep 30+	startlimiet				6.18,00
Groep 35+	startlimiet				6.38,00
Groep 40+	Evelien van Klaarbergen	HZ&PC-H'veen	24-01-15	Heerenveen	5.52,29
Groep 45+	Janine Horsthuis	De Granaet	21-02-15	Heerenveen	6.18,80
Groep 50+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	18-02-12	Heerenveen	7.19,90
Groep 55+	Pia van der Molen	HZ&PC-H'veen	21-02-15	Heerenveen	7.24,63
Groep 60+	startlimiet				8.32,00
Groep 65+	startlimiet				8.56,00
Groep 70+	startlimiet				9.26,00
Groep 75+	startlimiet				9.56,00
Groep 80+	startlimiet				10.36,00
Groep 85+	startlimiet				11.10,00

## Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

### HEREN ESTAFETTES

4 x 50 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>	ZPD	24-01-15		1.47,26
	1. Wiebe Wijbenga (91)	3. Sietse Wijbenga (93)		
	2. Hendrik Ben van der Boon (88)	4. Martin van Kammen (95)		
<b>Groep 100+</b>	De Forel	16-02-13	Heerenveen	1.55,22
	1. Rudy de Jong (83)	3. Dennis Boek (82)		
	2. Joost Molenaar (81)	4. Albert Dijkzema (87)		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	22-01-11	Heerenveen	1.40,45
	1. René Beetsma (69)	3. Casper Tichelaar (79)		
	2. Richard Koehoorn (79)	4. Casper Hut (78)		
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-13	Nijverdal	1.45,26 <b>NMR</b>
	1. René Beetsma (69)	3. Marten de Groot (58)		
	2. Gerard Eghuizen (74)	4. Casper Hut (78)		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	20-11-11	Almere	1.59,96
	1. Tiemen Stegenga (71)	3. Marten de Groot (58)		
	2. Joop Draaisma (46)	4. René Beetsma (69)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### DAMES ESTAFETTES

4 x 50 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-13	Nijverdal	1.57,46
	1. Nanda de Vries (92)	3. Chantal Nap (89)		
	2. Karin van Dijk (86)	4. Berdie Eghuizen (83)		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	21-02-15	Heerenveen	2.09,03
	1. Joske Hindriks (8)	3. Evelien van Klaarbergen (72)		
	2. Peggi Hurenkamp (69)	4. Fraukje Puts (92)		
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	24-01-15	Heerenveen	2.05,35
	1. Fraukje Puts (92)	3. Evelien van Klaarbergen (72)		
	2. Peggi Hurenkamp (69)	4. Pia van der Molen (60)		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	18-02-12	Heerenveen	2.30,64
	1. Alie Visser (64)	3. Ineke Meijer (52)		
	2. Peggi Hurenkamp (69)	4. Pia van der Molen (60)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### HEREN ESTAFETTES

4 x 100 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	22-01-11	Heerenveen	3.42,09 <b>NMR</b>
	1. René Beetsma (69)	3. Casper Tichelaar (79)		
	2. Richard Koehoorn (79)	4. Casper Hut (78)		
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	22-01-11	Heerenveen	4.44,90
	1. Jan van der Heide (51)	3. Gerard Eghuizen (74)		
	2. Arnold Jonker (70)	4. Marten de Groot (58)		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	28-01-12	Terneuzen	4.38,30
	1. Marten de Groot (58)	3. Arnold Jonker (70)		
	2. Jan van der Heide (51)	4. René Beetsma (69)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### DAMES ESTAFETTES

4 x 100 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 160+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 200+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

## Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

### HEREN ESTAFETTES

4 x 200 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	23-01-15	Heerenveen	11.11,88
	1. Pieter Ponne (76)	3. David van Wier (68)		
	2. Gerard Eghuizen (74)	4. Arnold Jonker (70)		
<b>Groep 200+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### DAMES ESTAFETTES

4 x 200 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	23-01-15	Heerenveen	10.35,32
	1. Peggi Hurenkamp (69)	3. Lizette van der Vegt (79)		
	2. Karin van Dijk (86)	4. Jannie Vennik (76)		
<b>Groep 160+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	24-01-14	Heerenveen	12.41,01
	1. Pia van der Molen (60)	3. Ineke Meijer (52)		
	2. Alie Visser (64)	4. Janie Vennik (76)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### HEREN ESTAFETTES

4 x 50 meter wisselslag				
<b>Groep 80+</b>	ZPD	23-01-15		2.00,30
	1. Roelof de Jong (89)	3. Sietse Wijbenga (93)		
	2. Hendrik Ben van der Boon (88)	4. Martin van Kammen (95)		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	23-01-11	Heerenveen	1.52,47
	1. Richard Koehoorn (79)	3. René Beetsma (69)		
	2. Casper Tichelaar (79)	4. Casper Hut (78)		
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	25-01-13	Nijverdal	1.57,61
	1. Gerard Eghuizen (74)	3. Casper Hut (78)		
	2. René Beetsma (69)	4. Marten de Groot (58)		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	21-01-07	Heerenveen	2.39,38
	1. Arnold Jonker (70)	3. Ralph Wijbenga (67)		
	2. Yme Waterlander (59)	4. Jan van der Heide (51)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### DAMES ESTAFETTES

4 x 50 meter wisselslag				
<b>Groep 80+</b>	HZ&PC Heerenveen	24-01-09	Vlissingen	2.27,68
	1. Pia van der Molen (60)	3. Berdie Eghuizen (83)		
	2. Karin van Dijk (86)	4. Miranda Mud (82)		
<b>Groep 100+</b>	HZ&PC Heerenveen	20-10-12	Emmeloord	2.29,57
	1. Marijke de Jong (88)	3. Gosina van Stralen (86)		
	2. Miranda Mud (82)	4. Berdie Eghuizen (83)		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	23-01-15	Heerenveen	2.23,16
	1. Evelien van Klaarbergen (72)	3. Peggi Hurenkamp (69)		
	2. Karin van Dijk (86)	4. Jannie Vennik (76)		
<b>Groep 160+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	24-01-14	Heerenveen	2.55,81
	1. Pia van der Molen (60)	3. Alie Visser (64)		
	2. Jannie Vennik (76)	4. Ineke Meijer (52)		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

## Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

### HEREN ESTAFETTES

4 x 100 meter wisselslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	21-01-11	Heerenveen	4.11,51
	1. Richard Koehoorn (79)		3. René Beetsma (69)	
	2. Casper Tichelaar (79)		4. Casper Hut (78)	
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-13	Nijverdal	4.22,61
	1. Gerard Eghuizen (74)		3. Casper Hut (78)	
	2. René Beetsma (69)		4. Marten de Groot (58)	
<b>Groep 200+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### DAMES ESTAFETTES

4 x 100 wisselslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-13	Nijverdal	5.00,04
	1. Nanda de Vries (92)		3. Chantal Nap (89)	
	2. Karin van Dijk (86)		4. Ineke Meijer (52)	
<b>Groep 160+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 200+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### MIXED ESTAFETTES

4 x 50 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>	ZPD	25-01-15	Heerenveen	1.56,45
	1. Jannie de Boer (92)		3. Hendrik Ben van der Boon (88)	
	2. Johanna de Boer (94)		4. Martin van Kammen (95)	
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	27-01-13	Nijverdal	1.44,78 <b>NMR</b>
	1. René Beetsma (69)		3. Chantal Nap (89)	
	2. Nanda de Vries (92)		4. Casper Hut (78)	
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-14	Zwolle	1.54,44
	1. René Beetsma (69)		3. Nanda de Vries (92)	
	2. Pia van der Molen (60)		4. Marten de Groot (58)	
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	25-01-15	Heerenveen	2.10,58
	1. Casper Hut (78)		3. Jan van der Heide (51)	
	2. Pia van der Molen (60)		4. Peggi Hurenkamp (69)	
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### MIXED ESTAFETTES

4 x 50 meter wisselslag				
<b>Groep 80+</b>	ZPD	24-01-15	Heerenveen	2.10,24
	1. Jannie de Boer (92)		3. Johanna de Boer (94)	
	2. Hendrik Ben van der Boon (88)		4. Martin van Kammen (95)	
<b>Groep 100+</b>	HZ&PC-Heerenveen	21-01-06	Emmeloord	2.12,26
	1. Karin Eizema (80)		3. Helena Jongema (80)	
	2. Gerard Eghuizen (74)		4. Pieter Ponne (76)	
<b>Groep 120+</b>	DZ&PC	21-01-07	Heerenveen	2.02,69
	1. Krista de Reus (76)		3. Ineke van der Wal (80)	
	2. René Beetsma (69)		4. Wilko Trompetter (73)	
<b>Groep 160+</b>	DZ&PC	23-01-05	Winterswijk	2.17,16
	1. Wilko Trompetter (73)		3. Krista de Reus (76)	
	2. René Beetsma (69)		4. Tine van der Meer (41)	
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	25-01-14	Zwolle	2.24,29
	1. Pia van der Molen (60)		3. Marten de Groot (58)	
	2. Gerard Eghuizen (74)		4. Ineke Meijer (52)	
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

## Friese Masters Records (25 meterbaan) vanaf 1 september 2003 (bijgewerkt tot en met 31 mei 2015)

### MIXED ESTAFETTES

4 x 100 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	27-01-13	Nijverdal	3.53,09 <b>NMR</b>
	1. René Beetsma (69)		3. Chantal Nap (89)	
	2. Nanda de Vries (92)		4. Casper Hut (78)	
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	05-10-13	Zwolle	5.06,49
	1. Arnold Jonker (70)		3. Pia van der Molen (60)	
	2. Jannie Vennik (76)		4. John de Rapper (66)	
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	26-01-14	Zwolle	4.46,02
	1. René Beetsma (69)		3. Pia van der Molen (60)	
	2. Ineke Meijer (52)		4. Marten de Groot (58)	
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### MIXED ESTAFETTES

4 x 100 meter wisselslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	Orca	12-01-13	Zwolle	5.48,70
	1. J. Smits (66)		3. J. Lubbinge (86)	
	2. P. van der Sluis (59)		4. N. Kikstra (93)	
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	12-01-13	Zwolle	5.25,17
	1. Pia van der Molen (60)		3. René Beetsma (69)	
	2. Jannie Vennik (76)		4. Marten de Groot (58)	
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	25-01-14	Zwolle	5.28,55
	1. Ineke Meijer (52)		3. René Beetsma (69)	
	2. Gerard Eghuizen (74)		4. Pia van der Molen (60)	
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		

### MIXED ESTAFETTES

4 x 200 meter vrijeslag				
<b>Groep 80+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 100+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		
<b>Groep 120+</b>	HZ&PC-Heerenveen	25-01-13	Nijverdal	8.57,15 <b>NMR</b>
	1. Casper Hut (78)		3. Karin van Dijk (86)	
	2. Nanda de Vries (92)		4. René Beetsma (69)	
<b>Groep 160+</b>	HZ&PC-Heerenveen	12-01-14	Alkmaar	10.10,36
	1. Gerard Eghuizen (74)		3. Jannie Vennik (76)	
	2. Peggi Hurenkamp (69)		4. René Beetsma (69)	
<b>Groep 200+</b>	HZ&PC-Heerenveen	27-01-12	Terneuzen	10.40,31 <b>NMR</b>
	1. René Beetsma (69)		3. Pia van der Molen (60)	
	2. Ineke Meijer (52)		4. Marten de Groot (58)	
<b>Groep 240+</b>				nng
	1.	3.		
	2.	4.		