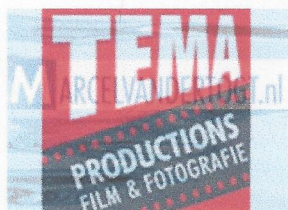


- [Home](#)
- [Challenging Events](#)
- [Movie corner](#)
- [OWS store](#)
- [Training together](#)
- [Contact / Aanmelden](#)

**Agenda**

14 februari: De souplessemethode voor de triatleet en zijn/ haar trainer.



**Nieuws**

- [Open Nederlandse Kampioenschappen IJszwemmen.](#)
- [Trainen voor de "Icemile" tijdens het ONK iJszwemmen.](#)
- [Einde jaarstraining kamp was een succes!](#)
- [Koud water zwemmen is van alle tijden in NL](#)
- [Uitslagen ONK IJszwemmen](#)
- [artikel uit het Noord Hollands Dagblad](#)
- [Doe mee met de recreatieve zwemestafette voor bedrijventeams!](#)

**Meld u aan voor onze nieuwsbrief**

E-mail

Naam

**Download Ebook**

**Uitslagen ONK IJszwemmen**

1 februari 2015

Volgens velen een geslaagd evenement. De organisatoren hebben dan ook besloten om volgend jaar weer een ONK iJszwemmen te organiseren. Het laatste weekend van Januari 2016 hebben we weer in onze agenda's genoteerd voor dit unieke evenement. Hierbij de uitslagen van alle gezwommen nummers van gisteren.

	baan		tijd
<b>Programma 1</b>		<b>Icemile/ 1 KM</b>	
	1	Tracy Clark	37.33.60 (1)
	2	Marco de Jonge	18.15.67 (1)
<b>Programma 2</b>		<b>50 m sprint Dames</b>	
	1	Els wermenbol	50.94 (2)
	2	Esmee Morel	33.18 (1)
<b>programma 3</b>		<b>50m sprint heren</b>	
serie 1	1	Victor den Heijer	31.91 (1)
	2	Yoram Hoogterp	39.16
	3	Rens Reus	37.59
	4	Arno Stap	36.86 (3)
serie 2	1	Johan van Steen	46.32
	2	Lieuwe van der Helm	1.03.64
	3	Bastiaan van Houwelingen	32.18 (2)
	4	Frans Nettekoven	59.99
<b>programma 4</b>		<b>450 m zonder pak dames</b>	
	1	Els Wermenbol	10.35.02 (2)
	2	Astrid Philippo	12.05.31 (3)
	3	Elsje Jorritsma	9.16.98 (1)
<b>programma 5</b>		<b>450m zonder pak heren</b>	
serie 1	1	Milko van Gool	6.34.26 (2)
	2	Peter Steur	5.58.51 (1)
	3	Jur Koning	6.37.72 (3)
serie 2	1	Jack Guijt	6.42.65
	2	Eddy Gorter	6.53.88
serie 3	1	Peter van der Kruijs	8.13.29
	2	Eric Philippo	11.13.97
	3	Salvatore Sanna	DNF
serie 4	1	Ronlie Blufpand	7.38.95
	2	Karsten Glasbergen	8.50.29
	3	Hans van Veen	9.02.78
<b>Programma 6</b>		<b>450m met pak heren</b>	
	1	Mike Schilder	6.04.92 (1)
	2	Peter Traa	9.29.75 (3)
	3	Michiel Oussoren	6.38.25 (2)



**Programma 7**

**450m met pak dames**

1	Dóra Révész	7.46.47 (1)
2	Marijcke Toussaint	11.32.35
3	Lisa Haas	10.54.37 (3)
4	Annelies Karsten-Buijs	8.51.26 (2)

**Programma 8 4 x 100m**

Baan 1	DSZ wave	Victor den Heijer	6.13.91 (2)
		Yoram Hoogterp	
		Rens Reus	
		Bastiaan van Houwelingen	
Baan 2	Chilly dippers	Els Wermenbol	8.15.27
		Ruben Koomen	
		Edo Edses	
		Eric Philippo	
Baan 3	edvo	Jack Pannekeet	4.48.16 (1)
		jack Guijt	
		Peter Steur	
		Mike Schilder	
Baan 4	ZOZ	Johan Steen	6.21.38 (3)
		Eddy Gorter	
		Frans Nettekoven	
		Esmee Morel	

 Delen