

**Uitslag Swim Cup The Hague**  
**03-03-2017 t/m 05-03-2017 te Den Haag (50m baan)**

<b>Afstand:</b>	<b>Naam:</b>	<b>50m</b>	<b>100m</b>	<b>200m</b>	<b>300m</b>	<b>400m</b>	
50	VRIJ	Jonne Moleman	(48) 0.32.19				
50	VRIJ	Jonne Moleman	(7) 0.32.38				
100	RUG	Jonne Moleman	(23) 0.41.01	1.24.32*			
100	RUG	Jonne Moleman	(8) 0.41.91	1.26.10			
100	VRIJ	Jonne Moleman	(53) 0.32.95	1.08.23**			
100	VRIJ	Jonne Moleman	(8) 0.33.48	1.08.83			
200	VRIJ	Jonne Moleman	(2) 0.33.90	1.11.01	2.26.02*		
<i>50m: 0.33.90, 100m: 1.11.01, 150m: 1.49.14</i>							
200	VRIJ	Jonne Moleman	(39) 0.33.18	1.09.65*	2.26.20*		
<i>50m: 0.33.18, 100m: 1.09.65, 150m: 1.47.51</i>							
400	VRIJ	Jonne Moleman	(3)	1.13.55	2.31.94	3.50.64	5.06.95*
<i>50m: 0.35.35, 100m: 1.13.55, 150m: 1.52.39, 200m: 2.31.94, 250m: 3.11.04, 300m: 3.50.64, 350m: 4.29.49</i>							
400	VRIJ	Jonne Moleman	(23)	1.14.44	2.33.78	3.53.62	5.11.25
<i>50m: 0.35.55, 100m: 1.14.44, 150m: 1.53.79, 200m: 2.33.78, 250m: 3.13.64, 300m: 3.53.62, 350m: 4.33.01</i>							

**Persoonlijke Records**

			<i>Nieuw</i>	<i>Verb.</i>	<i>Oud</i>		
200	VRIJ	Jonne Moleman	2.26.20	-1,61	2.27.81	16-12-2016	Amsterdam 50m
100	VRIJ	Jonne Moleman	1.08.23	-1,42	1.09.65	03-03-2017	Den Haag 50m
100	VRIJ	Jonne Moleman	1.08.23	-1,16	1.09.39	23-10-2016	Bodegraven 25m
100	VRIJ	Jonne Moleman	1.09.65	-0,50	1.10.15	17-06-2016	Dordrecht 50m
400	VRIJ	Jonne Moleman	5.06.95	-0,19	5.07.14	17-12-2016	Amsterdam 50m
200	VRIJ	Jonne Moleman	2.26.02	-0,18	2.26.20	03-03-2017	Den Haag 50m
100	RUG	Jonne Moleman	1.24.32	-0,08	1.24.40	28-05-2016	Dordrecht 50m