

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	29.23	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	366 Pnt.
50 vrije slag	25.30	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	505 Pnt.
100 vrije slag	59.29	50m	13-12-2009	Eindhoven (NED)	495 Pnt.
100 vrije slag	55.00	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	545 Pnt.
200 vrije slag	2:08.38	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	501 Pnt.
200 vrije slag	2:00.30	25m	3-12-2017	Almere (NED)	563 Pnt.
400 vrije slag	4:26.90	25m	21-4-2019	Almere (NED)	502 Pnt.
800 vrije slag	9:41.30	25m	21-4-2019	Almere (NED)	443 Pnt.
1500 vrije slag	18:20.70	25m	21-4-2019	Almere (NED)	457 Pnt.
50 rugslag	33.25	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	376 Pnt.
50 rugslag	30.50	25m	2-10-2016	Haarlem (NED)	386 Pnt.
100 rugslag	1:09.54	50m	13-12-2009	Eindhoven (NED)	414 Pnt.
100 rugslag	1:06.30	25m	5-1-2014	Almere (NED)	387 Pnt.
200 rugslag	2:24.30	25m	12-11-2017	Nieuw-Vennep (NED)	392 Pnt.
50 schoolslag	34.70	25m	27-6-2015	IJmuiden (NED)	385 Pnt.
100 schoolslag	1:18.00	25m	18-5-2010	IJmuiden (NED)	357 Pnt.
200 schoolslag	3:05.80	25m	21-4-2012	Apeldoorn (NED)	270 Pnt.
25 vlinderslag	13.10	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	427 Pnt.
50 vlinderslag	29.74	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	419 Pnt.
50 vlinderslag	29.00	25m	19-2-2017	Almere (NED)	421 Pnt.
100 vlinderslag	1:11.80	25m	29-1-2012	IJmuiden (NED)	294 Pnt.
100 wisselslag	1:08.47	25m	17-10-2009	Merksem (BEL)	372 Pnt.
200 wisselslag	2:33.70	25m	20-6-2009	Peize (NED)	362 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	49.21	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	111 Pnt.
50 vrije slag	41.00	25m	17-4-2022	Almere (NED)	174 Pnt.
50 rugslag	44.60	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	221 Pnt.
50 rugslag	44.50	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	190 Pnt.
100 rugslag	1:33.40	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	202 Pnt.
50 schoolslag	46.85	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	247 Pnt.
50 schoolslag	45.70	25m	13-3-2022	Almere (NED)	244 Pnt.
100 schoolslag	1:41.47	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	252 Pnt.
100 schoolslag	1:38.80	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	251 Pnt.
200 schoolslag	3:39.50	25m	17-4-2022	Almere (NED)	230 Pnt.
50 vlinderslag	1:02.84	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	58 Pnt.
50 vlinderslag	57.60	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	75 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	24.30	25m	17-12-2017	Nieuw Venneep (NED)	52 Pnt.
50 vrije slag	42.44	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	119 Pnt.
50 vrije slag	38.40	25m	13-3-2022	Almere (NED)	144 Pnt.
100 vrije slag	1:31.92	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	132 Pnt.
100 vrije slag	1:32.70	25m	17-4-2022	Almere (NED)	113 Pnt.
200 vrije slag	3:18.05	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	136 Pnt.
200 vrije slag	3:28.60	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	108 Pnt.
400 vrije slag	7:20.80	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	111 Pnt.
25 rugslag	26.99	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	56 Pnt.
50 rugslag	53.64	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	89 Pnt.
50 rugslag	53.50	25m	13-3-2022	Almere (NED)	71 Pnt.
25 schoolslag	33.30	25m	17-12-2017	Nieuw Venneep (NED)	42 Pnt.
50 schoolslag	53.10	25m	13-3-2022	Almere (NED)	107 Pnt.
100 schoolslag	2:02.40	25m	17-4-2022	Almere (NED)	92 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	30.80	25m	29-3-2008	Deurne (NED)	280 Pnt.
100 vrije slag	1:09.00	25m	29-3-2008	Deurne (NED)	276 Pnt.
200 vrije slag	2:36.90	25m	10-1-2016	Almere (NED)	254 Pnt.
50 schoolslag	42.70	25m	24-3-2012	Deurne (NED)	206 Pnt.
100 schoolslag	1:33.20	25m	24-3-2012	Deurne (NED)	209 Pnt.
100 wisselslag	1:27.60	25m	21-1-2018	Almere (NED)	178 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	13.50	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	304 Pnt.
50 vrije slag	31.18	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	301 Pnt.
50 vrije slag	29.00	25m	7-2-2010	Almere (NED)	335 Pnt.
100 vrije slag	1:12.45	50m	17-6-2017	Riga (LAT)	271 Pnt.
100 vrije slag	1:08.50	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	282 Pnt.
200 vrije slag	2:56.75	50m	15-6-2017	Riga (LAT)	192 Pnt.
200 vrije slag	2:48.00	25m	1-10-2017	Deurne (NED)	206 Pnt.
400 vrije slag	6:12.89	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	205 Pnt.
400 vrije slag	6:13.03	25m	4-7-2019	TORTOSA (ESP)	184 Pnt.
25 rugslag	17.70	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	200 Pnt.
50 rugslag	41.29	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	196 Pnt.
50 rugslag	38.20	25m	2-3-2014	Almere (NED)	196 Pnt.
100 rugslag	1:31.57	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	181 Pnt.
100 rugslag	1:27.74	25m	12-5-2009	IJmuiden (NED)	167 Pnt.
25 schoolslag	18.10	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	264 Pnt.
50 schoolslag	42.24	50m	15-6-2017	Riga (LAT)	231 Pnt.
50 schoolslag	39.50	25m	24-3-2012	Deurne (NED)	261 Pnt.
100 schoolslag	1:35.20	50m	8-12-2013	Eindhoven (NED)	213 Pnt.
100 schoolslag	1:28.50	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	244 Pnt.
200 schoolslag	3:22.00	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	210 Pnt.
25 vlinderslag	16.00	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	234 Pnt.
50 vlinderslag	37.59	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	207 Pnt.
50 vlinderslag	34.90	25m	2-6-2013	IJmuiden (NED)	242 Pnt.
100 vlinderslag	1:24.10	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	183 Pnt.
100 wisselslag	1:20.26	25m	1-6-2010	IJmuiden (NED)	231 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	34.20	25m	23-6-2018	IJmuiden (NED)	204 Pnt.
50 schoolslag	40.70	25m	23-6-2018	IJmuiden (NED)	238 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	39.10	25m	23-3-2019	Deurne (NED)	201 Pnt.
100 vrije slag	1:39.40	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	129 Pnt.
200 vrije slag	3:35.50	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	134 Pnt.
50 schoolslag	53.16	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	169 Pnt.
50 schoolslag	46.80	25m	23-3-2019	Deurne (NED)	227 Pnt.
100 schoolslag	1:52.95	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	183 Pnt.
100 schoolslag	1:45.10	25m	23-3-2019	Deurne (NED)	208 Pnt.
50 vlinderslag	45.20	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	157 Pnt.
50 vlinderslag	42.10	25m	18-1-2015	Almere (NED)	194 Pnt.
100 vlinderslag	1:39.80	25m	1-10-2017	Deurne (NED)	163 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	30.50	25m	5-10-2008	Almere (NED)	424 Pnt.
100 vrije slag	1:13.86	50m	14-12-2008	Eindhoven (NED)	343 Pnt.
100 vrije slag	1:11.30	25m	29-3-2008	Deurne (NED)	350 Pnt.
200 vrije slag	2:48.10	25m	25-1-2009	IJmuiden (NED)	283 Pnt.
50 rugslag	39.00	25m	5-10-2008	Almere (NED)	282 Pnt.
100 rugslag	1:29.79	25m	18-5-2010	IJmuiden (NED)	228 Pnt.
200 rugslag	3:22.30	25m	9-11-2008	Helmond (NED)	203 Pnt.
50 schoolslag	40.80	25m	5-10-2008	Almere (NED)	343 Pnt.
100 schoolslag	1:36.94	50m	14-12-2008	Eindhoven (NED)	289 Pnt.
100 schoolslag	1:47.22	25m	18-5-2010	IJmuiden (NED)	196 Pnt.
200 schoolslag	3:34.60	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	246 Pnt.
50 vlinderslag	37.10	25m	5-10-2008	Almere (NED)	283 Pnt.
100 vlinderslag	1:33.80	25m	31-1-2010	IJmuiden (NED)	197 Pnt.
100 wisselslag	1:24.30	25m	29-3-2008	Deurne (NED)	301 Pnt.
200 wisselslag	3:13.30	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	250 Pnt.



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	25.21	50m	14-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	570 Pnt.
50 vrije slag	24.30	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	571 Pnt.
100 vrije slag	55.25	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	612 Pnt.
100 vrije slag	52.39	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	631 Pnt.
200 vrije slag	2:01.88	50m	15-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	586 Pnt.
200 vrije slag	1:57.60	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	603 Pnt.
400 vrije slag	4:29.53	50m	13-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	544 Pnt.
400 vrije slag	4:22.00	25m	1-4-2018	Almere (NED)	531 Pnt.
50 rugslag	32.97	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	385 Pnt.
50 rugslag	31.40	25m	13-2-2022	Almere (NED)	354 Pnt.
100 rugslag	1:09.20	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	420 Pnt.
100 rugslag	1:04.40	25m	13-2-2022	Almere (NED)	422 Pnt.
200 rugslag	2:22.30	25m	8-11-2015	Sittard (NED)	409 Pnt.
50 schoolslag	33.53	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	463 Pnt.
50 schoolslag	33.30	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	435 Pnt.
100 schoolslag	1:18.60	50m	5-5-2016	Den Haag (NED)	378 Pnt.
100 schoolslag	1:11.50	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	463 Pnt.
200 schoolslag	2:38.10	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	439 Pnt.
25 vlinderslag	17.99	25m	7-12-2010	IJmuiden (NED)	165 Pnt.
50 vlinderslag	27.21	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	548 Pnt.
50 vlinderslag	26.80	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	534 Pnt.
100 vlinderslag	1:01.03	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	533 Pnt.
100 vlinderslag	58.90	25m	14-4-2019	Den Haag (NED)	533 Pnt.
200 vlinderslag	2:24.28	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	452 Pnt.
200 vlinderslag	3:00.00	25m	15-1-2012	Almere (NED)	217 Pnt.
100 wisselslag	1:00.35	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	544 Pnt.
200 wisselslag	2:18.16	50m	12-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	561 Pnt.
200 wisselslag	2:13.90	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	548 Pnt.
400 wisselslag	4:51.00	25m	4-11-2018	Helmond (NED)	525 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	36.10	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	174 Pnt.
100 vrije slag	1:24.60	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	149 Pnt.
200 vrije slag	3:02.30	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	161 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	31.68	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	287 Pnt.
50 vrije slag	30.59	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	286 Pnt.
100 vrije slag	1:10.40	50m	17-6-2017	Riga (LAT)	295 Pnt.
100 vrije slag	1:08.30	25m	25-6-2011	IJmuiden (NED)	284 Pnt.
200 vrije slag	2:40.02	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	258 Pnt.
200 vrije slag	2:36.60	25m	2-10-2016	Haarlem (NED)	255 Pnt.
400 vrije slag	5:47.18	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	254 Pnt.
400 vrije slag	5:45.60	25m	15-1-2017	Almere (NED)	231 Pnt.
800 vrije slag	12:12.50	25m	17-4-2022	Almere (NED)	221 Pnt.
1500 vrije slag	22:55.80	25m	17-4-2022	Almere (NED)	234 Pnt.
25 rugslag	18.40	25m	29-3-2014	Deurne (NED)	178 Pnt.
50 rugslag	40.70	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	205 Pnt.
50 rugslag	40.08	25m	7-12-2010	IJmuiden (NED)	170 Pnt.
100 rugslag	1:28.44	25m	29-5-2011	IJmuiden (NED)	163 Pnt.
200 rugslag	3:15.78	25m	5-7-2019	TORTOSA (ESP)	157 Pnt.
25 schoolslag	19.20	25m	29-3-2014	Deurne (NED)	221 Pnt.
50 schoolslag	43.95	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	205 Pnt.
50 schoolslag	42.00	25m	19-2-2017	Almere (NED)	217 Pnt.
100 schoolslag	1:37.04	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	201 Pnt.
100 schoolslag	1:35.62	25m	29-5-2011	IJmuiden (NED)	193 Pnt.
25 vlinderslag	15.60	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	253 Pnt.
50 vlinderslag	36.37	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	229 Pnt.
50 vlinderslag	35.21	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	235 Pnt.
100 wisselslag	1:21.48	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	221 Pnt.
200 wisselslag	3:06.83	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	227 Pnt.
200 wisselslag	3:06.29	25m	3-7-2019	TORTOSA (ESP)	203 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	41.50	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	168 Pnt.
100 vrije slag	1:34.20	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	151 Pnt.
50 rugslag	49.30	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	140 Pnt.
100 rugslag	1:45.60	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	140 Pnt.
50 schoolslag	54.00	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	147 Pnt.
100 schoolslag	2:00.30	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	139 Pnt.
25 vlinderslag	23.20	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	112 Pnt.
50 vlinderslag	56.50	25m	23-6-2018	IJmuiden (NED)	80 Pnt.
100 wisselslag	1:44.00	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	160 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	48.60	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	105 Pnt.
50 rugslag	57.90	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	86 Pnt.
50 schoolslag	59.60	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	110 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	28.89	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	379 Pnt.
50 vrije slag	27.30	25m	13-3-2022	Almere (NED)	402 Pnt.
100 vrije slag	1:04.36	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	387 Pnt.
100 vrije slag	59.60	25m	13-10-2019	Almere (NED)	428 Pnt.
200 vrije slag	2:17.93	25m	6-7-2019	TORTOSA (ESP)	373 Pnt.
400 vrije slag	5:02.00	25m	4-7-2019	TORTOSA (ESP)	347 Pnt.
50 rugslag	35.30	25m	26-1-2020	Den Haag (NED)	249 Pnt.
100 rugslag	1:16.60	25m	27-1-2019	Almere (NED)	251 Pnt.
50 schoolslag	37.62	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	328 Pnt.
50 schoolslag	35.31	25m	3-7-2019	TORTOSA (ESP)	365 Pnt.
100 schoolslag	1:20.68	25m	4-7-2019	TORTOSA (ESP)	322 Pnt.
200 schoolslag	2:59.47	25m	5-7-2019	TORTOSA (ESP)	300 Pnt.
50 vlinderslag	30.10	25m	13-3-2022	Almere (NED)	377 Pnt.
100 vlinderslag	1:12.60	25m	15-5-2022	Helmond (NED)	285 Pnt.
100 wisselslag	1:11.50	25m	13-2-2022	Almere (NED)	327 Pnt.
400 wisselslag	5:59.70	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	278 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	32.52	50m	13-2-2011	Amsterdam (NED)	385 Pnt.
50 vrije slag	32.30	25m	14-2-2016	Almere (NED)	357 Pnt.
100 vrije slag	1:11.70	25m	8-11-2009	Sittard (NED)	344 Pnt.
200 vrije slag	2:43.60	25m	30-1-2011	IJmuiden (NED)	307 Pnt.
50 rugslag	40.08	50m	13-2-2011	Amsterdam (NED)	305 Pnt.
50 rugslag	38.67	25m	8-12-2009	IJmuiden (NED)	290 Pnt.
100 rugslag	1:24.19	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	277 Pnt.
200 rugslag	3:01.70	25m	14-11-2010	Sittard (NED)	280 Pnt.
50 schoolslag	43.01	50m	13-2-2011	Amsterdam (NED)	319 Pnt.
50 schoolslag	41.29	25m	15-12-2009	IJmuiden (NED)	330 Pnt.
100 schoolslag	1:29.50	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	338 Pnt.
200 schoolslag	3:18.80	25m	25-4-2010	Apeldoorn (NED)	310 Pnt.
50 vlinderslag	39.09	25m	8-12-2009	IJmuiden (NED)	242 Pnt.
100 wisselslag	1:21.80	25m	4-10-2009	Rijswijk (NED)	329 Pnt.
200 wisselslag	2:59.40	25m	8-11-2009	Sittard (NED)	313 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	15.10	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	217 Pnt.
50 vrije slag	34.26	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	227 Pnt.
50 vrije slag	32.00	25m	7-12-2010	IJmuiden (NED)	250 Pnt.
100 vrije slag	1:20.42	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	198 Pnt.
100 vrije slag	1:17.30	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	196 Pnt.
200 vrije slag	3:04.90	25m	10-1-2016	Almere (NED)	155 Pnt.
25 rugslag	20.50	25m	2-3-2014	Almere (NED)	129 Pnt.
50 rugslag	42.20	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	183 Pnt.
50 rugslag	42.40	25m	16-2-2014	Almere (NED)	143 Pnt.
100 rugslag	1:35.83	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	158 Pnt.
100 rugslag	1:35.40	25m	8-4-2012	Almere (NED)	130 Pnt.
25 schoolslag	18.60	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	243 Pnt.
50 schoolslag	43.04	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	219 Pnt.
50 schoolslag	40.60	25m	16-2-2014	Almere (NED)	240 Pnt.
100 schoolslag	1:38.42	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	193 Pnt.
100 schoolslag	1:30.60	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	227 Pnt.
200 schoolslag	3:18.50	25m	4-10-2015	Den Haag (NED)	221 Pnt.
25 vlinderslag	18.70	25m	2-3-2014	Almere (NED)	147 Pnt.
50 vlinderslag	44.23	50m	7-12-2014	Eindhoven (NED)	127 Pnt.
50 vlinderslag	41.30	25m	16-2-2014	Almere (NED)	146 Pnt.
100 vlinderslag	1:50.10	25m	26-5-2013	Den Haag (NED)	81 Pnt.
100 wisselslag	1:27.50	25m	2-4-2016	Deurne (NED)	178 Pnt.
200 wisselslag	3:18.70	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	167 Pnt.



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	20.70	25m	26-9-2010	Lisse (NED)	84 Pnt.
50 vrije slag	30.57	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	320 Pnt.
50 vrije slag	29.30	25m	16-4-2017	Almere (NED)	325 Pnt.
100 vrije slag	1:11.36	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	284 Pnt.
100 vrije slag	1:04.90	25m	11-3-2018	Almere (NED)	332 Pnt.
200 vrije slag	2:39.22	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	262 Pnt.
200 vrije slag	2:40.60	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	236 Pnt.
25 rugslag	23.40	25m	22-1-2011	Lisse (NED)	86 Pnt.
50 rugslag	34.90	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	325 Pnt.
50 rugslag	38.00	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	199 Pnt.
100 rugslag	1:20.96	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	262 Pnt.
100 rugslag	1:17.20	25m	8-4-2018	Vaassen (NED)	245 Pnt.
200 rugslag	2:49.80	25m	11-3-2018	Almere (NED)	240 Pnt.
25 schoolslag	23.90	25m	22-1-2011	Lisse (NED)	114 Pnt.
50 schoolslag	49.12	50m	3-2-2013	Den Haag (NED)	147 Pnt.
50 schoolslag	44.30	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	185 Pnt.
100 schoolslag	1:43.38	50m	8-12-2013	Eindhoven (NED)	166 Pnt.
100 schoolslag	1:35.40	25m	29-1-2017	Sittard (NED)	195 Pnt.
25 vlinderslag	17.60	25m	10-11-2013	IJmuiden (NED)	176 Pnt.
50 vlinderslag	39.52	50m	13-12-2015	Eindhoven (NED)	178 Pnt.
50 vlinderslag	38.60	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	178 Pnt.
100 vlinderslag	2:19.09	50m	9-12-2012	Eindhoven (NED)	45 Pnt.
100 vlinderslag	1:31.20	25m	10-4-2016	Helmond (NED)	143 Pnt.
200 vlinderslag	3:24.70	25m	16-4-2017	Almere (NED)	147 Pnt.
100 wisselslag	1:17.70	25m	12-3-2017	Den Haag (NED)	255 Pnt.
200 wisselslag	3:08.62	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	220 Pnt.
200 wisselslag	2:54.80	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	246 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	28.25	25m	7-12-2010	IJmuiden (NED)	363 Pnt.
100 vrije slag	1:03.30	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	357 Pnt.
200 vrije slag	2:28.80	25m	30-1-2011	IJmuiden (NED)	297 Pnt.
50 rugslag	36.98	25m	8-12-2009	IJmuiden (NED)	216 Pnt.
100 rugslag	1:21.40	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	209 Pnt.
50 schoolslag	37.90	25m	18-1-2015	Almere (NED)	295 Pnt.
100 schoolslag	1:24.40	25m	21-1-2018	Almere (NED)	281 Pnt.
200 schoolslag	3:07.70	25m	25-4-2010	Apeldoorn (NED)	262 Pnt.
50 vlinderslag	31.90	25m	18-1-2015	Almere (NED)	316 Pnt.
100 vlinderslag	1:16.10	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	247 Pnt.
100 wisselslag	1:15.56	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	277 Pnt.
200 wisselslag	2:49.50	25m	14-11-2010	Sittard (NED)	270 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	20.80	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	83 Pnt.
50 vrije slag	45.31	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	98 Pnt.
50 vrije slag	42.90	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	103 Pnt.
100 vrije slag	1:43.98	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	91 Pnt.
25 rugslag	25.50	25m	17-12-2016	Nieuw Venneep (NED)	67 Pnt.
50 rugslag	46.40	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	109 Pnt.
100 rugslag	1:47.50	25m	17-11-2019	Nieuw-Venneep (NED)	90 Pnt.
25 schoolslag	25.50	25m	17-12-2016	Nieuw Venneep (NED)	94 Pnt.
50 schoolslag	52.69	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	119 Pnt.
50 schoolslag	52.00	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	114 Pnt.
100 schoolslag	1:53.30	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	116 Pnt.
25 vlinderslag	27.30	25m	17-12-2017	Nieuw Venneep (NED)	47 Pnt.
100 wisselslag	1:49.30	25m	17-11-2019	Nieuw-Venneep (NED)	91 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	12.70	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	365 Pnt.
50 vrije slag	27.60	50m	3-2-2013	Den Haag (NED)	434 Pnt.
50 vrije slag	27.10	25m	19-1-2014	IJmuiden (NED)	411 Pnt.
100 vrije slag	1:04.03	50m	9-12-2012	Eindhoven (NED)	393 Pnt.
100 vrije slag	1:01.08	25m	29-5-2011	IJmuiden (NED)	398 Pnt.
200 vrije slag	2:32.44	50m	7-12-2014	Eindhoven (NED)	299 Pnt.
200 vrije slag	2:22.90	25m	4-10-2015	Den Haag (NED)	336 Pnt.
100 rugslag	1:24.67	25m	29-5-2011	IJmuiden (NED)	185 Pnt.
25 schoolslag	15.60	25m	2-4-2016	Deurne (NED)	413 Pnt.
50 schoolslag	35.76	50m	3-2-2013	Den Haag (NED)	382 Pnt.
50 schoolslag	34.50	25m	26-3-2011	Deurne (NED)	392 Pnt.
100 schoolslag	1:22.06	50m	8-12-2013	Eindhoven (NED)	333 Pnt.
100 schoolslag	1:17.90	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	358 Pnt.
200 schoolslag	3:00.00	25m	9-4-2017	Almere (NED)	297 Pnt.
25 vlinderslag	13.70	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	373 Pnt.
50 vlinderslag	31.59	50m	3-2-2013	Den Haag (NED)	350 Pnt.
50 vlinderslag	30.73	25m	2-10-2011	Eindhoven (NED)	354 Pnt.
100 vlinderslag	1:16.59	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	269 Pnt.
100 vlinderslag	1:13.40	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	275 Pnt.
100 wisselslag	1:11.40	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	328 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	30.20	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	331 Pnt.
50 vrije slag	31.40	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	264 Pnt.
100 vrije slag	1:10.62	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	293 Pnt.
100 vrije slag	1:06.90	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	303 Pnt.
50 rugslag	42.60	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	141 Pnt.
100 rugslag	1:37.80	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	120 Pnt.
200 rugslag	3:21.90	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	143 Pnt.
25 vlinderslag	21.20	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	100 Pnt.
50 vlinderslag	38.00	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	187 Pnt.
100 vlinderslag	1:25.40	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	175 Pnt.
100 wisselslag	1:27.50	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	178 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	29.40	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	359 Pnt.
50 vrije slag	29.30	25m	21-4-2019	Almere (NED)	325 Pnt.
100 vrije slag	1:06.55	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	350 Pnt.
100 vrije slag	1:01.90	25m	13-10-2019	Almere (NED)	382 Pnt.
200 vrije slag	2:27.10	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	333 Pnt.
200 vrije slag	2:22.20	25m	9-2-2020	Almere (NED)	341 Pnt.
400 vrije slag	5:01.00	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	350 Pnt.
800 vrije slag	11:33.20	25m	4-11-2018	Helmond (NED)	261 Pnt.
50 rugslag	42.32	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	182 Pnt.
50 rugslag	37.97	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	200 Pnt.
100 rugslag	1:18.69	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	231 Pnt.
50 schoolslag	39.08	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	292 Pnt.
50 schoolslag	38.19	25m	3-7-2019	TORTOSA (ESP)	289 Pnt.
100 schoolslag	1:36.15	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	207 Pnt.
100 schoolslag	1:23.33	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	292 Pnt.
200 schoolslag	3:00.03	25m	5-7-2019	TORTOSA (ESP)	297 Pnt.
25 vlinderslag	17.30	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	185 Pnt.
50 vlinderslag	30.90	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	374 Pnt.
50 vlinderslag	30.60	25m	13-2-2022	Almere (NED)	359 Pnt.
100 vlinderslag	1:15.51	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	281 Pnt.
100 vlinderslag	1:09.40	25m	13-2-2022	Almere (NED)	326 Pnt.
200 vlinderslag	2:47.51	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	288 Pnt.
200 vlinderslag	2:55.93	25m	4-7-2019	TORTOSA (ESP)	232 Pnt.
100 wisselslag	1:13.50	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	301 Pnt.
200 wisselslag	2:38.70	25m	13-2-2022	Almere (NED)	329 Pnt.
400 wisselslag	5:52.60	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	295 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	28.10	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	51 Pnt.
50 vrije slag	50.18	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	104 Pnt.
50 vrije slag	45.40	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	128 Pnt.
100 vrije slag	1:52.04	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	98 Pnt.
100 vrije slag	1:42.80	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	116 Pnt.
50 rugslag	53.90	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	107 Pnt.
100 rugslag	1:54.20	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	111 Pnt.
25 schoolslag	29.70	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	89 Pnt.
50 schoolslag	58.57	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	126 Pnt.
50 schoolslag	53.80	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	149 Pnt.
100 schoolslag	2:01.10	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	136 Pnt.
25 vlinderslag	29.00	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	57 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	24.40	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	78 Pnt.
50 vrije slag	46.70	25m	28-1-2018	Den Haag (NED)	118 Pnt.
25 rugslag	28.60	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	74 Pnt.
50 rugslag	1:03.90	25m	23-6-2018	IJmuiden (NED)	64 Pnt.
25 schoolslag	29.70	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	89 Pnt.
50 schoolslag	56.20	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	131 Pnt.



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	22.80	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	96 Pnt.
50 vrije slag	43.30	25m	9-12-2018	Den Haag (NED)	148 Pnt.
100 vrije slag	1:31.90	25m	9-12-2018	Den Haag (NED)	163 Pnt.
25 rugslag	25.80	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	101 Pnt.
50 rugslag	43.70	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	201 Pnt.
100 rugslag	1:32.00	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	212 Pnt.
50 schoolslag	49.00	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	198 Pnt.
100 schoolslag	1:43.80	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	216 Pnt.
25 vlinderslag	28.20	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	62 Pnt.
50 vlinderslag	48.50	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	127 Pnt.
100 wisselslag	1:33.70	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	219 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	38.67	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	229 Pnt.
50 vrije slag	36.10	25m	12-5-2018	Lisse (NED)	256 Pnt.
100 vrije slag	1:27.52	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	206 Pnt.
100 vrije slag	1:22.60	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	225 Pnt.
200 vrije slag	2:58.70	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	235 Pnt.
50 rugslag	46.20	25m	12-5-2018	Lisse (NED)	170 Pnt.
100 rugslag	1:44.50	25m	12-11-2017	Nieuw-Vennep (NED)	144 Pnt.
200 rugslag	3:42.20	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	153 Pnt.
50 schoolslag	51.90	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	181 Pnt.
50 schoolslag	47.20	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	221 Pnt.
100 schoolslag	1:49.08	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	203 Pnt.
100 schoolslag	1:41.30	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	233 Pnt.
25 vlinderslag	19.50	25m	10-6-2017	Lisse (NED)	188 Pnt.
50 vlinderslag	44.73	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	162 Pnt.
50 vlinderslag	40.50	25m	12-5-2018	Lisse (NED)	218 Pnt.
100 vlinderslag	1:40.30	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	161 Pnt.
100 wisselslag	1:34.00	25m	8-4-2018	Vaassen (NED)	217 Pnt.
200 wisselslag	3:24.90	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	210 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	36.47	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	273 Pnt.
50 vrije slag	35.30	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	274 Pnt.
100 vrije slag	1:18.50	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	262 Pnt.
50 schoolslag	46.54	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	252 Pnt.
50 schoolslag	46.00	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	239 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	19.50	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	154 Pnt.
50 vrije slag	51.38	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	97 Pnt.
50 vrije slag	45.40	25m	17-4-2022	Almere (NED)	128 Pnt.
25 schoolslag	23.60	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	178 Pnt.
50 schoolslag	56.45	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	141 Pnt.
50 schoolslag	55.10	25m	17-4-2022	Almere (NED)	139 Pnt.
25 vlinderslag	20.80	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	155 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	51.00	25m	17-4-2022	Almere (NED)	90 Pnt.
100 vrije slag	1:53.20	25m	17-4-2022	Almere (NED)	87 Pnt.
50 rugslag	1:08.90	25m	17-4-2022	Almere (NED)	51 Pnt.
100 rugslag	2:19.50	25m	17-4-2022	Almere (NED)	60 Pnt.
50 schoolslag	55.90	25m	17-4-2022	Almere (NED)	133 Pnt.
100 schoolslag	1:57.60	25m	17-4-2022	Almere (NED)	149 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	37.67	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	171 Pnt.
50 vrije slag	34.40	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	201 Pnt.
100 vrije slag	1:25.87	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	163 Pnt.
100 vrije slag	1:12.20	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	241 Pnt.
50 rugslag	48.60	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	120 Pnt.
50 rugslag	39.64	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	176 Pnt.
100 rugslag	1:28.20	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	164 Pnt.
50 schoolslag	47.76	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	147 Pnt.
100 schoolslag	1:41.54	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	161 Pnt.
25 vlinderslag	23.20	25m	13-11-2016	IJmuiden (NED)	76 Pnt.
50 vlinderslag	42.70	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	132 Pnt.
100 wisselslag	1:30.10	25m	28-1-2018	Den Haag (NED)	163 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	43.50	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	146 Pnt.
100 vrije slag	1:31.60	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	165 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	32.60	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	382 Pnt.
50 vrije slag	30.30	25m	26-1-2020	Den Haag (NED)	433 Pnt.
100 vrije slag	1:10.60	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	392 Pnt.
100 vrije slag	1:06.40	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	433 Pnt.
200 vrije slag	2:24.26	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	480 Pnt.
200 vrije slag	2:17.40	25m	12-3-2017	Den Haag (NED)	519 Pnt.
400 vrije slag	4:53.50	25m	21-1-2018	Almere (NED)	506 Pnt.
800 vrije slag	9:58.70	25m	16-4-2017	Almere (NED)	513 Pnt.
1500 vrije slag	18:54.20	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	530 Pnt.
50 rugslag	41.28	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	279 Pnt.
50 rugslag	37.50	25m	19-2-2017	Almere (NED)	318 Pnt.
100 rugslag	1:24.85	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	312 Pnt.
100 rugslag	1:17.70	25m	9-4-2017	Almere (NED)	352 Pnt.
200 rugslag	2:44.30	25m	12-3-2017	Den Haag (NED)	379 Pnt.
50 schoolslag	41.09	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	366 Pnt.
50 schoolslag	39.10	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	389 Pnt.
100 schoolslag	1:27.05	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	399 Pnt.
100 schoolslag	1:23.10	25m	19-3-2017	Tilburg (NED)	422 Pnt.
200 schoolslag	3:13.50	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	371 Pnt.
200 schoolslag	2:54.20	25m	12-3-2017	Den Haag (NED)	460 Pnt.
50 vlinderslag	40.12	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	225 Pnt.
50 vlinderslag	36.20	25m	19-2-2017	Almere (NED)	305 Pnt.
100 vlinderslag	1:27.30	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	244 Pnt.
100 wisselslag	1:16.20	25m	12-3-2017	Den Haag (NED)	407 Pnt.
200 wisselslag	2:52.77	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	388 Pnt.
200 wisselslag	2:42.40	25m	12-11-2017	Nieuw-Vennep (NED)	422 Pnt.



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	33.60	25m	13-3-2022	Almere (NED)	317 Pnt.
100 vrije slag	1:22.01	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	230 Pnt.
50 rugslag	39.70	25m	13-3-2022	Almere (NED)	268 Pnt.
100 rugslag	1:41.50	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	158 Pnt.
50 schoolslag	44.70	25m	13-3-2022	Almere (NED)	260 Pnt.
100 schoolslag	1:45.60	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	205 Pnt.
100 wisselslag	1:36.00	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	203 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	41.51	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	185 Pnt.
50 vrije slag	39.40	25m	17-4-2022	Almere (NED)	197 Pnt.
50 rugslag	49.85	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	158 Pnt.
50 schoolslag	55.84	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	145 Pnt.
50 schoolslag	53.80	25m	17-4-2022	Almere (NED)	149 Pnt.
50 vlinderslag	56.69	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	80 Pnt.
50 vlinderslag	54.70	25m	17-4-2022	Almere (NED)	88 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 rugslag	30.80	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	59 Pnt.
25 schoolslag	30.10	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	85 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	18.30	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	122 Pnt.
50 vrije slag	39.51	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	148 Pnt.
50 vrije slag	39.60	25m	17-4-2022	Almere (NED)	131 Pnt.
25 rugslag	21.10	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	118 Pnt.
50 rugslag	49.87	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	111 Pnt.
50 rugslag	45.70	25m	17-4-2022	Almere (NED)	114 Pnt.
25 schoolslag	23.70	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	117 Pnt.
50 schoolslag	55.64	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	101 Pnt.
50 schoolslag	52.70	25m	17-4-2022	Almere (NED)	109 Pnt.
25 vlinderslag	25.20	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	60 Pnt.
50 vlinderslag	1:05.51	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	39 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	26.19	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	508 Pnt.
50 vrije slag	28.20	25m	13-2-2022	Almere (NED)	365 Pnt.
100 vrije slag	58.69	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	510 Pnt.
100 vrije slag	59.80	25m	13-2-2022	Almere (NED)	424 Pnt.
200 vrije slag	2:11.03	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	471 Pnt.
200 vrije slag	2:04.80	25m	13-2-2022	Almere (NED)	504 Pnt.
400 vrije slag	5:19.00	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	294 Pnt.
50 rugslag	31.85	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	427 Pnt.
50 rugslag	38.00	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	199 Pnt.
100 rugslag	1:10.60	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	396 Pnt.
100 rugslag	1:18.40	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	234 Pnt.
50 schoolslag	37.64	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	327 Pnt.
50 schoolslag	44.50	25m	22-6-2019	IJmuiden (NED)	182 Pnt.
100 schoolslag	1:53.93	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	124 Pnt.
100 schoolslag	1:37.91	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	180 Pnt.
25 vlinderslag	16.10	25m	12-11-2017	Nieuw-Vennep (NED)	230 Pnt.
50 vlinderslag	28.39	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	482 Pnt.
50 vlinderslag	27.70	25m	13-2-2022	Almere (NED)	484 Pnt.
100 vlinderslag	1:02.17	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	504 Pnt.
100 vlinderslag	1:00.50	25m	13-2-2022	Almere (NED)	492 Pnt.
100 wisselslag	1:06.40	25m	13-2-2022	Almere (NED)	408 Pnt.
400 wisselslag	6:23.00	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	230 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	49.10	25m	23-3-2019	Deurne (NED)	101 Pnt.
100 vrije slag	1:50.90	25m	1-7-2017	IJmuiden (NED)	93 Pnt.
50 rugslag	1:01.60	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	84 Pnt.
50 rugslag	57.30	25m	1-7-2017	IJmuiden (NED)	89 Pnt.
100 rugslag	2:14.77	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	77 Pnt.
50 schoolslag	1:07.30	25m	25-6-2016	IJmuiden (NED)	76 Pnt.
100 schoolslag	2:30.40	25m	1-10-2017	Deurne (NED)	71 Pnt.
50 vlinderslag	1:11.99	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	39 Pnt.
50 vlinderslag	1:00.80	25m	15-1-2017	Almere (NED)	64 Pnt.
100 wisselslag	2:09.00	25m	23-3-2019	Deurne (NED)	84 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	14.00	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	272 Pnt.
50 vrije slag	29.40	25m	5-10-2008	Almere (NED)	322 Pnt.
50 rugslag	40.70	25m	5-10-2008	Almere (NED)	162 Pnt.
25 schoolslag	17.60	25m	28-3-2015	Deurne (NED)	287 Pnt.
50 schoolslag	38.80	25m	3-10-2010	IJmuiden (NED)	275 Pnt.
100 schoolslag	1:27.50	25m	3-10-2010	IJmuiden (NED)	252 Pnt.
100 wisselslag	1:20.10	25m	5-10-2008	Almere (NED)	232 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	32.30	25m	1-4-2018	Almere (NED)	357 Pnt.
100 vrije slag	1:11.50	25m	13-10-2019	Almere (NED)	347 Pnt.
200 vrije slag	2:39.80	25m	10-2-2019	Almere (NED)	330 Pnt.
400 vrije slag	5:52.60	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	291 Pnt.
50 rugslag	40.40	25m	17-12-2016	Nieuw Venneep (NED)	254 Pnt.
100 rugslag	1:26.76	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	253 Pnt.
50 schoolslag	45.10	25m	19-2-2017	Almere (NED)	253 Pnt.
100 schoolslag	1:36.71	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	268 Pnt.
25 vlinderslag	18.00	25m	17-12-2016	Nieuw Venneep (NED)	240 Pnt.
50 vlinderslag	37.60	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	272 Pnt.
100 vlinderslag	1:28.10	25m	10-2-2019	Almere (NED)	238 Pnt.
100 wisselslag	1:23.00	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	315 Pnt.



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	41.10	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	118 Pnt.
50 rugslag	52.41	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	96 Pnt.
50 rugslag	48.00	25m	17-4-2022	Almere (NED)	99 Pnt.
50 schoolslag	57.82	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	90 Pnt.
50 schoolslag	54.60	25m	17-4-2022	Almere (NED)	98 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	21.90	25m	2-11-2014	Noordwijkerhout (NED)	108 Pnt.
50 vrije slag	32.80	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	341 Pnt.
100 vrije slag	1:09.80	25m	9-12-2018	Den Haag (NED)	373 Pnt.
200 vrije slag	2:35.60	25m	13-10-2019	Almere (NED)	357 Pnt.
400 vrije slag	5:44.20	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	313 Pnt.
25 rugslag	27.20	25m	2-11-2014	Noordwijkerhout (NED)	86 Pnt.
50 rugslag	39.90	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	264 Pnt.
100 rugslag	1:21.60	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	304 Pnt.
25 schoolslag	27.60	25m	2-11-2014	Noordwijkerhout (NED)	111 Pnt.
50 schoolslag	44.30	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	267 Pnt.
100 schoolslag	1:35.20	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	281 Pnt.
25 vlinderslag	17.30	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	270 Pnt.
50 vlinderslag	35.90	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	313 Pnt.
100 vlinderslag	1:28.80	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	232 Pnt.
100 wisselslag	1:19.40	25m	9-12-2018	Den Haag (NED)	360 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	24.10	25m	2-11-2013	Lisse (NED)	53 Pnt.
50 vrije slag	25.36	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	560 Pnt.
50 vrije slag	26.00	25m	13-2-2022	Almere (NED)	466 Pnt.
100 vrije slag	55.04	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	619 Pnt.
100 vrije slag	54.20	25m	13-2-2022	Almere (NED)	570 Pnt.
200 vrije slag	2:04.64	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	548 Pnt.
200 vrije slag	2:07.31	25m	6-7-2019	TORTOSA (ESP)	475 Pnt.
400 vrije slag	4:54.03	50m	13-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	419 Pnt.
400 vrije slag	4:32.80	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	470 Pnt.
1500 vrije slag	18:37.90	25m	4-11-2018	Helmond (NED)	436 Pnt.
25 rugslag	28.50	25m	2-11-2013	Lisse (NED)	48 Pnt.
50 rugslag	30.27	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	498 Pnt.
50 rugslag	31.20	25m	13-2-2022	Almere (NED)	361 Pnt.
100 rugslag	1:06.52	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	473 Pnt.
100 rugslag	1:05.30	25m	13-2-2022	Almere (NED)	405 Pnt.
200 rugslag	2:18.51	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	527 Pnt.
200 rugslag	2:17.20	25m	13-2-2022	Almere (NED)	456 Pnt.
25 schoolslag	32.10	25m	2-11-2013	Lisse (NED)	47 Pnt.
50 schoolslag	39.57	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	282 Pnt.
50 schoolslag	39.60	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	259 Pnt.
100 schoolslag	1:24.90	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	276 Pnt.
25 vlinderslag	16.20	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	226 Pnt.
50 vlinderslag	34.38	50m	12-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	271 Pnt.
50 vlinderslag	28.30	25m	13-2-2022	Almere (NED)	453 Pnt.
100 vlinderslag	1:30.92	50m	4-2-2018	Den Haag (NED)	161 Pnt.
100 vlinderslag	1:12.30	25m	9-2-2020	Almere (NED)	288 Pnt.
100 wisselslag	1:08.20	25m	9-2-2020	Almere (NED)	377 Pnt.
200 wisselslag	2:44.62	50m	12-9-2018	Lignano Sabbiadoro (ITA)	332 Pnt.
200 wisselslag	2:17.70	25m	13-2-2022	Almere (NED)	504 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	13.30	25m	2-3-2014	Almere (NED)	318 Pnt.
50 vrije slag	29.75	50m	12-2-2017	Eindhoven (NED)	347 Pnt.
50 vrije slag	28.80	25m	1-4-2018	Almere (NED)	343 Pnt.
100 vrije slag	1:04.87	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	378 Pnt.
100 vrije slag	1:02.70	25m	13-10-2019	Almere (NED)	368 Pnt.
200 vrije slag	2:25.02	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	347 Pnt.
200 vrije slag	2:17.60	25m	26-1-2020	Den Haag (NED)	376 Pnt.
400 vrije slag	5:00.12	25m	4-7-2019	TORTOSA (ESP)	353 Pnt.
800 vrije slag	10:40.10	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	332 Pnt.
1500 vrije slag	20:40.20	25m	21-4-2019	Almere (NED)	319 Pnt.
25 rugslag	16.70	25m	2-3-2014	Almere (NED)	238 Pnt.
50 rugslag	36.40	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	286 Pnt.
50 rugslag	35.50	25m	27-1-2019	Almere (NED)	245 Pnt.
100 rugslag	1:22.84	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	245 Pnt.
100 rugslag	1:16.30	25m	9-4-2017	Almere (NED)	254 Pnt.
200 rugslag	2:49.80	25m	7-10-2018	Almere (NED)	240 Pnt.
25 schoolslag	17.80	25m	2-3-2014	Almere (NED)	278 Pnt.
50 schoolslag	41.89	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	237 Pnt.
50 schoolslag	39.50	25m	19-2-2017	Almere (NED)	261 Pnt.
100 schoolslag	1:30.50	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	228 Pnt.
25 vlinderslag	15.30	25m	2-3-2014	Almere (NED)	268 Pnt.
50 vlinderslag	34.60	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	266 Pnt.
50 vlinderslag	34.40	25m	14-2-2016	Almere (NED)	252 Pnt.
100 vlinderslag	1:30.20	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	148 Pnt.
100 wisselslag	1:16.50	25m	25-6-2016	IJmuiden (NED)	267 Pnt.
200 wisselslag	2:56.70	50m	10-12-2017	Eindhoven (NED)	268 Pnt.
200 wisselslag	2:48.56	25m	3-7-2019	TORTOSA (ESP)	275 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	38.40	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	212 Pnt.
100 vrije slag	1:26.40	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	196 Pnt.
200 vrije slag	3:06.80	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	206 Pnt.
50 schoolslag	47.30	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	220 Pnt.
100 schoolslag	1:42.50	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	225 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	25.70	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	67 Pnt.
50 vrije slag	38.48	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	232 Pnt.
50 vrije slag	36.40	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	249 Pnt.
100 vrije slag	1:22.73	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	244 Pnt.
100 vrije slag	1:16.30	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	285 Pnt.
200 vrije slag	2:54.52	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	271 Pnt.
200 vrije slag	3:04.40	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	214 Pnt.
400 vrije slag	6:21.10	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	231 Pnt.
25 rugslag	27.80	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	81 Pnt.
50 rugslag	40.48	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	296 Pnt.
50 rugslag	40.60	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	250 Pnt.
100 rugslag	1:29.64	50m	29-5-2022	Den Haag (NED)	264 Pnt.
100 rugslag	1:26.00	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	260 Pnt.
25 schoolslag	33.80	25m	17-12-2017	Nieuw Vennep (NED)	60 Pnt.
50 schoolslag	59.99	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	117 Pnt.
50 schoolslag	54.50	25m	8-12-2019	Den Haag (NED)	143 Pnt.
25 vlinderslag	21.70	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	137 Pnt.
50 vlinderslag	52.29	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	101 Pnt.
50 vlinderslag	53.80	25m	21-4-2019	Almere (NED)	93 Pnt.
100 wisselslag	1:26.70	25m	22-5-2022	Tilburg (NED)	276 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	40.20	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	126 Pnt.
50 schoolslag	57.70	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	83 Pnt.
100 schoolslag	2:04.30	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	88 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 schoolslag	57.90	25m	17-11-2019	Nieuw-Vennep (NED)	82 Pnt.
---------------	-------	-----	------------	--------------------	---------



Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	16.10	25m	13-9-2009	Haarlem (NED)	274 Pnt.
50 vrije slag	34.10	25m	2-4-2016	Deurne (NED)	304 Pnt.
100 vrije slag	1:20.83	50m	14-12-2008	Eindhoven (NED)	261 Pnt.
100 vrije slag	1:17.20	25m	13-4-2008	Haarlem (NED)	275 Pnt.
200 vrije slag	2:57.30	25m	30-1-2011	IJmuiden (NED)	241 Pnt.
50 rugslag	44.00	25m	10-4-2016	Helmond (NED)	196 Pnt.
100 rugslag	1:32.40	25m	10-4-2016	Helmond (NED)	209 Pnt.
200 rugslag	3:21.10	25m	8-11-2009	Sittard (NED)	206 Pnt.
50 schoolslag	46.69	25m	15-12-2009	IJmuiden (NED)	228 Pnt.
100 schoolslag	1:42.07	25m	18-5-2010	IJmuiden (NED)	228 Pnt.
200 schoolslag	3:40.93	25m	19-4-2009	Eindhoven (NED)	225 Pnt.
25 vlinderslag	16.70	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	300 Pnt.
50 vlinderslag	37.40	25m	25-3-2017	Deurne (NED)	277 Pnt.
100 vlinderslag	1:32.66	50m	14-12-2008	Eindhoven (NED)	214 Pnt.
100 vlinderslag	1:29.23	25m	18-5-2010	IJmuiden (NED)	229 Pnt.
200 vlinderslag	3:13.70	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	235 Pnt.
100 wisselslag	1:28.10	25m	22-4-2008	Hoofddorp (NED)	263 Pnt.
200 wisselslag	3:10.70	25m	1-1-2007	Almere (NED)	260 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

25 vrije slag	13.00	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	340 Pnt.
50 vrije slag	28.06	50m	14-6-2017	Riga (LAT)	413 Pnt.
50 vrije slag	26.70	25m	26-1-2020	Den Haag (NED)	430 Pnt.
100 vrije slag	1:02.30	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	426 Pnt.
100 vrije slag	1:00.80	25m	16-4-2017	Almere (NED)	403 Pnt.
200 vrije slag	2:24.10	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	354 Pnt.
200 vrije slag	2:18.20	25m	4-10-2015	Den Haag (NED)	371 Pnt.
400 vrije slag	5:18.72	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	329 Pnt.
400 vrije slag	5:01.90	25m	15-1-2017	Almere (NED)	347 Pnt.
1500 vrije slag	21:08.80	25m	16-4-2017	Almere (NED)	298 Pnt.
50 rugslag	36.37	50m	27-3-2022	Eindhoven (NED)	287 Pnt.
50 rugslag	33.90	25m	15-1-2017	Almere (NED)	281 Pnt.
100 rugslag	1:16.22	50m	8-12-2013	Eindhoven (NED)	314 Pnt.
100 rugslag	1:12.70	25m	3-6-2012	IJmuiden (NED)	293 Pnt.
200 rugslag	2:48.21	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	294 Pnt.
200 rugslag	2:38.80	25m	5-10-2014	Almere (NED)	294 Pnt.
25 schoolslag	16.50	25m	17-2-2013	IJmuiden (NED)	349 Pnt.
50 schoolslag	43.70	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	209 Pnt.
50 schoolslag	38.20	25m	14-10-2012	Almere (NED)	288 Pnt.
100 schoolslag	1:32.61	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	231 Pnt.
100 schoolslag	1:23.50	25m	5-1-2014	Almere (NED)	291 Pnt.
200 schoolslag	3:11.95	50m	16-6-2017	Riga (LAT)	283 Pnt.
200 schoolslag	3:04.80	25m	10-1-2016	Almere (NED)	274 Pnt.
50 vlinderslag	34.54	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	268 Pnt.
50 vlinderslag	32.40	25m	2-6-2013	IJmuiden (NED)	302 Pnt.
100 vlinderslag	1:15.90	25m	14-10-2012	Almere (NED)	249 Pnt.
200 vlinderslag	3:07.80	25m	7-10-2018	Almere (NED)	191 Pnt.
100 wisselslag	1:11.84	25m	30-9-2012	Berchem (BEL)	322 Pnt.
200 wisselslag	2:45.29	50m	9-6-2015	Lignano Sabbiadoro (ITA)	328 Pnt.
200 wisselslag	2:38.20	25m	15-1-2012	Almere (NED)	332 Pnt.

Tijden van maandag 1 september 1980 tot zaterdag 11 juni 2022

50 vrije slag	32.16	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	398 Pnt.
50 vrije slag	31.00	25m	24-3-2018	Deurne (NED)	404 Pnt.
100 vrije slag	1:10.07	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	401 Pnt.
100 vrije slag	1:06.90	25m	14-4-2019	Den Haag (NED)	423 Pnt.
200 vrije slag	2:38.91	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	359 Pnt.
200 vrije slag	2:27.40	25m	13-1-2019	Hoofddorp (NED)	420 Pnt.
400 vrije slag	5:16.40	25m	7-11-2021	Helmond (NED)	404 Pnt.
800 vrije slag	11:18.00	25m	4-11-2018	Helmond (NED)	353 Pnt.
50 rugslag	43.26	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	242 Pnt.
50 rugslag	38.70	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	289 Pnt.
100 rugslag	1:40.45	50m	12-12-2010	Eindhoven (NED)	188 Pnt.
100 rugslag	1:19.90	25m	30-6-2019	Eindhoven (NED)	324 Pnt.
200 rugslag	3:00.40	25m	18-11-2018	Nieuw-Vennep (NED)	286 Pnt.
50 schoolslag	38.88	50m	31-3-2019	Den Haag (NED)	432 Pnt.
50 schoolslag	38.70	25m	14-4-2019	Den Haag (NED)	401 Pnt.
100 schoolslag	1:25.95	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	415 Pnt.
100 schoolslag	1:23.30	25m	14-4-2019	Den Haag (NED)	419 Pnt.
200 schoolslag	3:27.24	50m	7-12-2014	Eindhoven (NED)	302 Pnt.
200 schoolslag	3:00.70	25m	10-2-2019	Almere (NED)	413 Pnt.
25 vlinderslag	20.10	25m	27-9-2008	Lisse (NED)	172 Pnt.
50 vlinderslag	35.20	50m	21-2-2016	Eindhoven (NED)	334 Pnt.
50 vlinderslag	35.20	25m	15-1-2017	Almere (NED)	332 Pnt.
100 vlinderslag	1:29.48	50m	11-12-2016	Eindhoven (NED)	238 Pnt.
100 vlinderslag	1:21.40	25m	17-1-2016	Almere (NED)	301 Pnt.
100 wisselslag	1:16.60	25m	17-3-2019	Hoofddorp (NED)	401 Pnt.
200 wisselslag	2:51.86	50m	2-6-2019	Eindhoven (NED)	395 Pnt.
200 wisselslag	2:48.30	25m	14-4-2019	Den Haag (NED)	379 Pnt.
400 wisselslag	6:07.00	25m	3-11-2019	Helmond (NED)	351 Pnt.