

Beste verenigingen, trainers, juryleden en turnsters,

Hierbij de wedstrijd informatie voor:

Fries Kampioenschap Individueel

Supplement 4 t/m 7, Supplement F, G en H

Regio Friesland

Datum: 22 april 2023

Plaats: Sporthal de Duker
Dwarsvaartweg 2
8391 MH Noordwolde

Het tijdpad vindt u op de volgende pagina.

Enkele opmerkingen:

- Vloermuziek hoeft niet opnieuw te worden ingestuurd
- Voor MB 6&7 is er naast de vloer ook een airtrack aanwezig.
Er wordt geen gebruik gemaakt van lange matten.

We hopen op een gezellige sportieve wedstrijd!

Hartelijke groet,
Regionale Technische Commissie Turnen Dames
Regio Friesland

		Wedstrijd 1	
Warming up	08.45 uur	Baan 1	Baan 2
Wedstrijd	09.00 uur	Middenbouw 7 (24)	Junior G (12)
Einde wedstrijd	10.45 uur		Jeugd F (12)
Gevolgd door prijsuitreiking			
		Totaal 24	Totaal 24

		Wedstrijd 2	
Warming up	11.00 uur	Baan 1	Baan 2
Wedstrijd	11.15 uur	Middenbouw 6 (24)	Junior F (12)
Einde wedstrijd	13.00 uur		Senior G (6)
Gevolgd door prijsuitreiking			Senior F (8)
		Totaal 24	Totaal 26

		Wedstrijd 3	
Warming up	13.30 uur	Baan 1	Baan 2
Wedstrijd	13.45 uur	Jeugd H (24)	Middenbouw 5 (24)
Einde wedstrijd	15.30 uur		
Gevolgd door prijsuitreiking			
		Totaal 24	Totaal 24

		Wedstrijd 4	
Warming up	15.45 uur	Baan 1	Baan 2
Wedstrijd	16.00 uur	Junior H (12)	Middenbouw 4 (24)
Einde wedstrijd	17.45 uur	Jeugd G (12)	
Gevolgd door prijsuitreiking			
		Totaal 24	Totaal 24

Juryindeling

Juryvergadering: 08.30 uur

HWJ Henk Spijkstra

Baan A

Sprong Tineke van Hunen
Lisa Strampel

Brug José Daamen
Yvette van Dijk

Balk Sietske Yska
Manon de Vries
Marjet Waldram

Vloer Annemieke Fleury
Elles Silvius
Paulien Overzet

Baan B

Hermien Hoekstra
Jellie Bosma

Johan Smit
Mirjam Veeman

Mieke Bergstra
Anita Breeuwsma
Jeanet Wilts

Betty de Vries
Anneke Veenema
Karin Huizinga

WEDSTRIJD RONDE 1

Baan A

Middenbouw Supplement 7

1	Jasmijn Hollander	Longa	MB7
3	Marenthe Wassenaar	SVD	MB7
5	Tessa van der Zee	Parrega	MB7
7	Tara Jonkers	Longa	MB7
9	Senna Jongbloed	Turnlust H.	MB7
11	Jolien Dijkstra	SSS	MB7

21	Mila Benthe Lemstra	Dynamyk	MB7
23	Jana Steegstra	RSO	MB7
25	Isa Horstman	Kwiek	MB7
27	Anna Nicolaj	Dynamyk	MB7
29	Yeldau Hylkema	De Stanfries	MB7
31	Ylse de Boer	RSO	MB7

41	Dana Hofman	Pegasus	MB7
43	Hannah van der Meulen	V&K	MB7
45	Mirte Ammarins Aukema	Pegasus	MB7
47	Linde Omniczynski	V&K	MB7
49	Bente Hooghierstra	Pegasus	MB7
51	Liza Dijkema	Herc.-T.	MB7

62	Feline Gorter	Maas	MB7
63	Amy Staamer	GVL	MB7
65	Ximena Hendrik	Arena	MB7
67	Ebioma Benson	GVL	MB7
69	Hiske Sierdsma	SHELL	MB7
71	Lynn Ensink	T&GD	MB7

WEDSTRIJD RONDE 1

Baan B

Junior G en Jeugd F

2	Ryanna de Vries	DGC	Junior G
4	Iris Terpstra	Turnlust-H.	Junior G
6	Marije Terra	SSS	Junior G
8	Jasmijn Elzinga	DGC	Junior G
10	Sylvia van der Meulen	SVD	Junior G
12	Mirte de Vries	UDI	Junior G

22	Jeanette Jeger	Hanzestad	Junior G
24	Carice Bakker	De Stanfries	Junior G
26	Yvonne Bosch	Warns	Junior G
28	Boudyn v/d Velde	Warns	Junior G
30	Alysha Gerritsma	Hanzestad	Junior G
32	Christina Bosch	Warns	Junior G

42	Kyra Wiegers	DOS	Jeugd F
44	Julia Akkerman	Pegasus	Jeugd F
46	Mieke Baukje Baard	DOS	Jeugd F
48	Eline Kuipers	CSC	Jeugd F
50	Lieke Triemstra	DOS	Jeugd F
52	Ylse Fekkes	V&V	Jeugd F

62	Amarins Elfring	Arena	Jeugd F
64	Floor van Hetteema	Hanzestad	Jeugd F
66	Daphne Tienstra	GVL	Jeugd F
68	Marike Zuidersma	Maas	Jeugd F
70	Merel Boonstra	GVL	Jeugd F
72	Nynke Posthumus	T&GD	Jeugd F

WEDSTRIJD RONDE 2

Baan A

Middenbouw Supplement 6

1	Beau Zwart	SHELL	MB6	<i>sprong</i>
3	Irma Smorenburg	SSS	MB6	<i>brug</i>
5	Nynke Rikst Wiersma	SHELL/Hanze	MB6	<i>balk</i>
7	Tessa Bakker	Hanzestad	MB6	<i>vloer</i>
9	Lynn Dijkstra	SHELL	MB6	
11	Susan Ploegstra	SHELL	MB6	

21	Joanne Wimmenhove	V&K	MB6	<i>brug</i>
23	Louise Veenstra	DGC	MB6	<i>balk</i>
25	Djazzlin Hallema	DES	MB6	<i>vloer</i>
27	Tess Visser	V&K	MB6	<i>sprong</i>
29	Marrit van der Heide	Wardy	MB6	
31	Afke Brouwer	DES	MB6	

41	Sanne Hoekstra	WSBF	MB6	<i>balk</i>
43	Noek de Boer	GVL	MB6	<i>vloer</i>
45	Idskje Minke Adema	Warns	MB6	<i>sprong</i>
47	Maud Bus	GVL	MB6	<i>brug</i>
49	Alianne de Boer	BB '80	MB6	
51	Sophie Scheper	GVL	MB6	

62	Lisanne Ypma	CSC '45	MB6	<i>vloer</i>
63	Elin Adema	Herc.-O.	MB6	<i>sprong</i>
65	Rinske van der Meer	Herc.-O.	MB6	<i>brug</i>
67	Lis Slot	CSC '45	MB6	<i>balk</i>
69	Nynke Binnema	Herc.-O.	MB6	
71	Luna te Raa	T&GD	MB6	

WEDSTRIJD RONDE 2

Baan B

Junior F, Senior F en Senior G

2	Naomi Toonstra	De Stanfries	Junior F
4	Silke Toonstra	De Stanfries	Junior F
6	Lindy Folkertsma	Herc-O.	Junior F
8	Kerenza Spoelman	De Stanfries	Junior F
10	Iris Bosch	V&V	Junior F
12	Nora Friedrich	Hanzestad	Junior F

22	Isabella Oord	GVL	Junior F
24	Mette-Mare Pijl	DOS	Junior F
26	Anne Rijpma	GVL	Junior F
28	Grytsje Atsma	DGC	Junior F
30	Josefien Dijkstra	GVL	Junior F
32	Lotte den Hamer	DGC	Junior F

42	Nente Francke	GVL	Senior F
44	Hilda de Boer	GVL	Senior F
46	Laura Weening	De Stanfries	Senior F
48	Marilee de Vries	Turnlust-H.	Senior F
50	Laura de Boer	GVL	Senior F
52	Marleen Bouw	Arena	Senior F
54	Emy Betten	Kwiek	Senior F

62	Denise van de Koolwijk	V&K	Senior G
64	Froukje v/d Zee	Longa	Senior G
66	Iris Elsinga	Herc. O	Senior G
68	Annemiek Sieperda	V&K	Senior G
70	Tessa Zandstra	De Stanfries	Senior G
72	Manon de Boer	CSC '45	Senior G

WEDSTRIJDRONDE 3

Baan A

Jeugd H

1	Chantal Sijtsma	T&GD	Jeugd H	<i>sprong</i>
3	Esmee Plat	Arena	Jeugd H	<i>brug</i>
5	Myla Jagersma	T&GD	Jeugd H	<i>balk</i>
7	Fenna Hofstra	Arena	Jeugd H	<i>vloer</i>
9	Nienke Hiemstra	T&GD	Jeugd H	
11	Amber Renkema	T&GD	Jeugd H	

21	Indy van den Berg	Pegasus	Jeugd H	<i>brug</i>
23	Moniek Wester	Herc-O.	Jeugd H	<i>balk</i>
25	Kaylee de Boer	Pegasus	Jeugd H	<i>vloer</i>
27	Selina Wouda	Pegasus	Jeugd H	<i>sprong</i>
29	Marijn Nijboer	Herc-O.	Jeugd H	
31	Christina Tsafkas	Pegasus	Jeugd H	

41	Amber Dorenbos	Turnlust-H.	Jeugd H	<i>balk</i>
43	Dana de Vries	Turnlust-H.	Jeugd H	<i>vloer</i>
45	Hedwig Lap	DGC	Jeugd H	<i>sprong</i>
47	Elbrich Wijbenga	Turnlust-H.	Jeugd H	<i>brug</i>
49	Laura Mast	Turnlust-H.	Jeugd H	
51	Mirte Leenburg	Turnlust-H.	Jeugd H	

62	Marrit Elsinga	Longa	Jeugd H	<i>vloer</i>
63	Anna Wietske Haakma	SVD	Jeugd H	<i>sprong</i>
65	Jante Nieuwenhuizen	GVL	Jeugd H	<i>brug</i>
67	Hannah de Boer	BB '80	Jeugd H	<i>balk</i>
69	Afke de Jong	RSO	Jeugd H	
71	Rianne van der Sluis	De Stanfries	Jeugd H	

WEDSTRIJDRONDE 3

Baan B

Middenbouw supplement 5

2	Isa Postma	Arena		MB5
4	Esmee Mullender	T&GD		MB5
6	Saar Wieringa	Arena		MB5
8	Merle Bouma	T&GD		MB5
10	Faya de Vries	Arena		MB5
12	Silke Wiersma	T&GD		MB5

22	Charlotte van der Velden	SHELL		MB5
24	Tessa Drost	SHELL		MB5
26	Demi Rozenberg	SHELL		MB5
28	Marije Boonstra	SHELL		MB5
30	Linda Hoks	CSC		MB5
32	Jenthe Agema	SHELL		MB5

42	Aniek Bakker	Hanzestad		MB5
44	Berber Tilma	Longa-O.		MB5
46	Lenthe Spijksma	Hanzestad		MB5
48	Ylze Meppelink	DOS		MB5
50	Maud de Boer	Starum / Hanzestad		MB5
52	Afke Zijlstra	DOS		MB5

62	Benthe van Buren	GVL		MB5
64	Tess de Haan	CSC '45		MB5
66	Ranomi Paassen	GVL		MB5
68	Dagmar van Hees	Longa		MB5
70	Shanice Ijpelaar	GVL		MB5
72	Feline Luitjes	CSC '45		MB5

WEDSTRIJDRONDE 4

Baan A

Junior H en Jeugd G

1	Marcella Huisman	GVL	Jeugd G	<i>sprong</i>
3	Jaylenn Dekker	Arena	Jeugd G	<i>brug</i>
5	Eline van der Wagen	T&GD	Jeugd G	<i>balk</i>
7	Janna Kalsbeek	Herc-O.	Jeugd G	<i>vloer</i>
9	Jorin Barendsma	Arena	Jeugd G	
11	Milena Eelkema	T&GD	Jeugd G	

21	Rixt Hoekstra	Pegasus	Jeugd G	<i>brug</i>
23	Anne Boon	DOS	Jeugd G	<i>balk</i>
25	Janne Tilma	Longa-O.	Jeugd G	<i>vloer</i>
27	Lieke de Jong	Pegasus	Jeugd G	<i>sprong</i>
29	Esmee Post	Turnlust-H.	Jeugd G	
31	Marleen de Jong	Pegasus	Jeugd G	

41	Nynke Veenstra	BB '80	Junior H	<i>balk</i>
43	Sascha Bron	Pegasus	Junior H	<i>vloer</i>
45	Sofie de Haan	GVL	Junior H	<i>sprong</i>
47	Nynke Westra	BB '80	Junior H	<i>brug</i>
49	Marije Zigterman	Hanzestad	Junior H	
51	Rianne Mozes	Wardy	Junior H	

62	Mirjam Slager	T&GD	Junior H	<i>vloer</i>
63	Hiba Boutzamar	CSC '45	Junior H	<i>sprong</i>
65	Jirla Roersma	DGC	Junior H	<i>brug</i>
67	Anouk van der Bij	GVV	Junior H	<i>balk</i>
69	Cynthia van Drogen	Arena	Junior H	
71	Marijke Henning	Herc-O.	Junior H	

WEDSTRIJDRONDE 4

Baan B

Middenbouw supplement 4

2	Fiore de Vries	WSBF		MB4
4	Ellin de Boer	T&GD		MB4
6	Anouk van der Walle	Arena		MB4
8	Fardau Hoekstra	WSBF		MB4
10	Neelke Lijzenga	T&GD		MB4
12	Yvett van Assen	GVV		MB4

22	Jynthe Kuipers	Pegasus		MB4
24	Marije Andreae	MGVV		MB4
26	Anna Maria van Netten	Pegasus		MB4
28	Nore Bakker	WIK-FTC		MB4
30	Yfke van Grol	Pegasus		MB4
32	Martine Elize de Haan	MGVV		MB4

42	Ninthe Scheenstra	SHELL		MB4
44	Isabel Postma	GVL		MB4
46	Kyra Kok	SHELL		MB4
48	Maud Kuipers	GVL		MB4
50	Celia van der Hoef	SHELL		MB4
52	Zoe Bae	GVL		MB4

62	Lauren Rozenberg	DGC		MB4
64	Christa Koopmans	DOS		MB4
66	Kirsten Tigchelaar	De Stânfries		MB4
68	Dewy van Gelder	DGC		MB4
70	Cameron Spoelman	De Stânfries		MB4
72	Livia Bouwman	DGC		MB4

