

4 x 800m regelmatig Igr 1 en 2 di 24 en do 26 januari 2017
 parcours: Weverstraat-Pottenbakkerstraat-Blokmakerstraat
 (snelheid is berekend van de snelste tijd)

Igr 1 – dinsdag 24 januari 2017

	1 ^e x	2 ^e x	3 ^e x	4 ^e x	km/u
Annette	4:01	4:00	4:04	4:08	12.0
Evert	4:15	4:11	4:14	4:12	11.4
Irma T	3:47	3:43	3:40	3:42	13.0
Jetse	3:34	3:25	3:13	3:19	14.4
Manon	3:50	3:45	3:40	3:41	13.0
Richard	3:46	3:43	3:40	3:45	13.0
Riny	3:46	3:42	3:38	3:41	13.2
Rogier	3:05	3:03	3:04	3:02	15.8

Igr 2 – donderdag 26 januari 2017

	1 ^e x	2 ^e x	3 ^e x	4 ^e x	km/u
Annette	4:03	4:09	4:04	4:02	11.9
Con	3:57	3:57	3:53	3:54	12.3
Els	3:41	3:38	3:36	3:31	13.6
Marjolein	3:59	4:05	3:55	3:55	12.2
Mark	3:08	3:13	3:13	3:06	15.4
Richard	4:03	4:09	4:01	4:00	12.0
Riny	4:03	4:09	4:01	3:58	12.1
Sip	3:59	4:07	4:01	4:00	12.0
Sonja	3:55	3:51	3:49	3:47	12.6
Wendy	4:37	- - -	4:40	- - -	10.3
Wim	3:08	3:13	3:13	3:06	15.4

4 x 800m – 3 x zelfde tempo en 4^e snelst - Igr 1 dd. 6 sep '16
 Parcours: Weverstraat-Pottenbakkerstraat-Blokmakerstraat

ronde	1 ^e	2 ^e	3 ^e	4 ^e	*km/u
Con	3:52	3:53	3:51	3:48	12.6

Els	3:21	3:29	3:28	3:18	14.5
Esther V	3:23	3:24	3:23	3:16	14.6
Esther W	3:43	3:41	3:35	3:30	13.7
Evert	4:04	4:09	4:00		----
Jan H.	4:01	4:05	4:00	3:53	12.3
Jos	3:52	3:53	3:55	4:10	11.5
Manon	3:42	3:42	3:33	3:23	14.1
Mark	3:06	3:08	3:12	2:51	16.8
Michaela	3:43	3:41	3:40	3:40	13.0
Monique	3:43	3:42	3:38	3:16	14.6
Peter	3:07	3:08	3:12	2:59	16.0
Riny	3:43	3:42	3:45	3:40	13.0
Savio	3:46	3:41	3:33	3:11	15.0

*km/u berekend van ronde 4

4 x 800m – 3 x zelfde tempo en 4^e snelst - lgr 1 dd. 6 sep '16
Parcours: Weverstraat-Pottenbakkerstraat-Blokmakerstraat

ronde	1 ^e	2 ^e	3 ^e	4 ^e	*km/u
Con	3:52	3:53	3:51	3:48	12.6
Els	3:21	3:29	3:28	3:18	14.5
Esther V	3:23	3:24	3:23	3:16	14.6
Esther W	3:43	3:41	3:35	3:30	13.7
Evert	4:04	4:09	4:00		----
Jan H.	4:01	4:05	4:00	3:53	12.3
Jos	3:52	3:53	3:55	4:10	11.5
Manon	3:42	3:42	3:33	3:23	14.1
Mark	3:06	3:08	3:12	2:51	16.8
Michaela	3:43	3:41	3:40	3:40	13.0
Monique	3:43	3:42	3:38	3:16	14.6
Peter	3:07	3:08	3:12	2:59	16.0
Riny	3:43	3:42	3:45	3:40	13.0
Savio	3:46	3:41	3:33	3:11	15.0

*km/u berekend van ronde 4