

## 10. Nederlandse Records ILSE Masters 50-54 jaar

<b>10.1 200 meter hinderniszwemmen</b>				
<b>D. 25</b>	10-4-2016	Astrid van de Kooij PK Limburg te België	Dordrecht	<b>03:39,94</b>
<b>D. 50</b>	7-3-2010	Marjolein Peulen Heythuysen	Heythuysen	<b>03:13,0</b>
<b>H. 25</b>	2-4-2017	Erik de Reuver PK Limburg	Oss	<b>03:19,10</b>
<b>H. 50</b>	19-03-2022	Sven Roemen ILSE Dordrecht	Echt	<b>02:35,84</b>

<b>10.2 100 meter popduiken met zwemvliezen</b>				
<b>D. 25</b>	20-4-2019	Francoise Duran Groenhoven Cup	Amersfoort	<b>01:27,10</b>
<b>D. 50</b>	11-3-2018	Majan Hobus ILSE Dordrecht	Heythuysen	<b>01:25,68</b>
<b>H. 25</b>	20-4-2019	Jos Beckers Groenhoven Cup	Echt	<b>01:03,69</b>
<b>H. 50</b>	19-03-2022	Sven Roemen ILSE Dordrecht	Echt	<b>01:01,91</b>

<b>10.3 100 meter reddingswisselslag</b>				
<b>D. 25</b>	10-4-2016	Astrid van de Kooij PK Limburg te België	Dordrecht	<b>02:17,01</b>
<b>D. 50</b>	2-12-2017	Astrid van de Kooij Orange Cup	Dordrecht	<b>02:13,60</b>
<b>H. 25</b>	20-1-2019	Marcel in 't Veld PK West Vlaanderen	Dordrecht	<b>01:59,58</b>
<b>H. 50</b>	2-12-2017	Erik van Dalen Orange Cup	Dordrecht	<b>01:26,49</b>



## 10.4 50 meter popduiken

<b>D. 25</b>	20-4-2019	Francoise Duran Groenhovencup	Amersfoort	<b>00:53,45</b>
<b>D. 50</b>	17-3-2019	Marjan Hobus ILSE wedstrijd te Dordrecht	Heythuysen	<b>00:50,53</b>
<b>H. 25</b>	20-4-2019	Jos Beckers Groenhoven Cup	Echt	<b>00:36,32</b>
<b>H. 50</b>	1-12-2019	Jos Beckers Orange Cup	Echt	<b>00:39,93</b>

## 10.5 100 meter lifesaver

<b>D. 25</b>	20-4-2019	Francoise Duran Groenhovencup	Amersfoort	<b>01:29,16</b>
<b>D. 50</b>	16-3-2019	Marjan Hobus ILSE wedstrijd te Dordrecht	Heythuysen	<b>01:21,88</b>
<b>H. 25</b>	20-4-2019	Jos Beckers Groenhovencup Gouda	Echt	<b>01:09,10</b>
<b>H. 50</b>	19-3-2022	Sven Roemen ILSE Dordrecht	Echt	<b>01:02,82</b>

## 10.6 200 meter superlifesaver

<b>D. 25</b>				
<b>D. 50</b>	17-3-2019	Marjan Hobus ILSE wedstrijd Dordrecht	Heythuysen	<b>03:33,24</b>
<b>H. 25</b>	3-2-2019	Wim van Grieken PK Asse	Gouda	<b>02:53,28</b>
<b>H. 50</b>	28-11-2021	Sven Roemen OrangeCup	Echt	<b>02:44,95</b>