

MONNIE GONS

Monnies Presteer

Uitgawe 3 van 2024 | Tydperk: 1 - 7 Februarie



NTS-GALA

Expression Swimmers

Ons sluit 2023 af op 'n hoë noot.

Vanaf 1 Desember 2023 tot 3

Desember 2023 was dit Tshwane

Mayoral's Gala. Ons Monnie-maats

het puik presteer tydens die

geleentheid.

Mackenzie Bouwer o/8

50m Rugslag 54,51 Tydsverbetering

50m Borsslag 1:05,82

50m Vryslag 49,06

Madelein de Villiers o/10

100m Rugslag 1:51,59

Tydsverbetering

50m Vlinderslag 57,68

50m Rugslag 51,11

100m Borsslag 2:03,25

100m Vryslag 1:30,77

Tydsverbetering

50m Borsslag 54,13 Tydsverbetering

50m Vryslag 39,54 Tydsverbetering

Mieke de Witt o/12

400m Vryslag 6:20,79 1ste plek

50m Vlinderslag 41,23 4e Plek

200m Vryslag 2:57,54 4ePlek

50m Rugslag 43,75

100m Vlinderslag 1:38,49 1ste plek

200m Rugslag 3:28,35

50m Vryslag 37:52

Marietta Ferreira o/12

400m Vryslag 6:25,22 2ste plek

200m Vryslag 3:02,75

100m Borsslag 1:53,00

100m Vryslag 1:21,57

200m Vryslag aflos 2:19,17 2e plek

50m Borsslag 48,13

50m Vryslag 37,86

Liam Klingbiel o/10

50m Rugslag 46,11

100m Borsslag 2:07,61

Tydsverbetering

50m Borsslag 58,80 Tydsverbetering

50m Vryslag 42,56 Tydsverbetering

Angelique Marais o/11

200m Borsslag 4:01,35 5e pek

Tydsverbetering

200m Vryslag 3:06,90

Tydsverbetering

100m Borsslag 1:54,43

Tydsverbetering

100m Vryslag 1:21,38 2e plek

Tydsverbetering

50m Borsslag 49,34 5e plek

Tydsverbetering

50m Vryslag 36,11 4e plek

Tydsverbetering

Acin Mare o/8

100m Rugslag 1:41,47 3e plek

Tydsverbetering

50m Rugslag 46,15 3e plek

Tydsverbetering

100m Borsslag 2:04,13 2e plek

100m Vryslag 1:33,37 4e plek

Tydsverbetering

50m Borsslag 56,19 3e plek

Tydsverbetering

50m Vryslag 41,23 Tydsverbetering

Anzel Smit o/10

50m Rugslag 47,53 Tydsverbetering

100m Borsslag 1:57,74

100m Vryslag 1:32,60

Alize Spangenberg o/11

200m Borsslag 3:56,96 4e plek

200m Vryslag 3:10,20

100m Borsslag 1:48,62

50m Borsslag 50,15 Tydsverbetering

50m Vryslag 37,88 Tydsverbetering

Ben Vermeulen o/10

100m Rugslag 1:41,75

50m Vlinderslag 52,06

50m Rugslag 49,04

100m Vryslag 1:35,97

50m Borsslag 59,34

50m Vryslag 40,57 Tydsverbetering

TC Wink o/8

100m Rugslag 1:45,11 4e plek

Tydsverbetering

50m Rugslag 48,48 5e plek

100m Borsslag 2:06,16 5e plek

Tydsverbetering

100m Vryslag 1:30,60 2e plek

Tydsverbetering

50m Borsslag 58,39 Tydsverbetering

50m Vryslag 38,28 2e plek

Tydsverbetering

2024

Ons eerste gala van 2024 was Vrydag,

19 Januarie 2024 en 20 Januarie

2024:

Madelein de Villiers o/10

50m Borsslag 54,95

100m Vryslag 1:35,88

50m Rugslag 51,53

50m Vryslag 41,62

Mieke de Witt o/12

100m Rugslag 1:37,38 4e plek
100m Vryslag 1:23,42 3e plek
200m Vryslag 3:02,98 2e plek
50m Rugslag 44,28 4e plek
50m Vlinderslag 44,05 2e plek

Liam Klingbiel o/10

50m Borsslag 56,62 Tydsverbetering
100m Vryslag 1:33,97
50m Rugslag 47,16 3e plek
50m Vlinderslag 55,34 3e plek
50m Vryslag 42,08 Tydsverbetering

Angelique Marais o/11

50m Borsslag 48,06 1ste plek
Tydsverbetering
100m Vryslag 1:25,94
200m Vryslag 3:15,55
100m Borsslag 1:55,26
50m Vryslag 36,40 1ste plek

Cayleb Richter o/10

50m Borsslag 1:10,63
50m Rugslag 57,33 Tydsverbetering

Liam Schroeder o/9

50m Borsslag 54,67 3e plek
50m Rugslag 51,30
100m Borsslag 2:03,36 4e plek
Tydsverbetering
50 m Vlinderslag 53,41 2e plek
50m Vryslag 41,82

Michael van Eeden o/12

50m Borsslag 52,58 Tydsverbetering

TC Wink o/8

100m Rugslag 1:43,61 2e plek
Tydsverbetering
100m Vryslag 1:28,80 1ste plek
Tydsverbetering
50m Rugslag 47,16 4e plek
Tydsverbetering
100m Borsslag 2:08,69 2e plek
50 m Vryslag 41,18 5e plek

Ons volgende gala vind plaas Vrydag,
2 Februarie 2024 en Saterdag, 3
Februarie 2024 en ons sien uit om te
sien wat ons swemmers oplewer.