

PNA

07-25-04

LONG COURSE METERS

P = P.N.A. RECORD

Z = NORTHWEST ZONE RECORD

N = NATIONAL RECORD

W = WORLD RECORD

S = SPLIT TIME

U = UNOFFICAL TIME (1 WATCH)

-----  
WOMEN 25-29  
-----

200 M. FREE  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 2:47.32  
1500 M. FREE  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 23:24.08  
50 M. BACK  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 39.64  
100 M. BACK  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 1:25.46  
50 M. BRST  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 43.34  
100 M. BRST  
ALISON AYLESWORTH 27 PNA 1:34.16  
-----

WOMEN 30-34  
-----

50 M. FREE  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 41.71  
ELLEN CULLOM 34 PNA 43.16  
100 M. FREE  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 1:35.01  
ELLEN CULLOM 34 PNA 1:42.90  
200 M. FREE  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 3:21.88  
ELLEN CULLOM 34 PNA 3:50.50  
400 M. FREE  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 7:13.76  
50 M. BRST  
ELLEN CULLOM 34 PNA 53.82  
100 M. BRST  
ELLEN CULLOM 34 PNA 2:01.24  
200 M. BRST  
ELLEN CULLOM 34 PNA 4:10.20  
50 M. FLY  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 50.48  
200 M. I.M.  
JESSICA GALLEGOS 32 PNA 3:59.65  
-----

WOMEN 35-39  
-----

50 M. FREE  
TARA SIMSAK 35 PNA 29.84  
JULIA NEFCZYK 36 PNA 35.94  
KATHY MOORE 37 PNA 37.51  
JENNIFER MAIER 35 PNA 44.07  
MARY BURRIS 39 PNA 46.24

100 M. FREE			
TARA SIMSAK	35	PNA	1:05.05 P
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	1:27.42
200 M. FREE			
TARA SIMSAK	35	PNA	2:26.55 P
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	3:12.44
JENNIFER MAIER	35	PNA	3:40.86
400 M. FREE			
ALLISON MOORE	35	UNAT	5:14.09
JULIA NEFCZYK	36	PNA	6:10.83
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	6:46.66
800 M. FREE			
ALLISON MOORE	35	UNAT	10:42.16
JULIA NEFCZYK	36	PNA	12:49.08
1500 M. FREE			
JULIA NEFCZYK	36	PNA	24:30.47
50 M. BACK			
ALLISON MOORE	35	UNAT	43.77
KATHY MOORE	37	PNA	44.17
JENNIFER MAIER	35	PNA	49.82
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	52.77
100 M. BACK			
MARY BURRIS	39	PNA	2:03.38
200 M. BACK			
JENNIFER MAIER	35	PNA	3:51.77
50 M. BRST			
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	47.75
KATHY MOORE	37	PNA	51.43
MARY BURRIS	39	PNA	59.14
100 M. BRST			
MARY BURRIS	39	PNA	2:12.28
50 M. FLY			
TARA SIMSAK	35	PNA	30.97 P
JULIA NEFCZYK	36	PNA	39.17
KATHY MOORE	37	PNA	43.87
KELLY MCDERMOTT	37	PNA	43.98
200 M. I.M.			
TARA SIMSAK	35	PNA	2:53.03
ALLISON MOORE	35	UNAT	3:02.39

-----  
WOMEN 40-44  
-----

100 M. FREE			
ERIN BURGMAN	42	PNA	1:05.71
200 M. FREE			
ERIN BURGMAN	42	PNA	2:31.97 P
400 M. FREE			
ERIN BURGMAN	42	PNA	5:22.99 P
50 M. BACK			
LISA DAHL	43	PNA	35.24
100 M. BACK			
ERIN BURGMAN	42	PNA	1:21.08
200 M. BACK			
ERIN BURGMAN	42	PNA	2:53.49
50 M. FLY			
LISA DAHL	43	PNA	30.92 Z
200 M. I.M.			

ERIN BURGMAN 42 PNA 2:56.06

-----  
WOMEN 50-54  
-----

50 M. FREE  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 30.61 P  
DONA WILLIAMS 51 PNA 34.49  
100 M. FREE  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 1:12.39  
DONA WILLIAMS 51 PNA 1:24.62  
JANE MOORE 54 PNA 1:42.31  
200 M. FREE  
DONA WILLIAMS 51 PNA 3:09.88  
400 M. FREE  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 5:57.31  
DONA WILLIAMS 51 PNA 6:47.53  
1500 M. FREE  
JANE MOORE 54 PNA 29:47.30  
50 M. BACK  
JANE MOORE 54 PNA 56.51  
50 M. FLY  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 33.73 Z  
DONA WILLIAMS 51 PNA 40.05  
100 M. FLY  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 1:19.69 Z  
200 M. FLY  
DEBBIE GLASSMAN 51 PNA 3:00.75 Z  
200 M. I.M.  
DONA WILLIAMS 51 PNA 3:32.30

-----  
WOMEN 55-59  
-----

50 M. FREE  
JANET GETTLING 56 OREG 34.00  
100 M. FREE  
COLLEEN NELSON 55 MSAB 1:20.19  
SALLY DILLON 58 PNA 1:28.86 S  
200 M. FREE  
COLLEEN NELSON 55 MSAB 2:56.36  
SALLY DILLON 58 PNA 3:05.49 S  
SARAH WELCH 57 PNA 3:11.17  
400 M. FREE  
COLLEEN NELSON 55 MSAB 6:13.81  
SALLY DILLON 58 PNA 6:22.08 S  
800 M. FREE  
SALLY DILLON 58 PNA 12:50.09  
JEANNE ENSIGN 58 PNA 16:14.77  
1500 M. FREE  
JANET GETTLING 56 OREG 24:31.95  
50 M. BRST  
GINGER PIERSON 58 MACO 42.44  
COLLEEN NELSON 55 MSAB 44.01  
100 M. BRST  
COLLEEN NELSON 55 MSAB 1:35.79  
GINGER PIERSON 58 MACO 1:36.19  
SALLY DILLON 58 PNA 1:42.99

JANET GETTLING	56 OREG	1:43.58
200 M. BRST		
COLLEEN NELSON	55 MSAB	3:39.96
50 M. FLY		
JANET GETTLING	56 OREG	39.52
SARAH WELCH	57 PNA	45.57
100 M. FLY		
JANET GETTLING	56 OREG	1:35.41
200 M. FLY		
JANET GETTLING	56 OREG	3:39.19
400 M. I.M.		
GINGER PIERSON	58 MACO	7:19.50
SARAH WELCH	57 PNA	7:46.60

-----  
WOMEN 60-64  
-----

200 M. FREE		
DIANE LEWIS	61 ARIZ	4:00.55

-----  
WOMEN 70-74  
-----

200 M. FREE		
JANET KAVADAS	73 PNA	4:51.00
200 M. BACK		
JANET KAVADAS	73 PNA	5:06.79
50 M. BRST		
JANET KAVADAS	73 PNA	1:12.88
100 M. BRST		
JANET KAVADAS	73 PNA	2:43.46

-----  
WOMEN 75-79  
-----

50 M. FREE		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	56.32 P
100 M. FREE		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	2:10.71 P
200 M. FREE		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	4:39.82
50 M. BACK		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	1:00.82 Z
100 M. BACK		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	2:24.89 Z
200 M. BACK		
BERNICE PHILLIPS	77 PNA	5:13.54

-----  
WOMEN 80-84  
-----

100 M. FREE		
MURIEL FLYNN	81 PNA	2:12.02 Z
200 M. FREE		
MARION CHADWICK	83 PNA	6:26.15
800 M. FREE		
MARION CHADWICK	83 PNA	28:11.46
200 M. BACK		
MARION CHADWICK	83 PNA	7:09.84
50 M. BRST		
MURIEL FLYNN	81 PNA	1:05.61 Z

100	M.	BRST			
	MURIEL	FLYNN	81	PNA	2:25.38 Z
	MARION	CHADWICK	83	PNA	5:11.73
200	M.	BRST			
	MURIEL	FLYNN	81	PNA	5:12.54 Z

-----  
M E N 25-29  
-----

50	M.	FREE			
	DMITRI	PARAMONOV	26	UNAT	26.78
400	M.	FREE			
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	5:04.24
100	M.	BACK			
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	1:16.37
200	M.	BACK			
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	2:41.31
50	M.	FLY			
	DMITRI	PARAMONOV	26	UNAT	29.92
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	30.32
100	M.	FLY			
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	1:06.39
200	M.	FLY			
	TIMOTHY	GRIMES	25	PNA	2:37.50

-----  
M E N 30-34  
-----

50	M.	FREE			
	STEVEN	ROSARIA	30	PNA	27.80
100	M.	FREE			
	STEVEN	ROSARIA	30	PNA	1:05.29
50	M.	BACK			
	STEVEN	ROSARIA	30	PNA	35.75
50	M.	BRST			
	STEVEN	ROSARIA	30	PNA	36.58
100	M.	BRST			
	STEVEN	ROSARIA	30	PNA	1:20.61

-----  
M E N 35-39  
-----

50	M.	BRST			
	MARK	OLDHAM	35	MSAB	34.90
100	M.	BRST			
	MARK	OLDHAM	35	MSAB	1:16.98
50	M.	FLY			
	MARK	OLDHAM	35	MSAB	27.94

-----  
M E N 40-44  
-----

50	M.	FREE			
	JAMES	LITTLEFIELD	44	PNA	27.75
	MICHAEL	TURCOTT	41	PNA	31.24
100	M.	FREE			
	JAMES	LITTLEFIELD	44	PNA	1:03.43
	DAN	SMITH	42	PNA	1:03.66
	DOUG	PARRISH	44	PNA	1:13.21
	MICHAEL	TURCOTT	41	PNA	1:17.48
200	M.	FREE			

JAMES LITTLEFIELD	44	PNA	2:22.30
DOUG PARRISH	44	PNA	2:45.70
400 M. FREE			
ERIC DYBDAHL	44	PNA	5:07.95
DOUG PARRISH	44	PNA	5:58.89
800 M. FREE			
ERIC DYBDAHL	44	PNA	10:52.68
DOUG PARRISH	44	PNA	12:32.38
1500 M. FREE			
DAN SMITH	42	PNA	20:48.91
50 M. BACK			
JAMES LITTLEFIELD	44	PNA	33.32
MICHAEL TURCOTT	41	PNA	50.01
50 M. BRST			
DAN SMITH	42	PNA	35.17
MICHAEL TURCOTT	41	PNA	44.82
100 M. BRST			
DAN SMITH	42	PNA	1:20.97
200 M. BRST			
DAN SMITH	42	PNA	2:57.39
50 M. FLY			
JAMES LITTLEFIELD	44	PNA	30.15
DOUG PARRISH	44	PNA	37.99
MICHAEL TURCOTT	41	PNA	41.02
100 M. FLY			
PAUL GLEZEN	43	PNA	1:11.01
ERIC DYBDAHL	44	PNA	1:11.39
DAN SMITH	42	PNA	1:12.80
200 M. FLY			
ERIC DYBDAHL	44	PNA	2:45.02
200 M. I.M.			
PAUL GLEZEN	43	PNA	2:34.57
DOUG PARRISH	44	PNA	3:29.75
400 M. I.M.			
PAUL GLEZEN	43	PNA	5:38.77
ERIC DYBDAHL	44	PNA	6:22.70

-----  
M E N 45-49  
-----

50 M. FREE			
BRUCE CRIST	48	PNA	27.47
DAVID DEREGO	46	UNAT	32.37
100 M. FREE			
DAVID DEREGO	46	UNAT	1:15.43
200 M. FREE			
BRUCE CRIST	48	PNA	2:25.28
400 M. FREE			
DAVID DEREGO	46	UNAT	6:38.68
800 M. FREE			
BRUCE CRIST	48	PNA	11:09.17
1500 M. FREE			
DAN ROBINSON	47	PNA	19:30.88
BRUCE CRIST	48	PNA	21:38.17
50 M. BACK			
BRUCE CRIST	48	PNA	34.15
50 M. BRST			
DAVID DEREGO	46	UNAT	41.28

100 M. BRST			
DAVID DEREGO	46 UNAT	1:35.39	
50 M. FLY			
BRUCE CRIST	48 PNA	31.24	
200 M. FLY			
DAN ROBINSON	47 PNA	2:35.56	

-----  
M E N 50-54  
-----

50 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	25.92	
100 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	58.06	
200 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	2:06.93	
400 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	4:35.95	Z
800 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	9:37.74	Z
1500 M. FREE			
LARRY KRAUSER	51 INWM	18:31.35	Z
SCOTT LAUTMAN	52 PNA	18:57.14	
BILL PENN	53 PNA	19:22.75	
200 M. FLY			
SCOTT LAUTMAN	52 PNA	2:21.40	W

-----  
M E N 55-59  
-----

50 M. FREE			
FRANK WARNER	55 TYR	30.22	
100 M. FREE			
STEVEN PETERSON	58 PNA	1:12.86	
200 M. FREE			
FRANK WARNER	55 TYR	2:22.20	
1500 M. FREE			
STEVEN PETERSON	58 PNA	22:27.60	
100 M. BACK			
FRANK WARNER	55 TYR	1:17.38	
50 M. BRST			
STEVEN PETERSON	58 PNA	37.30	P
100 M. BRST			
STEVEN PETERSON	58 PNA	1:24.59	
200 M. BRST			
STEVEN PETERSON	58 PNA	3:04.93	Z

-----  
M E N 60-64  
-----

50 M. FREE			
ROBERT PILGER	61 PNA	29.55	P
100 M. FREE			
ROBERT PILGER	61 PNA	1:10.47	
1500 M. FREE			
ROBERT PILGER	61 PNA	25:33.14	
200 M. BACK			
LEE CARLSON	64 PNA	3:50.96	

-----  
M E N 70-74  
-----

-----  
400 M. FREE  
DAVID RADCLIFF 70 OREG 5:47.30 Z  
JIM BRYAN 72 PNA 7:55.85  
800 M. FREE  
DAVID RADCLIFF 70 OREG 12:06.62  
200 M. BACK  
TOM FOLEY 70 PNA 4:23.99  
50 M. BRST

DON REHFELDT 70 PNA 1:00.04  
100 M. BRST  
DON REHFELDT 70 PNA 2:00.70  
100 M. FLY  
TOM FOLEY 70 PNA 2:46.44  
400 M. I.M.  
DON REHFELDT 70 PNA 9:21.20  
TOM FOLEY 70 PNA 10:12.99  
-----

M E N 75-79  
-----

50 M. BACK  
LEE MIESEN 77 MACO 53.25  
200 M. BACK  
LEE MIESEN 77 MACO 4:15.72  
50 M. BRST  
LEE MIESEN 77 MACO 51.72  
200 M. I.M.  
LEE MIESEN 77 MACO 5:05.64  
-----

M E N 90-94  
-----

200 M. FREE  
GENE CROSSETT 91 PNA 5:16.28  
800 M. FREE  
GENE CROSSETT 91 PNA 24:19.62 Z  
-----

RELAYS-WOMEN 200 M. FREE  
-----

120-159  
KELLY MCDERMOTT 37 36 2:59.87  
MARY BURRIS 39  
JENNIFER MAIER 35  
ALISON AYLESWORTH 27