

1. Uitslag 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	9 Tijn van Til	HN2	3	I	40.74		
2	26 Hugo de Jonge	HN1	5	I	40.95	PR	
3	11 Erben van der Lans	HN3	4	O	45.02		
4	12 Thijs Heezen	HN3	4	I	45.67		
5	7 Bert-Jan Mostert	H55	1	O	49.10		
6	15 Pepijn de Nie	HN3	2	O	49.32		
7	3 Elma Endhoven	DSB	2	I	49.69		
	8 Leon van Kooten	HSB	3	O	DNF		
	6 Co Oudshoorn	H65	1	I	DNS		

1. Rituitslag 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	6	Co Oudshoorn		H65	46.01		DNS
	rd	7	Bert-Jan Mostert		H55	44.47		49.10
		<u>Co Oudshoorn</u>			<u>Bert-Jan Mostert</u>			
		100m	24.55	(24.55)	100m	6.83	(6.83)	
		500m	49.10	(24.55)	500m	49.10	(42.27)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	wt	3	Elma Endhoven		DSB	47.01		49.69
	rd	15	Pepijn de Nie		HN3	45.85		49.32
		<u>Elma Endhoven</u>			<u>Pepijn de Nie</u>			
		100m	13.13	(13.13)	100m	12.97	(12.97)	
		500m	49.69	(36.56)	500m	49.32	(36.35)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	9	Tijn van Til		HN2	40.58		40.74
	rd	8	Leon van Kooten		HSB	44.85		DNF
		<u>Tijn van Til</u>			<u>Leon van Kooten</u>			
		100m	11.16	(11.16)	100m	12.57	(12.57)	
		500m	40.74	(29.58)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	wt	12	Thijs Heezen		HN3	43.62		45.67
	rd	11	Erben van der Lans		HN3	40.95		45.02
		<u>Thijs Heezen</u>			<u>Erben van der Lans</u>			
		100m	12.29	(12.29)	100m	11.69	(11.69)	
		500m	45.67	(33.38)	500m	45.02	(33.33)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	26	Hugo de Jonge		HN1	41.23		40.95 PR
	rd							
		<u>Hugo de Jonge</u>						
		100m	11.25	(11.25)	m			
		500m	40.95	(29.70)				

2. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	2 Mijke Anne Kanneworff	D40	11	O	5:02.79		
2	21 Nouschka Steenks	DC1	10	I	5:13.49	PR	
3	22 Feline Solleveld	DC2	6	I	5:15.84		
4	16 Hugo Verhaar	HN3	8	O	5:17.56		
5	5 Menco van den Berg	H55	8	I	5:35.49	PR	
6	20 Lindsey Eijgermans	DC2	11	I	5:42.20		
7	24 Luna Beks	DC1	7	I	5:42.22		
8	17 Rinske Hogenboom	DC1	9	I	5:42.43	PR	
9	23 Lisa de Koster	DC2	9	O	5:48.48	PR	
10	19 Clover van Zeijl	DC2	7	O	5:54.25		
11	18 Mirthe Wijnakker	DC2	6	O	5:55.46		
	25 Maaïke Helleman	DC1				WDR	

2. Rituitslag 3000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	wt	22 Feline Solleveld	DC2		5:15.84	
	rd	18 Mirthe Wijnakker	DC2		5:55.46	

Feline Solleveld

200m	23.82	(23.82)
600m	1:03.94	(40.12)
1000m	1:45.59	(41.65)
1400m	2:27.73	(42.14)
1800m	3:10.62	(42.89)
2200m	3:53.84	(43.22)
2600m	4:36.17	(42.33)
3000m	5:15.84	(39.67)

Mirthe Wijnakker

200m	25.43	(25.43)
600m	1:10.71	(45.28)
1000m	1:57.52	(46.81)
1400m	2:45.93	(48.41)
1800m	3:35.26	(49.33)
2200m	4:24.00	(48.74)
2600m	5:12.75	(48.75)
3000m	5:55.46	(42.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	gl	24 Luna Beks	DC1		5:42.22	
	bl	19 Clover van Zeijl	DC2		5:54.25	

Luna Beks

200m	24.18	(24.18)
600m	1:05.51	(41.33)
1000m	1:49.63	(44.12)
1400m	2:35.49	(45.86)
1800m	3:22.93	(47.44)
2200m	4:10.45	(47.52)
2600m	4:57.26	(46.81)
3000m	5:42.22	(44.96)

Clover van Zeijl

200m	24.71	(24.71)
600m	1:07.48	(42.77)
1000m	1:52.80	(45.32)
1400m	2:39.45	(46.65)
1800m	3:27.03	(47.58)
2200m	4:15.89	(48.86)
2600m	5:05.72	(49.83)
3000m	5:54.25	(48.53)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	wt	5 Menco van den Berg	H55		5:40.36	5:35.49 PR
	rd	16 Hugo Verhaar	HN3			5:17.56

Menco van den Berg

200m	26.12	(26.12)
600m	1:08.27	(42.15)
1000m	1:50.86	(42.59)
1400m	2:34.67	(43.81)
1800m	3:18.90	(44.23)
2200m	4:04.18	(45.28)
2600m	4:50.33	(46.15)
3000m	5:35.49	(45.16)

Hugo Verhaar

200m	24.61	(24.61)
600m	1:06.01	(41.40)
1000m	1:48.50	(42.49)
1400m	2:31.00	(42.50)
1800m	3:12.79	(41.79)
2200m	3:55.14	(42.35)
2600m	4:37.04	(41.90)
3000m	5:17.56	(40.52)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	gl	17 Rinske Hogenboom	DC1		6:18.30	5:42.43 PR
	bl	23 Lisa de Koster	DC2		6:18.19	5:48.48 PR

Rinske Hogenboom

200m	24.88	(24.88)
600m	1:07.47	(42.59)
1000m	1:51.74	(44.27)
1400m	2:37.45	(45.71)
1800m	3:23.77	(46.32)
2200m	4:10.47	(46.70)
2600m	4:56.72	(46.25)
3000m	5:42.43	(45.71)

Lisa de Koster

200m	25.17	(25.17)
600m	1:08.55	(43.38)
1000m	1:52.69	(44.14)
1400m	2:38.52	(45.83)
1800m	3:25.33	(46.81)
2200m	4:13.09	(47.76)
2600m	5:01.38	(48.29)
3000m	5:48.48	(47.10)

De Uithof - Den Haag

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
10	wt	21 Nouschka Steenks	DC1	5:13.60	5:13.49 PR
	rd	25 Maaïke Helleman	DC1	5:04.18	WDR

Nouschka Steenks

200m	23.09	(23.09)
600m	1:03.73	(40.64)
1000m	1:45.71	(41.98)
1400m	2:27.39	(41.68)
1800m	3:09.48	(42.09)
2200m	3:51.61	(42.13)
2600m	4:33.75	(42.14)
3000m	5:13.49	(39.74)

Maaïke Helleman

		Naam	Cat	PR	Tijd Info
11	gl	20 Lindsey Eijgermans	DC2	5:37.68	5:42.20
	bl	2 Mijke Anne Kanneworff	D40	4:44.01	5:02.79

Lindsey Eijgermans

200m	24.72	(24.72)
600m	1:07.25	(42.53)
1000m	1:52.49	(45.24)
1400m	2:38.27	(45.78)
1800m	3:24.20	(45.93)
2200m	4:10.55	(46.35)
2600m	4:57.11	(46.56)
3000m	5:42.20	(45.09)

Mijke Anne Kanneworff

200m	23.06	(23.06)
600m	59.85	(36.79)
1000m	1:39.55	(39.70)
1400m	2:20.60	(41.05)
1800m	3:01.12	(40.52)
2200m	3:41.39	(40.27)
2600m	4:22.76	(41.37)
3000m	5:02.79	(40.03)

3. Uitslag 5000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	4 Alexander Doornekamp	HN4	15	O	7:40.18	PR	
2	14 Stefan Lenselink	H40	15	I	8:19.41	PR	
3	10 Edwin van Leeuwen	H40	14	I	9:41.43		
4	1 Annewil Stelloo	D40	12	I	10:28.16		
	13 Ge Scholten	H55	14	O	DQ		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	gl	14 Stefan Lenselink	H40	8:19.72	8:19.41	PR
	bl	4 Alexander Doornekamp	HN4	7:54.35	7:40.18	PR

Stefan Lenselink

200m	22.52	(22.52)
600m	58.07	(35.55)
1000m	1:35.61	(37.54)
1400m	2:14.70	(39.09)
1800m	2:54.28	(39.58)
2200m	3:34.14	(39.86)
2600m	4:14.69	(40.55)
3000m	4:55.06	(40.37)
3400m	5:35.86	(40.80)
3800m	6:16.57	(40.71)
4200m	6:57.78	(41.21)
4600m	7:38.51	(40.73)
5000m	8:19.41	(40.90)

Alexander Doornekamp

200m	21.18	(21.18)
600m	56.27	(35.09)
1000m	1:31.48	(35.21)
1400m	2:07.74	(36.26)
1800m	2:44.20	(36.46)
2200m	3:20.70	(36.50)
2600m	3:55.87	(35.17)
3000m	4:33.97	(38.10)
3400m	5:11.29	(37.32)
3800m	5:48.58	(37.29)
4200m	6:25.74	(37.16)
4600m	7:03.12	(37.38)
5000m	7:40.18	(37.06)

4. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	9 Tijn van Til	HN2	18	I	1:21.33		
2	26 Hugo de Jonge	HN1	20	I	1:23.03		
3	12 Thijs Heezen	HN3	19	I	1:33.00		
4	7 Bert-Jan Mostert	H55	19	O	1:34.07		
5	11 Erben van der Lans	HN3	16	I	1:34.18		
6	8 Leon van Kooten	HSB	17	I	1:35.09		
7	15 Pepijn de Nie	HN3	16	O	1:39.66		
8	3 Elma Endhoven	DSB	17	O	1:41.84		
	6 Co Oudshoorn	H65	18	O	DNS		

4. Rituitslag 1000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	wt	11 Erben van der Lans	HN3	1:22.79	1:34.18	
	rd	15 Pepijn de Nie	HN3	1:33.70	1:39.66	

Erben van der Lans

200m	20.65	(20.65)
600m	56.08	(35.43)
1000m	1:34.18	(38.10)

Pepijn de Nie

200m	22.93	(22.93)
600m	1:00.40	(37.47)
1000m	1:39.66	(39.26)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	8 Leon van Kooten	HSB	1:32.28	1:35.09	
	rd	3 Elma Endhoven	DSB	1:32.57	1:41.84	

Leon van Kooten

200m	21.68	(21.68)
600m	56.51	(34.83)
1000m	1:35.09	(38.58)

Elma Endhoven

200m	23.45	(23.45)
600m	1:01.75	(38.30)
1000m	1:41.84	(40.09)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	wt	9 Tijn van Til	HN2	1:20.94	1:21.33	
	rd	6 Co Oudshoorn	H65	1:29.34	DNS	

Tijn van Til

200m	18.98	(18.98)
600m	48.88	(29.90)
1000m	1:21.33	(32.45)

Co Oudshoorn

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	12 Thijs Heezen	HN3	1:28.49	1:33.00	
	rd	7 Bert-Jan Mostert	H55	1:26.89	1:34.07	

Thijs Heezen

200m	21.31	(21.31)
600m	56.67	(35.36)
1000m	1:33.00	(36.33)

Bert-Jan Mostert

200m	22.85	(22.85)
600m	57.63	(34.78)
1000m	1:34.07	(36.44)



(Neo)Senioren en Masters, keuze 500/1000, 3K of 5K Met Open Inschrijving



De Uithof - Den Haag

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
20	wt rd	26 Hugo de Jonge	HN1	1:22.63	1:23.03	
Hugo de Jonge						
		200m	19.62 (19.62)			m
		600m	49.92 (30.30)			
		1000m	1:23.03 (33.11)			