

1. Uitslag Dames (allen) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	111 Mijke Anne Kanneworff	DSB	20	I	42.36		
2	244 Marloes Westerhof	DSB	18	I	43.91		
3	177 Kaska Rogulska	D50	18	O	44.22		
4	75 Jeanette ten Hag	D40	20	O	44.38		
5	117 Evelien van der Kist	DSB	19	I	44.39		
6	19 Monique Boerema	D55	16	O	45.31		
7	149 Suzanne Mulder	DSB	19	O	46.09		
8	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	15	I	46.11		
9	172 Chantal Rietman-Herms	D40	14	I	46.92		
10	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	16	I	47.01		
11	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	17	I	47.13		
12	70 Janette de Groot - Bron	D40	17	O	47.18		
13	62 Henriëtte Goede	D50	13	O	47.30		
14	17 Lijnie Boele	D50	15	O	47.32		
15	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	12	I	47.36		
16	202 Ciska Stark	D55	14	O	47.45		
17	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	10	O	47.50		
18	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	13	I	47.61		
19	60 Rianne Gerritsen	DSB	11	I	47.64		
20	77 Wendy van der Ham	D45	10	I	47.68		
21	196 Anita Smit-Groot	D55	12	O	47.69		
22	52 Lian van Dongen	D55	9	I	48.20		
23	250 Sandra van Wijngaarden	D45	11	O	48.28		
24	104 Marlies de Jong	D50	6	O	48.31		
25	180 Karin van der Sar	D45	7	I	48.46		
26	235 Hedri Vrieling	D45	3	I	48.72		
27	204 Noor van der Ster	D60	7	O	48.75		
	208 Maura Swinkels	D55	9	O	48.75		
29	168 Ciska de Ree	DSB	8	I	49.03		
30	152 Marianne de Neeling	D55	8	O	49.04		
31	127 Linda Krikke	D45	5	O	49.28		
32	230 Manon van de Vliert-Scholte	D45	5	I	49.48		
33	266 Lettie Zwanenburg	D60	4	O	49.76		
34	82 Barbara Heerschop	D60	6	I	50.03		
35	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	4	I	51.30	PR	
36	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	3	O	52.55		
37	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	1	O	52.66		
38	194 Betsie Slaghuis	D60	1	I	56.95		

1. Rituitslag Dames (allen) 500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	194 Betsie Slaghuis	D60	51.56	56.95	
	rd	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	49.81	52.66	
		Betsie Slaghuis		Marie Andel Wiersma-Talsma		
		100m	14.79 (14.79)	100m	14.48 (14.48)	
		500m	56.95 (42.16)	500m	52.66 (38.18)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl					
	bl					
		m		m		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	235 Hedri Vrieling	D45	48.05	48.72	
	rd	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	51.77	52.55	
		Hedri Vrieling		Petra Andriessen-Hoekema		
		100m	13.14 (13.14)	100m	14.35 (14.35)	
		500m	48.72 (35.58)	500m	52.55 (38.20)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	51.59	51.30	PR
	bl	266 Lettie Zwanenburg	D60	46.64	49.76	
		Michelle van Sonsbeeck		Lettie Zwanenburg		
		100m	14.18 (14.18)	100m	13.86 (13.86)	
		500m	51.30 (37.12)	500m	49.76 (35.90)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	230 Manon van de Vliert-Scholte	D45	47.21	49.48	
	rd	127 Linda Krikke	D45	47.65	49.28	
		Manon van de Vliert-Scholte		Linda Krikke		
		100m	13.32 (13.32)	100m	49.28 (49.28)	
		500m	49.48 (36.16)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	82 Barbara Heerschop	D60	46.04	50.03	
	bl	104 Marlies de Jong	D50	46.84	48.31	
		Barbara Heerschop		Marlies de Jong		
		100m	13.40 (13.40)	100m	13.13 (13.13)	
		500m	50.03 (36.63)	500m	48.31 (35.18)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	180 Karin van der Sar	D45	46.80	48.46	
	rd	204 Noor van der Ster	D60	44.82	48.75	
		Karin van der Sar		Noor van der Ster		
		100m	13.04 (13.04)	100m	13.15 (13.15)	
		500m	48.46 (35.42)	500m	48.75 (35.60)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	168 Ciska de Ree	DSB	47.95	49.03	
	bl	152 Marianne de Neeling	D55	46.57	49.04	
		Ciska de Ree		Marianne de Neeling		
		100m	12.74 (12.74)	100m	13.27 (13.27)	
		500m	49.03 (36.29)	500m	49.04 (35.77)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	52 Lian van Dongen	D55	45.12	48.20	
	rd	208 Maura Swinkels	D55	47.24	48.75	
		Lian van Dongen		Maura Swinkels		
		100m	13.35 (13.35)	100m	13.26 (13.26)	
		500m	48.20 (34.85)	500m	48.75 (35.49)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	77 Wendy van der Ham	D45	46.44	47.68	
	bl	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	46.79	47.50	
		Wendy van der Ham		Carolien Bosch-Oudshoorn		
		100m	12.54 (12.54)	100m	12.58 (12.58)	
		500m	47.68 (35.14)	500m	47.50 (34.92)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	60 Rianne Gerritsen	DSB	46.37	47.64	
	rd	250 Sandra van Wijngaarden	D45	47.60	48.28	
		Rianne Gerritsen		Sandra van Wijngaarden		
		100m	12.96 (12.96)	100m	13.12 (13.12)	
		500m	47.64 (34.68)	500m	48.28 (35.16)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	44.25	47.36	
	bl	196 Anita Smit-Groot	D55	46.86	47.69	
		Jolanda Voskamp-Vollebregt		Anita Smit-Groot		
		100m	12.85 (12.85)	100m	12.99 (12.99)	
		500m	47.36 (34.51)	500m	47.69 (34.70)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	45.85	47.61	
	rd	62 Henriëtte Goede	D50	43.73	47.30	
		Sandra van Bijlert-Burgerhout		Henriëtte Goede		
		100m	12.88 (12.88)	100m	12.93 (12.93)	
		500m	47.61 (34.73)	500m	47.30 (34.37)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	172 Chantal Rietman-Herms	D40	46.19	46.92	
	bl	202 Ciska Stark	D55	46.57	47.45	
		Chantal Rietman-Herms		Ciska Stark		
		100m	12.67 (12.67)	100m	13.02 (13.02)	
		500m	46.92 (34.25)	500m	47.45 (34.43)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	44.52	46.11	
	rd	17 Lijnie Boele	D50	43.60	47.32	
		Dorian Schoonderwoerd		Lijnie Boele		
		100m	12.78 (12.78)	100m	12.83 (12.83)	
		500m	46.11 (33.33)	500m	47.32 (34.49)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	46.22	47.01	
	bl	19 Monique Boerema	D55	43.58	45.31	
		Esther Bouman-Wammes		Monique Boerema		
		100m	13.34 (13.34)	100m	12.43 (12.43)	
		500m	47.01 (33.67)	500m	45.31 (32.88)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	46.37	47.13	
	rd	70 Janette de Groot - Bron	D40	44.96	47.18	
		Erica Della Guardia - de Jong		Janette de Groot - Bron		
		100m	12.82 (12.82)	100m	12.82 (12.82)	
		500m	47.13 (34.31)	500m	47.18 (34.36)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	244 Marloes Westerhof	DSB	41.98	43.91	
	bl	177 Kaska Rogulska	D50	42.33	44.22	
		Marloes Westerhof		Kaska Rogulska		
		100m	11.86 (11.86)	100m	12.08 (12.08)	
		500m	43.91 (32.05)	500m	44.22 (32.14)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	117 Evelien van der Kist	DSB	43.71	44.39	
	rd	149 Suzanne Mulder	DSB	43.77	46.09	
		Evelien van der Kist		Suzanne Mulder		
		100m	12.15 (12.15)	100m	12.69 (12.69)	
		500m	44.39 (32.24)	500m	46.09 (33.40)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
20	gl	111 Mijke Anne Kannevorff	DSB	42.09	42.36	
	bl	75 Jeanette ten Hag	D40	43.43	44.38	
		Mijke Anne Kannevorff		Jeanette ten Hag		
		100m	11.55 (11.55)	100m	12.02 (12.02)	
		500m	42.36 (30.81)	500m	44.38 (32.36)	

2. Uitslag Heren (H65 - H70 - H75) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	191 Pieter Siemonsma	H65	11	O	43.98		
2	134 Rein van Luunen	H65	11	I	44.26		
3	198 Frits van Soest	H65	12	O	44.48		
4	113 Bert Keizer	H65	12	I	45.38		
5	130 Dirk van Leen	H65	7	I	46.15		
6	86 Jacob Heslinga	H65	10	O	46.22		
7	263 Jan Zijp	H65	6	I	46.45		
8	218 Wibe Veenbaas	H65	7	O	46.83		
9	182 Leo Schoenmeijer	H70	9	I	47.07		
10	54 Wim van Duuren	H70	4	I	47.46		
11	53 Pieter den Dunnen	H70	8	O	47.56		
12	138 Bauke Meijer	H70	4	O	47.84		
13	34 Twan den Braber	H65	8	I	48.44		
14	18 Jan Boelen	H70	5	I	48.56		
15	173 Frans Rietveld	H75	2	I	50.26		
16	83 Ton van Helden	H70	5	O	50.33		
17	257 Nico Woldendorp	H75	2	O	50.37		
18	206 Cees Stoop	H70	6	O	51.19		
19	236 Bram de Vries	H75	3	I	51.59		
20	97 Klaas Hulst	H75	1	I	54.41		
21	190 Zwier Selles	H75	3	O	57.88		
22	151 Dirk Nauta	H75	1	O	59.46		

2. Rituitslag Heren (H65 - H70 - H75) 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	97	Klaas Hulst		H75	46.07	54.41	
	rd	151	Dirk Nauta		H75	46.97	59.46	
		Klaas Hulst			Dirk Nauta			
		100m	13.98	(13.98)	100m	15.69	(15.69)	
		500m	54.41	(40.43)	500m	59.46	(43.77)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	173	Frans Rietveld		H75	43.66	50.26	
	bl	257	Nico Woldendorp		H75	45.67	50.37	
		Frans Rietveld			Nico Woldendorp			
		100m	13.38	(13.38)	100m	13.70	(13.70)	
		500m	50.26	(36.88)	500m	50.37	(36.67)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	236	Bram de Vries		H75	44.64	51.59	
	rd	190	Zwier Selles		H75	45.84	57.88	
		Bram de Vries			Zwier Selles			
		100m	13.83	(13.83)	100m	16.38	(16.38)	
		500m	51.59	(37.76)	500m	57.88	(41.50)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	54	Wim van Duuren		H70	46.08	47.46	
	bl	138	Bauke Meijer		H70	45.35	47.84	
		Wim van Duuren			Bauke Meijer			
		100m	12.50	(12.50)	100m	12.65	(12.65)	
		500m	47.46	(34.96)	500m	47.84	(35.19)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	18	Jan Boelen		H70	45.20	48.56	
	rd	83	Ton van Helden		H70	44.81	50.33	
		Jan Boelen			Ton van Helden			
		100m	12.73	(12.73)	100m	13.27	(13.27)	
		500m	48.56	(35.83)	500m	50.33	(37.06)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	263	Jan Zijp		H65		42.65	46.45
	bl	206	Cees Stoop		H70		44.95	51.19
		Jan Zijp			Cees Stoop			
		100m	12.50	(12.50)	100m	13.75	(13.75)	
		500m	46.45	(33.95)	500m	51.19	(37.44)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	130	Dirk van Leen		H65		44.20	46.15
	rd	218	Wibe Veenbaas		H65		42.87	46.83
		Dirk van Leen			Wibe Veenbaas			
		100m	12.14	(12.14)	100m	12.95	(12.95)	
		500m	46.15	(34.01)	500m	46.83	(33.88)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	34	Twan den Braber		H65		43.33	48.44
	bl	53	Pieter den Dunnen		H70		43.40	47.56
		Twan den Braber			Pieter den Dunnen			
		100m	13.31	(13.31)	100m	12.98	(12.98)	
		500m	48.44	(35.13)	500m	47.56	(34.58)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	182	Leo Schoenmeijer		H70		43.26	47.07
	rd							
		Leo Schoenmeijer						
		100m	12.81	(12.81)	m			
		500m	47.07	(34.26)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl							
	bl	86	Jacob Heslinga		H65		41.76	46.22
		Jacob Heslinga						
		m			100m	12.86	(12.86)	
					500m	46.22	(33.36)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	134	Rein van Luunen		H65	42.16	44.26	
	rd	191	Pieter Siemonsma		H65	42.05	43.98	
		Rein van Luunen			Pieter Siemonsma			
		100m	11.77	(11.77)	100m	12.15	(12.15)	
		500m	44.26	(32.49)	500m	43.98	(31.83)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	113	Bert Keizer		H65	43.12	45.38	
	bl	198	Frits van Soest		H65	43.63	44.48	
		Bert Keizer			Frits van Soest			
		100m	12.14	(12.14)	100m	11.82	(11.82)	
		500m	45.38	(33.24)	500m	44.48	(32.66)	

3. Uitslag Dames (allen) 1.500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	177 Kaska Rogulska	D50	20	O	2:17.07		
2	111 Mijke Anne Kanneworff	DSB	20	I	2:17.62		
3	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	18	I	2:18.01		
4	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	15	I	2:18.87		
5	244 Marloes Westerhof	DSB	17	I	2:20.19		
6	117 Evelien van der Kist	DSB	19	I	2:20.43		
7	19 Monique Boerema	D55	16	O	2:20.63		
8	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	19	O	2:21.03		
9	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	17	O	2:22.42		
10	52 Lian van Dongen	D55	15	O	2:22.84		
11	60 Rianne Gerritsen	DSB	10	O	2:23.45	PR	
12	75 Jeanette ten Hag	D40	16	I	2:23.53		
13	17 Lijnie Boele	D50	12	I	2:25.04		
14	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	13	O	2:25.19		
15	235 Hedri Vrieling	D45	7	I	2:25.63		
16	202 Ciska Stark	D55	9	I	2:25.76		
17	70 Janette de Groot - Bron	D40	11	I	2:26.28		
18	172 Chantal Rietman-Herms	D40	6	I	2:26.46	PR	
19	208 Maura Swinkels	D55	14	O	2:27.36		
20	266 Lettie Zwanenburg	D60	8	O	2:28.10		
21	104 Marlies de Jong	D50	12	O	2:28.22		
22	204 Noor van der Ster	D60	10	I	2:29.27		
23	152 Marianne de Neeling	D55	14	I	2:30.19		
24	77 Wendy van der Ham	D45	13	I	2:30.33		
25	196 Anita Smit-Groot	D55	9	O	2:30.40		
26	230 Manon van de Vliert-Scholte	D45	8	I	2:30.50		
27	180 Karin van der Sar	D45	7	O	2:31.85		
28	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	6	O	2:32.64		
29	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	5	O	2:33.34		
30	250 Sandra van Wijngaarden	D45	3	O	2:33.52		
31	168 Ciska de Ree	DSB	11	O	2:34.12		
32	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	4	O	2:36.61		
33	127 Linda Krikke	D45	3	I	2:37.44		
34	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	5	I	2:39.43		
35	82 Barbara Heerschop	D60	4	I	2:41.66		
36	194 Betsie Slaghuis	D60	1	I	2:52.93		
	149 Suzanne Mulder	DSB	18	O		DQ	

3. Rituitslag Dames (allen) 1.500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd	194 Betsie Slaghuis	D60	2:36.83	2:52.93	

Betsie Slaghuis

300m	36.26	(36.26)	m
700m	1:19.76	(43.50)	
1100m	2:05.60	(45.84)	
1500m	2:52.93	(47.33)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl bl					

m

m

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	127 Linda Krikke	D45	2:28.35	2:37.44	
	rd	250 Sandra van Wijngaarden	D45	2:32.73	2:33.52	

Linda Krikke

300m	2:37.44	(157.44)
------	---------	----------

Sandra van Wijngaarden

300m	31.68	(31.68)
700m	1:08.82	(37.14)
1100m	1:49.73	(40.91)
1500m	2:33.52	(43.79)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	82 Barbara Heerschop	D60	2:23.04	2:41.66	
	bl	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	2:36.44	2:36.61	

Barbara Heerschop

300m	34.06	(34.06)
700m	1:14.18	(40.12)
1100m	1:56.89	(42.71)
1500m	2:41.66	(44.77)

Michelle van Sonsbeeck

300m	34.33	(34.33)
700m	1:13.63	(39.30)
1100m	1:54.71	(41.08)
1500m	2:36.61	(41.90)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	2:37.52	2:39.43	
	rd	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	2:32.37	2:33.34	
		Marie Andel Wiersma-Talsma		Petra Andriessen-Hoekema		
		300m	33.86 (33.86)	300m	35.15 (35.15)	
		700m	1:13.14 (39.28)	700m	1:14.29 (39.14)	
		1100m	1:55.06 (41.92)	1100m	1:53.73 (39.44)	
		1500m	2:39.43 (44.37)	1500m	2:33.34 (39.61)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	172 Chantal Rietman-Herms	D40	2:30.77	2:26.46	PR
	bl	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	2:25.66	2:32.64	
		Chantal Rietman-Herms		Carolien Bosch-Oudshoorn		
		300m	31.38 (31.38)	300m	31.62 (31.62)	
		700m	1:07.80 (36.42)	700m	1:09.61 (37.99)	
		1100m	1:45.76 (37.96)	1100m	1:50.33 (40.72)	
		1500m	2:26.46 (40.70)	1500m	2:32.64 (42.31)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	235 Hedri Vrieling	D45	2:24.71	2:25.63	
	rd	180 Karin van der Sar	D45	2:27.49	2:31.85	
		Hedri Vrieling		Karin van der Sar		
		300m	31.76 (31.76)	300m	31.76 (31.76)	
		700m	1:08.47 (36.71)	700m	1:09.32 (37.56)	
		1100m	1:46.38 (37.91)	1100m	1:49.91 (40.59)	
		1500m	2:25.63 (39.25)	1500m	2:31.85 (41.94)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	230 Manon van de Vliert-Scholte	D45	2:22.23	2:30.50	
	bl	266 Lettie Zwanenburg	D60	2:19.31	2:28.10	
		Manon van de Vliert-Scholte		Lettie Zwanenburg		
		300m	32.61 (32.61)	300m	32.57 (32.57)	
		700m	1:10.71 (38.10)	700m	1:09.45 (36.88)	
		1100m	1:50.20 (39.49)	1100m	1:48.03 (38.58)	
		1500m	2:30.50 (40.30)	1500m	2:28.10 (40.07)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	202 Ciska Stark	D55	2:23.28	2:25.76	
	rd	196 Anita Smit-Groot	D55	2:24.50	2:30.40	
		Ciska Stark			Anita Smit-Groot	
		300m 31.40 (31.40)		300m 32.13 (32.13)		
		700m 1:08.18 (36.78)		700m 1:08.44 (36.31)		
		1100m 1:46.44 (38.26)		1100m 1:48.12 (39.68)		
		1500m 2:25.76 (39.32)		1500m 2:30.40 (42.28)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	204 Noor van der Ster	D60	2:14.96	2:29.27	
	bl	60 Rianne Gerritsen	DSB	2:24.37	2:23.45	PR
		Noor van der Ster			Rianne Gerritsen	
		300m 31.70 (31.70)		300m 31.62 (31.62)		
		700m 1:08.85 (37.15)		700m 1:07.44 (35.82)		
		1100m 1:48.30 (39.45)		1100m 1:44.95 (37.51)		
		1500m 2:29.27 (40.97)		1500m 2:23.45 (38.50)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	70 Janette de Groot - Bron	D40	2:16.46	2:26.28	
	rd	168 Ciska de Ree	DSB	2:28.30	2:34.12	
		Janette de Groot - Bron			Ciska de Ree	
		300m 31.31 (31.31)		300m 32.50 (32.50)		
		700m 1:08.26 (36.95)		700m 1:10.41 (37.91)		
		1100m 1:47.16 (38.90)		1100m 1:51.15 (40.74)		
		1500m 2:26.28 (39.12)		1500m 2:34.12 (42.97)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	17 Lijnie Boele	D50	2:10.23	2:25.04	
	bl	104 Marlies de Jong	D50	2:22.42	2:28.22	
		Lijnie Boele			Marlies de Jong	
		300m 31.11 (31.11)		300m 32.31 (32.31)		
		700m 1:07.46 (36.35)		700m 1:09.28 (36.97)		
		1100m 1:45.45 (37.99)		1100m 1:47.99 (38.71)		
		1500m 2:25.04 (39.59)		1500m 2:28.22 (40.23)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	77 Wendy van der Ham	D45	2:27.51	2:30.33	
	rd	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	2:19.48	2:25.19	
		Wendy van der Ham		Sandra van Bijlert-Burgerhout		
		300m	31.78 (31.78)	300m	31.01 (31.01)	
		700m	1:09.13 (37.35)	700m	1:06.70 (35.69)	
		1100m	1:48.86 (39.73)	1100m	1:45.07 (38.37)	
		1500m	2:30.33 (41.47)	1500m	2:25.19 (40.12)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	152 Marianne de Neeling	D55	2:20.52	2:30.19	
	bl	208 Maura Swinkels	D55	2:23.90	2:27.36	
		Marianne de Neeling		Maura Swinkels		
		300m	32.68 (32.68)	300m	32.27 (32.27)	
		700m	1:10.02 (37.34)	700m	1:08.63 (36.36)	
		1100m	1:49.40 (39.38)	1100m	1:47.32 (38.69)	
		1500m	2:30.19 (40.79)	1500m	2:27.36 (40.04)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	2:14.17	2:18.87	
	rd	52 Lian van Dongen	D55	2:16.24	2:22.84	
		Dorian Schoonderwoerd		Lian van Dongen		
		300m	29.78 (29.78)	300m	31.93 (31.93)	
		700m	1:04.16 (34.38)	700m	1:07.78 (35.85)	
		1100m	1:40.65 (36.49)	1100m	1:44.89 (37.11)	
		1500m	2:18.87 (38.22)	1500m	2:22.84 (37.95)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	75 Jeanette ten Hag	D40	2:18.47	2:23.53	
	bl	19 Monique Boerema	D55	2:09.60	2:20.63	
		Jeanette ten Hag		Monique Boerema		
		300m	29.61 (29.61)	300m	29.75 (29.75)	
		700m	1:04.53 (34.92)	700m	1:04.24 (34.49)	
		1100m	1:42.66 (38.13)	1100m	1:41.45 (37.21)	
		1500m	2:23.53 (40.87)	1500m	2:20.63 (39.18)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	244 Marloes Westerhof	DSB	2:12.81	2:20.19	
	rd	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	2:10.00	2:22.42	
		Marloes Westerhof			Jolanda Voskamp-Vollebregt	
		300m 29.75 (29.75)			300m 31.09 (31.09)	
		700m 1:04.36 (34.61)			700m 1:07.17 (36.08)	
		1100m 1:41.55 (37.19)			1100m 1:44.20 (37.03)	
		1500m 2:20.19 (38.64)			1500m 2:22.42 (38.22)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	2:16.32	2:18.01	
	bl	149 Suzanne Mulder	DSB	2:09.77	DQ	
		Esther Bouman-Wammes			Suzanne Mulder	
		300m 30.59 (30.59)				
		700m 1:04.95 (34.36)				
		1100m 1:40.94 (35.99)				
		1500m 2:18.01 (37.07)				
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	117 Evelien van der Kist	DSB	2:17.16	2:20.43	
	rd	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	2:17.32	2:21.03	
		Evelien van der Kist			Erica Della Guardia - de Jong	
		300m 29.77 (29.77)			300m 30.66 (30.66)	
		700m 1:05.12 (35.35)			700m 1:05.19 (34.53)	
		1100m 1:42.04 (36.92)			1100m 1:42.28 (37.09)	
		1500m 2:20.43 (38.39)			1500m 2:21.03 (38.75)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
20	gl	111 Mijke Anne Kannevorff	DSB	2:16.44	2:17.62	
	bl	177 Kaska Rogulska	D50	2:09.65	2:17.07	
		Mijke Anne Kannevorff			Kaska Rogulska	
		300m 28.65 (28.65)			300m 29.24 (29.24)	
		700m 1:03.20 (34.55)			700m 1:02.47 (33.23)	
		1100m 1:40.33 (37.13)			1100m 1:38.62 (36.15)	
		1500m 2:17.62 (37.29)			1500m 2:17.07 (38.45)	

4. Uitslag Heren (H65 - H70 - H75) 1.500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	86 Jacob Heslinga	H65	11	I	2:16.22		
2	191 Pieter Siemonsma	H65	12	I	2:16.26		
3	134 Rein van Luunen	H65	11	O	2:18.22		
4	218 Wibe Veenbaas	H65	7	I	2:21.09		
5	182 Leo Schoenmeijer	H70	8	I	2:21.22		
6	198 Frits van Soest	H65	7	O	2:21.78		
7	113 Bert Keizer	H65	12	O	2:22.35		
8	130 Dirk van Leen	H65	10	I	2:23.17		
9	53 Pieter den Dunnen	H70	9	I	2:23.74		
10	263 Jan Zijp	H65	8	O	2:24.47		
11	34 Twan den Braber	H65	9	O	2:25.31		
12	18 Jan Boelen	H70	5	I	2:28.23		
13	138 Bauke Meijer	H70	6	O	2:29.83		
14	257 Nico Woldendorp	H75	6	I	2:36.65		
15	173 Frans Rietveld	H75	4	I	2:36.94		
16	83 Ton van Helden	H70	4	O	2:37.24		
17	206 Cees Stoop	H70	5	O	2:38.30		
18	97 Klaas Hulst	H75	1	I	2:48.67		
19	151 Dirk Nauta	H75	3	I	2:54.64		
20	190 Zwier Selles	H75	3	O	2:56.33		

4. Rituitslag Heren (H65 - H70 - H75) 1.500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
1	wt rd	97	Klaas Hulst		H75	2:26.18	2:48.67		
		Klaas Hulst							
			300m	35.31	(35.31)				m
			700m	1:17.96	(42.65)				
			1100m	2:03.12	(45.16)				
		1500m	2:48.67	(45.55)					
<hr/>									
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
2	gl bl								
									m
<hr/>									
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
3	wt rd	151	Dirk Nauta		H75	2:22.30	2:54.64		
		190	Zwier Selles		H75	2:18.82	2:56.33		
		Dirk Nauta				Zwier Selles			
			300m	39.06	(39.06)		300m	39.01	(39.01)
			700m	1:23.57	(44.51)		700m	1:21.75	(42.74)
		1100m	2:08.88	(45.31)		1100m	2:08.29	(46.54)	
		1500m	2:54.64	(45.76)		1500m	2:56.33	(48.04)	
<hr/>									
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
4	gl bl	173	Frans Rietveld		H75	2:12.64	2:36.94		
		83	Ton van Helden		H70	2:15.37	2:37.24		
		Frans Rietveld				Ton van Helden			
			300m	33.68	(33.68)		300m	33.77	(33.77)
			700m	1:13.51	(39.83)		700m	1:12.87	(39.10)
		1100m	1:54.11	(40.60)		1100m	1:53.66	(40.79)	
		1500m	2:36.94	(42.83)		1500m	2:37.24	(43.58)	

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	18 Jan Boelen	H70		2:14.99	2:28.23	
	rd	206 Cees Stoop	H70		2:13.36	2:38.30	
		Jan Boelen			Cees Stoop		
		300m	31.85	(31.85)	300m	33.85	(33.85)
		700m	1:09.24	(37.39)	700m	1:13.97	(40.12)
		1100m	1:48.61	(39.37)	1100m	1:55.99	(42.02)
		1500m	2:28.23	(39.62)	1500m	2:38.30	(42.31)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	257 Nico Woldendorp	H75		2:20.33	2:36.65	
	bl	138 Bauke Meijer	H70		2:15.66	2:29.83	
		Nico Woldendorp			Bauke Meijer		
		300m	33.98	(33.98)	300m	31.55	(31.55)
		700m	1:13.73	(39.75)	700m	1:08.49	(36.94)
		1100m	1:55.47	(41.74)	1100m	1:48.49	(40.00)
		1500m	2:36.65	(41.18)	1500m	2:29.83	(41.34)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	218 Wibe Veenbaas	H65		2:07.55	2:21.09	
	rd	198 Frits van Soest	H65		2:18.24	2:21.78	
		Wibe Veenbaas			Frits van Soest		
		300m	31.81	(31.81)	300m	29.87	(29.87)
		700m	1:06.66	(34.85)	700m	1:05.61	(35.74)
		1100m	1:42.97	(36.31)	1100m	1:43.30	(37.69)
		1500m	2:21.09	(38.12)	1500m	2:21.78	(38.48)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	182 Leo Schoenmeijer	H70		2:15.32	2:21.22	
	bl	263 Jan Zijp	H65		2:07.31	2:24.47	
		Leo Schoenmeijer			Jan Zijp		
		300m	30.56	(30.56)	300m	31.44	(31.44)
		700m	1:05.92	(35.36)	700m	1:08.29	(36.85)
		1100m	1:43.04	(37.12)	1100m	1:46.26	(37.97)
		1500m	2:21.22	(38.18)	1500m	2:24.47	(38.21)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	53	Pieter den Dunnen		H70	2:08.54	2:23.74
	rd	34	Twan den Braber		H65	2:06.21	2:25.31
		Pieter den Dunnen			Twan den Braber		
		300m	31.98	(31.98)	300m	32.50	(32.50)
		700m	1:08.28	(36.30)	700m	1:09.14	(36.64)
		1100m	1:45.34	(37.06)	1100m	1:46.99	(37.85)
		1500m	2:23.74	(38.40)	1500m	2:25.31	(38.32)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	130	Dirk van Leen		H65	2:12.03	2:23.17
	bl						
		Dirk van Leen					
		300m	31.10	(31.10)	m		
		700m	1:07.95	(36.85)			
		1100m	1:45.50	(37.55)			
		1500m	2:23.17	(37.67)			
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	86	Jacob Heslinga		H65	2:03.11	2:16.22
	rd	134	Rein van Luunen		H65	2:06.93	2:18.22
		Jacob Heslinga			Rein van Luunen		
		300m	29.86	(29.86)	300m	29.62	(29.62)
		700m	1:03.73	(33.87)	700m	1:03.94	(34.32)
		1100m	1:39.41	(35.68)	1100m	1:40.12	(36.18)
		1500m	2:16.22	(36.81)	1500m	2:18.22	(38.10)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	191	Pieter Siemonsma		H65	2:05.11	2:16.26
	bl	113	Bert Keizer		H65	2:08.66	2:22.35
		Pieter Siemonsma			Bert Keizer		
		300m	29.80	(29.80)	300m	30.44	(30.44)
		700m	1:03.74	(33.94)	700m	1:05.93	(35.49)
		1100m	1:39.74	(36.00)	1100m	1:43.31	(37.38)
		1500m	2:16.26	(36.52)	1500m	2:22.35	(39.04)

5. Uitslag Heren (HSB - H40) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	189 Bart Seffinga	HSB	10	I	38.53		
2	161 Harry Pardijs	H40	12	I	39.65	TRC	
3	184 Jeroen Schoppink	HSB	11	O	40.05		
4	32 Robert Braam	H40	8	I	40.23		
5	69 Johannes de Groot	H40	11	I	40.25		
6	84 Rick van Hemert	HSB	10	O	40.35		
7	166 Otto van de Pol	HSB	12	O	40.40		
8	128 Peter Langeland	HSB	7	I	40.71	PR	
9	125 Jurre Kranenburg	HSB	7	O	41.13		
10	154 Bas van Nispen	HSB	5	I	41.22	PR	
11	11 Eric van den Berg	H40	9	I	41.34		
12	155 Bob van Nobelen	HSB	4	I	41.75		
13	158 Mark Ooijevaar	HSB	4	O	41.79		
14	148 Paul Mudde	HSB	8	O	41.82		
15	16 Dennis Bloedjes	H40	3	O	42.40		
16	209 Laurens Taekema	HSB	6	I	42.42		
17	251 Ruud Willems	HSB	5	O	42.61		
18	259 Joas Woudstra	HSB	6	O	42.67		
19	186 Marc Schuddemat	H40	1	O	42.87		
20	57 Geert Fekken	H40	1	I	42.92		
21	146 Willem Jan Molleman	H40	3	I	43.23		
	20 Job Bohnen	HSB	9	O	DNS		

5. Rituitslag Heren (HSB - H40) 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	57	Geert Fekken		H40	42.70	42.92	
	rd	186	Marc Schuddemat		H40	40.67	42.87	
		Geert Fekken			Marc Schuddemat			
		100m	11.70	(11.70)	100m	11.94	(11.94)	
		500m	42.92	(31.22)	500m	42.87	(30.93)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl							
	bl							
			m					

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	146	Willem Jan Molleman		H40	39.51	43.23	
	rd	16	Dennis Bloedjes		H40	41.97	42.40	
		Willem Jan Molleman			Dennis Bloedjes			
		100m	11.82	(11.82)	100m	11.75	(11.75)	
		500m	43.23	(31.41)	500m	42.40	(30.65)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	155	Bob van Nobelen		HSB	40.85	41.75	
	bl	158	Mark Ooijevaar		HSB	39.43	41.79	
		Bob van Nobelen			Mark Ooijevaar			
		100m	11.25	(11.25)	100m	11.73	(11.73)	
		500m	41.75	(30.50)	500m	41.79	(30.06)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	154	Bas van Nispen		HSB	41.46	41.22	PR
	rd	251	Ruud Willems		HSB	41.89	42.61	
		Bas van Nispen			Ruud Willems			
		100m	11.26	(11.26)	100m	11.83	(11.83)	
		500m	41.22	(29.96)	500m	42.61	(30.78)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	209	Laurens Taekema		HSB	41.13	42.42	
	bl	259	Joas Woudstra		HSB	41.86	42.67	
		Laurens Taekema			Joas Woudstra			
		100m	11.63	(11.63)	100m	11.50	(11.50)	
		500m	42.42	(30.79)	500m	42.67	(31.17)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	128	Peter Langeland		HSB	40.93	40.71	PR
	rd	125	Jurre Kranenburg		HSB	40.21	41.13	
		Peter Langeland			Jurre Kranenburg			
		100m	11.22	(11.22)	100m	11.24	(11.24)	
		500m	40.71	(29.49)	500m	41.13	(29.89)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	32	Robert Braam		H40	37.32	40.23	
	bl	148	Paul Mudde		HSB	41.13	41.82	
		Robert Braam			Paul Mudde			
		100m	11.11	(11.11)	100m	11.59	(11.59)	
		500m	40.23	(29.12)	500m	41.82	(30.23)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	11	Eric van den Berg		H40	40.20	41.34	
	rd	20	Job Bohnen		HSB	39.72	DNS	
		Eric van den Berg			Job Bohnen			
		100m	11.18	(11.18)				
		500m	41.34	(30.16)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	189	Bart Seffinga		HSB	37.10	38.53	
	bl	84	Rick van Hemert		HSB	38.18	40.35	
		Bart Seffinga			Rick van Hemert			
		100m	10.87	(10.87)	100m	11.42	(11.42)	
		500m	38.53	(27.66)	500m	40.35	(28.93)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	69	Johannes de Groot		H40	38.50	40.25	
	rd	184	Jeroen Schoppink		HSB	37.66	40.05	
		<u>Johannes de Groot</u>			<u>Jeroen Schoppink</u>			
		100m	10.85	(10.85)	100m	10.91	(10.91)	
		500m	40.25	(29.40)	500m	40.05	(29.14)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	161	Harry Pardijs		H40	37.19	39.65	TRC
	bl	166	Otto van de Pol		HSB	37.24	40.40	
		<u>Harry Pardijs</u>			<u>Otto van de Pol</u>			
		100m	10.90	(10.90)	100m	11.24	(11.24)	
		500m	39.65	(28.75)	500m	40.40	(29.16)	

6. Uitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	176 Edwin Roetman	H50	31	I	40.51		
2	92 Kees Hooft	H45	32	O	40.79		
3	109 Han Kamminga	H50	30	O	40.82		
4	207 Jan van der Stouwe	H50	30	I	40.86		
5	41 Sandro Cara	H45	32	I	40.88		
6	81 Martin Heerma	H45	31	O	41.56		
7	179 Eric de Ruijter	H50	28	I	41.68		
8	50 Koos Dijkstra	H50	29	I	41.71		
9	6 Arjan Bakker	H55	18	I	41.75		
10	115 Arjen Keuning	H45	24	O	41.76		
	174 Paul Robijn	H50	26	O	41.76		
12	255 Danny Witkamp	H50	26	I	41.89		
13	118 Roland ten Klooster	H55	27	O	41.97		
14	89 Evert Hof	H50	28	O	42.37		
15	76 Mario Hagen	H50	25	I	42.40		
16	31 Ruud Bouwmeester	H50	27	I	42.47		
	51 Hans van der Does	H50	24	I	42.47		
18	239 Rob Wartenhorst	H50	23	O	42.63		
19	13 Aart van Beuzekom	H50	21	O	42.65		
20	85 Giel Hermans	H55	23	I	42.70		
21	249 Grietsen Wijma	H55	21	I	42.75		
22	135 Bart Makaske	H50	19	I	42.76		
23	72 Romke de Haan	H45	19	O	42.77	PR	
24	64 Roberto van Goor	H45	22	O	42.81		
25	36 Bart Brinksma	H55	18	O	42.85		
26	56 Wopko Faber	H45	16	O	43.22		
27	87 Gerben Hettinga	H50	16	I	43.28	PR	
28	25 Gerwin Boschloo	H45	15	I	43.35		
29	140 Ivo Meijer	H55	22	I	43.36		
30	217 Klaas Jan van der Veen	H45	20	I	43.42		
31	66 Bart Groot	H50	13	I	43.54	PR	
32	28 Marco Bottelier	H50	20	O	43.80		
33	33 Gert Jan Braas	H55	10	I	43.82		
34	226 Rennie Verloop	H60	17	I	43.96		
35	141 Jan Mein	H60	14	I	43.98	PR	
36	35 Gerrit van den Brink	H45	12	I	44.18		
37	153 Ard Neven	H45	15	O	44.31		
38	265 Gerlof Zwaga	H50	12	O	44.33		

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	1 Christiaan Abeelen	H45	9	I	44.40	PR	
40	231 John van der Vlugt	H60	14	O	44.45		
41	67 Cock Groot	H55	7	O	44.63		
42	215 Ferdinand Veelenturf	H60	9	O	44.73		
43	105 Piet de Jong	H55	8	O	44.77	PR	
44	43 Robert da Costa	H50	10	O	44.79		
45	142 Lucas Melchior	H60	13	O	45.07		
46	227 Herman Vermeer	H55	17	O	45.09		
47	45 Erwin Dekker	H55	7	I	45.10		
48	195 Jan Smid	H60	6	I	45.29		
49	228 Kees Versluis	H60	4	I	45.67		
50	101 Martijn Jager	H45	11	O	45.86		
51	167 Adriaan Provoost	H55	6	O	45.89		
52	163 Bert Piek	H60	11	I	45.95		
53	262 René van Zessen	H60	5	I	45.97		
54	7 Hendrik van de Beek	H55	4	O	46.09		
55	242 Sietse van der Werff	H60	5	O	46.40		
56	260 Andre van Zaane	H55	8	I	46.47		
57	10 Jann van Benthem	H60	3	I	46.55		
58	129 Kees Langeveld	H60	3	O	46.56		
59	79 Johan de Heer	H60	1	I	49.84		

6. Rituitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 500 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	79	Johan de Heer		H60		46.11	49.84
	rd							
		Johan de Heer						
		100m	14.22	(14.22)		m		
		500m	49.84	(35.62)				

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl							
	bl							
			m			m		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	10	Jann van Benthem		H60		43.87	46.55
	rd	129	Kees Langeveld		H60		45.16	46.56
		Jann van Benthem						
		100m	12.76	(12.76)		100m	13.01	(13.01)
		500m	46.55	(33.79)		500m	46.56	(33.55)
		Kees Langeveld						

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	228	Kees Versluis		H60		44.72	45.67
	bl	7	Hendrik van de Beek		H55		42.49	46.09
		Kees Versluis						
		100m	12.49	(12.49)		100m	12.77	(12.77)
		500m	45.67	(33.18)		500m	46.09	(33.32)
		Hendrik van de Beek						

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	262	René van Zessen		H60		45.46	45.97
	rd	242	Sietse van der Werff		H60		43.79	46.40
		René van Zessen						
		100m	12.62	(12.62)		100m	12.70	(12.70)
		500m	45.97	(33.35)		500m	46.40	(33.70)
		Sietse van der Werff						

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	195	Jan Smid		H60		43.09	45.29
	bl	167	Adriaan Provoost		H55		43.19	45.89
		Jan Smid			Adriaan Provoost			
		100m	12.56	(12.56)	100m	12.52	(12.52)	
		500m	45.29	(32.73)	500m	45.89	(33.37)	
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	45	Erwin Dekker		H55		42.79	45.10
	rd	67	Cock Groot		H55		43.72	44.63
		Erwin Dekker			Cock Groot			
		100m	12.31	(12.31)	100m	12.21	(12.21)	
		500m	45.10	(32.79)	500m	44.63	(32.42)	
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	260	Andre van Zaane		H55		44.22	46.47
	bl	105	Piet de Jong		H55		44.82	44.77 PR
		Andre van Zaane			Piet de Jong			
		100m	12.61	(12.61)	100m	12.21	(12.21)	
		500m	46.47	(33.86)	500m	44.77	(32.56)	
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	1	Christiaan Abeelen		H45		44.42	44.40 PR
	rd	215	Ferdinand Veelenturf		H60		42.32	44.73
		Christiaan Abeelen			Ferdinand Veelenturf			
		100m	12.01	(12.01)	100m	11.99	(11.99)	
		500m	44.40	(32.39)	500m	44.73	(32.74)	
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	33	Gert Jan Braas		H55		43.08	43.82
	bl	43	Robert da Costa		H50		44.38	44.79
		Gert Jan Braas			Robert da Costa			
		100m	43.82	(43.82)	100m	12.72	(12.72)	
					500m	44.79	(32.07)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	163 Bert Piek	H60	41.63	45.95	
	rd	101 Martijn Jager	H45	44.01	45.86	
		Bert Piek				Martijn Jager
		100m	12.19 (12.19)	100m	12.36 (12.36)	
		500m	45.95 (33.76)	500m	45.86 (33.50)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	35 Gerrit van den Brink	H45	43.69	44.18	
	bl	265 Gerlof Zwaga	H50	43.81	44.33	
		Gerrit van den Brink				Gerlof Zwaga
		100m	12.20 (12.20)	100m	12.35 (12.35)	
		500m	44.18 (31.98)	500m	44.33 (31.98)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	66 Bart Groot	H50	43.75	43.54	PR
	rd	142 Lucas Melchior	H60	43.72	45.07	
		Bart Groot				Lucas Melchior
		100m	11.98 (11.98)	100m	12.07 (12.07)	
		500m	43.54 (31.56)	500m	45.07 (33.00)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	141 Jan Mein	H60	44.39	43.98	PR
	bl	231 John van der Vlugt	H60	42.37	44.45	
		Jan Mein				John van der Vlugt
		100m	11.98 (11.98)	100m	12.21 (12.21)	
		500m	43.98 (32.00)	500m	44.45 (32.24)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	25 Gerwin Boschloo	H45	43.26	43.35	
	rd	153 Ard Neven	H45	40.45	44.31	
		Gerwin Boschloo				Ard Neven
		100m	11.82 (11.82)	100m	12.35 (12.35)	
		500m	43.35 (31.53)	500m	44.31 (31.96)	

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
16	gl	87 Gerben Hettinga	H50		43.49	43.28	PR
	bl	56 Wopko Faber	H45		42.99	43.22	
		Gerben Hettinga			Wopko Faber		
		100m	12.01	(12.01)	100m	11.88	(11.88)
		500m	43.28	(31.27)	500m	43.22	(31.34)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	226 Rennie Verloop	H60		43.34	43.96	
	rd	227 Herman Vermeer	H55		41.29	45.09	
		Rennie Verloop			Herman Vermeer		
		100m	11.83	(11.83)	100m	11.88	(11.88)
		500m	43.96	(32.13)	500m	45.09	(33.21)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
18	gl	6 Arjan Bakker	H55		41.23	41.75	
	bl	36 Bart Brinksma	H55		42.30	42.85	
		Arjan Bakker			Bart Brinksma		
		100m	11.67	(11.67)	100m	11.64	(11.64)
		500m	41.75	(30.08)	500m	42.85	(31.21)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
19	wt	135 Bart Makaske	H50		41.93	42.76	
	rd	72 Romke de Haan	H45		43.30	42.77	PR
		Bart Makaske			Romke de Haan		
		100m	11.51	(11.51)	100m	12.17	(12.17)
		500m	42.76	(31.25)	500m	42.77	(30.60)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	217 Klaas Jan van der Veen	H45		41.97	43.42	
	bl	28 Marco Bottelier	H50		42.48	43.80	
		Klaas Jan van der Veen			Marco Bottelier		
		100m	11.73	(11.73)	100m	11.76	(11.76)
		500m	43.42	(31.69)	500m	43.80	(32.04)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
21	wt	249 Grietsen Wijma	H55	40.97	42.75	
	rd	13 Aart van Beuzekom	H50	42.11	42.65	
		Grietsen Wijma		Aart van Beuzekom		
		100m 12.00 (12.00)		100m 11.76 (11.76)		
		500m 42.75 (30.75)		500m 42.65 (30.89)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	140 Ivo Meijer	H55	41.51	43.36	
	bl	64 Roberto van Goor	H45	42.27	42.81	
		Ivo Meijer		Roberto van Goor		
		100m 11.66 (11.66)		100m 11.89 (11.89)		
		500m 43.36 (31.70)		500m 42.81 (30.92)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	85 Giel Hermans	H55	42.61	42.70	
	rd	239 Rob Wartenhorst	H50	42.54	42.63	
		Giel Hermans		Rob Wartenhorst		
		100m 11.80 (11.80)		100m 11.86 (11.86)		
		500m 42.70 (30.90)		500m 42.63 (30.77)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	51 Hans van der Does	H50	40.63	42.47	
	bl	115 Arjen Keuning	H45	40.56	41.76	
		Hans van der Does		Arjen Keuning		
		100m 11.78 (11.78)		100m 11.28 (11.28)		
		500m 42.47 (30.69)		500m 41.76 (30.48)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	76 Mario Hagen	H50	40.53	42.40	
	rd					
		Mario Hagen				
		100m 11.75 (11.75)		m		
		500m 42.40 (30.65)				

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	255 Danny Witkamp	H50	40.39	41.89	
	bl	174 Paul Robijn	H50	40.89	41.76	
		Danny Witkamp		Paul Robijn		
		100m	11.70 (11.70)	100m	11.65 (11.65)	
		500m	41.89 (30.19)	500m	41.76 (30.11)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
27	wt	31 Ruud Bouwmeester	H50	41.45	42.47	
	rd	118 Roland ten Klooster	H55	41.14	41.97	
		Ruud Bouwmeester		Roland ten Klooster		
		100m	11.64 (11.64)	100m	11.43 (11.43)	
		500m	42.47 (30.83)	500m	41.97 (30.54)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
28	gl	179 Eric de Ruijter	H50	41.08	41.68	
	bl	89 Evert Hof	H50	41.30	42.37	
		Eric de Ruijter		Evert Hof		
		100m	11.28 (11.28)	100m	11.29 (11.29)	
		500m	41.68 (30.40)	500m	42.37 (31.08)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
29	wt	50 Koos Dijkstra	H50	40.47	41.71	
	rd					
		Koos Dijkstra				
		100m	11.51 (11.51)	m		
		500m	41.71 (30.20)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
30	gl	207 Jan van der Stouwe	H50	39.24	40.86	
	bl	109 Han Kamminga	H50	39.19	40.82	
		Jan van der Stouwe		Han Kamminga		
		100m	11.17 (11.17)	100m	10.96 (10.96)	
		500m	40.86 (29.69)	500m	40.82 (29.86)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
31	wt	176	Edwin Roetman		H50	39.44	40.51	
	rd	81	Martin Heerma		H45	39.87	41.56	
		Edwin Roetman			Martin Heerma			
		100m	11.04	(11.04)	100m	11.48	(11.48)	
		500m	40.51	(29.47)	500m	41.56	(30.08)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
32	gl	41	Sandro Cara		H45	40.69	40.88	
	bl	92	Kees Hooft		H45	40.52	40.79	
		Sandro Cara			Kees Hooft			
		100m	11.13	(11.13)	100m	11.25	(11.25)	
		500m	40.88	(29.75)	500m	40.79	(29.54)	

7. Uitslag Heren (HSB + M40) 3.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	158 Mark Ooijevaar	HSB	9	O	4:02.67		
2	84 Rick van Hemert	HSB	9	I	4:05.41		
3	166 Otto van de Pol	HSB	8	I	4:08.40		
4	32 Robert Braam	H40	5	I	4:18.34		
5	69 Johannes de Groot	H40	10	I	4:19.45		
6	154 Bas van Nispen	HSB	8	O	4:20.63		
7	128 Peter Langeland	HSB	6	O	4:20.76		
8	16 Dennis Bloedjes	H40	5	O	4:23.96		
9	125 Jurre Kranenburg	HSB	10	O	4:26.16		
10	11 Eric van den Berg	H40	1	O	4:28.69		
11	209 Laurens Taekema	HSB	2	O	4:29.68		
12	186 Marc Schuddemat	H40	3	I	4:30.16	PR	
13	148 Paul Mudde	HSB	4	I	4:34.86		
14	155 Bob van Nobelen	HSB	7	O	4:35.83		
15	48 Evert Jan van Dijk	H40	1	I	4:37.18	PR	
16	259 Joas Woudstra	HSB	6	I	4:38.24		
17	63 Jaap Goes	HSB	2	I	4:38.36		
18	57 Geert Fekken	H40	3	O	4:39.18		
19	146 Willem Jan Molleman	H40	4	O	4:39.68		
20	251 Ruud Willems	HSB	7	I	4:43.68		

7. Rituitslag Heren (HSB + M40) 3.000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	48	Evert Jan van Dijk		H40	4:41.38		4:37.18	PR
	rd	11	Eric van den Berg		H40	4:26.83		4:28.69	
			Evert Jan van Dijk			Eric van den Berg			
			200m	21.94	(21.94)	200m	21.32	(21.32)	
			600m	57.02	(35.08)	600m	54.71	(33.39)	
			1000m	1:32.74	(35.72)	1000m	1:29.12	(34.41)	
			1400m	2:08.60	(35.86)	1400m	2:04.46	(35.34)	
			1800m	2:44.95	(36.35)	1800m	2:40.22	(35.76)	
			2200m	3:21.89	(36.94)	2200m	3:16.33	(36.11)	
			2600m	3:59.35	(37.46)	2600m	3:52.65	(36.32)	
			3000m	4:37.18	(37.83)	3000m	4:28.69	(36.04)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	63	Jaap Goes		HSB	4:32.94		4:38.36	
	bl	209	Laurens Taekema		HSB	4:28.84		4:29.68	
			Jaap Goes			Laurens Taekema			
			200m	22.37	(22.37)	200m	21.96	(21.96)	
			600m	56.58	(34.21)	600m	54.94	(32.98)	
			1000m	1:31.59	(35.01)	1000m	1:29.20	(34.26)	
			1400m	2:07.68	(36.09)	1400m	2:04.25	(35.05)	
			1800m	2:44.87	(37.19)	1800m	2:40.05	(35.80)	
			2200m	3:22.64	(37.77)	2200m	3:16.44	(36.39)	
			2600m	4:00.76	(38.12)	2600m	3:52.87	(36.43)	
			3000m	4:38.36	(37.60)	3000m	4:29.68	(36.81)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	186	Marc Schuddemat		H40		4:36.15	4:30.16 PR
	rd	57	Geert Fekken		H40		4:33.21	4:39.18
Marc Schuddemat				Geert Fekken				
		200m	21.18	(21.18)		200m	21.45	(21.45)
		600m	55.36	(34.18)		600m	56.64	(35.19)
		1000m	1:30.45	(35.09)		1000m	1:32.08	(35.44)
		1400m	2:05.53	(35.08)		1400m	2:08.32	(36.24)
		1800m	2:40.77	(35.24)		1800m	2:44.84	(36.52)
		2200m	3:16.48	(35.71)		2200m	3:22.21	(37.37)
		2600m	3:52.97	(36.49)		2600m	4:00.32	(38.11)
		3000m	4:30.16	(37.19)		3000m	4:39.18	(38.86)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	148	Paul Mudde		HSB		4:33.23	4:34.86
	bl	146	Willem Jan Molleman		H40		4:10.39	4:39.68
Paul Mudde				Willem Jan Molleman				
		200m	21.29	(21.29)		200m	21.66	(21.66)
		600m	55.46	(34.17)		600m	55.60	(33.94)
		1000m	1:30.79	(35.33)		1000m	1:30.78	(35.18)
		1400m	2:07.05	(36.26)		1400m	2:06.96	(36.18)
		1800m	2:43.43	(36.38)		1800m	2:43.82	(36.86)
		2200m	3:20.20	(36.77)		2200m	3:21.09	(37.27)
		2600m	3:57.51	(37.31)		2600m	4:00.24	(39.15)
		3000m	4:34.86	(37.35)		3000m	4:39.68	(39.44)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	32 Robert Braam	H40	4:16.98	4:18.34	
	rd	16 Dennis Bloedjes	H40	4:18.20	4:23.96	
		Robert Braam				Dennis Bloedjes
		200m	20.38 (20.38)	200m	21.16 (21.16)	
		600m	52.16 (31.78)	600m	53.64 (32.48)	
		1000m	1:25.06 (32.90)	1000m	1:26.91 (33.27)	
		1400m	1:58.86 (33.80)	1400m	2:00.96 (34.05)	
		1800m	2:32.95 (34.09)	1800m	2:35.59 (34.63)	
		2200m	3:07.70 (34.75)	2200m	3:10.96 (35.37)	
		2600m	3:42.75 (35.05)	2600m	3:47.19 (36.23)	
		3000m	4:18.34 (35.59)	3000m	4:23.96 (36.77)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	259 Joas Woudstra	HSB	4:28.46	4:38.24	
	bl	128 Peter Langeland	HSB	4:16.64	4:20.76	
		Joas Woudstra				Peter Langeland
		200m	21.40 (21.40)	200m	21.25 (21.25)	
		600m	55.34 (33.94)	600m	53.78 (32.53)	
		1000m	1:30.26 (34.92)	1000m	1:27.11 (33.33)	
		1400m	2:06.34 (36.08)	1400m	2:01.13 (34.02)	
		1800m	2:43.50 (37.16)	1800m	2:35.68 (34.55)	
		2200m	3:21.51 (38.01)	2200m	3:10.56 (34.88)	
		2600m	3:59.72 (38.21)	2600m	3:45.76 (35.20)	
		3000m	4:38.24 (38.52)	3000m	4:20.76 (35.00)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	251 Ruud Willems	HSB	4:29.66	4:43.68	
	rd	155 Bob van Nobelen	HSB	4:24.93	4:35.83	

Ruud Willems

200m	21.43	(21.43)
600m	55.07	(33.64)
1000m	1:30.40	(35.33)
1400m	2:07.20	(36.80)
1800m	2:43.43	(36.23)
2200m	3:23.18	(39.75)
2600m	4:02.91	(39.73)
3000m	4:43.68	(40.77)

Bob van Nobelen

200m	21.59	(21.59)
600m	56.04	(34.45)
1000m	1:30.55	(34.51)
1400m	2:06.46	(35.91)
1800m	2:43.46	(37.00)
2200m	3:20.78	(37.32)
2600m	3:58.31	(37.53)
3000m	4:35.83	(37.52)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	166 Otto van de Pol	HSB	3:59.48	4:08.40	
	bl	154 Bas van Nispen	HSB	4:19.61	4:20.63	

Otto van de Pol

200m	20.06	(20.06)
600m	51.15	(31.09)
1000m	1:22.77	(31.62)
1400m	1:55.18	(32.41)
1800m	2:29.63	(34.45)
2200m	3:01.26	(31.63)
2600m	3:34.72	(33.46)
3000m	4:08.40	(33.68)

Bas van Nispen

200m	20.75	(20.75)
600m	52.77	(32.02)
1000m	1:25.80	(33.03)
1400m	1:59.97	(34.17)
1800m	2:34.47	(34.50)
2200m	3:09.60	(35.13)
2600m	3:45.06	(35.46)
3000m	4:20.63	(35.57)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	84 Rick van Hemert	HSB	3:59.13	4:05.41	
	rd	158 Mark Ooijevaar	HSB	3:46.94	4:02.67	

Rick van Hemert

200m	20.32	(20.32)
600m	51.88	(31.56)
1000m	1:23.01	(31.13)
1400m	1:54.96	(31.95)
1800m	2:26.94	(31.98)
2200m	2:59.33	(32.39)
2600m	3:31.89	(32.56)
3000m	4:05.41	(33.52)

Mark Ooijevaar

200m	20.84	(20.84)
600m	52.31	(31.47)
1000m	1:23.81	(31.50)
1400m	1:55.46	(31.65)
1800m	2:27.34	(31.88)
2200m	2:59.05	(31.71)
2600m	3:30.75	(31.70)
3000m	4:02.67	(31.92)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	69 Johannes de Groot	H40	3:57.30	4:19.45	
	bl	125 Jurre Kranenburg	HSB	4:14.79	4:26.16	

Johannes de Groot

200m	20.10	(20.10)
600m	53.03	(32.93)
1000m	1:27.10	(34.07)
1400m	2:01.30	(34.20)
1800m	2:35.84	(34.54)
2200m	3:09.91	(34.07)
2600m	3:44.10	(34.19)
3000m	4:19.45	(35.35)

Jurre Kranenburg

200m	20.28	(20.28)
600m	53.84	(33.56)
1000m	1:28.53	(34.69)
1400m	2:03.11	(34.58)
1800m	2:38.23	(35.12)
2200m	3:13.38	(35.15)
2600m	3:49.71	(36.33)
3000m	4:26.16	(36.45)

8. Uitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 3.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	41 Sandro Cara	H45	28	O	4:11.17	TRC	
2	92 Kees Hooft	H45	22	O	4:16.18		
3	6 Arjan Bakker	H55	29	I	4:16.58		
4	72 Romke de Haan	H45	30	O	4:18.05		
5	176 Edwin Roetman	H50	17	O	4:22.33		
6	255 Danny Witkamp	H50	30	I	4:24.23		
7	174 Paul Robijn	H50	29	O	4:24.43		
8	64 Roberto van Goor	H45	26	I	4:24.97		
9	28 Marco Bottelier	H50	23	I	4:25.88		
10	239 Rob Wartenhorst	H50	27	I	4:27.55		
11	66 Bart Groot	H50	24	O	4:28.03	PR	
12	231 John van der Vlugt	H60	26	O	4:29.33		
13	81 Martin Heerma	H45	22	I	4:29.34		
14	35 Gerrit van den Brink	H45	25	I	4:29.57		
15	227 Herman Vermeer	H55	25	O	4:30.13		
16	36 Bart Brinksma	H55	19	I	4:32.33		
17	265 Gerlof Zwaga	H50	24	I	4:32.61		
18	76 Mario Hagen	H50	20	O	4:34.29		
19	185 Robert Schouwenaar	H50	18	I	4:35.18		
20	87 Gerben Hettinga	H50	13	O	4:35.29	PR	
21	43 Robert da Costa	H50	18	O	4:36.35	PR	
22	141 Jan Mein	H60	21	O	4:36.65		
23	67 Cock Groot	H55	17	I	4:37.06		
24	1 Christiaan Abeelen	H45	16	O	4:39.67		
25	56 Wopko Faber	H45	21	I	4:40.74		
26	85 Giel Hermans	H55	14	I	4:40.78		
27	140 Ivo Meijer	H55	20	I	4:40.95		
28	51 Hans van der Does	H50	27	O	4:41.09		
29	153 Ard Neven	H45	23	O	4:41.67		
30	115 Arjen Keuning	H45	16	I	4:41.85		
31	118 Roland ten Klooster	H55	14	O	4:42.25		
32	31 Ruud Bouwmeester	H50	15	I	4:42.61		
33	167 Adriaan Provoost	H55	12	O	4:43.72		
34	13 Aart van Beuzekom	H50	13	I	4:45.68		
35	195 Jan Smid	H60	10	I	4:45.86		
36	89 Evert Hof	H50	15	O	4:47.00		
37	242 Sietse van der Werff	H60	9	O	4:47.50		
38	10 Jann van Benthem	H60	10	O	4:47.97		

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	249 Grietsen Wijma	H55	11	I	4:48.76		
40	33 Gert Jan Braas	H55	11	O	4:50.52		
41	45 Erwin Dekker	H55	7	O	4:51.84		
42	7 Hendrik van de Beek	H55	5	O	4:51.86		
43	226 Rennie Verloop	H60	5	I	4:52.76		
44	101 Martijn Jager	H45	12	I	4:52.89		
45	129 Kees Langeveld	H60	6	O	4:54.58		
46	260 Andre van Zaane	H55	8	O	4:55.52		
47	228 Kees Versluis	H60	9	I	4:56.55		
48	142 Lucas Melchior	H60	4	I	5:01.98		
49	105 Piet de Jong	H55	7	I	5:03.61		
50	79 Johan de Heer	H60	8	I	5:05.00		
51	215 Ferdinand Veelenturf	H60	4	O	5:07.80		
52	80 Jan Heeres	H60	3	O	5:08.86		
53	163 Bert Piek	H60	3	I	5:11.13		
	14 Frans Biemond	H55	19	O	DNF		
	108 Stan Jonkmans	H55			WDR		

8. Rituitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 3.000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd 108 Stan Jonkmans	H55	4:31.69		WDR
					Stan Jonkmans
					m

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl bl				
					m
					m

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt 163 Bert Piek	H60	4:27.18		5:11.13
	rd 80 Jan Heeres	H60	4:44.90		5:08.86
	Bert Piek				Jan Heeres
	200m 25.49 (25.49)		200m 25.61 (25.61)		
	600m 1:05.91 (40.42)		600m 1:04.70 (39.09)		
	1000m 1:46.10 (40.19)		1000m 1:45.12 (40.42)		
	1400m 2:26.66 (40.56)		1400m 2:25.86 (40.74)		
	1800m 3:07.47 (40.81)		1800m 3:06.96 (41.10)		
	2200m 3:48.02 (40.55)		2200m 3:47.83 (40.87)		
	2600m 4:29.44 (41.42)		2600m 4:28.41 (40.58)		
	3000m 5:11.13 (41.69)		3000m 5:08.86 (40.45)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	142 Lucas Melchior	H60	4:49.30	5:01.98	
	bl	215 Ferdinand Veelenturf	H60	4:42.16	5:07.80	

Lucas Melchior

200m	23.43	(23.43)
600m	1:01.63	(38.20)
1000m	1:40.39	(38.76)
1400m	2:20.11	(39.72)
1800m	3:00.18	(40.07)
2200m	3:40.53	(40.35)
2600m	4:21.06	(40.53)
3000m	5:01.98	(40.92)

Ferdinand Veelenturf

200m	22.96	(22.96)
600m	1:01.28	(38.32)
1000m	1:41.73	(40.45)
1400m	2:22.83	(41.10)
1800m	3:03.55	(40.72)
2200m	3:44.58	(41.03)
2600m	4:26.17	(41.59)
3000m	5:07.80	(41.63)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	226 Rennie Verloop	H60	4:41.75	4:52.76	
	rd	7 Hendrik van de Beek	H55	4:24.60	4:51.86	

Rennie Verloop

200m	22.24	(22.24)
600m	57.84	(35.60)
1000m	1:34.89	(37.05)
1400m	2:12.92	(38.03)
1800m	2:51.58	(38.66)
2200m	3:31.22	(39.64)
2600m	4:11.73	(40.51)
3000m	4:52.76	(41.03)

Hendrik van de Beek

200m	24.03	(24.03)
600m	59.45	(35.42)
1000m	1:36.21	(36.76)
1400m	2:13.65	(37.44)
1800m	2:51.90	(38.25)
2200m	3:31.07	(39.17)
2600m	4:11.23	(40.16)
3000m	4:51.86	(40.63)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
6	gl								
	bl	129	Kees Langeveld		H60		4:30.83	4:54.58	
			Kees Langeveld						
			m		200m	24.23	(24.23)		
					600m	1:01.02	(36.79)		
					1000m	1:39.07	(38.05)		
					1400m	2:18.24	(39.17)		
					1800m	2:57.94	(39.70)		
					2200m	3:37.52	(39.58)		
					2600m	4:16.52	(39.00)		
					3000m	4:54.58	(38.06)		
			Piet de Jong						
					200m	23.29	(23.29)		
					600m	1:00.14	(36.85)		
					1000m	1:37.94	(37.80)		
					1400m	2:16.89	(38.95)		
					1800m	2:57.65	(40.76)		
					2200m	3:39.04	(41.39)		
					2600m	4:21.32	(42.28)		
					3000m	5:03.61	(42.29)		
			Erwin Dekker						
					200m	22.96	(22.96)		
					600m	59.16	(36.20)		
					1000m	1:36.13	(36.97)		
					1400m	2:13.95	(37.82)		
					1800m	2:51.98	(38.03)		
					2200m	3:30.91	(38.93)		
					2600m	4:10.78	(39.87)		
					3000m	4:51.84	(41.06)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	79 Johan de Heer	H60	4:42.45	5:05.00	
	bl	260 Andre van Zaane	H55	4:33.71	4:55.52	

Johan de Heer

200m	25.60	(25.60)
600m	1:03.73	(38.13)
1000m	1:42.70	(38.97)
1400m	2:22.34	(39.64)
1800m	3:02.54	(40.20)
2200m	3:43.34	(40.80)
2600m	4:24.37	(41.03)
3000m	5:05.00	(40.63)

Andre van Zaane

200m	23.67	(23.67)
600m	1:00.90	(37.23)
1000m	1:39.16	(38.26)
1400m	2:18.28	(39.12)
1800m	2:57.67	(39.39)
2200m	3:37.19	(39.52)
2600m	4:16.41	(39.22)
3000m	4:55.52	(39.11)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	228 Kees Versluis	H60	4:45.47	4:56.55	
	rd	242 Sietse van der Werff	H60	4:23.87	4:47.50	

Kees Versluis

200m	23.14	(23.14)
600m	1:00.15	(37.01)
1000m	1:37.88	(37.73)
1400m	2:16.73	(38.85)
1800m	2:56.58	(39.85)
2200m	3:36.62	(40.04)
2600m	4:16.81	(40.19)
3000m	4:56.55	(39.74)

Sietse van der Werff

200m	23.27	(23.27)
600m	58.78	(35.51)
1000m	1:35.76	(36.98)
1400m	2:13.23	(37.47)
1800m	2:51.52	(38.29)
2200m	3:29.93	(38.41)
2600m	4:08.79	(38.86)
3000m	4:47.50	(38.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	195 Jan Smid	H60		4:33.70	4:45.86
	bl	10 Jann van Benthem	H60		4:31.91	4:47.97

Jan Smid

200m	23.13	(23.13)
600m	1:00.07	(36.94)
1000m	1:36.94	(36.87)
1400m	2:14.69	(37.75)
1800m	2:52.63	(37.94)
2200m	3:30.78	(38.15)
2600m	4:08.82	(38.04)
3000m	4:45.86	(37.04)

Jann van Benthem

200m	22.84	(22.84)
600m	58.67	(35.83)
1000m	1:34.84	(36.17)
1400m	2:11.71	(36.87)
1800m	2:49.77	(38.06)
2200m	3:28.53	(38.76)
2600m	4:08.40	(39.87)
3000m	4:47.97	(39.57)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	249 Grietsen Wijma	H55		4:34.13	4:48.76
	rd	33 Gert Jan Braas	H55		4:44.67	4:50.52

Grietsen Wijma

200m	22.79	(22.79)
600m	58.18	(35.39)
1000m	1:34.61	(36.43)
1400m	2:12.60	(37.99)
1800m	2:52.19	(39.59)
2200m	3:31.09	(38.90)
2600m	4:10.51	(39.42)
3000m	4:48.76	(38.25)

Gert Jan Braas

200m	4:50.52	(290.52)
------	---------	----------

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	101 Martijn Jager	H45		4:40.90	4:52.89
	bl	167 Adriaan Provoost	H55		4:21.97	4:43.72

Martijn Jager

200m	23.31	(23.31)
600m	1:00.97	(37.66)
1000m	1:39.25	(38.28)
1400m	2:18.19	(38.94)
1800m	2:56.53	(38.34)
2200m	3:35.10	(38.57)
2600m	4:13.96	(38.86)
3000m	4:52.89	(38.93)

Adriaan Provoost

200m	23.17	(23.17)
600m	59.33	(36.16)
1000m	1:36.09	(36.76)
1400m	2:13.60	(37.51)
1800m	2:50.96	(37.36)
2200m	3:28.03	(37.07)
2600m	4:05.66	(37.63)
3000m	4:43.72	(38.06)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	13 Aart van Beuzekom	H50		4:40.97	4:45.68
	rd	87 Gerben Hettinga	H50		4:37.93	4:35.29 PR

Aart van Beuzekom

200m	22.96	(22.96)
600m	58.60	(35.64)
1000m	1:34.80	(36.20)
1400m	2:12.11	(37.31)
1800m	2:50.44	(38.33)
2200m	3:28.69	(38.25)
2600m	4:07.65	(38.96)
3000m	4:45.68	(38.03)

Gerben Hettinga

200m	23.24	(23.24)
600m	57.66	(34.42)
1000m	1:32.69	(35.03)
1400m	2:09.32	(36.63)
1800m	2:45.92	(36.60)
2200m	3:22.37	(36.45)
2600m	3:58.63	(36.26)
3000m	4:35.29	(36.66)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
14	gl	85 Giel Hermans	H55		4:38.34	4:40.78	
	bl	118 Roland ten Klooster	H55		4:32.89	4:42.25	
		Giel Hermans			Roland ten Klooster		
		200m	22.35	(22.35)	200m	22.58	(22.58)
		600m	58.61	(36.26)	600m	58.65	(36.07)
		1000m	1:35.21	(36.60)	1000m	1:35.40	(36.75)
		1400m	2:12.28	(37.07)	1400m	2:12.39	(36.99)
		1800m	2:49.12	(36.84)	1800m	2:49.17	(36.78)
		2200m	3:26.58	(37.46)	2200m	3:26.36	(37.19)
		2600m	4:03.99	(37.41)	2600m	4:04.01	(37.65)
		3000m	4:40.78	(36.79)	3000m	4:42.25	(38.24)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
15	wt	31 Ruud Bouwmeester	H50		4:27.68	4:42.61	
	rd	89 Evert Hof	H50		4:36.73	4:47.00	
		Ruud Bouwmeester			Evert Hof		
		200m	21.20	(21.20)	200m	21.81	(21.81)
		600m	56.12	(34.92)	600m	57.51	(35.70)
		1000m	1:32.26	(36.14)	1000m	1:33.63	(36.12)
		1400m	2:09.28	(37.02)	1400m	2:09.97	(36.34)
		1800m	2:46.84	(37.56)	1800m	2:47.58	(37.61)
		2200m	3:25.31	(38.47)	2200m	3:26.03	(38.45)
		2600m	4:03.96	(38.65)	2600m	4:05.92	(39.89)
		3000m	4:42.61	(38.65)	3000m	4:47.00	(41.08)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	115 Arjen Keuning	H45	4:36.82	4:41.85	
	bl	1 Christiaan Abeelen	H45	4:36.63	4:39.67	

Arjen Keuning

200m	21.45	(21.45)
600m	55.66	(34.21)
1000m	1:31.40	(35.74)
1400m	2:08.22	(36.82)
1800m	2:45.70	(37.48)
2200m	3:24.15	(38.45)
2600m	4:03.05	(38.90)
3000m	4:41.85	(38.80)

Christiaan Abeelen

200m	22.17	(22.17)
600m	57.48	(35.31)
1000m	1:33.49	(36.01)
1400m	2:10.46	(36.97)
1800m	2:47.62	(37.16)
2200m	3:25.02	(37.40)
2600m	4:02.65	(37.63)
3000m	4:39.67	(37.02)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	67 Cock Groot	H55	4:34.95	4:37.06	
	rd	176 Edwin Roetman	H50	4:22.14	4:22.33	

Cock Groot

200m	21.93	(21.93)
600m	56.46	(34.53)
1000m	1:32.20	(35.74)
1400m	2:08.62	(36.42)
1800m	2:45.33	(36.71)
2200m	3:22.41	(37.08)
2600m	3:59.68	(37.27)
3000m	4:37.06	(37.38)

Edwin Roetman

200m	21.01	(21.01)
600m	54.87	(33.86)
1000m	1:28.90	(34.03)
1400m	2:02.79	(33.89)
1800m	2:36.81	(34.02)
2200m	3:11.20	(34.39)
2600m	3:46.44	(35.24)
3000m	4:22.33	(35.89)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
18	gl	185 Robert Schouwenaar	H50	4:26.14	4:35.18		
	bl	43 Robert da Costa	H50	4:36.47	4:36.35	PR	
		Robert Schouwenaar			Robert da Costa		
		200m	22.36 (22.36)	200m	23.25 (23.25)		
		600m	57.83 (35.47)	600m	57.54 (34.29)		
		1000m	1:32.44 (34.61)	1000m	1:32.34 (34.80)		
		1400m	2:08.01 (35.57)	1400m	2:08.04 (35.70)		
		1800m	2:44.28 (36.27)	1800m	2:44.44 (36.40)		
		2200m	3:20.94 (36.66)	2200m	3:21.26 (36.82)		
		2600m	3:57.94 (37.00)	2600m	3:58.61 (37.35)		
		3000m	4:35.18 (37.24)	3000m	4:36.35 (37.74)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
19	wt	36 Bart Brinksma	H55	4:27.31	4:32.33		
	rd	14 Frans Biemond	H55	4:29.91	DNF		
		Bart Brinksma			Frans Biemond		
		200m	22.19 (22.19)	200m	24.87 (24.87)		
		600m	56.34 (34.15)				
		1000m	1:31.28 (34.94)				
		1400m	2:07.24 (35.96)				
		1800m	2:43.60 (36.36)				
		2200m	3:19.61 (36.01)				
		2600m	3:55.73 (36.12)				
		3000m	4:32.33 (36.60)				

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	140 Ivo Meijer	H55		4:17.50	4:40.95	
	bl	76 Mario Hagen	H50		4:19.56	4:34.29	
		Ivo Meijer			Mario Hagen		
		200m	21.63	(21.63)	200m	22.62	(22.62)
		600m	56.27	(34.64)	600m	57.30	(34.68)
		1000m	1:32.50	(36.23)	1000m	1:33.04	(35.74)
		1400m	2:09.47	(36.97)	1400m	2:09.54	(36.50)
		1800m	2:46.88	(37.41)	1800m	2:45.95	(36.41)
		2200m	3:24.66	(37.78)	2200m	3:21.82	(35.87)
		2600m	4:02.81	(38.15)	2600m	3:57.98	(36.16)
		3000m	4:40.95	(38.14)	3000m	4:34.29	(36.31)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
21	wt	56 Wopko Faber	H45		4:29.24	4:40.74	
	rd	141 Jan Mein	H60		4:31.17	4:36.65	
		Wopko Faber			Jan Mein		
		200m	21.75	(21.75)	200m	22.60	(22.60)
		600m	55.94	(34.19)	600m	58.12	(35.52)
		1000m	1:31.55	(35.61)	1000m	1:34.08	(35.96)
		1400m	2:08.36	(36.81)	1400m	2:10.68	(36.60)
		1800m	2:45.68	(37.32)	1800m	2:47.15	(36.47)
		2200m	3:23.91	(38.23)	2200m	3:23.46	(36.31)
		2600m	4:02.38	(38.47)	2600m	4:00.14	(36.68)
		3000m	4:40.74	(38.36)	3000m	4:36.65	(36.51)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
22	gl	81 Martin Heerma	H45		4:09.22	4:29.34	
	bl	92 Kees Hoof	H45		4:05.73	4:16.18	
		Martin Heerma			Kees Hoof		
		200m	20.71	(20.71)	200m	20.98	(20.98)
		600m	54.23	(33.52)	600m	52.84	(31.86)
		1000m	1:29.11	(34.88)	1000m	1:25.62	(32.78)
		1400m	2:04.65	(35.54)	1400m	1:59.05	(33.43)
		1800m	2:40.60	(35.95)	1800m	2:32.72	(33.67)
		2200m	3:16.78	(36.18)	2200m	3:06.85	(34.13)
		2600m	3:53.11	(36.33)	2600m	3:41.51	(34.66)
		3000m	4:29.34	(36.23)	3000m	4:16.18	(34.67)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
23	wt	28 Marco Bottelier	H50		4:21.99	4:25.88	
	rd	153 Ard Neven	H45		4:10.58	4:41.67	
		Marco Bottelier			Ard Neven		
		200m	20.81	(20.81)	200m	22.16	(22.16)
		600m	53.48	(32.67)	600m	58.53	(36.37)
		1000m	1:27.12	(33.64)	1000m	1:34.92	(36.39)
		1400m	2:02.06	(34.94)	1400m	2:11.61	(36.69)
		1800m	2:37.40	(35.34)	1800m	2:48.67	(37.06)
		2200m	3:13.21	(35.81)	2200m	3:26.21	(37.54)
		2600m	3:49.30	(36.09)	2600m	4:03.67	(37.46)
		3000m	4:25.88	(36.58)	3000m	4:41.67	(38.00)

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	265	Gerlof Zwaga		H50	4:27.49	4:32.61	
	bl	66	Bart Groot		H50	4:29.06	4:28.03	PR
		Gerlof Zwaga			Bart Groot			
		200m	22.12	(22.12)	200m	22.06	(22.06)	
		600m	55.77	(33.65)	600m	56.32	(34.26)	
		1000m	1:30.34	(34.57)	1000m	1:30.28	(33.96)	
		1400m	2:05.82	(35.48)	1400m	2:04.89	(34.61)	
		1800m	2:42.04	(36.22)	1800m	2:40.35	(35.46)	
		2200m	3:18.66	(36.62)	2200m	3:15.94	(35.59)	
		2600m	3:55.79	(37.13)	2600m	3:52.38	(36.44)	
		3000m	4:32.61	(36.82)	3000m	4:28.03	(35.65)	

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
25	wt	35	Gerrit van den Brink		H45	4:23.42	4:29.57	
	rd	227	Herman Vermeer		H55	4:07.35	4:30.13	
		Gerrit van den Brink			Herman Vermeer			
		200m	22.11	(22.11)	200m	22.75	(22.75)	
		600m	56.74	(34.63)	600m	58.35	(35.60)	
		1000m	1:31.15	(34.41)	1000m	1:33.60	(35.25)	
		1400m	2:05.93	(34.78)	1400m	2:08.82	(35.22)	
		1800m	2:41.26	(35.33)	1800m	2:44.04	(35.22)	
		2200m	3:16.94	(35.68)	2200m	3:19.42	(35.38)	
		2600m	3:53.11	(36.17)	2600m	3:54.56	(35.14)	
		3000m	4:29.57	(36.46)	3000m	4:30.13	(35.57)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
26	gl	64 Roberto van Goor	H45	4:18.86	4:24.97	
	bl	231 John van der Vlugt	H60	4:12.01	4:29.33	

Roberto van Goor

200m	21.40	(21.40)
600m	55.47	(34.07)
1000m	1:29.97	(34.50)
1400m	2:04.64	(34.67)
1800m	2:39.54	(34.90)
2200m	3:14.56	(35.02)
2600m	3:50.02	(35.46)
3000m	4:24.97	(34.95)

John van der Vlugt

200m	22.78	(22.78)
600m	57.69	(34.91)
1000m	1:33.13	(35.44)
1400m	2:08.79	(35.66)
1800m	2:44.26	(35.47)
2200m	3:19.53	(35.27)
2600m	3:54.68	(35.15)
3000m	4:29.33	(34.65)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
27	wt	239 Rob Wartenhorst	H50	4:22.35	4:27.55	
	rd	51 Hans van der Does	H50	4:13.38	4:41.09	

Rob Wartenhorst

200m	21.42	(21.42)
600m	55.88	(34.46)
1000m	1:30.74	(34.86)
1400m	2:05.79	(35.05)
1800m	2:41.04	(35.25)
2200m	3:16.00	(34.96)
2600m	3:51.37	(35.37)
3000m	4:27.55	(36.18)

Hans van der Does

200m	22.07	(22.07)
600m	55.94	(33.87)
1000m	1:30.31	(34.37)
1400m	2:06.28	(35.97)
1800m	2:44.53	(38.25)
2200m	3:23.11	(38.58)
2600m	4:00.96	(37.85)
3000m	4:41.09	(40.13)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
28	gl bl	41 Sandro Cara		H45		4:08.67	4:11.17	TRC	
		<u>Sandro Cara</u>							
		m		200m		20.24	(20.24)		
				600m		52.88	(32.64)		
				1000m		1:26.04	(33.16)		
				1400m		1:58.72	(32.68)		
				1800m		2:31.37	(32.65)		
				2200m		3:04.35	(32.98)		
				2600m		3:37.72	(33.37)		
				3000m		4:11.17	(33.45)		
<hr/>									
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info	
29	wt rd	6 Arjan Bakker		H55		4:04.59	4:16.58		
		174 Paul Robijn		H50		4:18.82	4:24.43		
		<u>Arjan Bakker</u>			<u>Paul Robijn</u>				
		200m	21.33	(21.33)	200m	21.59	(21.59)		
		600m	54.48	(33.15)	600m	54.62	(33.03)		
		1000m	1:27.79	(33.31)	1000m	1:29.27	(34.65)		
		1400m	2:01.77	(33.98)	1400m	2:03.76	(34.49)		
		1800m	2:35.50	(33.73)	1800m	2:38.31	(34.55)		
		2200m	3:08.99	(33.49)	2200m	3:13.25	(34.94)		
		2600m	3:42.68	(33.69)	2600m	3:48.50	(35.25)		
		3000m	4:16.58	(33.90)	3000m	4:24.43	(35.93)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
30	gl	255 Danny Witkamp	H50		4:10.68	4:24.23
	bl	72 Romke de Haan	H45		4:17.96	4:18.05

Danny Witkamp

200m	21.28	(21.28)
600m	53.78	(32.50)
1000m	1:27.02	(33.24)
1400m	2:01.60	(34.58)
1800m	2:36.30	(34.70)
2200m	3:11.45	(35.15)
2600m	3:47.67	(36.22)
3000m	4:24.23	(36.56)

Romke de Haan

200m	20.97	(20.97)
600m	52.57	(31.60)
1000m	1:25.87	(33.30)
1400m	1:59.70	(33.83)
1800m	2:33.84	(34.14)
2200m	3:08.17	(34.33)
2600m	3:43.01	(34.84)
3000m	4:18.05	(35.04)



Nederlands Kampioenschap Masters

Ijsbaan de Meent - Alkmaar

16 en 17 februari 2019



9. Uitslag Dames (allen) 1.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	111 Mijke Anne Kanneworff	DSB	20	O	1:27.06		
2	177 Kaska Rogulska	D50	20	I	1:28.05	TRC	
3	244 Marloes Westerhof	DSB	18	I	1:29.40		
4	117 Evelien van der Kist	DSB	19	I	1:30.32		
5	19 Monique Boerema	D55	16	I	1:30.37		
6	149 Suzanne Mulder	DSB	18	O	1:30.63		
7	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	19	O	1:31.43		
8	75 Jeanette ten Hag	D40	17	I	1:32.07		
9	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	15	O	1:32.25		
10	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	15	I	1:33.40		
11	62 Henriëtte Goede	D50	8	O	1:34.08		
12	17 Lijnie Boele	D50	13	O	1:34.11		
13	52 Lian van Dongen	D55	11	I	1:34.64		
14	172 Chantal Rietman-Herms	D40	13	I	1:34.65		
15	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	17	O	1:34.79		
16	202 Ciska Stark	D55	12	I	1:35.15		
17	60 Rianne Gerritsen	DSB	10	O	1:35.48		
18	70 Janette de Groot - Bron	D40	16	O	1:35.63		
19	104 Marlies de Jong	D50	10	I	1:36.50		
20	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	14	I	1:36.65		
21	196 Anita Smit-Groot	D55	9	O	1:36.77		
22	208 Maura Swinkels	D55	12	O	1:37.11		
	235 Hedri Vrieling	D45	4	I	1:37.11		
24	250 Sandra van Wijngaarden	D45	11	O	1:38.29		
25	204 Noor van der Ster	D60	7	I	1:38.45		
26	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	14	O	1:38.68		
27	77 Wendy van der Ham	D45	6	I	1:39.43		
28	266 Lettie Zwanenburg	D60	3	O	1:39.47		
29	230 Manon van de Vliert-Scholte	D45	7	O	1:39.71		
30	152 Marianne de Neeling	D55	6	O	1:39.86		
31	180 Karin van der Sar	D45	8	I	1:40.08		
32	168 Ciska de Ree	DSB	3	I	1:40.22		
33	102 Astrid Janssen	D55	9	I	1:40.59		
34	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	5	I	1:43.86		
35	82 Barbara Heerschop	D60	5	O	1:44.02		
36	71 Mariska van Haaften- van den Bosch	D55	2	I	1:44.16		
37	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	4	O	1:44.43		
	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	1	I	1:44.43		
39	194 Betsie Slaghuis	D60	2	O	1:53.60		

9. Rituitslag Dames (allen) 1.000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd	247 Marie Andel Wiersma-Talsma	D50	1:39.01	1:44.43	

Marie Andel Wiersma-Talsma

200m	23.81	(23.81)	m
600m	1:02.07	(38.26)	
1000m	1:44.43	(42.36)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	71 Mariska van Haften- van den Bosch	D55	1:39.62	1:44.16	
	bl	194 Betsie Slaghuis	D60	1:46.35	1:53.60	

Mariska van Haften- van den Bosch

200m	24.20	(24.20)
600m	1:03.25	(39.05)
1000m	1:44.16	(40.91)

Betsie Slaghuis

200m	26.10	(26.10)
600m	1:09.38	(43.28)
1000m	1:53.60	(44.22)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	168 Ciska de Ree	DSB	1:39.58	1:40.22	
	rd	266 Lettie Zwanenburg	D60	1:31.37	1:39.47	

Ciska de Ree

200m	22.49	(22.49)
600m	1:00.12	(37.63)
1000m	1:40.22	(40.10)

Lettie Zwanenburg

200m	24.25	(24.25)
600m	1:01.45	(37.20)
1000m	1:39.47	(38.02)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	235 Hedri Vrieling	D45	1:35.56	1:37.11	
	bl	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	1:41.75	1:44.43	

Hedri Vrieling

200m	22.68	(22.68)
600m	58.97	(36.29)
1000m	1:37.11	(38.14)

Petra Andriessen-Hoekema

200m	25.39	(25.39)
600m	1:05.01	(39.62)
1000m	1:44.43	(39.42)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	199	Michelle van Sonsbeeck		D50		1:43.09	1:43.86
	rd	82	Barbara Heerschop		D60		1:32.86	1:44.02
			Michelle van Sonsbeeck			Barbara Heerschop		
			200m	24.58	(24.58)	200m 23.87 (23.87)		
			600m	1:03.35	(38.77)	600m 1:03.33 (39.46)		
			1000m	1:43.86	(40.51)	1000m 1:44.02 (40.69)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	77	Wendy van der Ham		D45		1:37.83	1:39.43
	bl	152	Marianne de Neeling		D55		1:32.28	1:39.86
			Wendy van der Ham			Marianne de Neeling		
			200m	22.55	(22.55)	200m 23.21 (23.21)		
			600m	59.90	(37.35)	600m 1:00.62 (37.41)		
			1000m	1:39.43	(39.53)	1000m 1:39.86 (39.24)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	204	Noor van der Ster		D60		1:28.19	1:38.45
	rd	230	Manon van de Vliert-Scholte		D45		1:34.47	1:39.71
			Noor van der Ster			Manon van de Vliert-Scholte		
			200m	22.84	(22.84)	200m 23.70 (23.70)		
			600m	59.75	(36.91)	600m 1:00.94 (37.24)		
			1000m	1:38.45	(38.70)	1000m 1:39.71 (38.77)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	180	Karin van der Sar		D45		1:35.00	1:40.08
	bl	62	Henriëtte Goede		D50		1:27.37	1:34.08
			Karin van der Sar			Henriëtte Goede		
			200m	22.64	(22.64)	200m 22.15 (22.15)		
			600m	58.82	(36.18)	600m 56.95 (34.80)		
			1000m	1:40.08	(41.26)	1000m 1:34.08 (37.13)		

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	102 Astrid Janssen	D55		1:31.53	1:40.59	
	rd	196 Anita Smit-Groot	D55		1:34.48	1:36.77	
		Astrid Janssen			Anita Smit-Groot		
		200m	23.01	(23.01)	200m	22.91	(22.91)
		600m	59.93	(36.92)	600m	57.78	(34.87)
		1000m	1:40.59	(40.66)	1000m	1:36.77	(38.99)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	104 Marlies de Jong	D50		1:34.11	1:36.50	
	bl	60 Rianne Gerritsen	DSB		1:33.86	1:35.48	
		Marlies de Jong			Rianne Gerritsen		
		200m	22.43	(22.43)	200m	22.50	(22.50)
		600m	58.18	(35.75)	600m	58.05	(35.55)
		1000m	1:36.50	(38.32)	1000m	1:35.48	(37.43)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
11	wt	52 Lian van Dongen	D55		1:28.16	1:34.64	
	rd	250 Sandra van Wijngaarden	D45		1:35.24	1:38.29	
		Lian van Dongen			Sandra van Wijngaarden		
		200m	22.78	(22.78)	200m	22.55	(22.55)
		600m	58.06	(35.28)	600m	58.56	(36.01)
		1000m	1:34.64	(36.58)	1000m	1:38.29	(39.73)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
12	gl	202 Ciska Stark	D55		1:33.16	1:35.15	
	bl	208 Maura Swinkels	D55		1:33.80	1:37.11	
		Ciska Stark			Maura Swinkels		
		200m	22.45	(22.45)	200m	22.81	(22.81)
		600m	57.80	(35.35)	600m	58.75	(35.94)
		1000m	1:35.15	(37.35)	1000m	1:37.11	(38.36)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	172 Chantal Rietman-Herms	D40	1:34.20	1:34.65	
	rd	17 Lijnie Boele	D50	1:24.59	1:34.11	
		Chantal Rietman-Herms		Lijnie Boele		
		200m	21.55 (21.55)	200m	22.09 (22.09)	
		600m	56.61 (35.06)	600m	57.32 (35.23)	
		1000m	1:34.65 (38.04)	1000m	1:34.11 (36.79)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	1:30.74	1:36.65	
	bl	26 Carolien Bosch-Oudshoorn	DSB	1:34.46	1:38.68	
		Sandra van Bijlert-Burgerhout		Carolien Bosch-Oudshoorn		
		200m	21.96 (21.96)	200m	22.65 (22.65)	
		600m	58.20 (36.24)	600m	59.35 (36.70)	
		1000m	1:36.65 (38.45)	1000m	1:38.68 (39.33)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	1:31.98	1:33.40	
	rd	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	1:30.53	1:32.25	
		Erica Della Guardia - de Jong		Esther Bouman-Wammes		
		200m	22.16 (22.16)	200m	23.07 (23.07)	
		600m	56.70 (34.54)	600m	56.86 (33.79)	
		1000m	1:33.40 (36.70)	1000m	1:32.25 (35.39)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	19 Monique Boerema	D55	1:25.09	1:30.37	
	bl	70 Janette de Groot - Bron	D40	1:29.05	1:35.63	
		Monique Boerema		Janette de Groot - Bron		
		200m	21.19 (21.19)	200m	22.37 (22.37)	
		600m	54.30 (33.11)	600m	57.64 (35.27)	
		1000m	1:30.37 (36.07)	1000m	1:35.63 (37.99)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
17	wt	75	Jeanette ten Hag		D40		1:29.03	1:32.07
	rd	234	Jolanda Voskamp-Vollebregt		D50		1:26.06	1:34.79
			Jeanette ten Hag			Jolanda Voskamp-Vollebregt		
			200m	20.79	(20.79)	200m 22.36 (22.36)		
			600m	54.51	(33.72)	600m 57.96 (35.60)		
			1000m	1:32.07	(37.56)	1000m 1:34.79 (36.83)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
18	gl	244	Marloes Westerhof		DSB		1:25.74	1:29.40
	bl	149	Suzanne Mulder		DSB		1:24.06	1:30.63
			Marloes Westerhof			Suzanne Mulder		
			200m	20.51	(20.51)	200m 21.57 (21.57)		
			600m	53.67	(33.16)	600m 55.22 (33.65)		
			1000m	1:29.40	(35.73)	1000m 1:30.63 (35.41)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
19	wt	117	Evelien van der Kist		DSB		1:28.24	1:30.32
	rd	183	Dorian Schoonderwoerd		D45		1:28.41	1:31.43
			Evelien van der Kist			Dorian Schoonderwoerd		
			200m	21.01	(21.01)	200m 21.90 (21.90)		
			600m	54.08	(33.07)	600m 55.75 (33.85)		
			1000m	1:30.32	(36.24)	1000m 1:31.43 (35.68)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
20	gl	177	Kaska Rogulska		D50		1:24.09	1:28.05 TRC
	bl	111	Mijke Anne Kannevorff		DSB		1:26.46	1:27.06
			Kaska Rogulska			Mijke Anne Kannevorff		
			200m	20.31	(20.31)	200m 19.96 (19.96)		
			600m	52.79	(32.48)	600m 52.20 (32.24)		
			1000m	1:28.05	(35.26)	1000m 1:27.06 (34.86)		

10. Uitslag Heren (H65 - H70 - H75) 1.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	191 Pieter Siemonsma	H65	10	O	1:27.65		
2	86 Jacob Heslinga	H65	10	I	1:28.72		
3	134 Rein van Luunen	H65	8	I	1:30.67		
4	198 Frits van Soest	H65	9	I	1:31.61		
5	218 Wibe Veenbaas	H65	9	O	1:31.68		
6	113 Bert Keizer	H65	8	O	1:33.50		
7	130 Dirk van Leen	H65	7	O	1:33.76		
8	263 Jan Zijp	H65	5	O	1:33.90		
9	53 Pieter den Dunnen	H70	6	I	1:34.65		
10	182 Leo Schoenmeijer	H70	5	I	1:35.02		
11	18 Jan Boelen	H70	3	I	1:36.23		
12	34 Twan den Braber	H65	6	O	1:37.25		
13	138 Bauke Meijer	H70	7	I	1:38.56		
14	83 Ton van Helden	H70	4	O	1:41.64		
15	173 Frans Rietveld	H75	4	I	1:41.86		
16	257 Nico Woldendorp	H75	2	O	1:42.59		
17	206 Cees Stoop	H70	2	I	1:42.97		
18	236 Bram de Vries	H75	3	O	1:45.34		
19	97 Klaas Hulst	H75	1	O	1:50.36		
20	190 Zwier Selles	H75	1	I	1:55.33		

10. Rituitslag Heren (H65 - H70 - H75) 1.000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	190	Zwier Selles		H75	1:30.81	1:55.33	
	rd	97	Klaas Hulst		H75	1:35.86	1:50.36	
		Zwier Selles			Klaas Hulst			
		200m	27.71	(27.71)	200m	24.90	(24.90)	
		600m	1:09.54	(41.83)	600m	1:06.01	(41.11)	
		1000m	1:55.33	(45.79)	1000m	1:50.36	(44.35)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	206	Cees Stoop		H70	1:27.04	1:42.97	
	bl	257	Nico Woldendorp		H75	1:31.46	1:42.59	
		Cees Stoop			Nico Woldendorp			
		200m	23.10	(23.10)	200m	24.06	(24.06)	
		600m	1:00.85	(37.75)	600m	1:02.49	(38.43)	
		1000m	1:42.97	(42.12)	1000m	1:42.59	(40.10)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
3	wt	18	Jan Boelen		H70	1:28.78	1:36.23	
	rd	236	Bram de Vries		H75	1:29.98	1:45.34	
		Jan Boelen			Bram de Vries			
		200m	22.54	(22.54)	200m	24.52	(24.52)	
		600m	58.95	(36.41)	600m	1:04.04	(39.52)	
		1000m	1:36.23	(37.28)	1000m	1:45.34	(41.30)	
<hr/>								
		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	173	Frans Rietveld		H75	1:26.33	1:41.86	
	bl	83	Ton van Helden		H70	1:31.44	1:41.64	
		Frans Rietveld			Ton van Helden			
		200m	23.27	(23.27)	200m	23.65	(23.65)	
		600m	1:00.75	(37.48)	600m	1:01.60	(37.95)	
		1000m	1:41.86	(41.11)	1000m	1:41.64	(40.04)	

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	182	Leo Schoenmeijer		H70	1:32.78	1:35.02
	rd	263	Jan Zijp		H65	1:25.89	1:33.90
		Leo Schoenmeijer			Jan Zijp		
		200m	22.31	(22.31)	200m	22.09	(22.09)
		600m	57.87	(35.56)	600m	57.51	(35.42)
		1000m	1:35.02	(37.15)	1000m	1:33.90	(36.39)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
6	gl	53	Pieter den Dunnen		H70	1:25.69	1:34.65
	bl	34	Twan den Braber		H65	1:26.20	1:37.25
		Pieter den Dunnen			Twan den Braber		
		200m	23.01	(23.01)	200m	23.46	(23.46)
		600m	58.16	(35.15)	600m	59.80	(36.34)
		1000m	1:34.65	(36.49)	1000m	1:37.25	(37.45)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
7	wt	138	Bauke Meijer		H70	1:33.29	1:38.56
	rd	130	Dirk van Leen		H65	1:28.21	1:33.76
		Bauke Meijer			Dirk van Leen		
		200m	22.81	(22.81)	200m	21.78	(21.78)
		600m	59.25	(36.44)	600m	56.68	(34.90)
		1000m	1:38.56	(39.31)	1000m	1:33.76	(37.08)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
8	gl	134	Rein van Luunen		H65	1:23.59	1:30.67
	bl	113	Bert Keizer		H65	1:25.59	1:33.50
		Rein van Luunen			Bert Keizer		
		200m	20.49	(20.49)	200m	21.49	(21.49)
		600m	54.23	(33.74)	600m	56.30	(34.81)
		1000m	1:30.67	(36.44)	1000m	1:33.50	(37.20)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
9	wt	198 Frits van Soest	H65		1:28.98	1:31.61	
	rd	218 Wibe Veenbaas	H65		1:23.40	1:31.68	
		Frits van Soest			Wibe Veenbaas		
		200m	21.20	(21.20)	200m	22.46	(22.46)
		600m	55.40	(34.20)	600m	56.27	(33.81)
		1000m	1:31.61	(36.21)	1000m	1:31.68	(35.41)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
10	gl	86 Jacob Heslinga	H65		1:22.54	1:28.72	
	bl	191 Pieter Siemonsma	H65		1:23.23	1:27.65	
		Jacob Heslinga			Pieter Siemonsma		
		200m	21.17	(21.17)	200m	20.95	(20.95)
		600m	53.83	(32.66)	600m	53.23	(32.28)
		1000m	1:28.72	(34.89)	1000m	1:27.65	(34.42)

11. Uitslag Dames (allen) 3.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	212 Mischa Top	DSB	16	I	4:42.12		
2	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	18	O	4:49.42	PR	
3	177 Kaska Rogulska	D50	8	I	4:50.46		
4	149 Suzanne Mulder	DSB	16	O	4:50.72		
5	111 Mijke Anne Kannevorff	DSB	18	I	4:51.90	PR	
6	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	12	I	4:56.54		
7	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	12	O	4:56.74		
8	60 Rianne Gerritsen	DSB	15	I	5:06.67	PR	
9	52 Lian van Dongen	D55	5	O	5:07.70		
10	244 Marloes Westerhof	DSB	17	I	5:07.74		
11	19 Monique Boerema	D55	5	I	5:10.98		
12	117 Evelien van der Kist	DSB	17	O	5:11.47		
13	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40	14	O	5:11.64		
14	202 Ciska Stark	D55	4	I	5:12.11		
15	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	6	I	5:12.49		
16	266 Lettie Zwanenburg	D60	2	I	5:12.97		
17	235 Hedri Vrieling	D45	11	I	5:14.08		
18	208 Maura Swinkels	D55	3	I	5:14.24		
19	17 Lijnie Boele	D50	7	I	5:14.87		
20	204 Noor van der Ster	D60	2	O	5:15.76		
21	70 Janette de Groot - Bron	D40	13	I	5:15.86		
22	234 Jolanda Voskamp-Vollebregt	D50	8	O	5:16.70		
23	104 Marlies de Jong	D50	7	O	5:19.51		
24	196 Anita Smit-Groot	D55	4	O	5:19.55		
25	172 Chantal Rietman-Herms	D40	13	O	5:21.81	PR	
26	75 Jeanette ten Hag	D40	14	I	5:22.59		
27	71 Mariska van Haaften- van den Bosch	D55	3	O	5:30.86		
28	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	6	O	5:33.76		
29	180 Karin van der Sar	D45	10	I	5:40.66		
30	82 Barbara Heerschop	D60	1	I	5:43.21		
31	77 Wendy van der Ham	D45	11	O	6:04.80	FL	
32	194 Betsie Slaghuis	D60	1	O	6:09.49		

11. Rituitslag Dames (allen) 3.000 meter

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
1	wt	82	Barbara Heerschop		D60	5:01.56		5:43.21	
	rd	194	Betsie Slaghuis		D60	5:57.61		6:09.49	
			Barbara Heerschop				Betsie Slaghuis		
		200m	26.90	(26.90)		200m	28.39	(28.39)	
		600m	1:11.07	(44.17)		600m	1:15.18	(46.79)	
		1000m	1:57.10	(46.03)		1000m	2:04.26	(49.08)	
		1400m	2:41.99	(44.89)		1400m	2:53.09	(48.83)	
		1800m	3:26.62	(44.63)		1800m	3:40.86	(47.77)	
		2200m	4:12.08	(45.46)		2200m	4:30.50	(49.64)	
		2600m	4:58.16	(46.08)		2600m	5:19.52	(49.02)	
		3000m	5:43.21	(45.05)		3000m	6:09.49	(49.97)	

		Naam		Cat		PR		Tijd	Info
2	gl	266	Lettie Zwanenburg		D60	4:55.58		5:12.97	
	bl	204	Noor van der Ster		D60	4:46.97		5:15.76	
			Lettie Zwanenburg				Noor van der Ster		
		200m	24.99	(24.99)		200m	24.52	(24.52)	
		600m	1:04.03	(39.04)		600m	1:03.42	(38.90)	
		1000m	1:44.68	(40.65)		1000m	1:44.90	(41.48)	
		1400m	2:25.55	(40.87)		1400m	2:25.81	(40.91)	
		1800m	3:06.90	(41.35)		1800m	3:07.36	(41.55)	
		2200m	3:48.18	(41.28)		2200m	3:50.11	(42.75)	
		2600m	4:30.19	(42.01)		2600m	4:32.50	(42.39)	
		3000m	5:12.97	(42.78)		3000m	5:15.76	(43.26)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	208 Maura Swinkels	D55	5:03.88	5:14.24	
	rd	71 Mariska van Haaften- van den Bosch	D55	5:07.75	5:30.86	
		Maura Swinkels				
		200m	23.86 (23.86)			
		600m	1:02.17 (38.31)			
		1000m	1:42.72 (40.55)			
		1400m	2:24.84 (42.12)			
		1800m	3:07.09 (42.25)			
		2200m	3:49.84 (42.75)			
		2600m	4:32.17 (42.33)			
		3000m	5:14.24 (42.07)			
		Mariska van Haaften- van den Bosch				
		200m	25.12 (25.12)			
		600m	1:06.00 (40.88)			
		1000m	1:49.28 (43.28)			
		1400m	2:33.43 (44.15)			
		1800m	3:17.66 (44.23)			
		2200m	4:02.17 (44.51)			
		2600m	4:46.70 (44.53)			
		3000m	5:30.86 (44.16)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	202 Ciska Stark	D55	5:01.04	5:12.11	
	bl	196 Anita Smit-Groot	D55	5:08.76	5:19.55	
		Ciska Stark				
		200m	23.99 (23.99)			
		600m	1:02.72 (38.73)			
		1000m	1:43.32 (40.60)			
		1400m	2:25.79 (42.47)			
		1800m	3:08.19 (42.40)			
		2200m	3:49.86 (41.67)			
		2600m	4:31.90 (42.04)			
		3000m	5:12.11 (40.21)			
		Anita Smit-Groot				
		200m	24.13 (24.13)			
		600m	1:02.96 (38.83)			
		1000m	1:44.29 (41.33)			
		1400m	2:27.75 (43.46)			
		1800m	3:11.10 (43.35)			
		2200m	3:54.56 (43.46)			
		2600m	4:37.16 (42.60)			
		3000m	5:19.55 (42.39)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
5	wt	19 Monique Boerema	D55	4:41.48	5:10.98		
	rd	52 Lian van Dongen	D55	4:47.16	5:07.70		
		Monique Boerema			Lian van Dongen		
		200m	22.93 (22.93)	200m	24.26 (24.26)		
		600m	1:00.57 (37.64)	600m	1:02.61 (38.35)		
		1000m	1:40.70 (40.13)	1000m	1:41.65 (39.04)		
		1400m	2:21.80 (41.10)	1400m	2:21.84 (40.19)		
		1800m	3:03.96 (42.16)	1800m	3:03.40 (41.56)		
		2200m	3:46.74 (42.78)	2200m	3:45.57 (42.17)		
		2600m	4:29.12 (42.38)	2600m	4:27.07 (41.50)		
		3000m	5:10.98 (41.86)	3000m	5:07.70 (40.63)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
6	gl	4 Petra Andriessen-Hoekema	D50	5:10.85	5:12.49		
	bl	199 Michelle van Sonsbeeck	D50	5:23.16	5:33.76		
		Petra Andriessen-Hoekema			Michelle van Sonsbeeck		
		200m	25.93 (25.93)	200m	25.71 (25.71)		
		600m	1:06.11 (40.18)	600m	1:06.69 (40.98)		
		1000m	1:46.77 (40.66)	1000m	1:50.32 (43.63)		
		1400m	2:27.66 (40.89)	1400m	2:34.49 (44.17)		
		1800m	3:09.39 (41.73)	1800m	3:20.03 (45.54)		
		2200m	3:50.79 (41.40)	2200m	4:06.03 (46.00)		
		2600m	4:31.84 (41.05)	2600m	4:50.18 (44.15)		
		3000m	5:12.49 (40.65)	3000m	5:33.76 (43.58)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl bl	180 Karin van der Sar	D45	5:18.82	5:40.66	

Karin van der Sar

200m	24.66	(24.66)
600m	1:08.14	(43.48)
1000m	1:53.88	(45.74)
1400m	2:38.79	(44.91)
1800m	3:23.52	(44.73)
2200m	4:08.21	(44.69)
2600m	4:54.33	(46.12)
3000m	5:40.66	(46.33)

m

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	235 Hedri Vrieling	D45	5:10.40	5:14.08	
	rd	77 Wendy van der Ham	D45	5:38.91	6:04.80	FL

Hedri Vrieling

200m	24.10	(24.10)
600m	1:03.54	(39.44)
1000m	1:44.19	(40.65)
1400m	2:24.90	(40.71)
1800m	3:06.66	(41.76)
2200m	3:48.77	(42.11)
2600m	4:31.55	(42.78)
3000m	5:14.08	(42.53)

Wendy van der Ham

200m	24.85	(24.85)
600m	1:07.56	(42.71)
1000m	1:52.62	(45.06)
1400m	2:38.65	(46.03)
1800m	3:40.34	(61.69)
2200m	4:28.56	(48.22)
2600m	5:16.16	(47.60)
3000m	6:04.80	(48.64)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	183 Dorian Schoonderwoerd	D45	4:56.03	4:56.54	
	bl	46 Erica Della Guardia - de Jong	D45	4:51.79	4:56.74	

Dorian Schoonderwoerd

200m	22.69	(22.69)
600m	1:00.51	(37.82)
1000m	1:38.35	(37.84)
1400m	2:17.33	(38.98)
1800m	2:56.89	(39.56)
2200m	3:37.46	(40.57)
2600m	4:17.60	(40.14)
3000m	4:56.54	(38.94)

Erica Della Guardia - de Jong

200m	23.77	(23.77)
600m	1:00.19	(36.42)
1000m	1:37.86	(37.67)
1400m	2:16.57	(38.71)
1800m	2:55.90	(39.33)
2200m	3:36.42	(40.52)
2600m	4:16.69	(40.27)
3000m	4:56.74	(40.05)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	70 Janette de Groot - Bron	D40	4:53.12	5:15.86	
	rd	172 Chantal Rietman-Herms	D40	5:23.89	5:21.81	PR

Janette de Groot - Bron

200m	23.37	(23.37)
600m	1:02.70	(39.33)
1000m	1:43.90	(41.20)
1400m	2:25.98	(42.08)
1800m	3:08.54	(42.56)
2200m	3:51.22	(42.68)
2600m	4:34.17	(42.95)
3000m	5:15.86	(41.69)

Chantal Rietman-Herms

200m	24.13	(24.13)
600m	1:04.19	(40.06)
1000m	1:45.82	(41.63)
1400m	2:28.59	(42.77)
1800m	3:12.33	(43.74)
2200m	3:56.32	(43.99)
2600m	4:40.10	(43.78)
3000m	5:21.81	(41.71)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	75 Jeanette ten Hag	D40		5:01.36	5:22.59
	bl	15 Sandra van Bijlert-Burgerhout	D40		4:55.35	5:11.64

Jeanette ten Hag

200m	23.67	(23.67)
600m	1:03.97	(40.30)
1000m	1:44.94	(40.97)
1400m	2:27.07	(42.13)
1800m	3:10.21	(43.14)
2200m	3:54.10	(43.89)
2600m	4:38.55	(44.45)
3000m	5:22.59	(44.04)

Sandra van Bijlert-Burgerhout

200m	23.83	(23.83)
600m	1:03.49	(39.66)
1000m	1:44.35	(40.86)
1400m	2:25.40	(41.05)
1800m	3:06.71	(41.31)
2200m	3:48.62	(41.91)
2600m	4:30.02	(41.40)
3000m	5:11.64	(41.62)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	60 Rianne Gerritsen	DSB		5:07.42	5:06.67 PR
	rd					

Rianne Gerritsen

200m	23.78	(23.78)
600m	1:02.44	(38.66)
1000m	1:42.49	(40.05)
1400m	2:22.94	(40.45)
1800m	3:04.02	(41.08)
2200m	3:44.96	(40.94)
2600m	4:26.10	(41.14)
3000m	5:06.67	(40.57)

m

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	212 Mischa Top	DSB	4:37.63	4:42.12	
	bl	149 Suzanne Mulder	DSB	4:36.73	4:50.72	

Mischa Top

200m	22.24	(22.24)
600m	56.57	(34.33)
1000m	1:32.05	(35.48)
1400m	2:08.82	(36.77)
1800m	2:46.58	(37.76)
2200m	3:24.41	(37.83)
2600m	4:03.30	(38.89)
3000m	4:42.12	(38.82)

Suzanne Mulder

200m	22.47	(22.47)
600m	57.62	(35.15)
1000m	1:35.21	(37.59)
1400m	2:13.65	(38.44)
1800m	2:51.77	(38.12)
2200m	3:30.49	(38.72)
2600m	4:10.18	(39.69)
3000m	4:50.72	(40.54)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	244 Marloes Westerhof	DSB	4:43.44	5:07.74	
	rd	117 Evelien van der Kist	DSB	5:11.30	5:11.47	

Marloes Westerhof

200m	22.42	(22.42)
600m	1:02.06	(39.64)
1000m	1:42.85	(40.79)
1400m	2:23.32	(40.47)
1800m	3:04.10	(40.78)
2200m	3:45.27	(41.17)
2600m	4:26.98	(41.71)
3000m	5:07.74	(40.76)

Evelien van der Kist

200m	23.97	(23.97)
600m	1:04.29	(40.32)
1000m	1:45.17	(40.88)
1400m	2:26.37	(41.20)
1800m	3:08.15	(41.78)
2200m	3:50.01	(41.86)
2600m	4:31.12	(41.11)
3000m	5:11.47	(40.35)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	111 Mijke Anne Kanneworff	DSB	4:52.60	4:51.90	PR
	bl	30 Esther Bouman-Wammes	DSB	4:53.83	4:49.42	PR

Mijke Anne Kanneworff

200m	21.68	(21.68)
600m	57.77	(36.09)
1000m	1:35.94	(38.17)
1400m	2:15.36	(39.42)
1800m	2:53.48	(38.12)
2200m	3:32.90	(39.42)
2600m	4:12.62	(39.72)
3000m	4:51.90	(39.28)

Esther Bouman-Wammes

200m	23.44	(23.44)
600m	59.74	(36.30)
1000m	1:37.27	(37.53)
1400m	2:15.41	(38.14)
1800m	2:53.36	(37.95)
2200m	3:31.72	(38.36)
2600m	4:10.19	(38.47)
3000m	4:49.42	(39.23)

12. Uitslag Heren (H65 - H70 - H75) 3.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	86 Jacob Heslinga	H65	12	I	4:50.50		
2	191 Pieter Siemonsma	H65	12	O	4:54.18		
3	218 Wibe Veenbaas	H65	10	O	5:02.67		
4	130 Dirk van Leen	H65	8	I	5:05.85		
5	182 Leo Schoenmeijer	H70	7	I	5:07.89		
6	263 Jan Zijp	H65	9	I	5:10.11		
7	34 Twan den Braber	H65	10	I	5:11.42		
8	134 Rein van Luunen	H65	11	I	5:13.10		
9	198 Frits van Soest	H65	11	O	5:16.73		
10	107 Johan Jonker	H65	9	O	5:22.01		
11	18 Jan Boelen	H70	6	I	5:26.08		
12	257 Nico Woldendorp	H75	4	I	5:27.18		
13	138 Bauke Meijer	H70	6	O	5:28.10		
14	173 Frans Rietveld	H75	4	O	5:29.22		
15	206 Cees Stoop	H70	5	I	5:44.43		
16	151 Dirk Nauta	H75	1	I	6:02.09		
17	97 Klaas Hulst	H75	3	I	6:08.73		
18	190 Zwier Selles	H75	3	O	6:24.49		
	53 Pieter den Dunnen	H70	7	O		DQ	
	88 Theo Heuzen	H65	8	O		DNS	

12. Rituitslag Heren (H65 - H70 - H75) 3.000 meter

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd	151 Dirk Nauta	H75	4:57.02	6:02.09
	Dirk Nauta				
	200m	29.24 (29.24)			m
	600m	1:16.08 (46.84)			
	1000m	2:03.90 (47.82)			
	1400m	2:51.80 (47.90)			
	1800m	3:39.27 (47.47)			
	2200m	4:26.45 (47.18)			
	2600m	5:14.43 (47.98)			
	3000m	6:02.09 (47.66)			

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl bl				
					m
					m

	Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	97 Klaas Hulst	H75	5:17.77	6:08.73
	rd	190 Zwier Selles	H75	4:57.43	6:24.49
	Klaas Hulst		Zwier Selles		
	200m	27.89 (27.89)	200m	30.22 (30.22)	
	600m	1:14.15 (46.26)	600m	1:16.22 (46.00)	
	1000m	2:00.96 (46.81)	1000m	2:03.04 (46.82)	
	1400m	2:49.80 (48.84)	1400m	2:53.45 (50.41)	
	1800m	3:39.22 (49.42)	1800m	3:44.28 (50.83)	
	2200m	4:28.76 (49.54)	2200m	4:35.91 (51.63)	
	2600m	5:19.02 (50.26)	2600m	5:29.08 (53.17)	
	3000m	6:08.73 (49.71)	3000m	6:24.49 (55.41)	

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
4	gl	257	Nico Woldendorp		H75		4:57.59	5:27.18
	bl	173	Frans Rietveld		H75		4:43.15	5:29.22
			Nico Woldendorp				Frans Rietveld	
			200m	25.08	(25.08)	200m 26.68 (26.68)		
			600m	1:06.59	(41.51)	600m 1:08.01 (41.33)		
			1000m	1:49.39	(42.80)	1000m 1:49.81 (41.80)		
			1400m	2:33.10	(43.71)	1400m 2:33.29 (43.48)		
			1800m	3:16.85	(43.75)	1800m 3:17.43 (44.14)		
			2200m	4:00.98	(44.13)	2200m 4:01.42 (43.99)		
			2600m	4:44.44	(43.46)	2600m 4:45.32 (43.90)		
			3000m	5:27.18	(42.74)	3000m 5:29.22 (43.90)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
5	wt	206	Cees Stoop		H70		4:46.31	5:44.43
	rd							
			Cees Stoop					
			200m	26.32	(26.32)	m		
			600m	1:12.01	(45.69)			
			1000m	1:58.73	(46.72)			
			1400m	2:43.90	(45.17)			
			1800m	3:29.01	(45.11)			
			2200m	4:13.91	(44.90)			
			2600m	4:58.90	(44.99)			
			3000m	5:44.43	(45.53)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	18 Jan Boelen	H70	4:42.80	5:26.08	
	bl	138 Bauke Meijer	H70	4:51.37	5:28.10	

Jan Boelen

200m	25.04	(25.04)
600m	1:07.26	(42.22)
1000m	1:50.64	(43.38)
1400m	2:34.81	(44.17)
1800m	3:18.39	(43.58)
2200m	4:01.83	(43.44)
2600m	4:45.13	(43.30)
3000m	5:26.08	(40.95)

Bauke Meijer

200m	24.71	(24.71)
600m	1:06.31	(41.60)
1000m	1:50.43	(44.12)
1400m	2:34.45	(44.02)
1800m	3:18.91	(44.46)
2200m	4:03.77	(44.86)
2600m	4:46.53	(42.76)
3000m	5:28.10	(41.57)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	182 Leo Schoenmeijer	H70	4:50.70	5:07.89	
	rd	53 Pieter den Dunnen	H70	4:33.24	DQ	

Leo Schoenmeijer

200m	25.16	(25.16)
600m	1:05.03	(39.87)
1000m	1:45.06	(40.03)
1400m	2:25.11	(40.05)
1800m	3:05.79	(40.68)
2200m	3:46.77	(40.98)
2600m	4:27.89	(41.12)
3000m	5:07.89	(40.00)

Pieter den Dunnen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	130 Dirk van Leen	H65	4:40.65	5:05.85	
	bl	88 Theo Heuzen	H65	4:39.03	DNS	

Dirk van Leen

200m	23.58	(23.58)
600m	1:02.61	(39.03)
1000m	1:42.80	(40.19)
1400m	2:23.63	(40.83)
1800m	3:03.96	(40.33)
2200m	3:44.72	(40.76)
2600m	4:25.58	(40.86)
3000m	5:05.85	(40.27)

Theo Heuzen

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	263 Jan Zijp	H65	4:28.08	5:10.11	
	rd	107 Johan Jonker	H65	4:45.16	5:22.01	

Jan Zijp

200m	23.44	(23.44)
600m	1:03.30	(39.86)
1000m	1:44.20	(40.90)
1400m	2:25.19	(40.99)
1800m	3:06.90	(41.71)
2200m	3:47.76	(40.86)
2600m	4:29.17	(41.41)
3000m	5:10.11	(40.94)

Johan Jonker

200m	26.54	(26.54)
600m	1:07.94	(41.40)
1000m	1:49.13	(41.19)
1400m	2:30.69	(41.56)
1800m	3:12.80	(42.11)
2200m	3:55.43	(42.63)
2600m	4:38.31	(42.88)
3000m	5:22.01	(43.70)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	34 Twan den Braber	H65	4:21.38	5:11.42	
	bl	218 Wibe Veenbaas	H65	4:26.07	5:02.67	

Twan den Braber

200m	25.15	(25.15)
600m	1:05.30	(40.15)
1000m	1:46.96	(41.66)
1400m	2:29.04	(42.08)
1800m	3:11.88	(42.84)
2200m	3:53.11	(41.23)
2600m	4:32.35	(39.24)
3000m	5:11.42	(39.07)

Wibe Veenbaas

200m	24.78	(24.78)
600m	1:04.09	(39.31)
1000m	1:43.00	(38.91)
1400m	2:22.19	(39.19)
1800m	3:01.72	(39.53)
2200m	3:41.91	(40.19)
2600m	4:22.16	(40.25)
3000m	5:02.67	(40.51)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	134 Rein van Luunen	H65	4:30.08	5:13.10	
	rd	198 Frits van Soest	H65	4:56.94	5:16.73	

Rein van Luunen

200m	24.72	(24.72)
600m	1:05.14	(40.42)
1000m	1:45.15	(40.01)
1400m	2:26.27	(41.12)
1800m	3:07.71	(41.44)
2200m	3:50.06	(42.35)
2600m	4:32.23	(42.17)
3000m	5:13.10	(40.87)

Frits van Soest

200m	24.42	(24.42)
600m	1:04.31	(39.89)
1000m	1:45.27	(40.96)
1400m	2:26.13	(40.86)
1800m	3:08.41	(42.28)
2200m	3:51.54	(43.13)
2600m	4:34.11	(42.57)
3000m	5:16.73	(42.62)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	86 Jacob Heslinga	H65	4:21.61	4:50.50	
	bl	191 Pieter Siemonsma	H65	4:26.35	4:54.18	

Jacob Heslinga

200m	23.27	(23.27)
600m	1:00.15	(36.88)
1000m	1:38.18	(38.03)
1400m	2:16.26	(38.08)
1800m	2:54.69	(38.43)
2200m	3:33.26	(38.57)
2600m	4:11.85	(38.59)
3000m	4:50.50	(38.65)

Pieter Siemonsma

200m	23.28	(23.28)
600m	1:00.98	(37.70)
1000m	1:39.95	(38.97)
1400m	2:18.99	(39.04)
1800m	2:57.48	(38.49)
2200m	3:36.57	(39.09)
2600m	4:15.37	(38.80)
3000m	4:54.18	(38.81)

13. Uitslag Heren (HSB - H40) 1.500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	213 Jochem Uithoven	HSB	6	O	1:58.97		
2	84 Rick van Hemert	HSB	9	I	1:59.09		
3	158 Mark Ooijevaar	HSB	9	O	1:59.67		
4	166 Otto van de Pol	HSB	10	O	1:59.89		
5	69 Johannes de Groot	H40	8	O	2:00.92	TRC	
6	189 Bart Seffinga	HSB	10	I	2:01.25		
7	32 Robert Braam	H40	8	I	2:02.88		
8	154 Bas van Nispen	HSB	6	I	2:03.48		
9	128 Peter Langeland	HSB	5	O	2:04.69		
10	125 Jurre Kranenburg	HSB	7	O	2:05.52		
11	11 Eric van den Berg	H40	7	I	2:06.58		
12	16 Dennis Bloedjes	H40	3	O	2:06.85		
13	209 Laurens Taekema	HSB	5	I	2:07.65		
14	148 Paul Mudde	HSB	4	I	2:08.08		
15	155 Bob van Nobelen	HSB	3	I	2:08.57		
16	186 Marc Schuddemat	H40	1	O	2:09.27		
17	259 Joas Woudstra	HSB	2	I	2:09.88		
18	251 Ruud Willems	HSB	4	O	2:11.17		
19	57 Geert Fekken	H40	2	O	2:12.11		
20	146 Willem Jan Molleman	H40	1	I	2:12.35		

13. Rituitslag Heren (HSB - H40) 1.500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	146 Willem Jan Molleman	H40	1:57.18	2:12.35	
	rd	186 Marc Schuddemat	H40	2:07.00	2:09.27	

Willem Jan Molleman

300m	28.69	(28.69)
700m	1:01.98	(33.29)
1100m	1:36.94	(34.96)
1500m	2:12.35	(35.41)

Marc Schuddemat

300m	28.65	(28.65)
700m	1:00.70	(32.05)
1100m	1:34.26	(33.56)
1500m	2:09.27	(35.01)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	259 Joas Woudstra	HSB	2:06.14	2:09.88	
	bl	57 Geert Fekken	H40	2:09.39	2:12.11	

Joas Woudstra

300m	28.08	(28.08)
700m	1:00.27	(32.19)
1100m	1:34.29	(34.02)
1500m	2:09.88	(35.59)

Geert Fekken

300m	27.73	(27.73)
700m	1:00.43	(32.70)
1100m	1:35.31	(34.88)
1500m	2:12.11	(36.80)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	155 Bob van Nobelen	HSB	2:06.27	2:08.57	
	rd	16 Dennis Bloedjes	H40	2:04.27	2:06.85	

Bob van Nobelen

300m	27.44	(27.44)
700m	59.46	(32.02)
1100m	1:33.40	(33.94)
1500m	2:08.57	(35.17)

Dennis Bloedjes

300m	27.59	(27.59)
700m	59.75	(32.16)
1100m	1:32.81	(33.06)
1500m	2:06.85	(34.04)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	148 Paul Mudde	HSB	2:05.90	2:08.08	
	bl	251 Ruud Willems	HSB	2:05.66	2:11.17	

Paul Mudde

300m	27.30	(27.30)
700m	58.69	(31.39)
1100m	1:32.23	(33.54)
1500m	2:08.08	(35.85)

Ruud Willems

300m	28.11	(28.11)
700m	1:00.39	(32.28)
1100m	1:35.19	(34.80)
1500m	2:11.17	(35.98)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	209 Laurens Taekema	HSB	2:05.49	2:07.65	
	rd	128 Peter Langeland	HSB	2:00.27	2:04.69	

Laurens Taekema

300m	27.89	(27.89)
700m	59.40	(31.51)
1100m	1:32.99	(33.59)
1500m	2:07.65	(34.66)

Peter Langeland

300m	27.01	(27.01)
700m	57.91	(30.90)
1100m	1:30.92	(33.01)
1500m	2:04.69	(33.77)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	154 Bas van Nispen	HSB	2:00.03	2:03.48	
	bl	213 Jochem Uithoven	HSB	1:53.24	1:58.97	

Bas van Nispen

300m	26.69	(26.69)
700m	56.97	(30.28)
1100m	1:29.34	(32.37)
1500m	2:03.48	(34.14)

Jochem Uithoven

300m	25.91	(25.91)
700m	55.35	(29.44)
1100m	1:26.34	(30.99)
1500m	1:58.97	(32.63)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	11 Eric van den Berg	H40	2:02.40	2:06.58	
	rd	125 Jurre Kranenburg	HSB	2:01.14	2:05.52	

Eric van den Berg

300m	26.86	(26.86)
700m	58.41	(31.55)
1100m	1:31.97	(33.56)
1500m	2:06.58	(34.61)

Jurre Kranenburg

300m	26.84	(26.84)
700m	58.02	(31.18)
1100m	1:30.99	(32.97)
1500m	2:05.52	(34.53)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	32 Robert Braam	H40	1:54.01	2:02.88	
	bl	69 Johannes de Groot	H40	1:51.65	2:00.92	TRC

Robert Braam

300m	26.61	(26.61)
700m	56.73	(30.12)
1100m	1:28.72	(31.99)
1500m	2:02.88	(34.16)

Johannes de Groot

300m	26.37	(26.37)
700m	56.30	(29.93)
1100m	1:27.76	(31.46)
1500m	2:00.92	(33.16)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	84 Rick van Hemert	HSB	1:52.61	1:59.09	
	rd	158 Mark Ooijevaar	HSB	1:50.34	1:59.67	

Rick van Hemert

300m	26.70	(26.70)
700m	56.00	(29.30)
1100m	1:26.64	(30.64)
1500m	1:59.09	(32.45)

Mark Ooijevaar

300m	27.65	(27.65)
700m	57.75	(30.10)
1100m	1:28.56	(30.81)
1500m	1:59.67	(31.11)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	189 Bart Seffinga	HSB	1:50.31	2:01.25	
	bl	166 Otto van de Pol	HSB	1:50.24	1:59.89	

Bart Seffinga

300m	25.09	(25.09)
700m	54.20	(29.11)
1100m	1:26.18	(31.98)
1500m	2:01.25	(35.07)

Otto van de Pol

300m	26.40	(26.40)
700m	56.20	(29.80)
1100m	1:27.41	(31.21)
1500m	1:59.89	(32.48)

14. Uitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 1.500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	41 Sandro Cara	H45	28	I	2:02.44		
2	92 Kees Hooft	H45	22	I	2:03.68		
3	176 Edwin Roetman	H50	24	O	2:04.02		
4	6 Arjan Bakker	H55	28	O	2:04.80		
5	174 Paul Robijn	H50	26	O	2:05.32		
6	72 Romke de Haan	H45	25	O	2:05.79		
7	255 Danny Witkamp	H50	27	O	2:06.65		
8	179 Eric de Ruijter	H50	27	I	2:06.72		
9	51 Hans van der Does	H50	23	O	2:07.27		
10	239 Rob Wartenhorst	H50	23	I	2:07.53		
11	76 Mario Hagen	H50	25	I	2:07.58		
12	66 Bart Groot	H50	16	I	2:07.68	PR	
13	207 Jan van der Stouwe	H50	26	I	2:08.03		
14	64 Roberto van Goor	H45	24	I	2:08.09		
15	28 Marco Bottelier	H50	19	I	2:08.14		
16	87 Gerben Hettinga	H50	21	I	2:08.98		
17	35 Gerrit van den Brink	H45	21	O	2:10.29		
18	36 Bart Brinksma	H55	20	I	2:10.62		
19	31 Ruud Bouwmeester	H50	19	O	2:10.91		
20	265 Gerlof Zwaga	H50	18	I	2:11.07		
21	85 Giel Hermans	H55	11	O	2:11.34	PR	
22	231 John van der Vlugt	H60	14	O	2:11.38		
23	118 Roland ten Klooster	H55	17	O	2:11.40		
24	227 Herman Vermeer	H55	22	O	2:11.66		
25	43 Robert da Costa	H50	20	O	2:11.76		
26	115 Arjen Keuning	H45	11	I	2:11.98		
27	89 Evert Hof	H50	18	O	2:12.01		
28	140 Ivo Meijer	H55	14	I	2:12.23		
29	56 Wopko Faber	H45	15	I	2:12.68		
30	153 Ard Neven	H45	13	O	2:13.47		
31	141 Jan Mein	H60	8	O	2:13.52		
32	67 Cock Groot	H55	10	I	2:14.02		
33	13 Aart van Beuzekom	H50	16	O	2:14.11		
34	249 Grietsen Wijma	H55	15	O	2:14.69		
35	1 Christiaan Abeelen	H45	13	I	2:14.83		
36	3 Erol Aksoy	H45	12	O	2:16.20		
37	226 Rennie Verloop	H60	7	I	2:16.35		
38	195 Jan Smid	H60	8	I	2:16.50		

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
39	167 Adriaan Provoost	H55	5	O	2:17.74		
40	242 Sietse van der Werff	H60	6	I	2:18.37		
41	105 Piet de Jong	H55	12	I	2:18.67		
42	129 Kees Langeveld	H60	4	I	2:18.97		
43	260 Andre van Zaane	H55	10	O	2:19.01		
44	45 Erwin Dekker	H55	2	O	2:19.51		
45	228 Kees Versluis	H60	5	I	2:19.99		
46	10 Jann van Benthem	H60	9	O	2:20.01		
47	7 Hendrik van de Beek	H55	7	O	2:20.14		
48	101 Martijn Jager	H45	2	I	2:20.34		
49	215 Ferdinand Veelenturf	H60	9	I	2:20.95		
50	142 Lucas Melchior	H60	4	O	2:21.23		
51	201 Walter Staal	H55	6	O	2:22.43		
52	163 Bert Piek	H60	3	I	2:24.49		
53	262 René van Zessen	H60	3	O	2:26.61		
54	79 Johan de Heer	H60	1	I	2:29.23		
	50 Koos Dijkstra	H50	17	I	DNS		

14. Rituitslag Heren (H45 - H50 - H55 - H60) 1.500 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt rd	79 Johan de Heer	H60	2:14.03	2:29.23	

Johan de Heer

300m	33.75	(33.75)	m
700m	1:10.31	(36.56)	
1100m	1:49.19	(38.88)	
1500m	2:29.23	(40.04)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	101 Martijn Jager	H45	2:13.19	2:20.34	
	bl	45 Erwin Dekker	H55	2:10.05	2:19.51	

Martijn Jager

300m	30.24	(30.24)
700m	1:05.26	(35.02)
1100m	1:42.39	(37.13)
1500m	2:20.34	(37.95)

Erwin Dekker

300m	29.54	(29.54)
700m	1:03.71	(34.17)
1100m	1:40.30	(36.59)
1500m	2:19.51	(39.21)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	163 Bert Piek	H60	2:07.52	2:24.49	
	rd	262 René van Zessen	H60	2:21.69	2:26.61	

Bert Piek

300m	29.98	(29.98)
700m	1:05.41	(35.43)
1100m	1:43.87	(38.46)
1500m	2:24.49	(40.62)

René van Zessen

300m	31.12	(31.12)
700m	1:06.14	(35.02)
1100m	1:43.95	(37.81)
1500m	2:26.61	(42.66)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	129 Kees Langeveld	H60	2:08.83	2:18.97	
	bl	142 Lucas Melchior	H60	2:15.52	2:21.23	

Kees Langeveld

300m	30.86	(30.86)
700m	1:04.89	(34.03)
1100m	1:40.84	(35.95)
1500m	2:18.97	(38.13)

Lucas Melchior

300m	29.87	(29.87)
700m	1:04.85	(34.98)
1100m	1:42.16	(37.31)
1500m	2:21.23	(39.07)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	228 Kees Versluis	H60	2:15.68	2:19.99	
	rd	167 Adriaan Provoost	H55	2:05.91	2:17.74	

Kees Versluis

300m	30.10	(30.10)
700m	1:05.16	(35.06)
1100m	1:42.22	(37.06)
1500m	2:19.99	(37.77)

Adriaan Provoost

300m	30.39	(30.39)
700m	1:04.43	(34.04)
1100m	1:40.61	(36.18)
1500m	2:17.74	(37.13)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	242 Sietse van der Werff	H60	2:08.21	2:18.37	
	bl	201 Walter Staal	H55	2:13.37	2:22.43	

Sietse van der Werff

300m	30.20	(30.20)
700m	1:04.31	(34.11)
1100m	1:40.54	(36.23)
1500m	2:18.37	(37.83)

Walter Staal

300m	29.74	(29.74)
700m	1:04.61	(34.87)
1100m	1:41.98	(37.37)
1500m	2:22.43	(40.45)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	226 Rennie Verloop	H60	2:10.56	2:16.35	
	rd	7 Hendrik van de Beek	H55	2:04.06	2:20.14	

Rennie Verloop

300m	29.05	(29.05)
700m	1:03.26	(34.21)
1100m	1:39.28	(36.02)
1500m	2:16.35	(37.07)

Hendrik van de Beek

300m	31.15	(31.15)
700m	1:05.88	(34.73)
1100m	1:42.15	(36.27)
1500m	2:20.14	(37.99)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	195 Jan Smid	H60	2:09.21	2:16.50	
	bl	141 Jan Mein	H60	2:11.44	2:13.52	

Jan Smid

300m	29.20	(29.20)
700m	1:03.01	(33.81)
1100m	1:38.88	(35.87)
1500m	2:16.50	(37.62)

Jan Mein

300m	29.11	(29.11)
700m	1:02.53	(33.42)
1100m	1:37.66	(35.13)
1500m	2:13.52	(35.86)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
9	wt	215 Ferdinand Veelenturf	H60	2:08.15	2:20.95	
	rd	10 Jann van Benthem	H60	2:08.98	2:20.01	
		Ferdinand Veelenturf			Jann van Benthem	
		300m 29.85 (29.85)		300m 31.11 (31.11)		
		700m 1:05.79 (35.94)		700m 1:06.01 (34.90)		
		1100m 1:42.87 (37.08)		1100m 1:42.23 (36.22)		
		1500m 2:20.95 (38.08)		1500m 2:20.01 (37.78)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
10	gl	67 Cock Groot	H55	2:13.50	2:14.02	
	bl	260 Andre van Zaane	H55	2:12.22	2:19.01	
		Cock Groot			Andre van Zaane	
		300m 29.17 (29.17)		300m 29.94 (29.94)		
		700m 1:02.69 (33.52)		700m 1:04.68 (34.74)		
		1100m 1:37.86 (35.17)		1100m 1:41.39 (36.71)		
		1500m 2:14.02 (36.16)		1500m 2:19.01 (37.62)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
11	wt	115 Arjen Keuning	H45	2:05.28	2:11.98	
	rd	85 Giel Hermans	H55	2:11.88	2:11.34	PR
		Arjen Keuning			Giel Hermans	
		300m 27.48 (27.48)		300m 28.10 (28.10)		
		700m 59.95 (32.47)		700m 1:00.77 (32.67)		
		1100m 1:34.82 (34.87)		1100m 1:35.10 (34.33)		
		1500m 2:11.98 (37.16)		1500m 2:11.34 (36.24)		
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
12	gl	105 Piet de Jong	H55	2:14.18	2:18.67	
	bl	3 Erol Aksoy	H45	2:11.44	2:16.20	
		Piet de Jong			Erol Aksoy	
		300m 29.82 (29.82)		300m 28.79 (28.79)		
		700m 1:04.31 (34.49)		700m 1:01.85 (33.06)		
		1100m 1:40.77 (36.46)		1100m 1:37.78 (35.93)		
		1500m 2:18.67 (37.90)		1500m 2:16.20 (38.42)		

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
13	wt	1	Christiaan Abeelen		H45	2:13.35	2:14.83	
	rd	153	Ard Neven		H45	2:00.47	2:13.47	
		Christiaan Abeelen			Ard Neven			
		300m	29.33	(29.33)	300m	29.11	(29.11)	
		700m	1:03.00	(33.67)	700m	1:01.92	(32.81)	
		1100m	1:38.63	(35.63)	1100m	1:36.95	(35.03)	
		1500m	2:14.83	(36.20)	1500m	2:13.47	(36.52)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
14	gl	140	Ivo Meijer		H55	2:02.61	2:12.23	
	bl	231	John van der Vlugt		H60	2:00.94	2:11.38	
		Ivo Meijer			John van der Vlugt			
		300m	28.85	(28.85)	300m	29.60	(29.60)	
		700m	1:01.67	(32.82)	700m	1:02.89	(33.29)	
		1100m	1:36.41	(34.74)	1100m	1:37.16	(34.27)	
		1500m	2:12.23	(35.82)	1500m	2:11.38	(34.22)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
15	wt	56	Wopko Faber		H45	2:10.01	2:12.68	
	rd	249	Grietsen Wijma		H55	2:05.45	2:14.69	
		Wopko Faber			Grietsen Wijma			
		300m	28.90	(28.90)	300m	28.68	(28.68)	
		700m	1:01.85	(32.95)	700m	1:01.29	(32.61)	
		1100m	1:36.70	(34.85)	1100m	1:36.73	(35.44)	
		1500m	2:12.68	(35.98)	1500m	2:14.69	(37.96)	
		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
16	gl	66	Bart Groot		H50	2:09.51	2:07.68	PR
	bl	13	Aart van Beuzekom		H50	2:10.97	2:14.11	
		Bart Groot			Aart van Beuzekom			
		300m	28.75	(28.75)	300m	29.00	(29.00)	
		700m	1:00.84	(32.09)	700m	1:01.95	(32.95)	
		1100m	1:34.04	(33.20)	1100m	1:37.03	(35.08)	
		1500m	2:07.68	(33.64)	1500m	2:14.11	(37.08)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
17	wt	50 Koos Dijkstra	H50	2:06.13		DNS
	rd	118 Roland ten Klooster	H55	2:04.66		2:11.40

Koos Dijkstra

Roland ten Klooster

300m	27.90	(27.90)
700m	1:00.30	(32.40)
1100m	1:34.72	(34.42)
1500m	2:11.40	(36.68)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
18	gl	265 Gerlof Zwaga	H50	2:07.98		2:11.07
	bl	89 Evert Hof	H50	2:08.55		2:12.01

Gerlof Zwaga

Evert Hof

300m	28.92	(28.92)	300m	27.82	(27.82)
700m	1:01.56	(32.64)	700m	1:00.32	(32.50)
1100m	1:35.54	(33.98)	1100m	1:35.05	(34.73)
1500m	2:11.07	(35.53)	1500m	2:12.01	(36.96)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
19	wt	28 Marco Bottelier	H50	2:05.77		2:08.14
	rd	31 Ruud Bouwmeester	H50	2:02.50		2:10.91

Marco Bottelier

Ruud Bouwmeester

300m	27.98	(27.98)	300m	28.05	(28.05)
700m	59.41	(31.43)	700m	1:00.59	(32.54)
1100m	1:32.59	(33.18)	1100m	1:34.88	(34.29)
1500m	2:08.14	(35.55)	1500m	2:10.91	(36.03)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
20	gl	36 Bart Brinksma	H55	2:07.51		2:10.62
	bl	43 Robert da Costa	H50	2:07.59		2:11.76

Bart Brinksma

Robert da Costa

300m	28.12	(28.12)	300m	29.48	(29.48)
700m	1:00.63	(32.51)	700m	1:01.75	(32.27)
1100m	1:34.98	(34.35)	1100m	1:36.25	(34.50)
1500m	2:10.62	(35.64)	1500m	2:11.76	(35.51)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
21	wt	87 Gerben Hettinga	H50	2:07.31	2:08.98	
	rd	35 Gerrit van den Brink	H45	2:06.68	2:10.29	
		Gerben Hettinga		Gerrit van den Brink		
		300m	29.06 (29.06)	300m	29.52 (29.52)	
		700m	1:01.40 (32.34)	700m	1:01.75 (32.23)	
		1100m	1:34.53 (33.13)	1100m	1:35.65 (33.90)	
		1500m	2:08.98 (34.45)	1500m	2:10.29 (34.64)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
22	gl	92 Kees Hooft	H45	1:58.92	2:03.68	
	bl	227 Herman Vermeer	H55	1:59.05	2:11.66	
		Kees Hooft		Herman Vermeer		
		300m	27.93 (27.93)	300m	29.31 (29.31)	
		700m	58.97 (31.04)	700m	1:02.71 (33.40)	
		1100m	1:30.92 (31.95)	1100m	1:36.90 (34.19)	
		1500m	2:03.68 (32.76)	1500m	2:11.66 (34.76)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
23	wt	239 Rob Wartenhorst	H50	2:05.00	2:07.53	
	rd	51 Hans van der Does	H50	1:58.43	2:07.27	
		Rob Wartenhorst		Hans van der Does		
		300m	28.05 (28.05)	300m	28.02 (28.02)	
		700m	59.86 (31.81)	700m	59.38 (31.36)	
		1100m	1:33.20 (33.34)	1100m	1:32.36 (32.98)	
		1500m	2:07.53 (34.33)	1500m	2:07.27 (34.91)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
24	gl	64 Roberto van Goor	H45	2:04.41	2:08.09	
	bl	176 Edwin Roetman	H50	2:01.26	2:04.02	
		Roberto van Goor		Edwin Roetman		
		300m	28.53 (28.53)	300m	27.48 (27.48)	
		700m	1:00.44 (31.91)	700m	59.00 (31.52)	
		1100m	1:33.74 (33.30)	1100m	1:31.35 (32.35)	
		1500m	2:08.09 (34.35)	1500m	2:04.02 (32.67)	

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
25	wt	76 Mario Hagen	H50		2:01.98	2:07.58	
	rd	72 Romke de Haan	H45		2:05.73	2:05.79	
		Mario Hagen			Romke de Haan		
		300m	27.93	(27.93)	300m	28.36	(28.36)
		700m	59.58	(31.65)	700m	59.37	(31.01)
		1100m	1:32.79	(33.21)	1100m	1:31.94	(32.57)
		1500m	2:07.58	(34.79)	1500m	2:05.79	(33.85)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
26	gl	207 Jan van der Stouwe	H50		1:58.23	2:08.03	
	bl	174 Paul Robijn	H50		2:02.28	2:05.32	
		Jan van der Stouwe			Paul Robijn		
		300m	27.24	(27.24)	300m	28.13	(28.13)
		700m	58.71	(31.47)	700m	59.13	(31.00)
		1100m	1:31.69	(32.98)	1100m	1:31.99	(32.86)
		1500m	2:08.03	(36.34)	1500m	2:05.32	(33.33)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
27	wt	179 Eric de Ruijter	H50		2:03.49	2:06.72	
	rd	255 Danny Witkamp	H50		1:57.80	2:06.65	
		Eric de Ruijter			Danny Witkamp		
		300m	27.62	(27.62)	300m	28.34	(28.34)
		700m	59.40	(31.78)	700m	1:00.05	(31.71)
		1100m	1:32.37	(32.97)	1100m	1:32.98	(32.93)
		1500m	2:06.72	(34.35)	1500m	2:06.65	(33.67)
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
28	gl	41 Sandro Cara	H45		1:59.59	2:02.44	
	bl	6 Arjan Bakker	H55		1:58.50	2:04.80	
		Sandro Cara			Arjan Bakker		
		300m	26.99	(26.99)	300m	27.72	(27.72)
		700m	57.72	(30.73)	700m	58.68	(30.96)
		1100m	1:29.64	(31.92)	1100m	1:31.12	(32.44)
		1500m	2:02.44	(32.80)	1500m	2:04.80	(33.68)

15. Uitslag Heren (HSB-H40) 5.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	158 Mark Ooijevaar	HSB	3	I	6:55.61		
2	84 Rick van Hemert	HSB	3	O	7:07.10		
3	166 Otto van de Pol	HSB	2	I	7:09.09		
4	69 Johannes de Groot	H40	6	O	7:29.36	TRC	
5	32 Robert Braam	H40	6	I	7:31.41		
6	154 Bas van Nispen	HSB	2	O	7:33.89		
7	128 Peter Langeland	HSB	1	I	7:40.61		
8	125 Jurre Kranenburg	HSB	1	O	7:44.14		
9	16 Dennis Bloedjes	H40	5	I	7:44.33		
10	186 Marc Schuddemat	H40	4	I	7:56.18		
11	11 Eric van den Berg	H40	5	O	8:14.43		
12	57 Geert Fekken	H40	4	O	8:17.82		

15. Rituitslag Heren (HSB-H40) 5.000 meter

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	128	Peter Langeland		HSB		7:40.61	
	rd	125	Jurre Kranenburg		HSB	7:29.09	7:44.14	
Peter Langeland				Jurre Kranenburg				
		200m	21.87	(21.87)		200m	21.77	(21.77)
		600m	58.10	(36.23)		600m	58.77	(37.00)
		1000m	1:34.95	(36.85)		1000m	1:36.76	(37.99)
		1400m	2:10.93	(35.98)		1400m	2:13.84	(37.08)
		1800m	2:47.07	(36.14)		1800m	2:50.73	(36.89)
		2200m	3:22.89	(35.82)		2200m	3:27.49	(36.76)
		2600m	3:59.27	(36.38)		2600m	4:04.24	(36.75)
		3000m	4:34.60	(35.33)		3000m	4:41.11	(36.87)
		3400m	5:10.33	(35.73)		3400m	5:17.95	(36.84)
		3800m	5:47.05	(36.72)		3800m	5:54.48	(36.53)
		4200m	6:25.17	(38.12)		4200m	6:31.00	(36.52)
		4600m	7:03.23	(38.06)		4600m	7:07.59	(36.59)
		5000m	7:40.61	(37.38)		5000m	7:44.14	(36.55)

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
2	gl	166	Otto van de Pol		HSB	6:40.78	7:09.09	
	bl	154	Bas van Nispen		HSB		7:33.89	
Otto van de Pol				Bas van Nispen				
		200m	20.69	(20.69)		200m	21.62	(21.62)
		600m	53.86	(33.17)		600m	55.95	(34.33)
		1000m	1:27.66	(33.80)		1000m	1:31.93	(35.98)
		1400m	2:01.56	(33.90)		1400m	2:07.88	(35.95)
		1800m	2:35.68	(34.12)		1800m	2:43.78	(35.90)
		2200m	3:09.88	(34.20)		2200m	3:19.96	(36.18)
		2600m	3:43.82	(33.94)		2600m	3:55.85	(35.89)
		3000m	4:18.11	(34.29)		3000m	4:32.35	(36.50)
		3400m	4:52.36	(34.25)		3400m	5:08.69	(36.34)
		3800m	5:26.69	(34.33)		3800m	5:45.02	(36.33)
		4200m	6:00.96	(34.27)		4200m	6:20.98	(35.96)
		4600m	6:35.12	(34.16)		4600m	6:57.61	(36.63)
		5000m	7:09.09	(33.97)		5000m	7:33.89	(36.28)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	158 Mark Ooijevaar	HSB		6:24.56	6:55.61
	rd	84 Rick van Hemert	HSB		6:46.22	7:07.10
		Mark Ooijevaar			Rick van Hemert	
		200m	20.37 (20.37)		200m	20.59 (20.59)
		600m	52.44 (32.07)		600m	52.50 (31.91)
		1000m	1:25.32 (32.88)		1000m	1:25.32 (32.82)
		1400m	1:58.20 (32.88)		1400m	1:58.47 (33.15)
		1800m	2:30.83 (32.63)		1800m	2:31.80 (33.33)
		2200m	3:03.91 (33.08)		2200m	3:05.89 (34.09)
		2600m	3:37.11 (33.20)		2600m	3:40.36 (34.47)
		3000m	4:10.14 (33.03)		3000m	4:14.82 (34.46)
		3400m	4:43.29 (33.15)		3400m	4:49.46 (34.64)
		3800m	5:16.56 (33.27)		3800m	5:24.03 (34.57)
		4200m	5:50.07 (33.51)		4200m	5:58.53 (34.50)
		4600m	6:22.93 (32.86)		4600m	6:32.74 (34.21)
		5000m	6:55.61 (32.68)		5000m	7:07.10 (34.36)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	186 Marc Schuddemat	H40			7:56.18
	bl	57 Geert Fekken	H40	7:53.10		8:17.82
		Marc Schuddemat			Geert Fekken	
		200m	22.32 (22.32)		200m	22.05 (22.05)
		600m	58.96 (36.64)		600m	59.89 (37.84)
		1000m	1:36.98 (38.02)		1000m	1:37.86 (37.97)
		1400m	2:14.76 (37.78)		1400m	2:16.30 (38.44)
		1800m	2:52.32 (37.56)		1800m	2:54.62 (38.32)
		2200m	3:30.18 (37.86)		2200m	3:33.45 (38.83)
		2600m	4:07.84 (37.66)		2600m	4:12.65 (39.20)
		3000m	4:45.22 (37.38)		3000m	4:52.57 (39.92)
		3400m	5:22.82 (37.60)		3400m	5:33.06 (40.49)
		3800m	6:00.56 (37.74)		3800m	6:14.21 (41.15)
		4200m	6:38.71 (38.15)		4200m	6:54.84 (40.63)
		4600m	7:17.30 (38.59)		4600m	7:36.05 (41.21)
		5000m	7:56.18 (38.88)		5000m	8:17.82 (41.77)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	16 Dennis Bloedjes	H40	7:33.82	7:44.33	
	rd	11 Eric van den Berg	H40	7:44.39	8:14.43	
		Dennis Bloedjes			Eric van den Berg	
		200m	21.53 (21.53)	200m	21.20 (21.20)	
		600m	57.68 (36.15)	600m	56.02 (34.82)	
		1000m	1:33.69 (36.01)	1000m	1:32.20 (36.18)	
		1400m	2:10.25 (36.56)	1400m	2:09.06 (36.86)	
		1800m	2:46.68 (36.43)	1800m	2:46.47 (37.41)	
		2200m	3:23.52 (36.84)	2200m	3:23.60 (37.13)	
		2600m	4:00.41 (36.89)	2600m	4:02.73 (39.13)	
		3000m	4:37.35 (36.94)	3000m	4:43.44 (40.71)	
		3400m	5:14.40 (37.05)	3400m	5:25.28 (41.84)	
		3800m	5:51.05 (36.65)	3800m	6:07.23 (41.95)	
		4200m	6:28.15 (37.10)	4200m	6:50.30 (43.07)	
		4600m	7:06.18 (38.03)	4600m	7:33.19 (42.89)	
		5000m	7:44.33 (38.15)	5000m	8:14.43 (41.24)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	32 Robert Braam	H40	7:23.76	7:31.41	
	bl	69 Johannes de Groot	H40	6:51.99	7:29.36	TRC
		Robert Braam			Johannes de Groot	
		200m	20.95 (20.95)	200m	21.06 (21.06)	
		600m	54.38 (33.43)	600m	55.06 (34.00)	
		1000m	1:28.43 (34.05)	1000m	1:29.51 (34.45)	
		1400m	2:02.93 (34.50)	1400m	2:04.00 (34.49)	
		1800m	2:37.68 (34.75)	1800m	2:38.83 (34.83)	
		2200m	3:13.03 (35.35)	2200m	3:13.99 (35.16)	
		2600m	3:48.76 (35.73)	2600m	3:49.74 (35.75)	
		3000m	4:24.93 (36.17)	3000m	4:25.02 (35.28)	
		3400m	5:01.68 (36.75)	3400m	5:00.79 (35.77)	
		3800m	5:38.69 (37.01)	3800m	5:37.48 (36.69)	
		4200m	6:16.20 (37.51)	4200m	6:14.37 (36.89)	
		4600m	6:53.47 (37.27)	4600m	6:51.61 (37.24)	
		5000m	7:31.41 (37.94)	5000m	7:29.36 (37.75)	

16. Uitslag Heren (H45-50-55-60) 5.000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	41 Sandro Cara	H45	12	I	7:04.42	PR TRC	
2	6 Arjan Bakker	H55	6	I	7:09.73		
3	92 Kees Hooft	H45	12	O	7:17.39		
4	72 Romke de Haan	H45	11	I	7:21.10		
5	64 Roberto van Goor	H45	11	O	7:23.83	PR	
6	174 Paul Robijn	H50	8	I	7:25.74		
7	176 Edwin Roetman	H50	9	I	7:30.52	PR	
8	28 Marco Bottelier	H50	8	O	7:34.29	PR	
9	239 Rob Wartenhorst	H50	7	I	7:37.85	PR	
10	35 Gerrit van den Brink	H45	10	I	7:38.28		
11	36 Bart Brinksma	H55	5	I	7:43.42	PR	
12	231 John van der Vlugt	H60	3	I	7:45.88		
13	227 Herman Vermeer	H55	6	O	7:46.11		
14	255 Danny Witkamp	H50	9	O	7:46.89		
15	66 Bart Groot	H50	7	O	7:48.70	PR	
16	67 Cock Groot	H55	13	I	7:51.36	PR	
17	141 Jan Mein	H60	3	O	7:54.84		
18	242 Sietse van der Werff	H60	1	O	8:06.44		
19	85 Giel Hermans	H55	5	O	8:06.84		
20	140 Ivo Meijer	H55	4	I	8:06.95		
21	115 Arjen Keuning	H45	10	O	8:08.94	PR	
22	10 Jann van Benthem	H60	2	I	8:18.28		
23	195 Jan Smid	H60	1	I	8:18.49		
24	226 Rennie Verloop	H60	2	O	8:33.92		
25	118 Roland ten Klooster	H55	4	O	8:45.65		

16. Rituitslag Heren (H45-50-55-60) 5.000 meter

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
1	wt	195 Jan Smid	H60	7:51.90	8:18.49	
	rd	242 Sietse van der Werff	H60	7:24.88	8:06.44	
		Jan Smid				Sietse van der Werff
		200m	23.84 (23.84)	200m	24.21 (24.21)	
		600m	1:02.02 (38.18)	600m	1:00.87 (36.66)	
		1000m	1:38.92 (36.90)	1000m	1:38.30 (37.43)	
		1400m	2:17.51 (38.59)	1400m	2:16.23 (37.93)	
		1800m	2:56.43 (38.92)	1800m	2:54.20 (37.97)	
		2200m	3:35.79 (39.36)	2200m	3:32.42 (38.22)	
		2600m	4:15.52 (39.73)	2600m	4:11.06 (38.64)	
		3000m	4:55.54 (40.02)	3000m	4:49.87 (38.81)	
		3400m	5:36.00 (40.46)	3400m	5:29.04 (39.17)	
		3800m	6:16.00 (40.00)	3800m	6:08.19 (39.15)	
		4200m	6:56.70 (40.70)	4200m	6:47.50 (39.31)	
		4600m	7:37.88 (41.18)	4600m	7:27.11 (39.61)	
		5000m	8:18.49 (40.61)	5000m	8:06.44 (39.33)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	gl	10 Jann van Benthem	H60	7:45.00	8:18.28	
	bl	226 Rennie Verloop	H60	8:21.53	8:33.92	
		Jann van Benthem				Rennie Verloop
		200m	23.65 (23.65)	200m	23.71 (23.71)	
		600m	1:02.05 (38.40)	600m	1:02.66 (38.95)	
		1000m	1:39.78 (37.73)	1000m	1:41.77 (39.11)	
		1400m	2:17.57 (37.79)	1400m	2:21.71 (39.94)	
		1800m	2:55.47 (37.90)	1800m	3:01.68 (39.97)	
		2200m	3:34.03 (38.56)	2200m	3:42.56 (40.88)	
		2600m	4:13.51 (39.48)	2600m	4:23.52 (40.96)	
		3000m	4:53.56 (40.05)	3000m	5:05.45 (41.93)	
		3400m	5:33.88 (40.32)	3400m	5:47.30 (41.85)	
		3800m	6:14.24 (40.36)	3800m	6:29.33 (42.03)	
		4200m	6:55.10 (40.86)	4200m	7:10.61 (41.28)	
		4600m	7:36.03 (40.93)	4600m	7:51.81 (41.20)	
		5000m	8:18.28 (42.25)	5000m	8:33.92 (42.11)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	wt	231 John van der Vlugt	H60		7:04.28	7:45.88
	rd	141 Jan Mein	H60		7:48.39	7:54.84

John van der Vlugt

200m	23.11	(23.11)
600m	59.95	(36.84)
1000m	1:37.32	(37.37)
1400m	2:14.32	(37.00)
1800m	2:51.61	(37.29)
2200m	3:28.28	(36.67)
2600m	4:04.93	(36.65)
3000m	4:41.79	(36.86)
3400m	5:18.80	(37.01)
3800m	5:55.86	(37.06)
4200m	6:32.97	(37.11)
4600m	7:09.55	(36.58)
5000m	7:45.88	(36.33)

Jan Mein

200m	23.28	(23.28)
600m	1:00.45	(37.17)
1000m	1:37.75	(37.30)
1400m	2:15.34	(37.59)
1800m	2:52.81	(37.47)
2200m	3:30.84	(38.03)
2600m	4:08.46	(37.62)
3000m	4:46.01	(37.55)
3400m	5:23.18	(37.17)
3800m	6:01.27	(38.09)
4200m	6:39.18	(37.91)
4600m	7:17.31	(38.13)
5000m	7:54.84	(37.53)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	gl	140 Ivo Meijer	H55		7:25.61	8:06.95
	bl	118 Roland ten Klooster	H55		8:10.70	8:45.65

Ivo Meijer

200m	22.76	(22.76)
600m	59.75	(36.99)
1000m	1:37.93	(38.18)
1400m	2:15.71	(37.78)
1800m	2:54.23	(38.52)
2200m	3:32.32	(38.09)
2600m	4:10.90	(38.58)
3000m	4:49.46	(38.56)
3400m	5:28.47	(39.01)
3800m	6:07.82	(39.35)
4200m	6:47.75	(39.93)
4600m	7:27.55	(39.80)
5000m	8:06.95	(39.40)

Roland ten Klooster

200m	25.26	(25.26)
600m	1:06.44	(41.18)
1000m	1:46.08	(39.64)
1400m	2:26.04	(39.96)
1800m	3:05.71	(39.67)
2200m	3:46.16	(40.45)
2600m	4:26.42	(40.26)
3000m	5:07.72	(41.30)
3400m	5:50.42	(42.70)
3800m	6:33.37	(42.95)
4200m	7:16.47	(43.10)
4600m	8:00.98	(44.51)
5000m	8:45.65	(44.67)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	wt	36 Bart Brinksma	H55	7:45.71	7:43.42	PR
	rd	85 Giel Hermans	H55		8:06.84	
		Bart Brinksma				
		200m	23.22 (23.22)			
		600m	1:00.29 (37.07)			
		1000m	1:37.14 (36.85)			
		1400m	2:14.30 (37.16)			
		1800m	2:51.34 (37.04)			
		2200m	3:28.36 (37.02)			
		2600m	4:05.02 (36.66)			
		3000m	4:41.03 (36.01)			
		3400m	5:16.94 (35.91)			
		3800m	5:53.26 (36.32)			
		4200m	6:30.33 (37.07)			
		4600m	7:07.24 (36.91)			
		5000m	7:43.42 (36.18)			
		Giel Hermans				
		200m	23.33 (23.33)			
		600m	1:00.44 (37.11)			
		1000m	1:37.80 (37.36)			
		1400m	2:15.06 (37.26)			
		1800m	2:52.93 (37.87)			
		2200m	3:31.55 (38.62)			
		2600m	4:09.96 (38.41)			
		3000m	4:48.37 (38.41)			
		3400m	5:27.54 (39.17)			
		3800m	6:07.35 (39.81)			
		4200m	6:47.44 (40.09)			
		4600m	7:27.12 (39.68)			
		5000m	8:06.84 (39.72)			

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
6	gl	6 Arjan Bakker	H55	7:02.49	7:09.73	
	bl	227 Herman Vermeer	H55	7:06.31	7:46.11	
		Arjan Bakker				
		200m	21.84 (21.84)			
		600m	55.58 (33.74)			
		1000m	1:29.37 (33.79)			
		1400m	2:02.82 (33.45)			
		1800m	2:36.79 (33.97)			
		2200m	3:10.78 (33.99)			
		2600m	3:44.48 (33.70)			
		3000m	4:18.12 (33.64)			
		3400m	4:52.04 (33.92)			
		3800m	5:26.21 (34.17)			
		4200m	6:00.84 (34.63)			
		4600m	6:35.38 (34.54)			
		5000m	7:09.73 (34.35)			
		Herman Vermeer				
		200m	23.28 (23.28)			
		600m	59.46 (36.18)			
		1000m	1:36.01 (36.55)			
		1400m	2:12.72 (36.71)			
		1800m	2:49.16 (36.44)			
		2200m	3:25.73 (36.57)			
		2600m	4:02.34 (36.61)			
		3000m	4:38.79 (36.45)			
		3400m	5:15.52 (36.73)			
		3800m	5:52.86 (37.34)			
		4200m	6:30.62 (37.76)			
		4600m	7:08.31 (37.69)			
		5000m	7:46.11 (37.80)			

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
7	wt	239	Rob Wartenhorst		H50	7:40.80	7:37.85	PR
	rd	66	Bart Groot		H50	8:08.90	7:48.70	PR
			Rob Wartenhorst			Bart Groot		
			200m	21.89	(21.89)	200m	22.59	(22.59)
			600m	58.35	(36.46)	600m	59.22	(36.63)
			1000m	1:34.69	(36.34)	1000m	1:36.22	(37.00)
			1400m	2:10.43	(35.74)	1400m	2:13.09	(36.87)
			1800m	2:46.80	(36.37)	1800m	2:49.99	(36.90)
			2200m	3:23.28	(36.48)	2200m	3:27.57	(37.58)
			2600m	3:59.74	(36.46)	2600m	4:04.79	(37.22)
			3000m	4:36.33	(36.59)	3000m	4:42.78	(37.99)
			3400m	5:12.47	(36.14)	3400m	5:20.07	(37.29)
			3800m	5:48.31	(35.84)	3800m	5:57.79	(37.72)
			4200m	6:24.54	(36.23)	4200m	6:35.19	(37.40)
			4600m	7:00.92	(36.38)	4600m	7:12.37	(37.18)
			5000m	7:37.85	(36.93)	5000m	7:48.70	(36.33)

		Naam			Cat	PR	Tijd	Info
8	gl	174	Paul Robijn		H50	7:24.32	7:25.74	
	bl	28	Marco Bottelier		H50	7:38.84	7:34.29	PR
			Paul Robijn			Marco Bottelier		
			200m	22.56	(22.56)	200m	22.70	(22.70)
			600m	57.38	(34.82)	600m	57.35	(34.65)
			1000m	1:32.26	(34.88)	1000m	1:32.89	(35.54)
			1400m	2:07.86	(35.60)	1400m	2:07.93	(35.04)
			1800m	2:42.89	(35.03)	1800m	2:43.64	(35.71)
			2200m	3:17.87	(34.98)	2200m	3:19.88	(36.24)
			2600m	3:53.09	(35.22)	2600m	3:55.94	(36.06)
			3000m	4:28.36	(35.27)	3000m	4:32.30	(36.36)
			3400m	5:03.43	(35.07)	3400m	5:08.02	(35.72)
			3800m	5:38.90	(35.47)	3800m	5:44.35	(36.33)
			4200m	6:14.28	(35.38)	4200m	6:20.89	(36.54)
			4600m	6:49.78	(35.50)	4600m	6:57.50	(36.61)
			5000m	7:25.74	(35.96)	5000m	7:34.29	(36.79)

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
9	wt	176 Edwin Roetman	H50	7:53.91	7:30.52	PR	
	rd	255 Danny Witkamp	H50	7:16.99	7:46.89		
		Edwin Roetman			Danny Witkamp		
		200m	20.84 (20.84)	200m	22.91 (22.91)		
		600m	56.26 (35.42)	600m	58.60 (35.69)		
		1000m	1:32.38 (36.12)	1000m	1:34.99 (36.39)		
		1400m	2:07.43 (35.05)	1400m	2:11.07 (36.08)		
		1800m	2:41.81 (34.38)	1800m	2:46.97 (35.90)		
		2200m	3:16.75 (34.94)	2200m	3:23.65 (36.68)		
		2600m	3:52.17 (35.42)	2600m	4:00.15 (36.50)		
		3000m	4:27.66 (35.49)	3000m	4:37.53 (37.38)		
		3400m	5:03.37 (35.71)	3400m	5:14.89 (37.36)		
		3800m	5:39.31 (35.94)	3800m	5:52.58 (37.69)		
		4200m	6:15.92 (36.61)	4200m	6:30.53 (37.95)		
		4600m	6:52.85 (36.93)	4600m	7:08.88 (38.35)		
		5000m	7:30.52 (37.67)	5000m	7:46.89 (38.01)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
10	gl	35 Gerrit van den Brink	H45	7:32.90	7:38.28		
	bl	115 Arjen Keuning	H45	8:57.81	8:08.94	PR	
		Gerrit van den Brink			Arjen Keuning		
		200m	23.39 (23.39)	200m	22.33 (22.33)		
		600m	58.54 (35.15)	600m	58.63 (36.30)		
		1000m	1:33.80 (35.26)	1000m	1:35.20 (36.57)		
		1400m	2:09.27 (35.47)	1400m	2:13.62 (38.42)		
		1800m	2:45.27 (36.00)	1800m	2:52.04 (38.42)		
		2200m	3:21.66 (36.39)	2200m	3:30.54 (38.50)		
		2600m	3:58.36 (36.70)	2600m	4:09.62 (39.08)		
		3000m	4:35.07 (36.71)	3000m	4:48.83 (39.21)		
		3400m	5:11.27 (36.20)	3400m	5:28.15 (39.32)		
		3800m	5:47.78 (36.51)	3800m	6:08.20 (40.05)		
		4200m	6:25.17 (37.39)	4200m	6:48.57 (40.37)		
		4600m	7:02.11 (36.94)	4600m	7:29.00 (40.43)		
		5000m	7:38.28 (36.17)	5000m	8:08.94 (39.94)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
11	wt	72 Romke de Haan	H45	7:08.12	7:21.10		
	rd	64 Roberto van Goor	H45	7:31.83	7:23.83	PR	
		Romke de Haan			Roberto van Goor		
		200m	21.85 (21.85)	200m	21.72 (21.72)		
		600m	54.60 (32.75)	600m	55.47 (33.75)		
		1000m	1:28.81 (34.21)	1000m	1:29.78 (34.31)		
		1400m	2:03.77 (34.96)	1400m	2:05.19 (35.41)		
		1800m	2:38.33 (34.56)	1800m	2:40.18 (34.99)		
		2200m	3:12.95 (34.62)	2200m	3:15.35 (35.17)		
		2600m	3:47.98 (35.03)	2600m	3:50.39 (35.04)		
		3000m	4:23.30 (35.32)	3000m	4:25.46 (35.07)		
		3400m	4:59.18 (35.88)	3400m	5:00.57 (35.11)		
		3800m	5:34.92 (35.74)	3800m	5:35.81 (35.24)		
		4200m	6:10.37 (35.45)	4200m	6:11.45 (35.64)		
		4600m	6:45.95 (35.58)	4600m	6:47.50 (36.05)		
		5000m	7:21.10 (35.15)	5000m	7:23.83 (36.33)		

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info	
12	gl	41 Sandro Cara	H45	7:16.40	7:04.42	PR TRC	
	bl	92 Kees Hooft	H45	7:03.26	7:17.39		
		Sandro Cara			Kees Hooft		
		200m	20.35 (20.35)	200m	20.79 (20.79)		
		600m	52.44 (32.09)	600m	52.06 (31.27)		
		1000m	1:25.46 (33.02)	1000m	1:25.09 (33.03)		
		1400m	1:58.83 (33.37)	1400m	1:58.93 (33.84)		
		1800m	2:32.19 (33.36)	1800m	2:33.07 (34.14)		
		2200m	3:06.17 (33.98)	2200m	3:07.40 (34.33)		
		2600m	3:39.78 (33.61)	2600m	3:41.84 (34.44)		
		3000m	4:13.30 (33.52)	3000m	4:16.71 (34.87)		
		3400m	4:47.29 (33.99)	3400m	4:52.53 (35.82)		
		3800m	5:21.83 (34.54)	3800m	5:28.56 (36.03)		
		4200m	5:56.49 (34.66)	4200m	6:04.58 (36.02)		
		4600m	6:30.45 (33.96)	4600m	6:40.87 (36.29)		
		5000m	7:04.42 (33.97)	5000m	7:17.39 (36.52)		

		Naam		Cat		PR	Tijd	Info
13	wt rd	67	Cock Groot		H55		7:55.86	7:51.36 PR
Cock Groot								
		200m	22.51	(22.51)				m
		600m	58.41	(35.90)				
		1000m	1:35.50	(37.09)				
		1400m	2:12.77	(37.27)				
		1800m	2:50.11	(37.34)				
		2200m	3:27.22	(37.11)				
		2600m	4:04.40	(37.18)				
		3000m	4:41.86	(37.46)				
		3400m	5:19.64	(37.78)				
		3800m	5:57.57	(37.93)				
		4200m	6:35.51	(37.94)				
		4600m	7:13.41	(37.90)				
		5000m	7:51.36	(37.95)				