

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

1. Uitslag 100 meter Testkwartet

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	8 Bob Rhodes	HPD	1	O	16.44		
2	18 Pepper Rhodes	DPE	1	I	19.73		

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

1. Rituitslag 100 meter Testkwartet

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
1	wt	18 Pepper Rhodes	DPE		19.61	19.73	
	rd	8 Bob Rhodes	HPD		15.30	16.44	
		Pepper Rhodes		Bob Rhodes			
		100m	19.73	(19.73)	100m	16.44	(16.44)

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

2. Uitslag 100 meter bij 100-300-500

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	12 Niels van der Meulen	HN4	4	O	10.94	HT	
2	27 Jens van Huuksloot Kuilenburg	HPC	4	I	12.52	PR	
3	66 Nadine Hendriksen	DPC	5	I	13.53	PR	
4	11 Aimée Tolk	DC2	5	O	14.40	HT PR	
5	6 River Ooijendijk	HPC	2	O	14.80	PR	
6	4 Oda Hartgerink	DPC	2	I	16.17		

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

2. Rituitslag 100 meter bij 100-300-500

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
2	wt	4 Oda Hartgerink	DPC	15.47	16.17	
	rd	6 River Ooijendijk	HPC	14.89	14.80	PR
		Oda Hartgerink	River Ooijendijk			
		100m	16.17	(16.17)	100m	14.80 (14.80)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
3	gl					
	bl					
		m	m			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
4	wt	27 Jens van Huuksloot Kuilenburg	HPC	12.63	12.52	PR
	rd	12 Niels van der Meulen	HN4	10.79	10.94	HT
		Jens van Huuksloot Kuilenburg	Niels van der Meulen			
		100m	12.52	(12.52)	100m	10.94 (10.94)
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
5	gl	66 Nadine Hendriksen	DPC	13.65	13.53	PR
	bl	11 Aimée Tolk	DC2	14.72	14.40	HT PR
		Nadine Hendriksen	Aimée Tolk			
		100m	13.53	(13.53)	100m	14.40 (14.40)

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

3. Uitslag 500 meter bij 1500

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	20 Jelle Plug	HN2	17	I	36.53		
2	41 Mike van Dijk	HSA	16	O	39.02		
3	42 Bruno Bonetti	HA1	16	I	39.53	PR	
4	31 Ids Witkamp	HB2	17	O	40.21	PR	
5	65 Nick Hendriksen	HB1	15	O	40.91	PR	
6	55 Stijn Vergeer	HC2	14	O	41.90		
7	47 Lars Hoek	HC1	14	I	42.11	PR	
8	53 Lou van den Bosch	DB1	15	I	42.25	PR	
9	57 Danique van Rooden	DA2	13	I	43.10	PR	
10	51 Lev van den Bosch	HC1	12	I	43.40	PR	
11	49 Bart Hof	HC1	12	O	43.87		
12	33 Danny Witkamp	H60	13	O	44.35		
13	26 Mark van Huuksloot Kuilenburg	HC1	11	O	44.65	PR	
14	46 Lewis Koot	HC1	11	I	44.98	PR	
15	21 Bente Adema	DB2	10	I	45.08		
16	70 Jasper van Tol	HC1	10	O	45.24	PR	
17	69 Charline Kwadrin	DA2	8	O	47.86		
18	74 Monique Boerema	D60	8	I	48.18		
19	44 Sven Van Emmerik	HPB	6	O	48.27	PR	
20	30 Anne Lubbers	DA1	7	I	49.92		
21	61 Lisa Meeuwissen	DC2	7	O	50.24	HT PR	
22	32 Alissa Pels	DC2	6	I	51.54	PR	
23	35 Britt van Schie	DB1	9	O	57.70	FL	
24	45 Julie Bierman	DC1	9	I	1:06.48	FL	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

3. Rituitslag 500 meter bij 1500

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
6	wt	32	Alissa Pels	DC2	52.54		51.54	PR
	rd	44	Sven Van Emmerik	HPB	48.76		48.27	PR
	Alissa Pels			Sven Van Emmerik				
	100m			14.08	(14.08)	100m	12.60	(12.60)
	500m			51.54	(37.46)	500m	48.27	(35.67)
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
7	gl	30	Anne Lubbers	DA1	49.56		49.92	
	bl	61	Lisa Meeuwissen	DC2	50.96		50.24	HT PR
	Anne Lubbers			Lisa Meeuwissen				
	100m			12.91	(12.91)	100m	13.20	(13.20)
	500m			49.92	(37.01)	500m	50.24	(37.04)
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
8	wt	74	Monique Boerema	D60	43.58		48.18	
	rd	69	Charline Kwadrin	DA2	47.55		47.86	
	Monique Boerema			Charline Kwadrin				
	100m			13.41	(13.41)	100m	13.09	(13.09)
	500m			48.18	(34.77)	500m	47.86	(34.77)
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
9	gl	45	Julie Bierman	DC1	46.23		1:06.48	FL
	bl	35	Britt van Schie	DB1	48.30		57.70	FL
	Julie Bierman			Britt van Schie				
	100m			12.67	(12.67)	100m	12.18	(12.18)
	500m			1:06.48	(53.81)	500m	57.70	(45.52)
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
10	wt	21	Bente Adema	DB2	44.69		45.08	
	rd	70	Jasper van Tol	HC1	45.77		45.24	PR
	Bente Adema			Jasper van Tol				
	100m			12.25	(12.25)	100m	12.46	(12.46)
	500m			45.08	(32.83)	500m	45.24	(32.78)

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
11	gl	46	Lewis Koot	HC1	45.30		44.98	PR
	bl	26	Mark van Huuksloot Kuilenburg	HC1	45.18		44.65	PR
	Lewis Koot			Mark van Huuksloot Kuilenburg				
	100m	12.51	(12.51)	100m	12.37	(12.37)		
		500m	44.98	(32.47)	500m	44.65	(32.28)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
12	wt	51	Lev van den Bosch	HC1	43.49		43.40	PR
	rd	49	Bart Hof	HC1	43.24		43.87	
	Lev van den Bosch			Bart Hof				
	100m	11.84	(11.84)	100m	11.71	(11.71)		
		500m	43.40	(31.56)	500m	43.87	(32.16)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
13	gl	57	Danique van Rooden	DA2	43.30		43.10	PR
	bl	33	Danny Witkamp	H60	40.39		44.35	
	Danique van Rooden			Danny Witkamp				
	100m	11.96	(11.96)	100m	12.33	(12.33)		
		500m	43.10	(31.14)	500m	44.35	(32.02)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
14	wt	47	Lars Hoek	HC1	43.23		42.11	PR
	rd	55	Stijn Vergeer	HC2	41.77		41.90	
	Lars Hoek			Stijn Vergeer				
	100m	11.79	(11.79)	100m	11.45	(11.45)		
		500m	42.11	(30.32)	500m	41.90	(30.45)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
15	gl	53	Lou van den Bosch	DB1	43.10		42.25	PR
	bl	65	Nick Hendriksen	HB1	41.45		40.91	PR
	Lou van den Bosch			Nick Hendriksen				
	100m	11.55	(11.55)	100m	11.51	(11.51)		
		500m	42.25	(30.70)	500m	40.91	(29.40)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
16	wt	42	Bruno Bonetti	HA1	39.57		39.53	PR
	rd	41	Mike van Dijk	HSA	38.38		39.02	
	Bruno Bonetti			Mike van Dijk				
		100m	10.96	(10.96)	100m	10.94	(10.94)	
		500m	39.53	(28.57)	500m	39.02	(28.08)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
17	gl	20	Jelle Plug	HN2	36.29		36.53	
	bl	31	Ids Witkamp	HB2	40.76		40.21	PR
	Jelle Plug			Ids Witkamp				
		100m	10.04	(10.04)	100m	11.05	(11.05)	
		500m	36.53	(26.49)	500m	40.21	(29.16)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

4. Uitslag 500 meter bij 1000

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	78 Willem Bekkema	HN3	33	I	36.36		
2	72 Rinze Bart de Glee	HN3	33	O	36.78		
3	73 Roel Regts	HN1	32	O	36.80		
4	75 Remon Tamminga	HN1	32	I	37.66		
5	76 Luc Hogenboom	HB2	31	I	38.86		
6	16 Jelmer van der Slot	HN1	30	O	41.46		
7	64 Joanne Hendriksen	DC2	28	I	43.35		
8	2 Jonas Keijzer	HSA	26	O	43.52		
9	17 Dennis Beukers	HSA	28	O	43.90	PR	
10	63 Veerle Zunnebeld	DC2	29	O	44.00		
11	29 Ilse van der Velden	DB1	29	I	44.03		
12	67 Renske Winters	D45	26	I	45.19		
13	13 Juul Jansen	DA1	25	O	47.42	PR	
14	48 Floris van Maris	HC1	35	I	47.66	PR RS	
	19 Lars van Nierop	HN3	27	O	47.66		
16	54 Emma Tauber	DC1	24	I	48.17	PR	
17	23 Pieter van Dijk	HN1	24	O	48.19	PR	
18	36 Hille de Graaf	DC1	25	I	49.11	PR	
19	9 Sven Jonkheer	HB1	21	I	49.33	PR	
20	60 Juul Kampschreur	DA1	22	I	49.36	PR	
21	22 Merle Adema	DPA	23	I	49.78	PR	
22	38 Mae Heemskerk	DPC	21	O	50.02	PR	
23	3 Lisa Mei Hartgerink	DPA	22	O	50.60	PR	
24	1 Nienke van Asten	DPA	23	O	51.29	PR	
25	34 Elisa Domingues Rosa	DC2	20	O	52.25		
26	10 Ramses Vlug	HPC	19	I	54.10	PR	
27	5 Carli Hartgerink	D40	20	I	54.25	PR	
28	7 Stijn van der Meer	HC2	18	I	55.94	PR	
29	77 Meggy van Dijk-Brolsma	D50	19	O	1:00.09		
	48 Floris van Maris	HC1	27	I	DQ	T04a	
	68 Marloes Westerhof	D40	31	O	DNS		
	50 Tjebbe Berkhout	HA2			WDR		

T04a - Te laat of niet tijdig aan de start verschijnen (253.2.2)

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

4. Rituitslag 500 meter bij 1000

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
18	wt	7	Stijn van der Meer		HC2	59.31	55.94 PR
	rd		Stijn van der Meer				
			100m	14.14 (14.14)		m	
			500m	55.94 (41.80)			
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
19	gl	10	Ramses Vlug		HPC	56.38	54.10 PR
	bl	77	Meggy van Dijk-Brolsma		D50	53.39	1:00.09
			Ramses Vlug				
			100m	13.86 (13.86)		100m 16.54 (16.54)	
			500m	54.10 (40.24)		500m 1:00.09 (43.55)	
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
20	wt	5	Carli Hartgerink		D40	54.62	54.25 PR
	rd	34	Elisa Domingues Rosa		DC2	51.75	52.25
			Carli Hartgerink				
			100m	14.32 (14.32)		100m 13.30 (13.30)	
			500m	54.25 (39.93)		500m 52.25 (38.95)	
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
21	gl	9	Sven Jonkheer		HB1	54.20	49.33 PR
	bl	38	Mae Heemskerk		DPC	52.89	50.02 PR
			Sven Jonkheer				
			100m	13.18 (13.18)		100m 13.10 (13.10)	
			500m	49.33 (36.15)		500m 50.02 (36.92)	
		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
22	wt	60	Juul Kampschreur		DA1	51.97	49.36 PR
	rd	3	Lisa Mei Hartgerink		DPA	51.48	50.60 PR
			Juul Kampschreur				
			100m	13.41 (13.41)		100m 13.06 (13.06)	
			500m	49.36 (35.95)		500m 50.60 (37.54)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

			Naam	Cat	PR	Tijd	Info
23	gl	22	Merle Adema	DPA	50.36	49.78	PR
	bl	1	Nienke van Asten	DPA	51.86	51.29	PR
			Merle Adema				
			Nienke van Asten				
			100m 13.24 (13.24)	100m 13.51 (13.51)			
			500m 49.78 (36.54)	500m 51.29 (37.78)			
			Naam	Cat	PR	Tijd	Info
24	wt	54	Emma Tauber	DC1	48.87	48.17	PR
	rd	23	Pieter van Dijk	HN1	48.71	48.19	PR
			Emma Tauber				
			Pieter van Dijk				
			100m 12.64 (12.64)	100m 13.19 (13.19)			
			500m 48.17 (35.53)	500m 48.19 (35.00)			
			Naam	Cat	PR	Tijd	Info
25	gl	36	Hille de Graaf	DC1	50.34	49.11	PR
	bl	13	Juul Jansen	DA1	48.28	47.42	PR
			Hille de Graaf				
			Juul Jansen				
			100m 13.03 (13.03)	100m 12.76 (12.76)			
			500m 49.11 (36.08)	500m 47.42 (34.66)			
			Naam	Cat	PR	Tijd	Info
26	wt	67	Renske Winters	D45	42.36	45.19	
	rd	2	Jonas Keijzer	HSA	43.46	43.52	
			Renske Winters				
			Jonas Keijzer				
			100m 12.30 (12.30)	100m 11.90 (11.90)			
			500m 45.19 (32.89)	500m 43.52 (31.62)			
			Naam	Cat	PR	Tijd	Info
27	gl	48	Floris van Maris	HC1	48.32	DQ ^{T04a}	
	bl	19	Lars van Nierop	HN3	46.96	47.66	
			Floris van Maris				
			Lars van Nierop				
			100m 12.07 (12.07)	500m 47.66 (35.59)			

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
28	wt	64	Joanne Hendriksen		DC2		42.74		43.35	
	rd	17	Dennis Beukers		HSA		44.31		43.90 PR	
	Joanne Hendriksen			Dennis Beukers						
	100m	11.87	(11.87)	100m	12.01	(12.01)				
		500m	43.35	(31.48)	500m	43.90	(31.89)			
		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
29	gl	29	Ilse van der Velden		DB1		43.54		44.03	
	bl	63	Veerle Zunnebeld		DC2		43.61		44.00	
	Ilse van der Velden			Veerle Zunnebeld						
	100m	11.84	(11.84)	100m	12.05	(12.05)				
		500m	44.03	(32.19)	500m	44.00	(31.95)			
		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
30	wt	50	Tjebbe Berkhout		HA2		38.60		WDR	
	rd	16	Jelmer van der Slot		HN1		40.67		41.46	
	Tjebbe Berkhout			Jelmer van der Slot						
	100m	11.05	(11.05)	100m	11.05	(11.05)				
		500m	41.46	(30.41)	500m	41.46	(30.41)			
		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
31	gl	76	Luc Hogenboom		HB2		38.53		38.86	
	bl	68	Marloes Westerhof		D40		41.87		DNS	
	Luc Hogenboom			Marloes Westerhof						
	100m	10.58	(10.58)	100m	10.58	(10.58)				
		500m	38.86	(28.28)	500m	38.86	(28.28)			
		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
32	wt	75	Remon Tamminga		HN1		37.35		37.66	
	rd	73	Roel Regts		HN1		36.53		36.80	
	Remon Tamminga			Roel Regts						
	100m	10.23	(10.23)	100m	10.04	(10.04)				
		500m	37.66	(27.43)	500m	36.80	(26.76)			

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
33	gl	78 Willem Bekkema	HN3			36.14	36.36	
	bl	72 Rinze Bart de Glee	HN3			36.21	36.78	
		Willem Bekkema			Rinze Bart de Glee			
		100m	9.99	(9.99)	100m	10.26	(10.26)	
		500m	36.36	(26.37)	500m	36.78	(26.52)	

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
34	wt							
	rd							
		m			m			

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
35	gl	48 Floris van Maris	HC1			48.32	47.66	PR RS
	bl							
		Floris van Maris			m			
		100m	12.45	(12.45)				
		500m	47.66	(35.21)				

T04a - Te laat of niet tijdig aan de start verschijnen (253.2.2)

Noordwijkse IJsclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

5. Uitslag 500 meter bij 3000

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	59 Max Barends	HB2	36	I	41.89		
2	15 Tim van der Zalm	HN2	37	I	43.55	PR	
3	52 Zhara Möllers	DA2	37	O	43.74		
4	28 Zoë van der Velden	DB1	36	O	44.38		
5	14 Kristel van Abswoude	DSA	34	I	45.03	PR	
6	25 Evert Jan van Dijk	H45	35	I	45.75		
7	24 Anouk Rodenburg	DA1	35	O	46.37		
8	40 Josine Kroon	D45	34	O	47.54		

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

5. Rituitslag 500 meter bij 3000

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
34	wt	14	Kristel van Abswoude	DSA	45.88		45.03	PR
	rd	40	Josine Kroon	D45	46.98		47.54	
	Kristel van Abswoude			Josine Kroon				
	100m	12.09	(12.09)	100m	13.04	(13.04)		
		500m	45.03	(32.94)	500m	47.54	(34.50)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
35	gl	25	Evert Jan van Dijk	H45	42.65		45.75	
	bl	24	Anouk Rodenburg	DA1	46.31		46.37	
	Evert Jan van Dijk			Anouk Rodenburg				
	100m	12.22	(12.22)	100m	12.76	(12.76)		
		500m	45.75	(33.53)	500m	46.37	(33.61)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
36	wt	59	Max Barends	HB2	41.84		41.89	
	rd	28	Zoë van der Velden	DB1	43.84		44.38	
	Max Barends			Zoë van der Velden				
	100m	11.36	(11.36)	100m	11.90	(11.90)		
		500m	41.89	(30.53)	500m	44.38	(32.48)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
37	gl	15	Tim van der Zalm	HN2	43.61		43.55	PR
	bl	52	Zhara Möllers	DA2	43.36		43.74	
	Tim van der Zalm			Zhara Möllers				
	100m	12.32	(12.32)	100m	12.09	(12.09)		
		500m	43.55	(31.23)	500m	43.74	(31.65)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

6. Uitslag 500 meter bij 100-300-500

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	12 Niels van der Meulen	HN4	41	I	40.18		
2	27 Jens van Huuksloot Kuilenburg	HPC	40	I	51.37	PR	
3	66 Nadine Hendriksen	DPC	40	O	51.91	PR	
4	11 Aimée Tolk	DC2	41	O	59.91	PR	
5	4 Oda Hartgerink	DPC	38	O	1:08.58	PR	
6	6 River Ooijendijk	HPC	38	I	1:10.70	PR	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

6. Rituitslag 500 meter bij 100-300-500

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
38	wt	6	River Ooijendijk			HPC	1:16.26	1:10.70 PR
	rd	4	Oda Hartgerink			DPC	1:11.20	1:08.58 PR
		River Ooijendijk			Oda Hartgerink			
		100m	15.54	(15.54)	100m	15.60	(15.60)	
		500m	1:10.70	(55.16)	500m	1:08.58	(52.98)	
		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
39	gl							
	bl							
		m						
		m						
		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
40	wt	27	Jens van Huuksloot Kuilenburg			HPC	51.71	51.37 PR
	rd	66	Nadine Hendriksen			DPC	52.12	51.91 PR
		Jens van Huuksloot Kuilenburg			Nadine Hendriksen			
		100m	12.87	(12.87)	100m	13.42	(13.42)	
		500m	51.37	(38.50)	500m	51.91	(38.49)	
		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
41	gl	12	Niels van der Meulen			HN4	39.21	40.18
	bl	11	Aimée Tolk			DC2	1:02.28	59.91 PR
		Niels van der Meulen			Aimée Tolk			
		100m	10.94	(10.94)	100m	14.59	(14.59)	
		500m	40.18	(29.24)	500m	59.91	(45.32)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

7. Uitslag 1500 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	20 Jelle Plug	HN2	53	O	1:51.44	PR	
2	41 Mike van Dijk	HSA	53	I	2:01.47		
3	31 Ids Witkamp	HB2	52	I	2:02.59	PR	
4	42 Bruno Bonetti	HA1	52	O	2:02.93		
5	65 Nick Hendriksen	HB1	51	I	2:05.74	PR	
6	57 Danique van Rooden	DA2	50	O	2:09.98	PR	
7	53 Lou van den Bosch	DB1	50	I	2:10.92	PR	
8	33 Danny Witkamp	H60	49	I	2:11.57		
9	51 Lev van den Bosch	HC1	51	O	2:12.72	PR	
10	46 Lewis Koot	HC1	48	O	2:13.02	PR	
11	47 Lars Hoek	HC1	46	O	2:15.33	PR	
12	26 Mark van Huuksloot Kuilenburg	HC1	49	O	2:15.37	PR	
13	55 Stijn Vergeer	HC2	48	I	2:16.15		
14	49 Bart Hof	HC1	46	I	2:20.06	PR	
15	70 Jasper van Tol	HC1	47	I	2:20.72	PR	
16	21 Bente Adema	DB2	47	O	2:20.87	PR	
17	45 Julie Bierman	DC1	45	O	2:30.86	PR	
18	74 Monique Boerema	D60	45	I	2:31.09		
19	69 Charline Kwadrin	DA2	44	I	2:31.58	PR	
20	61 Lisa Meeuwissen	DC2	43	O	2:35.22	PR	
21	44 Sven Van Emmerik	HPB	43	I	2:36.51	PR	
22	32 Alissa Pels	DC2	42	I	2:38.38	PR	
23	30 Anne Lubbers	DA1	44	O	2:38.90		
24	35 Britt van Schie	DB1	42	O	2:39.04	PR	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

7. Rituitslag 1500 meter

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
42	wt	32	Alissa Pels	DC2	2:39.59		2:38.38	PR
	rd	35	Britt van Schie	DB1	2:39.94		2:39.04	PR
		Alissa Pels			Britt van Schie			
		300m	34.25	(34.25)	300m	32.55	(32.55)	
		700m	1:14.20	(39.95)	700m	1:12.55	(40.00)	
		1100m	1:56.12	(41.92)	1100m	1:55.70	(43.15)	
		1500m	2:38.38	(42.26)	1500m	2:39.04	(43.34)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
43	gl	44	Sven Van Emmerik	HPB	2:44.27		2:36.51	PR
	bl	61	Lisa Meeuwissen	DC2	2:35.35		2:35.22	PR
		Sven Van Emmerik			Lisa Meeuwissen			
		300m	32.55	(32.55)	300m	32.44	(32.44)	
		700m	1:13.14	(40.59)	700m	1:12.22	(39.78)	
		1100m	1:54.62	(41.48)	1100m	1:53.82	(41.60)	
		1500m	2:36.51	(41.89)	1500m	2:35.22	(41.40)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
44	wt	69	Charline Kwadrin	DA2	2:31.72		2:31.58	PR
	rd	30	Anne Lubbers	DA1	2:32.88		2:38.90	
		Charline Kwadrin			Anne Lubbers			
		300m	31.39	(31.39)	300m	32.01	(32.01)	
		700m	1:08.79	(37.40)	700m	1:10.68	(38.67)	
		1100m	1:49.13	(40.34)	1100m	1:53.06	(42.38)	
		1500m	2:31.58	(42.45)	1500m	2:38.90	(45.84)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
45	gl	74	Monique Boerema	D60	2:09.60		2:31.09	
	bl	45	Julie Bierman	DC1	2:34.03		2:30.86	PR
		Monique Boerema			Julie Bierman			
		300m	31.84	(31.84)	300m	31.40	(31.40)	
		700m	1:08.92	(37.08)	700m	1:08.18	(36.78)	
		1100m	1:48.90	(39.98)	1100m	1:48.52	(40.34)	
		1500m	2:31.09	(42.19)	1500m	2:30.86	(42.34)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
46	wt	49	Bart Hof	HC1	2:20.31		2:20.06	PR
	rd	47	Lars Hoek	HC1	2:18.82		2:15.33	PR
		Bart Hof			Lars Hoek			
		300m	28.74	(28.74)	300m	28.59	(28.59)	
		700m	1:02.95	(34.21)	700m	1:02.02	(33.43)	
		1100m	1:41.11	(38.16)	1100m	1:38.37	(36.35)	
		1500m	2:20.06	(38.95)	1500m	2:15.33	(36.96)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
47	gl	70	Jasper van Tol	HC1	2:26.11		2:20.72	PR
	bl	21	Bente Adema	DB2	2:21.58		2:20.87	PR
		Jasper van Tol			Bente Adema			
		300m	29.98	(29.98)	300m	30.08	(30.08)	
		700m	1:04.92	(34.94)	700m	1:05.16	(35.08)	
		1100m	1:42.76	(37.84)	1100m	1:42.70	(37.54)	
		1500m	2:20.72	(37.96)	1500m	2:20.87	(38.17)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
48	wt	55	Stijn Vergeer	HC2	2:14.63		2:16.15	
	rd	46	Lewis Koot	HC1	2:15.49		2:13.02	PR
		Stijn Vergeer			Lewis Koot			
		300m	28.22	(28.22)	300m	29.82	(29.82)	
		700m	1:02.62	(34.40)	700m	1:03.09	(33.27)	
		1100m	1:38.73	(36.11)	1100m	1:37.66	(34.57)	
		1500m	2:16.15	(37.42)	1500m	2:13.02	(35.36)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
49	gl	33	Danny Witkamp	H60	1:57.80		2:11.57	
	bl	26	Mark van Huuksloot Kuilenburg	HC1	2:15.98		2:15.37	PR
		Danny Witkamp			Mark van Huuksloot Kuilenburg			
		300m	29.12	(29.12)	300m	29.59	(29.59)	
		700m	1:01.76	(32.64)	700m	1:02.64	(33.05)	
		1100m	1:36.16	(34.40)	1100m	1:38.74	(36.10)	
		1500m	2:11.57	(35.41)	1500m	2:15.37	(36.63)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
50	wt	53	Lou van den Bosch	DB1	2:13.57		2:10.92	PR
	rd	57	Danique van Rooden	DA2	2:10.69		2:09.98	PR
		Lou van den Bosch			Danique van Rooden			
		300m	28.19	(28.19)	300m	28.85	(28.85)	
		700m	1:01.21	(33.02)	700m	1:01.19	(32.34)	
		1100m	1:35.51	(34.30)	1100m	1:34.85	(33.66)	
		1500m	2:10.92	(35.41)	1500m	2:09.98	(35.13)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
51	gl	65	Nick Hendriksen	HB1	2:07.80		2:05.74	PR
	bl	51	Lev van den Bosch	HC1	2:13.63		2:12.72	PR
		Nick Hendriksen			Lev van den Bosch			
		300m	27.10	(27.10)	300m	28.78	(28.78)	
		700m	57.57	(30.47)	700m	1:02.07	(33.29)	
		1100m	1:30.60	(33.03)	1100m	1:37.02	(34.95)	
		1500m	2:05.74	(35.14)	1500m	2:12.72	(35.70)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
52	wt	31	Ids Witkamp	HB2	2:03.58		2:02.59	PR
	rd	42	Bruno Bonetti	HA1	2:00.95		2:02.93	
		Ids Witkamp			Bruno Bonetti			
		300m	26.57	(26.57)	300m	26.51	(26.51)	
		700m	56.68	(30.11)	700m	56.66	(30.15)	
		1100m	1:28.38	(31.70)	1100m	1:28.76	(32.10)	
		1500m	2:02.59	(34.21)	1500m	2:02.93	(34.17)	
		Naam		Cat	PR		Tijd	Info
53	gl	41	Mike van Dijk	HSA	2:00.51		2:01.47	
	bl	20	Jelle Plug	HN2	1:52.68		1:51.44	PR
		Mike van Dijk			Jelle Plug			
		300m	26.65	(26.65)	300m	24.21	(24.21)	
		700m	56.54	(29.89)	700m	51.58	(27.37)	
		1100m	1:28.18	(31.64)	1100m	1:20.47	(28.89)	
		1500m	2:01.47	(33.29)	1500m	1:51.44	(30.97)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

8. Uitslag 300 meter bij 100-300-500

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	12 Niels van der Meulen	HN4	56	I	26.12		
2	27 Jens van Huuksloot Kuilenburg	HPC	57	O	31.56	PR	
3	66 Nadine Hendriksen	DPC	56	O	32.80	PR	
4	4 Oda Hartgerink	DPC	54	I	40.43	PR	
5	6 River Ooijendijk	HPC	54	O	42.37	PR	
6	11 Aimée Tolk	DC2	57	I	46.04	FL	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

8. Rituitslag 300 meter bij 100-300-500

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
54	wt	4 Oda Hartgerink	DPC	42.84	40.43	PR
	rd	6 River Ooijendijk	HPC	46.39	42.37	PR
		Oda Hartgerink	River Ooijendijk			
		300m	40.43 (40.43)	300m	42.37 (42.37)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
55	gl					
	bl					
		m	m			
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
56	wt	12 Niels van der Meulen	HN4	25.38	26.12	
	rd	66 Nadine Hendriksen	DPC	32.83	32.80	PR
		Niels van der Meulen	Nadine Hendriksen			
		300m	26.12 (26.12)	300m	32.80 (32.80)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
57	gl	11 Aimée Tolk	DC2	38.14	46.04	FL
	bl	27 Jens van Huuksloot Kuilenburg	HPC	31.87	31.56	PR
		Aimée Tolk	Jens van Huuksloot Kuilenburg			
		300m	46.04 (46.04)	300m	31.56 (31.56)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

9. Uitslag 1000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	72 Rinze Bart de Glee	HN3	73	O	1:12.79		
2	73 Roel Regts	HN1	73	I	1:13.00	PR	
3	78 Willem Bekkema	HN3	72	O	1:13.76	PR	
4	75 Remon Tamminga	HN1	72	I	1:15.39	PR	
5	76 Luc Hogenboom	HB2	70	O	1:17.19	PR	
6	16 Jelmer van der Slot	HN1	68	O	1:24.69	PR	
7	2 Jonas Keijzer	HSA	68	I	1:25.25	PR	
8	63 Veerle Zunnebeld	DC2	70	I	1:27.21	PR	
9	29 Ilse van der Velden	DB1	67	O	1:28.00	PR	
10	64 Joanne Hendriksen	DC2	71	O	1:28.48		
11	17 Dennis Beukers	HSA	66	O	1:28.80	PR	
12	67 Renske Winters	D45	69	O	1:29.61		
13	23 Pieter van Dijk	HN1	66	I	1:35.14		
14	60 Juul Kampschreur	DA1	62	O	1:37.82	PR	
15	48 Floris van Maris	HC1	65	I	1:38.53	PR	
16	13 Juul Jansen	DA1	67	I	1:38.62	PR	
17	19 Lars van Nierop	HN3	59	I	1:40.27		
18	54 Emma Tauber	DC1	62	I	1:40.82	PR	
19	22 Merle Adema	DPA	63	O	1:41.49	PR	
20	3 Lisa Mei Hartgerink	DPA	64	I	1:42.02	PR	
21	36 Hille de Graaf	DC1	64	O	1:42.74	PR	
22	1 Nienke van Asten	DPA	65	O	1:44.34	PR	
23	9 Sven Jonkheer	HB1	60	O	1:45.33	PR	
24	38 Mae Heemskerk	DPC	59	O	1:45.76		
25	5 Carli Hartgerink	D40	63	I	1:49.02	PR	
26	10 Ramses Vlug	HPC	61	O	1:50.06	PR	
27	7 Stijn van der Meer	HC2	58	I	1:59.73	PR	
28	77 Meggy van Dijk-Brolsma	D50	60	I	1:59.76		
	34 Elisa Domingues Rosa	DC2	61	I	DQ ^{T05}		
	68 Marloes Westerhof	D40	69	I	DNS		
	50 Tjebbe Berkhout	HA2			WDR		

**T05 - Starten of schaatsen in de verkeerde wedstrijd baan
(254.2)**

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

9. Rituitslag 1000 meter

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
58	wt	7	Stijn van der Meer		HC2	2:05.16	1:59.73 PR
	rd						
		Stijn van der Meer					
		200m	26.05	(26.05)	m		
		600m	1:11.92	(45.87)			
		1000m	1:59.73	(47.81)			

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
59	gl	19	Lars van Nierop		HN3		1:40.27
	bl	38	Mae Heemskerk		DPC		1:45.76
		Lars van Nierop			Mae Heemskerk		
		200m	22.14	(22.14)	200m	23.48	(23.48)
		600m	1:00.07	(37.93)	600m	1:03.35	(39.87)
		1000m	1:40.27	(40.20)	1000m	1:45.76	(42.41)

		Naam	Cat		PR	Tijd	Info
60	wt	77	Meggy van Dijk-Brolsma		D50	1:50.25	1:59.76
	rd	9	Sven Jonkheer		HB1	2:04.39	1:45.33 PR
	Meggy van Dijk-Brolsma				Sven Jonkheer		
	200m	28.52	(28.52)	200m	25.20	(25.20)	
	600m	1:12.82	(44.30)	600m	1:05.29	(40.09)	
	1000m	1:59.76	(46.94)	1000m	1:45.33	(40.04)	

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
61	gl	34	Elisa Domingues Rosa	DC2	1:47.94	DQ ^{T05}
	bl	10	Ramses Vlug	HPC	1:59.82	1:50.06 PR
	Elisa Domingues Rosa			Ramses Vlug		
				200m	23.71	(23.71)
			600m			1:07.49 (43.78)
			1000m			1:50.06 (42.57)

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam			Cat	PR		Tijd	Info
62	wt	54	Emma Tauber			DC1	1:41.64	1:40.82	PR
	rd	60	Juul Kampschreur			DA1	1:48.98	1:37.82	PR
	Emma Tauber			Juul Kampschreur					
		200m	22.62	(22.62)	200m	23.32	(23.32)		
		600m	1:00.71	(38.09)	600m	59.76	(36.44)		
		1000m	1:40.82	(40.11)	1000m	1:37.82	(38.06)		
		Naam			Cat	PR		Tijd	Info
63	gl	5	Carli Hartgerink			D40	1:49.14	1:49.02	PR
	bl	22	Merle Adema			DPA	1:41.80	1:41.49	PR
	Carli Hartgerink			Merle Adema					
		200m	25.13	(25.13)	200m	23.80	(23.80)		
		600m	1:05.62	(40.49)	600m	1:02.23	(38.43)		
		1000m	1:49.02	(43.40)	1000m	1:41.49	(39.26)		
		Naam			Cat	PR		Tijd	Info
64	wt	3	Lisa Mei Hartgerink			DPA	1:43.30	1:42.02	PR
	rd	36	Hille de Graaf			DC1	1:44.98	1:42.74	PR
	Lisa Mei Hartgerink			Hille de Graaf					
		200m	23.61	(23.61)	200m	23.16	(23.16)		
		600m	1:01.84	(38.23)	600m	1:02.00	(38.84)		
		1000m	1:42.02	(40.18)	1000m	1:42.74	(40.74)		
		Naam			Cat	PR		Tijd	Info
65	gl	48	Floris van Maris			HC1	1:42.31	1:38.53	PR
	bl	1	Nienke van Asten			DPA	1:45.16	1:44.34	PR
	Floris van Maris			Nienke van Asten					
		200m	22.36	(22.36)	200m	23.80	(23.80)		
		600m	59.29	(36.93)	600m	1:02.74	(38.94)		
		1000m	1:38.53	(39.24)	1000m	1:44.34	(41.60)		

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbahn Haarlem - Haarlem

22 november 2025

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
66	wt	23 Pieter van Dijk	HN1	1:34.57	1:35.14	
	rd	17 Dennis Beukers	HSA	1:33.77	1:28.80	PR
		Pieter van Dijk		Dennis Beukers		
		200m	22.22 (22.22)	200m	20.60 (20.60)	
		600m	57.62 (35.40)	600m	53.63 (33.03)	
		1000m	1:35.14 (37.52)	1000m	1:28.80 (35.17)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
67	gl	13 Juul Jansen	DA1	1:41.62	1:38.62	PR
	bl	29 Ilse van der Velden	DB1	1:29.28	1:28.00	PR
		Juul Jansen		Ilse van der Velden		
		200m	22.72 (22.72)	200m	20.33 (20.33)	
		600m	59.67 (36.95)	600m	53.30 (32.97)	
		1000m	1:38.62 (38.95)	1000m	1:28.00 (34.70)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
68	wt	2 Jonas Keijzer	HSA	1:28.74	1:25.25	PR
	rd	16 Jelmer van der Slot	HN1	1:27.63	1:24.69	PR
		Jonas Keijzer		Jelmer van der Slot		
		200m	20.70 (20.70)	200m	19.12 (19.12)	
		600m	52.42 (31.72)	600m	51.07 (31.95)	
		1000m	1:25.25 (32.83)	1000m	1:24.69 (33.62)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
69	gl	68 Marloes Westerhof	D40	1:25.30	DNS	
	bl	67 Renske Winters	D45	1:23.17	1:29.61	
		Marloes Westerhof		Renske Winters		
		200m	21.31 (21.31)	200m	21.31 (21.31)	
		600m	54.55 (33.24)	600m	54.55 (33.24)	
		1000m	1:29.61 (35.06)	1000m	1:29.61 (35.06)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
70	wt	63 Veerle Zunnebeld	DC2	1:27.47	1:27.21	PR
	rd	76 Luc Hogenboom	HB2	1:19.51	1:17.19	PR
		Veerle Zunnebeld		Luc Hogenboom		
		200m	21.07 (21.07)	200m	18.21 (18.21)	
		600m	53.23 (32.16)	600m	46.55 (28.34)	
		1000m	1:27.21 (33.98)	1000m	1:17.19 (30.64)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
71	gl	50 Tjebbe Berkhout	HA2	1:18.93		WDR
	bl	64 Joanne Hendriksen	DC2	1:27.48	1:28.48	
		Tjebbe Berkhout		Joanne Hendriksen		
				200m	20.55 (20.55)	
				600m	53.14 (32.59)	
				1000m	1:28.48 (35.34)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
72	wt	75 Remon Tamminga	HN1	1:16.61	1:15.39	PR
	rd	78 Willem Bekkema	HN3	1:15.86	1:13.76	PR
		Remon Tamminga		Willem Bekkema		
		200m	17.63 (17.63)	200m	17.32 (17.32)	
		600m	45.25 (27.62)	600m	44.00 (26.68)	
		1000m	1:15.39 (30.14)	1000m	1:13.76 (29.76)	
		Naam	Cat	PR	Tijd	Info
73	gl	73 Roel Regts	HN1	1:13.38	1:13.00	PR
	bl	72 Rinze Bart de Glee	HN3	1:11.32	1:12.79	
		Roel Regts		Rinze Bart de Glee		
		200m	17.14 (17.14)	200m	17.43 (17.43)	
		600m	43.99 (26.85)	600m	44.00 (26.57)	
		1000m	1:13.00 (29.01)	1000m	1:12.79 (28.79)	

**T05 - Starten of schaatsen in de verkeerde wedstrijd baan
(254.2)**

Noordwijkse IJsclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem

22 november 2025

10. Uitslag 3000 meter

Pos	Naam	Cat	Paar	Baan	Tijd	Info	Punten
1	15 Tim van der Zalm	HN2	77	I	4:19.98	PR	
2	59 Max Barends	HB2	76	O	4:34.27	PR	
3	25 Evert Jan van Dijk	H45	77	O	4:41.38		
4	24 Anouk Rodenburg	DA1	74	O	4:49.13	PR	
5	14 Kristel van Abswoude	DSA	75	O	4:49.99	PR	
6	40 Josine Kroon	D45	75	I	4:54.73	PR	
7	52 Zhara Möllers	DA2	74	I	4:56.52	PR	
8	28 Zoë van der Velden	DB1	76	I	4:57.48	PR	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

10. Rituitslag 3000 meter

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
74	wt	52 Zhara Möllers	DA2			5:01.02	4:56.52	PR
	rd	24 Anouk Rodenburg	DA1			4:55.08	4:49.13	PR
		Zhara Möllers			Anouk Rodenburg			
		200m	21.84	(21.84)	200m	23.06	(23.06)	
		600m	55.86	(34.02)	600m	59.24	(36.18)	
		1000m	1:32.09	(36.23)	1000m	1:36.28	(37.04)	
		1400m	2:10.24	(38.15)	1400m	2:14.29	(38.01)	
		1800m	2:50.11	(39.87)	1800m	2:53.60	(39.31)	
		2200m	3:31.33	(41.22)	2200m	3:32.92	(39.32)	
		2600m	4:13.84	(42.51)	2600m	4:11.70	(38.78)	
		3000m	4:56.52	(42.68)	3000m	4:49.13	(37.43)	

		Naam	Cat			PR	Tijd	Info
75	gl	40 Josine Kroon	D45			5:06.61	4:54.73	PR
	bl	14 Kristel van Abswoude	DSA			4:57.99	4:49.99	PR
		Josine Kroon			Kristel van Abswoude			
		200m	23.51	(23.51)	200m	22.58	(22.58)	
		600m	1:00.37	(36.86)	600m	58.52	(35.94)	
		1000m	1:37.93	(37.56)	1000m	1:35.38	(36.86)	
		1400m	2:16.60	(38.67)	1400m	2:13.48	(38.10)	
		1800m	2:55.92	(39.32)	1800m	2:51.90	(38.42)	
		2200m	3:35.46	(39.54)	2200m	3:31.01	(39.11)	
		2600m	4:15.00	(39.54)	2600m	4:10.50	(39.49)	
		3000m	4:54.73	(39.73)	3000m	4:49.99	(39.49)	

Noordwijkse IJclub Heerenveen

IJsbaan Haarlem - Haarlem
22 november 2025

		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
76	wt	28	Zoë van der Velden		DB1		5:00.81		4:57.48	PR
	rd	59	Max Barends		HB2		4:40.43		4:34.27	PR
		Zoë van der Velden				Max Barends				
		200m	22.34	(22.34)		200m	21.02	(21.02)		
		600m	59.52	(37.18)		600m	54.18	(33.16)		
		1000m	1:38.11	(38.59)		1000m	1:28.61	(34.43)		
		1400m	2:18.06	(39.95)		1400m	2:04.19	(35.58)		
		1800m	2:58.00	(39.94)		1800m	2:40.79	(36.60)		
		2200m	3:38.01	(40.01)		2200m	3:18.48	(37.69)		
		2600m	4:17.86	(39.85)		2600m	3:56.68	(38.20)		
		3000m	4:57.48	(39.62)		3000m	4:34.27	(37.59)		
		Naam		Cat		PR		Tijd		Info
77	gl	15	Tim van der Zalm		HN2		4:32.12		4:19.98	PR
	bl	25	Evert Jan van Dijk		H45		4:30.53		4:41.38	
		Tim van der Zalm				Evert Jan van Dijk				
		200m	21.59	(21.59)		200m	22.69	(22.69)		
		600m	54.66	(33.07)		600m	57.18	(34.49)		
		1000m	1:28.12	(33.46)		1000m	1:32.56	(35.38)		
		1400m	2:02.43	(34.31)		1400m	2:08.67	(36.11)		
		1800m	2:36.72	(34.29)		1800m	2:45.68	(37.01)		
		2200m	3:11.29	(34.57)		2200m	3:23.40	(37.72)		
		2600m	3:45.64	(34.35)		2600m	4:01.80	(38.40)		
		3000m	4:19.98	(34.34)		3000m	4:41.38	(39.58)		