

# 2009

## SEIZOENRANGLIJST



Atletiekvereniging Start '78



## SEIZOENRANGLIJST 2009

MANNEN 100m:

1 Jeen Nauta	22-04	13.00
2 Gerjan Petter	24-04	13.4
3 Pascal de Lange	03-10	14.6
4 Sander Zwerver	03-10	14.7

MANNEN 400m:

1 Jeen Nauta	22-04	59.96
--------------	-------	-------

MANNEN 800m:

1 Gerjan Petter	29-05	2.33.0
-----------------	-------	--------

MANNEN 1500m:

1 Stefan Postma	24-04	4.25.1
2 Gerjan Petter	24-04	4.49.8
3 Jeen Nauta	23-05	4.52.10
4 Erwin Groenink	24-04	5.31.8
5 Jan Willem Krom	24-04	5.53.1
6 Sander Zwerver	03-10	6.37.8
7 Pascal de Lange	03-10	6.39.6

MANNEN 3000m:

1 Stefan Postma	29-05	9.56.0
2 Gerjan Petter	29-05	10.41.0
3 Erwin Groenink	29-05	11.53.7
4 Jan Willem Krom	03-10	12.27.5

MANNEN 5000m:

1 Erwin Groenink	03-07	21.10.1
------------------	-------	---------

MANNEN Coopertest 12 min.:

1 Erwin Groenink	22-03	2929
2 Hendrik Jan Doevendans	04-01	2628
3 Pascal de Lange	22-11	2471

MANNEN 10km (weg):

1 Stefan Postma	08-03	34.07
2 Gerjan Petter	23-05	38.12
3 Erwin Groenink	17-06	43.09
4 Jan Willem Krom	23-05	43.55

MANNEN 15km:

1 Stefan Postma	31-01	55.16
2 Erwin Groenink	20-06	1.10.30
3 Stephan Nijs	15-11	1.19.42
4 Ruud Schepers	15-11	1.19.42

MANNEN Uurloop:

1 Gerjan Petter	06-05	14472
2 Jan Willem Krom	06-05	12847

3 Erwin Groenink 06-05 12469

MANNEN ½ marathon:

1 Jan Willem Krom	10-10	1.39.25
2 Erwin Groenink	27-06	1.46.36
3 Stephan Nijs	27-06	1.57.30
4 Ruud Schepers	27-06	1.57.30

MANNEN Verspringen:

1 Gerjan Petter	29-05	4.85
-----------------	-------	------

MANNEN Hoogspringen:

1 Gerjan Petter	24-04	1.50
2 Sander Zwerver	03-10	1.45
3 Pascal de Lange	03-10	1.30

MANNEN Kogelstoten 7.26 kg:

1 Pascal de Lange	03-10	8.99
2 Sander Zwerver	03-10	7.84
3 Gerjan Petter	24-04	6.26

MANNEN Discuswerpen 2 kg:

1 Boudewijn Luijten	01-08	58.87
---------------------	-------	-------

MANNEN Speerwerpen 800 gr:

1 Sander Zwerver	03-10	26.73
2 Pascal de Lange	03-10	26.66
3 Gerjan Petter	29-05	20.68

MANNEN M40-44 100m:

1 Harm Kolvoort	04-04	13.17
-----------------	-------	-------

MANNEN M40-44 300m:

1 Harm Kolvoort	04-04	42.84
-----------------	-------	-------

MANNEN M35-49 1500m:

1 Peter Visser M45	23-05	4.15.30
2 Heerke Postma M45	24-04	4.45.6
3 Freddie Bouma M45	19-09	4.57.19
4 Harm Kolvoort M40	24-04	4.58.5
5 Egbert Vink M35	24-04	5.12.1
6 Jebbe Westerbeek M45	24-04	5.29.7
7 Berry Pees M40	21-04	5.33.8
8 Bert Slagter M45	24-04	5.55.9

MANNEN M35-49 3000m:

1 Peter Visser M45	02-07	8.59.35
2 Heerke Postma M45	29-05	10.35.0
-- Freddie Bouma M45	11-09	10.35.0
4 Harm Kolvoort M40	29-05	10.52.0
5 Ron Bos M40	29-05	11.24.0
6 Egbert Vink M35	11-09	11.36.2

7 Berry Pees M40	29-05	11.51.0
8 Jebbe Westerbeek M45	11-09	11.54.7
9 Bert Slagter M45	29-05	12.27.6
10 Peter Wemer M45	29-05	16.02.0

#### MANNEN M35-49 5000m:

1 Peter Visser M45	19-06	15.32.52
2 Egbert Vink M35	04-04	18.11.92
3 Freddie Bouma M45	03-07	19.08.6
4 Ron Bos M40	04-04	19.53.53
5 Harm Kolvoort M40	04-04	20.32.65
6 Jebbe Westerbeek M45	04-04	21.07.78
7 Berry Pees M40	03-07	21.15.9
8 Frenk Wubben M40	03-07	22.37.1

#### MANNEN M35-49 10000m:

1 Egbert Vink M35	17-07	39.45.6
2 Freddie Bouma M45	17-07	39.58.1
3 Harm Kolvoort M40	17-07	40.17.4
4 Berry Pees M40	17-07	44.18.3
5 Bert Slagter M45	17-07	44.21.6
6 Jebbe Westerbeek M45	17-07	48.33.8

#### MANNEN M35-49 Coopertest 12 min.:

1 Jan de Groot M40	08-02	3205
2 Egbert Vink M35	22-03	3204
3 Harm Kolvoort M40	22-11	3105
4 Berry Pees M40	22-03	2929
5 Freddie Bouma M45	04-01	2862
6 Marchel Tissingh M45	01-11	2633
7 Tom v Ravenstein M45	08-02	2552
8 Peter Wemer M45	08-02	2330

#### MANNEN M35-49 10km (weg):

1 Jan Scheenstra M35	22-03	33.24
2 Peter Visser M45	29-03	33.45
3 Heerke Postma M45	17-06	37.13
4 Klaas de Haan M45	23-05	37.34
5 Harm Kolvoort M40	23-05	38.36
6 Egbert Vink M35	21-03	39.00
7 Freddie Bouma M45	28-07	39.19
8 Ron Bos M40	23-05	40.06
9 Jan de Groot M45	18-04	40.17
10 Jeroen Vink M35	23-05	40.18
11 Berry Pees M40	05-09	42.48
12 Jebbe Westerbeek M45	23-05	43.08
13 Bert Slagter M45	17-06	44.04
14 Jacob Dolstra M45	23-05	44.14
15 Henk Veenstra M45	26-05	44.40
16 Frenk Wubben M40	17-06	47.41
17 Marchel Tissingh M45	10-10	51.01
18 Jan Willem v Dalen M45	09-05	55.22

19 Frenk Wubben M45	10-10	47.52
---------------------	-------	-------

#### MANNEN M35-49 15km:

1 Jan Scheenstra M35	22-11	51.09
2 Peter Visser M45	31-01	51.12
3 Klaas de Haan M45	07-02	59.06
4 Heerke Postma M45	31-01	59.53
5 Egbert Vink M35	31-01	1.00.17
6 Harm Kolvoort M40	31-01	1.01.48
7 Freddie Bouma M45	15-11	1.02.13
8 Ron Bos M40	31-01	1.04.52
9 Arnold Broek M40	15-11	1.06.45
10 Jacob Dolstra M45	31-01	1.09.06
11 Berry Pees M40	31-01	1.09.16
12 Harjo Wind M40	31-01	1.10.31
13 Bert Slagter M45	31-01	1.12.24
14 Frenk Wubben M40	31-01	1.13.38
15 Tom van Ravenstein M40	15-11	1.17.48
16 Marcel vd Raadt M40	15-11	1.23.30

#### MANNEN M35-49 10 E.M. (16.090m):

1 Jan Scheenstra M35	06-12	52.54
2 Harm Kolvoort M40	09-05	1.08.49
3 Jeroen Vink M35	20-09	1.14.00
4 Jacob Dolstra M45	09-05	1.15.55
5 Berry Pees M40	31-10	1.18.20

#### MANNEN M35-49 Uurloop:

1 Jan Scheenstra M35	06-05	17238
2 Klaas de Haan M45	06-05	15033
3 Jan de Groot M45	06-05	14670
4 Egbert Vink M35	06-05	14491
5 Harm Kolvoort M40	06-05	14467
6 Jeroen Vink M35	06-05	14237
7 Ron Bos M40	06-05	14146
8 Berry Pees M40	06-05	13306
9 Frenk Wubben M40	06-05	12797
10 Jebbe Westerbeek M45	06-05	12641
11 Edwin Bakker M40	06-05	11342

#### MANNEN M35 20km:

1 Jeroen Vink	08-03	1.26.47
---------------	-------	---------

#### MANNEN M35-49 ½ marathon:

1 Peter Visser M45	10-10	1.11.33
2 Jan Scheenstra M35	10-10	1.12.39
3 Ron Bos M40	15-05	1.26.26
4 Freddie Bouma M45	08-11	1.26.33
5 Klaas de Haan M45	10-01	1.26.40
6 Harm Kolvoort M40	07-06	1.27.46
7 Egbert Vink M35	22-08	1.29.27
8 Jeroen Vink M35	27-06	1.34.30

9 Harjo Wind M40	10-10	1.38.09
10 Arnold Broek M40	08-11	1.38.51
11 Bert Slagter M45	10-01	1.41.16
12 Chris Pols M45	10-10	1.41.27
13 Berry Pees M40	14-03	1.42.19
14 Jacob Dolstra M45	27-06	1.42.56
15 Jan Willem v Dalen M40	10-10	2.02.58
16 Niek Wijnen M45	14-06	2.13.59

MANNEN M35-49 marathon:

1 Freddie Bouma M45	03-10	3.10.37
2 Egbert Vink M35	03-10	3.15.15
3 Klaas de Haan M45	07-06	3.16.09
4 Harm Kolvoort M40	18-10	3.33.10
5 Jeroen Vink M35	05-04	3.34.45
6 Berry Pees M40	05-04	4.24.11

MANNEN M45-49 3000m Steeple:

1 Peter Visser	29-08	10.13.50
----------------	-------	----------

MANNEN M35-44 Kogelstoten 7,26 kg:

1 Egbert Vink M35	05-06	6.19
2 Frenk Wubben M40	03-07	6.13

MANNEN M35-39 Discuswerpen 2 kg:

1 Egbert Vink	05-06	17.52
---------------	-------	-------

MANNEN M35-39 Speerwerpen 800 gr:

1 Egbert Vink	05-06	26.81
---------------	-------	-------

MANNEN M35-39 Werp 3-kamp:

1 Egbert Vink	05-06	573
---------------	-------	-----

MANNEN M55-64 100m:

1 Hans Spitzen M55	03-10	14.0
2 Harm Bakker M60	03-10	15.4

MANNEN M60-64 200m:

1 Harm Bakker	29-08	32.78
---------------	-------	-------

MANNEN M60-64 400m:

1 Harm Bakker	19-09	1.10.15
---------------	-------	---------

MANNEN M60-64 800m:

1 Harm Bakker	16-09	2.38.96
---------------	-------	---------

MANNEN M50-59 1500m:

1 Klaas vd Veen M50	24-04	4.47.2
2 Jan Groen M50	28-05	5.09.70
3 Eddy Oosterkamp M50	24-04	5.12.8
4 Harm Bakker M60	24-04	5.26.4
5 Jan de Lange M55	03-10	5.32.3

6 Hans Spitzen M55	03-10	6.19.0
7 Jan Nijmeijer M55	24-04	6.31.0
8 Wim van Oosten M65	24-04	6.58.7

MANNEN M50-59 1 E.M. (1609m):

1 Klaas vd Veen M50	17-07	5.15.0
2 Folkert Sterkenburgh M60	17-07	6.33.0

MANNEN M50-59 3000m:

1 Klaas vd Veen M50	03-10	10.29.0
2 Jan Groen M50	21-05	10.45.97
3 Jan de Lange M55	29-05	10.47.0
4 Ad Roodhuijzen M50	29-05	10.53.0
5 Eddy Oosterkamp M50	29-05	11.10.0
6 Thijs vd Vegt M50	29-05	12.32.8
7 Jan Nijmeijer M55	11-09	13.43.1
8 Jaap van Weenen M50	29-05	13.45.0
9 Wim van Oosten M65	11-09	14.21.8

MANNEN M50-59 5000m:

1 Klaas vd Veen M50	04-04	18.08.76
2 Jan Groen M50	14-05	18.11.9
3 Jan de Lange M55	04-04	18.59.44
4 Harm Bakker M60	17-09	19.43.73
5 Eddy Oosterkamp M50	03-07	19.46.2
6 Ad Roodhuijzen M50	03-07	19.52.1
7 Cor Trompetter M50	03-07	21.13.6
8 Jan Nijmeijer M55	04-04	23.08.54
9 Wim van Oosten M65	03-07	49.39.8

MANNEN M50-59 10000m:

1 Ad Roodhuijzen M50	17-07	39.17.6
2 Eddy Oosterkamp M50	17-07	40.59.9
3 Jaap van Weenen M50	17-07	48.51.4
4 Wim van Oosten M65	17-07	49.39.8

MANNEN M50-59 Coopertest 12 min.:

1 Klaas vd Veen M50	22-03	3329
2 Jan de Lange M55	01-11	3259
3 Eddy Oosterkamp M50	08-02	3083
4 Harm Bakker M60	04-01	3004
5 Folkert Sterkenburgh M60	04-01	2851
6 Jan Nijmeijer M55	22-03	2648
7 Bennie Overvelde M55	04-01	1800

MANNEN M50-59 10km (weg):

1 Klaas vd Veen M50	23-05	36.23
2 Jan de Lange M55	23-05	37.21
3 Jan Groen M50	13-04	38.19
4 Eddy Oosterkamp M50	23-05	39.00
5 Harm Bakker M60	19-06	40.05
6 Gerrit Greven M55	28-07	41.17

7 Jan Bos M50	23-05	42.39
8 Cor Trompetter M50	04-10	43.55
9 Ad Roodhuijzen M50	12-08	44.48
10 Thijs vd Vegt M50	04-10	45.28
11 Thijs Stienstra M55	09-05	46.07
12 Jaap van Weenen M50	23-05	48.26
13 Arjen Guikema M60	12-08	49.02
14 Jan Nijmeijer M55	23-05	49.08
15 Willem Fokkert M50	25-08	50.10
16 Jan van Bommel M50	04-10	1.07.06

MANNEN M50-59 15km:

1 Jan de Lange M55	13-06	58.35
2 Klaas vd Veen M50	15-11	58.45
3 Jan Groen M50	09-05	59.43
4 Eddy Oosterkamp M50	18-04	1.04.00
5 Gerrit Greven M55	31-01	1.06.38
6 Cor Trompetter M50	31-01	1.11.09
7 Thijs vd Vegt M50	20-06	1.13.26
8 Folkert Braad M50	31-01	1.15.53
9 Rudy Wanders M50	31-01	1.16.35
10 Jaap van Weenen M50	31-01	1.16.36
11 Jan Nijmeijer M55	31-01	1.16.42
12 Wim van Oosten M65	15-11	1.19.10
13 Willem Fokkert M50	31-01	1.21.02
14 Jaap de Jong M50	31-01	1.27.33
15 Rob vd Wel M60	15-11	1.41.44

MANNEN M50-59 10 E.M. (16.090m):

1 Jan de Lange M55	09-05	1.02.16
2 Eddy Oosterkamp M50	09-05	1.05.43

MANNEN M50-59 Uurloop:

1 Klaas vd Veen M50	06-05	15288
2 Eddy Oosterkamp M50	06-05	14456
3 Ad Roodhuijzen M50	06-05	14239
4 Folkert Sterkenburgh M60	10-06	13660
5 Cor Trompetter M50	06-05	12777
6 Jaap van Weenen M50	06-05	12157
7 Wim van Oosten M65	06-05	11781
8 Jan Nijmeijer M55	06-05	11633
9 Anne Bartelds M60	24-10	11223
10 Rob vd Wel M60	06-05	9678

MANNEN M50-59 20km:

1 Jan Groen M50	08-03	1.19.47
2 Eddy Oosterkamp M50	29-08	1.25.44
3 Wim van Oosten M65	04-10	1.52.26

MANNEN M50-59 ½ marathon:

1 Klaas vd Veen M50	15-05	1.20.34
2 Jan de Lange M55	15-05	1.20.35

3 Jan Groen M50	14-03	1.23.17
4 Eddy Oosterkamp M50	15-05	1.26.07
5 Harm Bakker M60	15-05	1.30.33
6 Ad Roodhuijzen M50	10-10	1.31.55
7 Gerrit Greven M55	05-12	1.35.12
8 Jan Bos M50	27-06	1.39.27
9 Arjen Guikema M60	13-06	1.46.37
10 Thijs vd Vegt M50	27-06	1.50.17
11 Jan Nijmeijer M55	10-01	1.51.14
12 Willem Fokkert M50	13-06	1.53.41
13 Jaap van Weenen M50	13-06	1.55.39
14 Wim van Oosten M65	27-06	1.58.28

MANNEN M50 25km:

1 Jan Groen	21-02	1.41.07
-------------	-------	---------

MANNEN M50-59 marathon:

1 Jan Groen M50	05-04	2.55.56
2 Folkert Sterkenburgh M60	24-10	3.41.15
3 Arjen Guikema M60	11-10	3.53.38

MANNEN M55-59 Hoogspringen:

1 Hans Spitzen	29-08	1.38
----------------	-------	------

MANNEN M55-59 Kogelstoten 7,26 kg:

1 Hans Spitzen	11-10	8.08
----------------	-------	------

MANNEN M55-59 Kogelstoten 6 kg:

1 Hans Spitzen	12-06	9.01
----------------	-------	------

MANNEN M60-69 Kogelstoten 5 kg:

1 Hans Hes M65	12-06	8.26
2 Bennie Overvelde M60	05-06	7.08

MANNEN M55-59 Kogelslingeren 6 kg:

1 Hans Spitzen	31-10	23.94
----------------	-------	-------

MANNEN M55-59 Gewichtwerp. 11,34kg:

1 Hans Spitzen	31-10	9.30
----------------	-------	------

MANNEN M55-59 Discuswerpen 2 kg:

1 Hans Spitzen M55	11-10	27.43
--------------------	-------	-------

MANNEN M55-59 Discuswerpen 1,5 kg:

1 Hans Spitzen M55	19-06	32.43
--------------------	-------	-------

MANNEN M60-69 Discuswerpen 1 kg:

1 Hans Hes M65	12-06	27.36
2 Bennie Overvelde M60	17-07	19.90

MANNEN M55-59 Speerwerpen 800 gr:

1 Hans Spitzen	11-10	32.34
----------------	-------	-------

MANNEN M55-59 Speerwerpen 700 gr:  
1 Hans Spitzen 29-05 36.54

MANNEN M60-69 Speerwerpen 600 gr:  
1 Hans Hes M65 05-06 15.58  
2 Bennie Overvelde M60 05-06 15.02

MANNEN M55-59 Werp 3-kamp  
(zwaarder):  
1 Hans Spitzen 11-10 1096

MANNEN M60-69 Werp 3-kamp:  
1 Hans Hes M65 05-06 676  
2 Bennie Overvelde M60 05-06 446

MANNEN M55-59 Werp 5-kamp:  
1 Hans Spitzen 31-10 2556

VROUWEN 100m:  
1 Sietske Sterkenburgh 24-04 17.3

VROUWEN 800m:  
1 Sietske Sterkenburgh 04-04 3.07.70

VROUWEN 1500m:  
1 Nynke de Lange 24-04 5.20.7

VROUWEN 1 E.M. (1609m):  
1 Sietske Sterkenburgh 17-07 7.01.6

VROUWEN / MEISJES A 3000m:  
1 Jazlin Ruinemans 29-05 11.35.0  
2 Ivonne Wessels 11-09 12.17.6  
3 Nynke de Lange 11-09 13.15.3  
4 Simone Westerbeek MA 11-09 14.50.0

VROUWEN / MEISJES A 5000m:  
1 Nynke de Lange 04-04 19.54.12  
2 Ivonne Wessels 03-07 21.16.2  
3 Simone Westerbeek MA 04-04 23.57.74

VROUWEN 10000m:  
1 Nynke de Lange 17-07 42.48.1  
2 Ivonne Wessels 17-07 45.09.9

VROUWEN / MEISJES A/B Coopertest  
12 min.:  
1 Evelien Wemes MA 04-01 2710  
2 Sietske Sterkenburgh 22-03 2579  
3 Wieke Nijmeijer MB 22-11 2086

VROUWEN / MEISJES A 10km (weg):  
1 Nynke de Lange 17-06 40.17  
2 Jazlin Ruinemans 03-01 42.10  
3 Ivonne Wessels 23-05 44.27  
4 Willeke Lubbinge 26-05 52.29  
5 Simone Westerbeek MA 14-03 54.37

VROUWEN Uurloop:  
1 Nynke de Lange 06-05 14399  
2 Ivonne Wessels 06-05 12769  
3 Mariska Lenis 06-05 10161

VROUWEN 15km:  
1 Jazlin Ruinemans 31-01 1.03.18  
2 Sietske Sterkenburgh 31-01 1.25.36

VROUWEN ½ marathon:  
1 Nynke de Lange 14-03 1.34.16  
2 Ivonne Wessels 10-10 1.37.20

VROUWEN Verspringen:  
1 Sietske Sterkenburgh 03-07 3.20

VROUWEN Hoogspringen:  
1 Sietske Sterkenburgh 29-05 1.15

VROUWEN Kogelstoten 4 kg:  
1 Corien Zwerver 11-10 8.93  
2 Sietske Sterkenburgh 29-05 6.52

VROUWEN Discuswerpen 1 kg:  
1 Corien Zwerver 11-10 23.62  
2 Sietske Sterkenburgh 03-07 17.16

VROUWEN Speerwerpen 600 gr:  
1 Sietske Sterkenburgh 05-06 21.05  
2 Corien Zwerver 11-10 18.60

VROUWEN Werp 3-kamp:  
1 Corien Zwerver 11-10 1290  
2 Sietske Sterkenburgh 05-06 897

VROUWEN V45-49 100m:  
1 Trijntje Dijkstra 03-10 15.4  
2 Tineke Boes 03-10 17.4  
3 Grietje Boxum 03-10 23.7

VROUWEN V40-49 200m:  
1 Lysbeth Gijzen V40 29-08 29.25  
2 Tineke Boes V45 29-08 37.54

VROUWEN V40-44 300m:

1 Lysbeth Gijsen	04-04	49.31
------------------	-------	-------

VROUWEN V40-49 800m:

1 Lysbeth Gijsen V40	11-09	2.55.5
2 Tineke Boes V45	03-10	3.40.7
3 Grietje Boxum V45	03-10	3.53.0

VROUWEN V45-49 1500m:

1 Toos de Vries	24-04	5.58.8
2 Wilma van Galen	24-04	6.28.1
3 Trees van Veen	24-04	6.48.5
4 Grietje Boxum	19-09	8.16.55

VROUWEN V50-54 1 E.M. (1609m):

1 Linda Wibbelink	17-07	7.03.0
-------------------	-------	--------

VROUWEN V45-49 3000m:

1 Toos de Vries	29-05	12.39.3
2 Wilma van Galen	11-09	13.54.3
3 Tiny de Jong	29-05	13.57.0
4 Trees van Veen	11-09	14.54.4

VROUWEN V45-49 5000m:

1 Toos de Vries	04-04	22.56.60
2 Riki Creemers V50	04-04	23.43.95
3 Trees van Veen	04-04	24.08.64
4 Wilma van Galen	04-04	24.33.94

VROUWEN V40-49 10000m:

1 Trees van Veen V45	17-07	49.36.5
2 Annelies van Buiten V40	17-07	50.01.3
3 Tiny de Jong V45	17-07	50.43.6

VROUWEN V35-49 Coopertest 12 min.:

1 Trees van Veen V45	04-01	2560
2 José Gaastra V35	08-02	2477
3 Diny Jansen V45	22-03	2100
4 Grietje Boxum V45	04-01	1983
5 Jorine Brouwer V40	08-02	1764

VROUWEN 35-49 10km (weg):

1 Margreet Wagteveld V35	17-06	45.44
2 Toos de Vries V45	17-06	46.35
3 Riki Creemers V50	23-05	47.11
4 Geke Naaktgeboren V40	29-03	48.41
5 Annelies van Buiten V40	09-05	48.42
6 Tiny de Jong V45	04-10	50.20
7 Wilma van Galen V45	28-02	50.33
8 Adri Sluis V45	08-03	51.26
9 Alie Smook V50	09-05	53.28
-- José Gaastra V35	09-05	53.28

11 Trees van Veen V45	24-05	53.42
12 Lysbeth Gijsen V40	17-05	53.48
13 Anita Blankvoort V50	10-10	54.32
14 Aafke Wemes V45	17-05	56.20
15 Willeke Lubbinge V35	12-08	56.39
16 Jacqueline Ketel V50	17-05	57.26
17 Bea Kolvoort V40	09-05	57.56
18 Henny Lukens V60	25-08	59.31
19 Marrie Sterkenburgh V50	20-06	1.00.50
20 Grietje Boxum V45	31-10	1.03.27
21 Joke vd Veen V50	12-08	1.03.29
22 Marianne Sloopweg V55	17-05	1.04.54
23 Nancy Kuper V40	06-06	1.05.24
24 Aafje Heinhuis V35	04-10	1.07.06

VROUWEN V35-49 Uurloop:

1 Margreet Wagteveld V35	06-05	12783
2 Riki Creemers V50	06-05	12469
3 Toos de Vries V45	06-05	12421
4 Annelies van Buiten V45	06-05	11818
5 Trees van Veen V45	06-05	11783
6 Wilma van Galen V45	06-05	11754
7 Janny Kielema V50	06-05	11458
8 Joke vd Veen V50	06-05	9653

VROUWEN V35-49 15km:

1 Margreet Wagteveld V35	31-01	1.11.04
2 Toos de Vries V45	31-01	1.13.59
3 Riki Creemers V45	31-01	1.14.40
4 Trees van Veen V45	31-01	1.16.23
5 Wilma van Galen V45	31-01	1.16.48
6 Annelies van Buiten V40	15-11	1.18.06
7 Alien Stufzand V40	31-01	1.18.15
8 Janny Kielema V50	31-01	1.22.15
9 Tiny de Jong V45	15-11	1.23.00
10 Jenny Braad V50	31-01	1.23.38
11 Anita Blankvoort V50	31-01	1.24.29
12 Barbara Ilmer V35	31-01	1.24.39
13 Adri Sluis V45	31-01	1.24.43
14 Jolanda van Zanten V40	31-01	1.24.52
15 Jacqueline Ketel V50	31-01	1.27.37
16 Ina Gerding V45	15-11	1.41.45

VROUWEN V35-49 10 E.M. (16.090m):

1 Toos de Vries V45	09-05	1.20.58
2 Wilma van Galen V45	09-05	1.23.24
3 Trees van Veen V45	09-05	1.24.52
4 Barbara Ilmer V35	09-05	1.26.59
5 Adri Sluis V45	09-05	1.28.20

VROUWEN V40-49 20km:

1 Toos de Vries V45	18-07	1.41.38
---------------------	-------	---------

2 Annelies van Buiten V40	29-08	1.46.26
3 Adri Sluis V45	04-10	1.51.18
4 Wilma van Galen V45	18-07	1.52.34
5 Tiny de Jong V45	18-07	1.56.06
6 Trees van Veen V45	18-07	2.02.53

3 Tineke Boes	23-05	13.42
---------------	-------	-------

VROUWEN V45-49 7-kamp:

1 Tineke Boes	30-08	1589
---------------	-------	------

VROUWEN V45-49 Werp 3-kamp:

1 Trijntje Dijkstra	11-10	1103
2 Grietje Boxum	29-03	800
3 Tineke Boes	05-09	767

VROUWEN V35-49 ½ marathon:

1 Toos de Vries V45	15-05	1.40.50
2 Annelies van Buiten V40	15-05	1.43.01
3 Margreet Wagteveld V35	08-11	1.44.16
4 Riki Creemers V50	13-06	1.46.30
5 Alien Stuifzand V40	14-03	1.49.12
6 Geke Naaktgeboren V40	27-06	1.51.56
7 Wilma van Galen V45	21-02	1.52.06
8 Trees van Veen V45	14-03	1.54.44
9 Janny Kielema V50	14-03	1.55.33
10 Tiny de Jong V45	27-06	1.56.46
11 Barbara Ilmer V35	27-06	1.57.16
12 Adri Sluis V45	04-04	1.58.59
13 Alie Smook V50	27-06	2.06.49

JONGENS A/B 100m:

1 Nathan vd Heide JB	19-09	11.49
2 Joey Woudstra JB	04-04	12.44
3 Yorán van Dalen	03-10	12.4
4 Gerdo van Dalen JB	29-08	13.26
5 Pim Wubben JB	29-08	13.34
6 Lowie vd Woude JB	03-07	13.5
7 Frank Wibbelink JB	03-10	13.7

VROUWEN V40-49 marathon:

1 Annelies van Buiten V40	27-04	3.48.39
2 Trees van Veen V45	01-11	4.26.56

JONGENS B 150m:

1 Nathan vd Heide	17-07	17.8
-------------------	-------	------

JONGENS B 200m:

1 Nathan vd Heide	12-06	24.18
-------------------	-------	-------

VROUWEN V45-49 80m Horden (76cm):

1 Tineke Boes	29-08	19.66
---------------	-------	-------

JONGENS A/B 300m:

1 Nathan vd Heide JB	17-07	40.0
2 Yorán van Dalen	04-04	41.30
3 Joey Woudstra JB	04-04	43.63

VROUWEN V45-49 Verspringen:

1 Trijntje Dijkstra	17-07	3.77
2 Tineke Boes	03-07	3.01

JONGENS A/B 400m:

1 Joey Woudstra JB	03-05	57.98
2 Lowie vd Woude JB	12-06	59.01
3 Yorán van Dalen	29-08	59.94

VROUWEN V40-49 Hoogspringen:

1 Lysbeth Gijsen V40	11-09	1.30
2 Trijntje Dijkstra V45	03-10	1.15
3 Tineke Boes V45	29-05	1.10
4 Grietje Boxum V45	03-10	0.95

JONGENS A/B 800m:

1 Lowie vd Woude JB	02-07	2.11.19
2 Nathan vd Heide JB	11-09	2.27.1
3 Gerdo van Dalen JB	29-05	2.29.0
4 Yorán van Dalen	29-05	2.29.0
5 Frank Wibbelink JB	11-09	2.41.1

VROUWEN V40-49 Kogelstoten 4 kg:

1 Lysbeth Gijsen V40	11-09	8.74
2 Trijntje Dijkstra V45	04-04	7.99
3 Tineke Boes V45	03-10	6.94
4 Grietje Boxum V45	23-05	6.16

JONGENS B 1000m:

1 Lowie vd Woude	10-06	2.48.47
------------------	-------	---------

VROUWEN V45-49 Discuswerpen 1 kg:

1 Trijntje Dijkstra	04-04	22.82
2 Grietje Boxum	17-07	19.11
3 Tineke Boes	03-07	18.60

JONGENS A/B 1500m:

1 Jesse Nijboer JB	07-06	4.30.09
2 Lowie vd Woude JB	27-05	4.31.50
3 Patrick Postma JB	24-04	4.42.8
4 Nathan vd Heide JB	30-08	5.10.60
5 Yorán van Dalen	20-08	5.34.30
6 Joey Woudstra JB	03-10	5.41.1

VROUWEN V45-49 Speerwerpen 600 gr:

1 Trijntje Dijkstra	05-06	17.66
2 Grietje Boxum	19-09	14.51

7 Gerdo van Dalen JB	03-10	5.55.1
8 Frank Wibbelink JB	03-10	6.06.5

#### JONGENS B 3000m:

1 Jesse Nijboer	29-05	10.02.0
-----------------	-------	---------

#### JONGENS B 5000m:

1 Jesse Nijboer	03-07	17.27.4
2 Lowie vd Woude	03-07	18.07.3

#### JONGENS B Coopertest 12 min.:

1 Lowie vd Woude	08-02	3468
------------------	-------	------

#### JONGENS B 10km (weg):

1 Jesse Nijboer	06-09	36.43
2 Patrick Postma	26-09	37.17

#### JONGENS A 110m Horden (100cm):

1 Yoran van Dalen	30-08	21.37
-------------------	-------	-------

#### JONGENS B 110m Horden (91cm):

1 Joey Woudstra	04-04	17.02
2 Wesley Smid JC	03-05	19.59
3 Gerdo van Dalen	30-08	21.06
4 Frank Wibbelink	07-06	21.29
5 Nathan vd Heide	30-08	21.57
6 Lowie vd Woude	30-08	21.65

#### JONGENS B 4x100m:

1 Nathan vd Heide, Joey Woudstra, Pim Wubben, Gerdo van Dalen	03-05	48.75
--	-------	-------

#### JONGENS A/B Verspringen:

1 Yoran van Dalen	29-05	5.58
2 Gerdo van Dalen JB	29-05	5.16
3 Nathan vd Heide JB	07-06	5.15
4 Frank Wibbelink JB	11-09	4.92
5 Pim Wubben JB	23-05	4.78
6 Lowie vd Woude JB	29-05	4.59

#### JONGENS B Hinkstapspringen:

1 Frank Wibbelink	07-06	10.29
-------------------	-------	-------

#### JONGENS A/B Hoogspringen:

1 Joey Woudstra JB	24-04	1.75
-- Yoran van Dalen	19-09	1.75
3 Lowie vd Woude JB	30-08	1.68
4 Gerdo van Dalen JB	24-04	1.55
5 Frank Wibbelink JB	03-10	1.45
6 Pim Wubben JB	24-04	1.40
7 Nathan vd Heide JB	24-04	1.30

#### JONGENS A/B Polshoogspringen:

1 Pim Wubben JB	03-05	2.30
2 Yoran van Dalen	30-08	2.20

#### JONGENS A Kogelstoten 6kg:

1 Yoran van Dalen	03-10	9.82
-------------------	-------	------

#### JONGENS B Kogelstoten 5kg:

1 Pim Wubben	23-05	12.00
2 Gerdo van Dalen	11-10	10.91
3 Joey Woudstra	24-04	9.70
4 Lowie vd Woude	03-10	8.28
5 Nathan vd Heide	29-08	7.89
6 Frank Wibbelink	03-10	6.55

#### JONGENS A Discuswerpen 1.75kg:

1 Yoran van Dalen	04-04	29.43
-------------------	-------	-------

#### JONGENS B Discuswerpen 1.5kg:

1 Pim Wubben	03-05	35.58
2 Gerdo van Dalen	11-10	33.19
3 Marco Jonkman JC	11-10	25.89
4 Nathan vd Heide	30-08	23.74
5 Lowie vd Woude	30-08	20.31

#### JONGENS A Speerwerpen 800gr:

1 Yoran van Dalen	19-09	43.28
-------------------	-------	-------

#### JONGENS B Speerwerpen 700gr:

1 Gerdo van Dalen	11-10	40.77
2 Joey Woudstra	03-10	32.05
3 Lowie vd Woude	03-10	31.73
4 Nathan vd Heide	03-10	21.61
5 Frank Wibbelink	03-10	20.97

#### JONGENS A Werpdrickamp:

1 Yoran van Dalen	11-10	1332
-------------------	-------	------

#### JONGENS B Werpdrickamp:

1 Gerdo van Dalen	11-10	1573
2 Lowie vd Woude	05-06	837
3 Marco Jonkman JC	11-10	377

#### JONGENS A 10-kamp:

1 Yoran van Dalen	30-08	3987
-------------------	-------	------

#### JONGENS B 9-kamp:

1 Lowie vd Woude	30-08	2897
2 Nathan vd Heide	30-08	2710
3 Gerdo van Dalen	30-08	2361
4 Pim Wubben	30-08	1732

JONGENS C 100m:

1 Jan de Jong	04-04	13.25
2 Martijn de Vries	03-07	13.6
3 Lukas Wijnen	24-04	13.7
4 Jari van Ravenstein	29-08	14.00
5 Wesley Smid	24-04	13.9
6 Vincent Spitzen	29-08	15.64
7 Allaerd Petter	03-10	16.4

JONGENS C 150m:

1 Vincent Spitzen	17-07	24.0
-------------------	-------	------

JONGENS C 400m:

1 Jari van Ravenstein	07-06	1.01.14
-----------------------	-------	---------

JONGENS C 800m:

1 Jari van Ravenstein	18-04	2.25.11
2 Martijn de Vries	16-05	2.26.33
3 Jan de Jong	29-05	2.37.1
4 Lukas Wijnen	03-10	2.51.0
5 Vincent Spitzen	29-05	3.00.0
6 Allaerd Petter	03-10	3.05.0

JONGENS C 1000m:

1 Jari van Ravenstein	30-08	3.05.17
2 Martijn de Vries	30-08	3.07.68
3 Lukas Wijnen	04-04	3.44.56
4 Vincent Spitzen	30-08	3.48.70

JONGENS C 1500m:

1 Jari van Ravenstein	11-04	5.02.2
2 Martijn de Vries	11-04	5.05.4

JONGENS C 1 E.M. (1609m):

1 Martijn de Vries	17-07	5.37.5
--------------------	-------	--------

JONGENS C 5000m:

1 Jari van Ravenstein	03-07	19.21.2
-----------------------	-------	---------

JONGENS C Coopertest 12 min.:

1 Jari van Ravenstein	22-03	3115
-----------------------	-------	------

JONGENS C 100m Horden (84cm):

1 Wesley Smid	16-05	18.40
2 Lukas Wijnen	18-04	21.61
3 Martijn de Vries	30-08	21.70
4 Vincent Spitzen	30-08	22.35
5 Jari van Ravenstein	30-08	22.67

JONGENS C 300m Horden (76cm):

1 Vincent Spitzen	04-04	1.06.31
-------------------	-------	---------

JONGENS C 4x100m:

1 Jan de Jong, Lukas Wijnen, Martijn de Vries, Wesley Smid	20-06	52.92
---	-------	-------

JONGENS C Verspringen:

1 Jan der Jong	29-05	4.91
2 Wesley Smid	18-04	4.80
3 Jari van Ravenstein	29-05	4.31
4 Martijn de Vries	29-08	4.23
5 Vincent Spitzen	29-08	4.01
6 Lukas Wijnen	03-10	3.90
7 Allaerd Petter	03-10	3.75

JONGENS C Hoogspringen:

1 Jari van Ravenstein	18-04	1.45
-- Vincent Spitzen	18-04	1.45
-- Wesley Smid	24-04	1.45
-- Martijn de Vries	03-07	1.45

JONGENS C Kogelstoten 4kg:

1 Jan de Jong	20-06	10.65
2 Marco Jonkman	03-10	8.73
3 Wesley Smid	24-04	8.08
4 Vincent Spitzen	03-10	7.77
5 Martijn de Vries	29-08	7.57
6 Jari van Ravenstein	29-08	7.48
7 Allaerd Petter	03-10	6.66
8 Lukas Wijnen	03-10	6.57

JONGENS C Discuswerpen 1kg:

1 Marco Jonkman	03-10	29.34
2 Vincent Spitzen	03-10	23.68
3 Jan de Jong	03-10	22.97
4 Allaerd Petter	11-10	20.41
5 Martijn de Vries	30-08	20.00
6 Lukas Wijnen	03-10	16.94
7 Jari van Ravenstein	30-08	14.03

JONGENS C Speerwerpen 600gr:

1 Vincent Spitzen	11-10	31.98
2 Jan de Jong	29-05	29.81
3 Martijn de Vries	16-05	28.55
4 Allaerd Petter	11-10	26.53
5 Marco Jonkman	03-10	18.33
6 Jari van Ravenstein	29-05	18.16

JONGENS C Kogelslingeren 4kg:

1 Vincent Spitzen	23-07	15.19
-------------------	-------	-------

JONGENS C Werp driekamp:

1 Vincent Spitzen	11-10	1267
-------------------	-------	------

2 Marco Jonkman	11-10	1180
3 Allaerd Petter	11-10	1097

#### JONGENS C 8-kamp:

1 Martijn de Vries	30-08	3577
2 Jari van Ravenstein	30-08	3214
3 Vincent Spitzen	30-08	3077

#### MEISJES C 80m:

1 Ryanne Bekius	03-10	11.7
2 Christa Smitstra	18-04	12.02
-- Ellen Jansen	03-10	11.8
4 Marjolein Visser	11-04	12.5
5 Wieke Nijmeijer	03-07	14.4

#### MEISJES C 150m:

1 Ellen Jansen	17-07	21.9
2 Christa Smitstra	29-08	23.46
3 Marjolein Visser	29-08	25.12
4 Wieke Nijmeijer	29-08	29.53

#### MEISJES C 300m:

1 Ellen Jansen	17-07	47.3
----------------	-------	------

#### MEISJES C 600m:

1 Ellen Jansen	26-09	1.44.6
2 Ryanne Bekius	03-10	2.12.9
3 Marjolein Visser	03-10	2.14.0
4 Christa Smitstra	03-10	2.19.0
5 Wieke Nijmeijer	30-08	2.51.93

#### MEISJES C 800m:

1 Ellen Jansen	02-07	2.30.43
2 Marjolein Visser	29-05	3.08.0
3 Ryanne Bekius	11-09	3.11.6
4 Christa Smitstra	11-09	3.31.7
5 Wieke Nijmeijer	11-09	3.51.9

#### MEISJES C 1000m:

1 Ellen Jansen	19-06	3.14.49
2 Marjolein Visser	04-04	3.55.77
3 Wieke Nijmeijer	04-04	5.19.79

#### MEISJES C 1500m:

1 Wieke Nijmeijer	11-04	8.06.7
-------------------	-------	--------

#### MEISJES C Coopertest 12 min.:

1 Ellen Jansen	22-03	2757
2 Geesje Nijmeijer	22-11	2510
3 Ryanne Bekius	04-01	2160
4 Wieke Nijmeijer	22-03	2010

#### MEISJES C 80m Horden (76cm):

1 Ellen Jansen	18-04	16.04
2 Christa Smitstra	29-08	17.17
3 Marjolein Visser	29-08	20.98
4 Wieke Nijmeijer	29-08	24.00

#### MEISJES C 4x80m:

1 Christa Smitstra, Ellen Jansen, Marjolein Visser, Ryanne Bekius	16-05	46.71
--	-------	-------

#### MEISJES C Verspringen:

1 Ryanne Bekius	03-10	4.31
2 Ellen Jansen	24-04	4.17
3 Christa Smitstra	24-04	4.02
4 Marjolein Visser	23-05	3.72
5 Wieke Nijmeijer	03-07	2.68

#### MEISJES C Hoogspringen:

1 Ellen Jansen	04-04	1.35
2 Christa Smitstra	04-04	1.30
-- Ryanne Bekius	11-09	1.30
4 Marjolein Visser	29-05	1.15
5 Wieke Nijmeijer	29-08	0.90

#### MEISJES C Kogelstoten 3kg:

1 Ryanne Bekius	03-10	8.98
2 Christa Smitstra	03-10	8.31
3 Ellen Jansen	29-05	6.91
4 Marjolein Visser	03-10	5.52
5 Wieke Nijmeijer	16-05	5.43

#### MEISJES C Discuswerpen 1kg:

1 Christa Smitstra	24-04	22.55
2 Ryanne Bekius	03-10	19.77
3 Marjolein Visser	03-10	15.57
4 Wieke Nijmeijer	06-05	12.42
5 Ellen Jansen	03-10	12.36

#### MEISJES C Speerwerpen 500gr:

1 Ryanne Bekius	19-09	25.37
2 Christa Smitstra	30-08	21.04
3 Ellen Jansen	30-08	17.38
4 Marjolein Visser	30-08	12.23
5 Wieke Nijmeijer	26-09	11.73

#### MEISJES C Werp driekamp:

1 Ryanne Bekius	11-10	1052
-----------------	-------	------

#### MEISJES C 7-kamp:

1 Ellen Jansen	30-08	2771
2 Christa Smitstra	30-08	2274

3 Marjolein Visser	30-08	1639
4 Wieke Nijmeijer	30-08	619

#### JONGENS D 80m:

1 Tim de Boer	29-08	12.17
-- Ernst Luijten	03-10	12.0
3 Jancko Smit	04-04	12.37
4 Okke van Gijssel	16-05	12.40
5 Dennis Nieuwenhuis	03-10	12.5
6 Herwin Smit	04-04	13.17
7 Lennert Petter	03-10	14.9

#### JONGENS D 1000m:

1 Tim de Boer	19-09	3.11.08
2 Jancko Smit	04-04	3.47.14
3 Dennis Nieuwenhuis	11-09	4.02.5
4 Ernst Luijten	03-10	4.10.3
5 Herwin Smit	04-04	4.43.29

#### JONGENS D 80m Horden (76cm):

1 Tim de Boer	30-08	16.35
2 Ernst Luijten	20-06	16.92
3 Herwin Smit	16-05	18.00
4 Dennis Nieuwenhuis	30-08	20.32

#### JONGENS D 4x80m:

1 Okke van Gijssel, Ernst Luijten, Tim de Boer, Jancko Smit	20-06	47.55
--	-------	-------

#### JONGENS D Verspringen:

1 Tim de Boer	29-08	4.02
2 Okke van Gijssel	18-04	3.87
3 Dennis Nieuwenhuis	03-10	3.73
4 Jancko Smit	18-04	3.71
5 Ernst Luijten	03-10	3.58
6 Lennert Petter	03-10	2.92
7 Herwin Smit	04-04	2.67

#### JONGENS D Hoogspringen:

1 Tim de Boer	11-04	1.50
2 Dennis Nieuwenhuis	11-04	1.15
-- Herwin Smit	16-05	1.15
4 Jancko Smit	29-04	1.10

#### JONGENS D Kogelstoten 3kg:

1 Dennis Nieuwenhuis	11-04	9.18
2 Tim de Boer	03-10	8.69
3 Lennert Petter	23-05	7.71
4 Ernst Luijten	03-10	5.93

#### JONGENS D Discuswerpen 1kg:

1 Lennert Petter	19-09	22.83
2 Tim de Boer	03-10	20.41
3 Dennis Nieuwenhuis	11-04	17.38
4 Ernst Luijten	03-10	13.86
5 Jancko Smit	24-04	12.75
6 Herwin Smit	24-04	12.54

#### JONGENS D Speerwerpen 400gr:

1 Tim de Boer	19-09	34.12
2 Lennert Petter	11-10	24.38
3 Dennis Nieuwenhuis	19-09	24.16

#### JONGENS D Werpdrickamp:

1 Dennis Nieuwenhuis	11-10	1038
2 Lennert Petter	11-10	972

#### JONGENS D 7-kamp:

1 Tim de Boer	30-08	3237
2 Dennis Nieuwenhuis	30-08	1918

#### MEISJES D 60m:

1 Sandra Boxum	04-04	9.05
2 Charlotte Roerink	03-07	9.1
3 Iris Oost	11-04	9.3
4 Claudia Oosterkamp	03-10	9.5
5 Saskia Veen	04-04	9.91
6 Corinne Roorda	16-05	10.34
-- Astrid Wibbelink	03-10	10.1
8 Mathilde Spitzen	03-07	10.2
9 Marte Naaktgeboren	03-10	10.5
10 Geesje Nijmeijer	03-10	11.3

#### MEISJES D 150m:

1 Sandra Boxum	17-07	22.1
2 Mathilde Spitzen	17-07	25.6

#### MEISJES D 600m:

1 Claudia Oosterkamp	30-08	1.50.94
2 Sandra Boxum	11-04	1.53.3
3 Mathilde Spitzen	19-09	2.02.18
4 Geesje Nijmeijer	30-08	2.12.26
5 Charlotte Roerink	03-10	2.13.4
6 Astrid Wibbelink	03-10	2.17.3
7 Iris Oost	30-08	2.22.65
8 Marte Naaktgeboren	03-10	2.34.9

#### MEISJES D 1000m:

1 Claudia Oosterkamp	16-05	3.16.77
2 Sandra Boxum	11-09	3.47.7
3 Mathilde Spitzen	11-09	4.02.9
4 Geesje Nijmeijer	11-09	4.05.5

5 Charlotte Roerink	11-09	4.13.9
6 Iris Oost	11-09	4.21.4
7 Astrid Wibbelink	11-09	4.29.3
8 Marte Naaktgeboren	29-05	4.39.0

MEISJES D 1 E.M. (1609m):

1 Claudia Oosterkamp	17-07	5.59.1
----------------------	-------	--------

MEISJES D Coopertest 12 min.:

1 Sandra Boxum	08-02	2696
2 Geesje Nijmeijer	22-03	2480

MEISJES D 60m Horden (76cm):

1 Charlotte Roerink	16-05	12.34
2 Iris Oost	29-08	12.58
3 Saskia Veen	16-05	12.86
4 Mathilde Spitzen	19-09	13.31
5 Claudia Oosterkamp	29-08	13.58
6 Sandra Boxum	29-08	13.71
7 Astrid Wibbelink	29-08	17.96
8 Geesje Nijmeijer	29-08	18.69

MEISJES D 4x60m:

1 Saskia Veen, Claudia Oosterkamp, Charlotte Roerink, Sandra Boxum	16-05	36.17
---	-------	-------

MEISJES D Verspringen:

1 Sandra Boxum	11-09	4.05
2 Charlotte Roerink	11-09	3.80
3 Iris Oost	30-08	3.74
4 Saskia Veen	18-04	3.69
5 Astrid Wibbelink	30-08	3.65
6 Claudia Oosterkamp	30-08	3.39
7 Mathilde Spitzen	11-09	3.36
8 Marte Naaktgeboren	03-10	2.99
9 Geesje Nijmeijer	11-09	2.58
10 Corinne Roorda	04-04	2.54

MEISJES D Hoogspringen:

1 Sandra Boxum	24-04	1.35
2 Astrid Wibbelink	18-04	1.30
-- Claudia Oosterkamp	29-08	1.30
4 Mathilde Spitzen	18-04	1.25
-- Charlotte Roerink	03-07	1.25
6 Iris Oost	29-08	1.15
7 Marte Naaktgeboren	24-04	1.00
-- Geesje Nijmeijer	29-08	1.00

MEISJES D Kogelstoten 2kg:

1 Sandra Boxum	19-09	9.25
2 Mathilde Spitzen	03-10	9.23

3 Iris Oost	11-10	8.01
4 Charlotte Roerink	11-09	7.70
-- Astrid Wibbelink	11-09	7.70
6 Corinne Roorda	20-06	7.54
7 Claudia Oosterkamp	11-09	7.00
8 Marte Naaktgeboren	03-10	6.30
9 Geesje Nijmeijer	30-08	4.71

MEISJES D Discuswerpen 0.75kg:

1 Sandra Boxum	11-10	22.79
2 Mathilde Spitzen	26-09	20.94
3 Astrid Wibbelink	24-04	20.26
4 Iris Oost	19-09	18.28
5 Claudia Oosterkamp	03-07	16.88
6 Charlotte Roerink	03-10	15.17
7 Marte Naaktgeboren	03-10	11.51
8 Geesje Nijmeijer	26-09	10.63

MEISJES D Speerwerpen 400gr:

1 Iris Oost	11-10	18.92
2 Sandra Boxum	29-03	16.98
3 Claudia Oosterkamp	20-06	16.77
4 Charlotte Roerink	20-06	15.82
5 Astrid Wibbelink	29-08	12.20
6 Mathilde Spitzen	29-08	11.50
7 Geesje Nijmeijer	19-09	10.61
8 Saskia Veen	04-04	8.23
9 Corinne Roorda	04-04	6.97

MEISJES D Werp driekamp:

1 Sandra Boxum	11-10	1012
2 Iris Oost	11-10	954
3 Mathilde Spitzen	11-10	910

MEISJES D 6-kamp:

1 Sandra Boxum	30-08	2151
-- Claudia Oosterkamp	30-08	2151
3 Iris Oost	30-08	1936
4 Mathilde Spitzen	30-08	1893
5 Astrid Wibbelink	30-08	1579
6 Geesje Nijmeijer	30-08	858

JONGENS PUP A 60m:

1 Kristian Mos	03-10	9.2
2 Julian Vreeling	16-05	9.3
-- Nick Rodermond	03-10	9.3
4 Jorrit Wubben	05-09	9.74
5 Wesley Hoekstra	11-04	9.9
-- Obbe Tibben	16-05	9.9
-- Eric Stuijver	05-09	10.08
8 Kevin Boes	11-04	10.1
9 Bram Bijdevaate	29-05	10.3

10 Peter Hoekstra 18-03 11.7

JONGENS PUP A 1000m:

1 Julian Vreeling 12-09 3.50.6  
2 Eric Stuiver 05-09 3.52.57  
3 Nick Rodermond 26-09 3.53.8  
4 Kristian Mos 03-10 3.54.2  
5 Wesley Hoekstra 16-05 3.57.6  
6 Obbe Tibben 24-04 4.18.5  
7 Bram Bijdevaate 24-04 4.25.3  
8 Kevin Boes 24-04 4.26.0  
9 Jorrit Wubben 24-04 4.38.5  
10 Peter Hoekstra 16-05 5.00.3

JONGENS PUP A Coopertest 12 min.:

1 Rory Oosterkamp 08-02 2442  
2 Kevin Boes 08-02 2346

JONGENS PUP A Coopertest 6 min.

1 Wolter Nijmeijer 22-11 1040

JONGENS PUP A 4x60m:

1 Kevin Boes, Wesley Hoekstra,  
Obbe Tibben, Julian Vreeling  
05-09 39.07

JONGENS PUP A Verspringen:

1 Nick Rodermond 24-04 3.72  
2 Kristian Mos 03-10 3.67  
3 Kevin Boes 03-10 3.60  
-- Julian Vreeling 03-10 3.60  
5 Bram Bijdevaate 24-04 3.50  
6 Obbe Tibben 24-04 3.45  
7 Jorrit Wubben 12-09 3.38  
8 Eric Stuiver 05-09 3.27  
9 Wesley Hoekstra 11-04 3.15  
10 Peter Hoekstra 05-09 2.67

JONGENS PUP A Hoogspringen:

1 Julian Vreeling 11-09 1.20  
2 Bram Bijdevaate 29-05 1.15  
-- Nick Rodermond 29-05 1.15  
-- Jorrit Wubben 11-09 1.15  
5 Wesley Hoekstra 29-05 1.05  
-- Kristian Mos 29-05 1.05  
-- Kevin Boes 11-09 1.05  
8 Eric Stuiver 11-09 1.00  
-- Obbe Tibben 11-09 1.00  
10 Peter Hoekstra 29-05 0.80

JONGENS PUP A Kogelstoten 2kg:

1 Nick Rodermond 12-09 7.58

2 Julian Vreeling 03-07 6.60  
3 Kevin Boes 26-09 6.59  
4 Eric Stuiver 26-09 6.52  
5 Kristian Mos 03-07 5.98  
6 Jorrit Wubben 12-09 5.88  
7 Obbe Tibben 13-06 5.55  
8 Bram Bijdevaate 03-07 5.25  
9 Wesley Hoekstra 24-04 4.71  
10 Peter Hoekstra 18-04 4.52

JONGENS PUP A Balwerpen 170-200gr:

1 Kristian Mos 03-10 29.20  
2 Nick Rodermond 29-05 25.34  
3 Julian Vreeling 03-10 25.01  
4 Kevin Boes 03-10 23.61  
5 Eric Stuiver 03-10 21.89  
6 Wesley Hoekstra 11-04 20.33  
7 Bram Bijdevaate 11-09 20.09  
8 Obbe Tibben 05-09 19.27  
9 Jorrit Wubben 05-09 17.40  
10 Peter Hoekstra 16-05 10.83

MEISJES PUP A 60m:

1 Soraya Servage 05-09 9.37  
2 Marije Roerink 03-10 9.6  
3 Lara van Ravenstein 11-04 9.9  
4 Stefanie Mannes 29-05 10.1  
5 Merel Winters 11-09 10.7

MEISJES PUP A 1000m:

1 Soraya Servage 05-09 3.44.53  
2 Lara van Ravenstein 05-09 3.51.89  
3 Anika Westerkamp 24-04 3.53.9  
4 Merel Winters 03-07 4.11.1  
5 Marije Roerink 03-10 4.12.8

MEISJES PUP A Coopertest 12 min.:

1 Thirza Kuiper 01-11 2425  
2 Lara van Ravenstein 08-02 2387

MEISJES PUP A Coopertest 6 min.:

1 Thirza Kuiper 22-11 1332  
2 Rosalie Tissingh 01-11 1262  
3 Demi Berger 01-11 1213

MEISJES PUP A Verspringen:

1 Soraya Servage 11-09 3.95  
2 Marije Roerink 11-09 3.83  
3 Lara van Ravenstein 29-05 3.46  
4 Merel Winters 11-09 3.16  
5 Stefanie Mannes 29-05 3.06

MEISJES PUP A Hoogspringen:

1 Soraya Servage	24-04	1.25
-- Lara van Ravenstein	03-07	1.25
3 Marije Roerink	03-07	1.15
4 Stefanie Mannes	24-04	1.10
5 Anika Westerkamp	24-04	0.95
-- Merel Winters	24-04	0.95

MEISJES PUP A Kogelstoten 2kg:

1 Soraya Servage	24-04	6.30
2 Lara van Ravenstein	03-07	6.05
3 Stefanie Mannes	24-04	5.82
4 Anika Westerkamp	24-04	4.74
5 Marije Roerink	03-07	4.10
6 Merel Winters	03-07	3.93

MEISJES PUP A Balwerpen 170-200gr.:

1 Soraya Servage	11-09	25.45
2 Marije Roerink	11-09	19.19
3 Lara van Ravenstein	29-05	18.52
4 Merel Winters	11-09	17.29
5 Stefanie Mannes	29-05	15.60

JONGENS PUP B 40m:

1 Simon Ensing	05-09	7.06
2 Michel Ensing	03-10	7.2
3 Remco Mulder	11-04	7.6
4 Thomas Smits	03-10	7.8
5 Jan Coen Herrema	11-09	8.2
6 Wolter Nijmeijer	11-04	8.9

JONGENS PUP B 1000m:

1 Simon Ensing	13-06	3.53.1
2 Remco Mulder	12-09	4.07.2
3 Thomas Smits	03-10	4.39.8
4 Jan Coen Herrema	24-04	4.43.3
5 Michel Ensing	03-10	4.50.8
6 Wolter Nijmeijer	11-04	5.29.9

JONGENS PUP B Coopertest 6 min:

1 Wolter Nijmeijer	04-01	1070
--------------------	-------	------

JONGENS PUP B Verspringen:

1 Simon Ensing	05-09	3.79
2 Remco Mulder	03-07	2.96
3 Michel Ensing	03-10	2.90
4 Thomas Smits	03-10	2.80
5 Jan Coen Herrema	24-04	2.51
6 Wolter Nijmeijer	03-10	2.19

JONGENS PUP B Hoogspringen:

1 Simon Ensing	18-04	1.05
----------------	-------	------

2 Remco Mulder	29-05	1.00
3 Wolter Nijmeijer	16-05	0.85
4 Jan Coen Herrema	11-09	0.75

JONGENS PUP B Kogelstoten 2kg:

1 Simon Ensing	16-05	5.97
2 Remco Mulder	11-04	4.88
3 Jan Coen Herrema	24-04	3.50
4 Wolter Nijmeijer	26-09	3.34

JONGENS PUP B Balwerpen 140-160gr:

1 Simon Ensing	03-10	41.47
2 Jan Coen Herrema	11-09	16.13
3 Remco Mulder	29-05	14.07
4 Michel Ensing	03-10	13.38
5 Thomas Smits	03-10	11.73
6 Wolter Nijmeijer	11-09	11.14

MEISJES PUP B 40m:

1 Emilia Bombeeck	03-10	7.0
2 Amber Bekius	18-04	7.1
-- Rosalie Tissingsh	05-09	7.34
4 Demi Berger	03-10	7.3
5 Thirza Kuiper	05-09	7.77
6 Sanne Geerders	03-10	7.8
-- Lysanne Nijmeijer	03-10	7.8
8 Charelle van Dalen	11-09	8.1
9 Anne Stam	29-05	8.2
10 Cayla Venerius	11-04	8.4

MEISJES PUP B 1000m:

1 Thirza Kuiper	11-04	4.07.3
2 Rosalie Tissingsh	12-09	4.08.3
3 Amber Bekius	26-09	4.23.1
4 Charelle van Dalen	03-07	4.27.7
5 Emilia Bombeeck	24-04	4.32.6
6 Demi Berger	13-06	4.35.3
7 Sanne Geerders	03-10	5.14.5
8 Lysanne Nijmeijer	24-04	5.37.9
9 Anne Stam	24-04	5.54.1

MEISJES PUP B Coopertest 6 min.:

1 Thirza Kuiper	08-02	1286
2 Amber Bekius	04-01	1173
3 Anne Stam	08-02	1073

MEISJES B 4x40m:

1 Demi Berger, Thirza Kuiper, Rosalie Tissingsh, Cayla Venerius	05-09	29.16
--	-------	-------

MEISJES PUP B Verspringen:

1 Rosalie Tissingh	05-09	3.54
2 Amber Bekius	29-05	3.19
3 Demi Berger	03-09	3.16
4 Emilia Bombeeck	11-09	3.15
5 Thirza Kuiper	29-05	2.90
6 Sanne Geerders	11-09	2.75
7 Lysanne Nijmeijer	29-05	2.67
8 Anne Stam	03-10	2.42
9 Cayla Venerius	05-09	2.31
10 Charelle van Dalen	11-09	2.23

MEISJES PUP B Hoogspringen:

1 Rosalie Tissingh	24-04	1.10
2 Demi Berger	11-04	1.00
-- Cayla Venerius	11-04	1.00
-- Amber Bekius	24-04	1.00
-- Emilia Bombeeck	24-04	1.00
-- Charelle van Dalen	24-04	1.00
-- Thirza Kuiper	24-04	1.00
8 Lysanne Nijmeijer	03-07	0.95
9 Anne Stam	24-04	0.85
10 Sanne Geerders	24-04	0.80

MEISJES PUP B Kogelstoten 2kg:

1 Rosalie Tissingh	26-09	5.52
2 Amber Bekius	26-09	4.96
3 Demi Berger	26-09	4.85
4 Cayla Venerius	16-05	4.78
5 Sanne Geerders	24-04	4.55
6 Thirza Kuiper	26-09	3.86
7 Emilia Bombeeck	24-04	3.66
8 Anne Stam	03-07	3.59
9 Lysanne Nijmeijer	26-09	3.33

MEISJES PUP B Balwerpen 140-160gr.:

1 Amber Bekius	29-05	22.28
2 Rosalie Tissingh	13-06	19.54
3 Demi Berger	03-10	16.74
4 Emilia Bombeeck	11-09	15.19
5 Thirza Kuiper	11-09	14.42
6 Anne Stam	03-10	13.00
7 Charelle van Dalen	11-09	12.84
8 Sanne Geerders	11-09	11.96
9 Cayla Venerius	16-05	11.91
10 Lysanne Nijmeijer	11-09	9.75

JONGENS PUP C 40m:

1 Jarmo Visser	05-09	6.89
2 Klaas Pit	03-10	7.2
3 Simon Hermsen	03-10	8.0

JONGENS PUP C 600m:

1 Jarmo Visser	05-09	2.13.13
2 Klaas Pit	03-10	2.28.1
3 Simon Hermsen	03-07	2.30.7

JONGENS PUP C Coopertest 6 min.:

1 Jarno Kuiper	22-11	1283
----------------	-------	------

JONGENS PUP C Verspringen:

1 Jarmo Visser	05-09	3.38
2 Klaas Pit	03-10	3.16
3 Simon Hermsen	03-07	2.72

JONGENS PUP C Hoogspringen:

1 Jarmo Visser	11-09	1.00
2 Simon Hermsen	11-09	0.90

JONGENS PUP C Balwerpen 80-100gr.:

1 Simon Hermsen	29-05	22.27
2 Klaas Pit	03-10	18.52
3 Jarmo Visser	11-09	14.09

JONGENS PUP C Vortexwerpen:

1 Simon Hermsen	03-07	19.08
2 Jarmo Visser	03-07	11.30

MEISJES PUP C 40m:

1 Anne Karlijn Mos	03-10	6.9
--------------------	-------	-----

MEISJES PUP C 600m:

1 Anne Karlijn Mos	03-10	2.26.5
--------------------	-------	--------

MEISJES PUP C Verspeingen:

1 Anne Karlijn Mos	11-09	3.34
--------------------	-------	------

MEISJES PUP C Hoogspringen:

1 Anne Karlijn Mos	24-04	0.95
--------------------	-------	------

MEISJES PUP C Balwerpen 80-100gr.:

1 Anne Karlijn Mos	03-10	20.23
--------------------	-------	-------

MEISJES PUP C Vortexwerpen:

1 Anne Karlijn Mos	03-07	16.48
--------------------	-------	-------

JONGENS MINIPUP 40m:

1 Luuk Geerders	11-09	7.3
2 Jarno Kuiper	26-09	7.8
3 Jelle Klein	03-10	8.2
4 Tijmen Siertsema	29-05	8.3

JONGENS MINIPUP 600m:

1 Jarno Kuiper	26-09	2.28.6
----------------	-------	--------

2 Luuk Geerders	03-07	2.40.2
3 Tijmen Siertsema	24-04	2.50.8
4 Jelle Klein	03-10	3.01.3

JONGENS MINIPUP Verspringen:

1 Jarno Kuiper	13-06	3.03
2 Luuk Geerders	03-07	2.68
3 Tijmen Siertsema	24-04	2.42
4 Jelle Klein	03-10	2.36

JONGENS MINIPUP Hoogspringen:

1 Luuk Geerders	29-05	0.95
2 Jelle Klein	29-05	0.80
-- Tijmen Siertsema	29-05	0.80
4 Jarno Kuiper	13-06	0.75

JONGENS MINIPUP Balwerpen 80-100g

1 Jelle Klein	11-09	17.40
2 Jarno Kuiper	29-05	16.69
3 Tijmen Siertsema	11-09	14.35
4 Luuk Geerders	03-10	14.31

JONGENS MINIPUP Vortexwerpen:

1 Jarno Kuiper	03-07	10.35
2 Tijmen Siertsema	03-07	10.01
3 Luuk Geerders	03-07	9.01
4 Jelle Klein	24-04	8.48

MEISJES MINIPUP 40m:

1 Lorelei Bombeeck	11-09	9.1
--------------------	-------	-----

MEISJES MINIPUP Verspringen:

1 Lorelei Bombeeck	11-09	2.05
--------------------	-------	------

MEISJES MINIPUP Balwerpen 80-100gr:

1 Lorelei Bombeeck	11-09	8.30
--------------------	-------	------



