

34E MCDONALD'S TRIMLOOP-4-DAAGSE, AV DE SPRINTER, MEPPEL, 19 JUNI 2015
EINDSTAND - MCDONALD'S TRIMLOOP-4-DAAGSE

Categ	Plts	StNr	Naam	Vereniging/Plaats	GbJr	12 mei	19 mei	26 mei	9 jun	
1000J	1	553	Dylan Lucas	Hoogeveen	2004	4:14	4:13		3:58	12:25
	2	551	Dim Esselbrugge	Meppel	2006	4:29	4:33	4:27	4:25	13:21
	3	554	Florian Molans	Meppel	2006	4:29	4:56	4:45		14:10
	4	556	Stijn Zuiderweg	Meppel	2007	5:22	5:05	4:59	4:58	15:02
	5	552	Kai Esselbrugge	Meppel	2010	5:27	5:32	5:23	5:24	16:14
	6	555	Brian Wevers	Meppel	2008	5:47	5:47	5:33	5:32	16:52
	7	561	Jorrit Hogenkamp	Ruinen	2008			5:45	5:18	11:03
	8	557	Lucas van Sleen	Meppel	2004	4:04				4:04
	9	558	Bas Maes	Meppel	2005	4:36				4:36
	10	564	Milan Harbrink	Zwolle	2004				4:41	4:41
	11	565	Jasper van Sleen	Meppel	2007				4:48	4:48
	12	559	Jesse Zuiderweg	Meppel	2008		6:13			6:13
	13	563	Ferry de Wolde	Havelte	1985				7:47	7:47
	14	562	Hendrik Evert van Amerong	Meppel	1955				8:34	8:34
1000M	1	576	Dione Schipper	Steenwijkerwold	2004	3:46	3:57	3:56	3:47	11:29
	2	579	Sophie Vriend	Meppel	2006	4:53	4:39	4:20	4:12	13:11
	3	578	Stefanie Vos	Meppel	2006	4:41	4:33	4:33	4:42	13:47
	4	580	Marrelin Kleijn	Meppel	2008	5:04	5:02	5:02	4:56	15:00
	5	577	Eva Molanus	Meppel	2006	5:36	5:54	5:31		17:01
	6	581	Meike Sturre	Steenwijk	2003			4:18		4:18
	7	582	Pien Tissingh	Meppel	2005				4:50	4:50
	8	583	Lisa Tissingh	Meppel	1999				6:45	6:45
	9	584	Nelleke Hilbrink	Meppel	1971				8:12	8:12
3000J	1	711	Harmen Kompagnie	Beilen	1999		11:44	11:28	12:13	35:25
	2	714	Julian Hogenkamp	Ruinen	2005		11:46	11:44	12:33	36:03
	3	707	Jop Hartog	Meppel	2004	12:14	11:56		12:43	36:53
	4	701	Luca Stalpers		2002	12:20	12:00		12:50	37:10
	5	713	Lucas van Sleen	Meppel	2004		12:21	12:07	13:14	37:42
	6	709	Alwin Molanus	Meppel	2002	13:14	12:18	12:17		37:49
	7	706	Jurgen vd Haar	Rouveen	2005	13:20	12:42	12:34	13:17	38:33
	8	710	Wessel vd Heijden	Meppel	2004	13:52	13:54	14:19	17:18	42:05
	9	703	Stefan Schrauwen		2002	13:59		14:26	16:44	45:09
	10	705	Floris Winters		2004	15:14	15:28	15:12	18:06	45:54
	11	702	Jarne Oosterbrug		2002	19:20			17:24	36:44
	12	715	Gillian de Groot	Meppel	2005				13:27	13:27
	13	704	Bram Tissingh	Meppel	2004				16:38	16:38
	14	708	Lennart Molanus	Meppel	2003	17:08				17:08
	15	716	Dave Jansen	Meppel	2002				18:39	18:39
3000M	1	728	Denice Lucas	Hoogeveen	2001	11:38	11:28	11:38	12:17	34:44
	2	729	Emma Westenber	Dedemsvaart	2001	12:21	12:12	12:00	13:26	36:33
	3	731	Callemijn Kleijn	Meppel	2005	13:22	13:55	13:06	13:47	40:15
	4	727	Fleur Slurink	Zwartsluis	2005		13:56	13:02	13:20	40:18
	5	732	Nadine Bohemen	Meppel	2004	13:44		14:00	15:23	43:07
	6	726	Elize Stegeman		2001	15:43	15:38		18:38	49:59
	7	730	Evelien Vos	Meppel	2004	13:22		12:28		25:50
	8	737	Tessa Harbrink	Zwolle	2004				12:41	12:41
	9	733	Daphne Bohemen	Meppel	2005	14:00				14:00
	10	736	Daphne Dikkers	Meppel	1999			14:18		14:18
	11	735	Martina v Nieuwenhoven	Meppel	1970	18:26				18:26
	12	734	Astrid Bohemen	Meppel	1971	18:27				18:27
5MSR	1	751	Erik Kuyser	Ruinerwold	1973	17:01	17:06	18:13	18:37	52:20
	2	752	Jerry Schutte	Meppel	1975	17:19	17:39	18:30	19:03	53:28
	3	771	Maarten Scholing	Meppel	2000	17:58	17:58	18:50	19:47	54:46
	4	769	Kasper Kombrink	Meppel	1981	18:07	18:06	19:43		55:56
	5	757	Pasquale Vittorios	Meppel	1984	18:45	19:23	20:13	20:40	58:21
	6	765	Gerrit Griffioen	Emmeloord	1987	19:17	20:13	19:39		59:09
	7	763	Ronald Wolters	Meppel	1998	18:27	19:29	21:32	21:15	59:11
	8	761	Freddy de Witte	Staphorst	1975	19:21	19:31	20:33	21:08	59:25
	9	759	Rinze van der Hoop	Meppel	1970	19:28	19:37	21:41	21:42	1:00:46
	10	767	Mees Veldboom	Meppel	2001	21:10	21:09	21:33	21:45	1:03:52
	11	774	Lucel Witte	Meppel	1973		21:21	21:48	22:21	1:05:30
	12	770	Koen Pieters	Meppel	1998	21:08	21:16	23:21	23:25	1:05:45
	13	754	Jaap Blokzijl	Hoogeveen	1967	20:45	21:39	26:09	23:52	1:06:16
	14	764	Joost Orsel	Meppel	2000	21:45	21:34	23:16	23:54	1:06:35
	15	768	Rudie Bloemert	Staphorst	1967	21:54	21:53	23:35	23:52	1:07:22
	16	755	Roel Steenbergen	Hoogeveen	1976	20:27	20:26	26:59		1:07:52
	17	760	Jaco Schrauwen	Meppel	1968	22:42	23:12	24:40	24:48	1:10:34
	18	766	Erik Veldboom	Meppel	1968	22:26		23:51	25:05	1:11:22
	19	773	Milko Winters	Meppel	1987		22:59	24:00	25:18	1:12:17
	20	753	Robin Booiman	Meppel	1977	23:37	23:59	25:01	26:36	1:12:37

21	756	Aaldert Jan Kleis	Meppel	1974	27:34	27:19	30:13	33:04	1:25:06
22	762	Michiel Schrauwen	Meppel	1997	27:38	29:13	31:40		1:28:31
23	778	Jeroen Ruinemans	Eesveen	1972			30:45	30:28	1:01:13
24	776	Ernst Hulsmans	Zwolle	1970			18:52		18:52
25	378	Thijs Spliet	Havelte	2001				18:56	18:56
26	772	Bart Grasmeyer	Meppel	1969	19:35				19:35
27	777	Ronald Keizer	Zwolle	1969			19:40		19:40
28	311	Thijs Kalthof	Meppel	2001				19:47	19:47
29	405	Niels van der Zandt						21:21	21:21
30	402	Niels Zwiens	Wanneperveen	2000				21:44	21:44
31	330	David de Ruiter	Meppel	2001				21:57	21:57
32	342	Ruben Hummel	Meppel	2000				22:29	22:29
33	406	Sjoerd Linde						22:54	22:54
34	328	Luca Muller	Meppel	2001				23:08	23:08
35	321	Tim Beens	Meppel	2001				23:17	23:17
36	336	Kyrohn Jonker	De Wijk	2001				23:24	23:24
37	351	Jeroen Westerbeek	Meppel	2001				23:26	23:26
38	373	Ole van Marle	Meppel	2001				23:27	23:27
39	305	Tim Crebas	Nijeveen	2000				23:45	23:45
40	301	Innes Colijn		2001	24:02				24:02
41	389	Lennart Derksen	Meppel	2001				24:04	24:04
42	381	Richard Wols	Ruinen	2002				24:14	24:14
43	355	Harold Boldewijn	Staphorst	2001				24:29	24:29
44	393	Jesper van Kampen	Staphorst	2000				24:53	24:53
45	403	Willem-Jan Scholten						25:03	25:03
46	339	Gijs Heeremans	Havelte	2001				26:12	26:12
47	368	Robin Grit	Meppel	2001				26:13	26:13
48	899	Rob de Ruiter	Ruinerwold	1973				26:35	26:35
49	400	Dominiek Spin	Ruinerwold	2001				26:49	26:49
50	333	Reynold Veldman	Staphorst	1999				26:53	26:53
51	781	Auke Postma	Meppel	2003				27:04	27:04
52	350	Rufus Veenstra	Meppel	2001				27:06	27:06
	337	Remon Drent	De Wijk	2000				27:06	27:06
54	346	Tom Oudman	De Wijk	2001				27:07	27:07
55	376	Wessel Noord	Meppel	2001				27:17	27:17
56	348	Ruben Slager	Diever	2002				27:29	27:29
57	354	Martijn de Boer	Staphorst	2001				27:30	27:30
58	345	Wilco Lochies	Nijeveen	2001				27:34	27:34
59	352	Janko de Wolde	De Wijk	2001				27:37	27:37
60	365	Jorrit Biemolt	Meppel	2002				27:40	27:40
61	315	Bert-Jan van der Linden	Meppel	2000				27:49	27:49
62	780	Jan Willem Robink	Meppel	1966				27:55	27:55
63	306	Sebastiaan Dekker	De Wijk	2000				28:16	28:16
64	322	Mart Bekker	Havelte	2001				28:21	28:21
65	758	Danny Kleijn	Meppel	1968	28:22				28:22
66	316	Jeffrey Nieuwenhuis	Havelte	2000				28:25	28:25
67	308	Dennis Hassing	Meppel	2001				28:26	28:26
68	386	Bas Brinkman	Meppel	2000				28:53	28:53
69	375	Yorrick Molema	Meppel	2001				29:17	29:17
70	395	Johan van der Linde	Ruinerwold	2001				29:18	29:18
71	779	Jan de Boer	Meppel	1966			30:13		30:13
72	382	Sander Benning	Ruinerwold	2002				30:32	30:32
	394	Just Kleingeld	De Wijk	2001				30:32	30:32
74	331	Yassine Saffioui	Meppel	1999				30:37	30:37
75	320	Rached Bataineh	Meppel	1999				30:55	30:55
76	397	Niek Oosterhoff	Meppel	2001				31:05	31:05
77	362	Michiel Stevens	Havelte	2001				31:11	31:11
78	396	Kevin Lindeboom	Staphorst	2000				31:12	31:12
79	356	Jarne Bosman	Meppel	2001				31:22	31:22
80	341	Stef Hoogenboom	Koekange	2000				31:31	31:31
81	360	Thijs de Lange	Havelte	1999				31:33	31:33
82	374	Nick Middelbrink	Meppel	2001				31:59	31:59
83	325	Camiel Hemminga	Meppel	2001				32:01	32:01
84	326	Gijs Hut	Ruinerwold	2001				32:18	32:18
	327	Noah Koehoorn	Meppel	2001				32:18	32:18
86	349	Bart Trompetter	Rouveen	2001				32:20	32:20
87	392	Levi Heinen	Meppel	2002				32:32	32:32
88	366	Samuel Boerstra	Meppel	2001				32:35	32:35
89	367	Jesper Bomert	Meppel	2001				32:36	32:36
90	312	Timo Kneefel	Meppel	2001				32:59	32:59
91	304	Ruben Baar	Meppel	2001				33:12	33:12
92	363	Niels de Wildt	Meppel	2001				34:17	34:17
93	358	Joren Hessels	Diever	2001				34:27	34:27
94	383	Jurgen de Boer	De Wijk	2000				35:00	35:00
95	332	Werner Schoemaker	Meppel	2001				35:33	35:33
96	313	Jasper Kroeze	Nijeveen	2001				36:33	36:33
97	340	Tymo Hessels	Ruinerwold	2000				39:47	39:47
98	388	Gijs van Dalfsen	Meppel	2001				40:09	40:09
99	344	Leon Kooiker	Staphorst	2001				40:42	40:42
100	347	Youri Piket	Meppel	2000				40:44	40:44

	101	323	Clemens Berkhout	Uffelte	2001				41:18	41:18
	102	838	Jan Schra	Staphorst	1967		41:24			41:24
	103	343	Jorrin Kievit	Wanneperveen	2001			41:43		41:43
5MM5	1	826	Jan Beldman	Dalfsen	1958	18:03	18:45		20:27	57:15
	2	832	Henk Nimeijer	Koekange	1952	21:40	21:41		23:24	1:06:45
	3	831	Henny Berends		1965	21:59		23:35	23:57	1:09:31
	4	833	Henk Post	Meppel	1961	23:55	24:28	25:39	25:45	1:14:02
	5	834	Roelof Pieters	Meppel	1962	24:38	24:39	25:35	25:47	1:14:52
	6	828	Peter Steenbergen	Hoogeveen	1964	25:00	25:47	27:55	28:27	1:18:42
	7	827	Jan Blokzijl	Hoogeveen	1960	24:48	25:30		28:28	1:18:46
	8	830	Johan Schuring	Meppel	1964	28:31	28:10	31:18	30:06	1:26:47
	9	829	Geert Zanting	Meppel	1962	22:54	23:21			46:15
	10	836	Harrie van Faassen	Meppel	1957		22:50	24:39		47:29
	11	837	Peter Jansen	Zwolle	1953			20:49		20:49
	12	835	Kees Ruijter	Meppel	1956		22:25			22:25
	13	165	Bouke van der Hem	Groningen	1946	22:42				22:42
	14	839	Gerard Lamtink	Meppel	1963			26:20		26:20
5VSR	1	876	Tamara de Vries	Meppel	1985	20:34	20:27	21:53	22:34	1:02:54
	2	884	Bente Meijer	Meppel	2001	22:37	23:00	24:01	25:20	1:09:38
	3	889	Klaasje Compagner	Staphorst	1977	23:04	23:52	24:46	26:27	1:11:42
	4	882	Annemart Kleijn	Meppel	2001	22:57	23:22		25:53	1:12:12
	5	881	Chantal Witte	Meppel	1988	23:59	25:20	25:48	28:46	1:15:07
	6	877	Anne Hartog	Meppel	2001	23:57	24:50		27:26	1:16:13
	7	885	Romy Schuring	Meppel	1999	23:51		26:07	28:00	1:17:58
	8	886	Marjanne Schapelhouman	Meppel	1973	26:02	25:53	27:11	27:47	1:19:06
	9	880	Janetta Veenkamp	Meppel	1972	26:42	26:26	28:13	28:18	1:21:21
	10	891	Sandra Bouwknecht	Meppel	1971	26:02	26:26	28:54	28:59	1:21:22
	11	896	Mariska Meijerink	Meppel	1979		27:41	28:54	28:20	1:24:55
	12	887	Margreet van Dorsten-Lope	Meppel	1971	29:26	29:37	31:16	31:37	1:30:19
	13	883	Daniëlle Praas	Meppel	1971	29:14	29:34		34:09	1:32:57
	14	893	Tamar van der Veen	Meppel	1998		25:17		26:09	51:26
	15	879	Lia Kuyer	Ruinerwold	1977	28:35	28:22			56:57
	16	890	Ineke van Tiel	Meppel	1972	34:49			35:06	1:09:55
	17	894	Margje Timmerman	Staphorst	1982		20:52			20:52
	19	608	Anniek Mos	Ruinen	2001				20:52	20:52
	20	630	Julia Dekker	De Wijk	2000				22:33	22:33
	21	604	Ilse Donker	Havelte	2000				24:02	24:02
	22	675	Lieke Hillenga						24:06	24:06
	23	636	Aniek Rabelink	Meppel	2001				24:12	24:12
	24	607	Maaïke Meijer	Meppel	2001				24:36	24:36
	25	665	Ellis Piso	Meppel	2001				24:54	24:54
	26	614	Ilse Verheij	Meppel	2001				25:58	25:58
	27	606	Hannah Kroes	Nijeveen	2001				26:07	26:07
	29	660	Roxane Hanna	Meppel	2000				26:09	26:09
	30	616	Kyra Aalders	Meppel	2001				26:09	26:09
	31	671	Nicole Feldderus	Meppel	2001				26:29	26:29
	32	626	Fleur Postma	Meppel	2000				26:31	26:31
	33	609	Hamza Agnes Nazarova	Meppel	2001				26:46	26:46
	34	658	Babet van Wieren	Meppel	2001				27:46	27:46
	35	648	Kim Kootstra	Havelte	2000				27:58	27:58
	36	601	Kristel Abee	Havelte	2001				28:00	28:00
	37	631	Eline Klunder	Havelte	2000				28:08	28:08
	38	892	Irene Kikkert	Meppel	1977	28:45			28:18	28:18
	39	668	Renske Sloots	Meppel	2001				28:19	28:19
	40	676	Jolanda van Barneveld						28:45	28:45
	41	629	Claudia Westhof	Meppel	2001				28:55	28:55
	42	628	Odetta Sluis	Meppel	2001				28:57	28:57
	43	644	Karlijn van Dijken	Meppel	2001				29:00	29:00
	45	656	Lynn Tehubijuluw	Meppel	2001				29:20	29:20
	46	674	Stefanie Verhagen	Wanneperveen	2001				29:21	29:21
	47	615	Rowan de Weerd	Staphorst	2001				29:21	29:21
	48	667	Inge Schoonhoven 7950		2001				29:23	29:23
	49	654	Vera de Ruiter	Ruinerwold	2001				29:24	29:24
	50	613	Michelle Timmerman	Staphorst	2000				29:25	29:25
	51	638	Carmen de Ruiter	Ruinerwold	2000				29:32	29:32
	52	670	Linde Zandt	Havelte	2001				29:51	29:51
	53	663	Loes van Leeuwen	Meppel	2001				30:23	30:23
	54	662	Inez van Leeuwen	Meppel	2000				30:51	30:51
	55	611	Noa Roordink	Ruinen	2001				30:52	30:52
	56	898	Esther Wolters	Meppel	2000				31:01	31:01
	57	633	Celly Lugtenberg	Ruinerwold	2000				31:22	31:22
	58	672	Maartje Holtman	Meppel	2001				31:33	31:33
	59	639	Lotte Velthuis	De Wijk	2001				31:37	31:37
	60	612	Amber Spiker	Staphorst	2001				31:37	31:37
	61	603	Sharon Boer	Staphorst	2001				31:57	31:57
	62	623	Noah van den Hoonard	Meppel	2001				32:04	32:04
	63	623	Noah van den Hoonard	Meppel	2001				32:04	32:04
	64	623	Noah van den Hoonard	Meppel	2001				32:10	32:10

		624	Annemiek Hoorn	Ruinerwold	2001			32:10	32:10	
63		657	Amber de Weert	Staphorst	2001			32:14	32:14	
64		652	Lianne Nota	Meppel	2001			32:23	32:23	
65		666	Kirsten Schlepers	Meppel	2001			32:29	32:29	
66		669	Ilse de Vries	Havelte	2000			32:31	32:31	
67		642	Amber Bult	Meppel	2000			32:35	32:35	
68		650	Isiz Linde	Meppel	2001			32:36	32:36	
		622	Carmen Espinosa	Koekange	2001			32:36	32:36	
70		901	Fabienne Schadee	Meppel	2000			32:49	32:49	
71		634	Floor Maring	De Wijk	2001			33:07	33:07	
72		602	Naomi Berenschot	Ruinen	2000			34:24	34:24	
73		643	Elise Corba	Meppel	2001			34:35	34:35	
74		664	Samira Lier	Staphorst	2001			35:30	35:30	
75		619	Carlein Damsma	Meppel	2001			36:03	36:03	
		625	Marran Knol	Meppel	2001			36:03	36:03	
		620	Esmee Duker	Nijeveen	2000			36:03	36:03	
78		651	Isabelle Nijhof	Meppel	2001			36:08	36:08	
		653	Suzanne Rijkse	Meppel	2001			36:08	36:08	
80		647	Chimène Jansen	Havelte	2001			36:10	36:10	
81		673	Gerthia Luning	Ansen	2000			37:07	37:07	
82		646	Marlou Hokse	Havelte	2002			39:01	39:01	
83		605	Astrid Faber	Koekange	2000			39:48	39:48	
84		640	Caludia Withaar	Rouveen	2001			40:04	40:04	
85		649	Jolijn Lammerink	Meppel	2001			40:05	40:05	
86		655	Vera Santing	Ruinerwold	2001			40:06	40:06	
87		618	Jorien Bouwknegt	Nijeveen	2001			40:07	40:07	
88		627	Chantal van Ree	Meppel	2001			40:08	40:08	
5VM4	1	952	Liesbeth Hillebrand	Meppel	1965	23:58	24:44	26:50	26:16	1:14:58
	2	953	Mieke Sellis	Staphorst	1959	24:33	25:22		28:15	1:18:10
	3	955	Hillie Dekker	Meppel	1957	27:47	27:49	29:56	30:16	1:25:32
	4	954	Marga Nimeijer	Koekange	1956	24:27	24:51			49:18
	5	956	Astrid van Utteren	Meppel	1968		26:27			26:27
	6	878	Grietje Lubbers	Ruinerwold	1963	27:44				27:44
	7	951	Lies van Zanten	De Wijk	1951	28:46				28:46
	8	957	Esther Bosman	Meppel	1966				29:16	29:16
10MSR	1	3	Michiel Huzen	Nieuwleusen	1975	37:24	36:47		38:32	1:52:43
	2	9	Jorik vd Staaïj	Meppel	1980	37:46	37:39	37:55		1:53:20
	3	1	Harold Engels	Staphorst	1983	38:09	37:57	38:11	38:46	1:54:17
	4	7	Arjan Hoeve	Meppel	1982	39:52	40:10		41:33	2:01:35
	5	8	Sander Gordijn	Meppel	1987	41:54	42:43	40:29	40:47	2:03:10
	6	2	Matthieu Huisman	Staphorst	1995	43:44	42:56	43:33	43:54	2:10:13
	7	5	Danny vd Berg	Meppel	1978	43:22		44:14	45:24	2:13:00
	8	11	Arndrik Westenbrink	Rogat	1979	44:14	44:28	44:41		2:13:23
	9	10	Martijn van Tiel	Meppel	1975	45:57	45:14		49:09	2:20:20
	10	18	Jan Bloemhof	IJhorst	1978	50:01	48:58	43:44		2:22:43
	11	15	Klaas Boessenkool	Staphorst	1975	48:18	47:55		47:48	2:24:01
	12	19	Herman Hulst	Staphorst	1982	50:00	48:57	48:21	49:01	2:26:19
	13	21	Rene Dubbink	Meppel	1982	51:11	49:09		50:01	2:30:21
	14	16	Jan Boessenkool	Staphorst	1970	50:07	51:18		51:41	2:33:06
	15	26	Pascal de Lange	Steenwijk	1978		51:22	51:46	51:55	2:35:03
	16	17	William Oord	Meppel	1980	40:39	39:30			1:20:09
	17	20	Berdy Wognum	Meppel	1982	41:46	41:58			1:23:44
	18	6	Jan Talen	Staphorst	1981	47:13	45:57			1:33:10
	19	24	Oscar Visser	Meppel	1979	53:54	52:17			1:46:11
	20	27	Klaas-Jan Kisteman	Rouveen	1982		40:59			40:59
	21	30	Jeffrey ter Steege	Zwolle	1981			41:10		41:10
	22	12	Wim Korterik	Zwolle	1987	42:01				42:01
	23	13	Gerrit Pruim	Rouveen	1982	42:57				42:57
	24	31	Pelle van Waes	Zwolle	1983			43:05		43:05
	25	92	Henk Hokse	Staphorst	1976		44:04			44:04
	26	33	Joost Stiekema	Meppel	1976				44:52	44:52
	27	29	Jordie ter Stege	Zwolle	1986			45:54		45:54
	28	22	Bert Veijer	Rouveen	1981	46:12				46:12
	29	32	Erik Maes	Meppel	1979			47:20		47:20
	30	23	Willem Bloemert	Staphorst	1982	50:30				50:30
	31	28	Ferry van Laar	Meppel	1983		50:46			50:46
	32	14	Jacky van Dieren	Meppel	1976	51:32				51:32
	33	4	Wiebo Walstra		1975	52:13				52:13
	34	25	Ralph de Vries	Meppel	1978	57:46				57:46
10MM4	1	76	Kasper Wulff	Hoogeveen	1973	37:15		37:31	37:15	1:52:01
	2	81	Erik Dambrink	Meppel	1968	39:56	39:41	40:05	41:16	1:59:42
	3	77	Klaas Compagner	Nieuwleusen	1972	40:22	40:35		41:52	2:02:49
	4	78	Klaas Arkema	Hasselt	1965	41:25	40:51		41:45	2:04:01
	5	84	Jeroen Huis in t Veld	Meppel	1971	43:54	43:18	42:52	44:13	2:10:04
	6	79	Erwin Kerkdijk	Meppel	1972	46:16	45:14		45:50	2:17:20
	7	87	Ronald Breedveld	Meppel	1968	49:43	48:21	49:49		2:27:53
	8	82	Ronald Kruidhof	Staphorst	1972	42:05	42:07			1:24:12

	9	91	Jan Hein van der Bruggen	Dwingeloo	1968		48:04	48:29	1:36:33	
	10	83	Chris Meijer	Meppel	1972	47:37		49:12	1:36:49	
	11	86	Dirk Willem Hiemstra	Meppel	1968	53:13	52:05		1:45:18	
	12	80	Lamko Hulzebos	Zuidwolde Dr	1967	34:02			34:02	
	13	93	Jan Scheenstra	Zuidveen	1970			36:15	36:15	
	14	90	Patrick Nijmeijer	Zwolle	1973		42:34		42:34	
	15	89	Harro Veerman	Hasselt	1971		42:51		42:51	
	16	85	Peter Poolman	Rouveen	1968	45:47			45:47	
	17	94	Jurian Bosman	Meppel	1971			50:23	50:23	
	18	88	Erik Tibben	Hoogeveen	1969		50:26		50:26	
10MM5	1	176	Jan de Lange	Tuk	1951		39:58	38:57	40:30	1:59:25
	2	159	Hans Versteeg	Wolvega	1959	40:54		40:23	42:49	2:04:06
	3	158	Evert Bisschop	Koekange	1960	41:25	41:07		41:43	2:04:15
	4	160	Heerke Postma	De Blesse	1960	41:20		40:42	43:23	2:05:25
	5	156	Albert de Boer	Meppel	1963	43:48	42:31		44:07	2:10:26
	6	155	Albert Holland	Staphorst	1960	43:48	43:59		44:07	2:11:54
	7	172	Roelof Sondaar	Wanneperveen	1959	44:21	45:25	44:17		2:14:03
	8	171	Dick Metselaar		1964	46:15	46:03	44:53	45:44	2:16:40
	9	157	Gert van Es	Darp	1958	46:59	45:56	46:02	46:53	2:18:51
	10	180	Harry Beenen	Meppel	1962		46:25	46:20	48:05	2:20:50
	11	162	Jan Witte	Meppel	1952	47:16	47:03	46:49	47:36	2:21:08
	12	163	Kees Herman Mulder	Meppel	1960	47:59	46:55		47:58	2:22:52
	13	167	George de Roo		1959	47:03		46:51	50:12	2:24:06
	14	166	Dick Ham	Meppel	1956	50:35	50:40	50:22	52:06	2:31:37
	15	168	Kees Elzinga	Meppel	1962	52:01	51:14		50:01	2:33:16
	16	151	Mans Veldsink	Dedemsvaart	1957	49:31	52:16	52:13	51:35	2:33:19
	17	173	Stein van Ittersum	Meppel	1944	51:50	52:19	52:08	53:40	2:36:17
	18	175	Jan Stuiver	Zwolle	1947	53:20		54:06	54:26	2:41:52
	19	170	Pieter vd Linden	Koekange	1961	54:53		54:00	56:00	2:44:53
	20	174	Gerard Velthuis	Meppel	1957	55:12	55:20	55:37		2:46:09
	21	161	Harm Kooiker	Rouveen	1959	39:05	39:32			1:18:37
	22	179	Klaas de Haan	Steenwijk	1960		41:31		42:49	1:24:20
	23	169	Roel Poolman	Rouveen	1964	44:09	43:51			1:28:00
	24	177	Gerard Lamtink	Meppel	1963		51:59		52:52	1:44:51
	25	154	Cor Kooiker	Rouveen	1949	46:55				46:55
	26	164	Jelco Bosma	Hoogeveen	1957			47:46		47:46
	27	186	Kees Ruyter	Meppel	1956				48:51	48:51
	28	182	Henk Ten Steege	Balkbrug	1956			49:20		49:20
	29	181	Willem Spraakman	Nijeveen	1955			50:18		50:18
	30	152	Sjaak Kors	Meppel	1964	51:23				51:23
	31	185	Frits Lautenbag	Hatterm	1948				52:09	52:09
	32	183	Peter Crediet	Staphorst	1955				52:11	52:11
	33	153	Bernard Dekken	's-Gravenhage	1944	55:13				55:13
	34	184	Hendrik Klunder	Meppel	1949				55:31	55:31
10VSR	1	201	Corien Jansen	Nijeveen	1986	42:16	42:32	42:06		2:06:54
	2	203	Janita Hofstede	Meppel	1988	50:12	49:51	47:21	46:38	2:23:50
	3	226	Eline ten Kate	Meppel	1981	48:30	48:55	47:16	48:39	2:24:25
	4	204	Natascha Kruid	Meppel	1988	54:42	52:43	52:54	52:40	2:38:17
	5	202	Mariëlle Lankhorst	Meppel	1988	55:14	53:11	52:57	53:41	2:39:49
	6	256	Miranda Vrieling	Zuidwolde Dr	1981	44:32			45:38	1:30:10
	7	205	Irene Doorten	Staphorst	1993	1:05:36		1:06:16		2:11:52
10VM4	1	227	Frederiek de Boer	Staphorst	1974		57:01	57:04	56:50	2:50:55
	2	897	Gerda de Jong	Meppel	1975		44:32			44:32
	3	259	Marleen Boessenkool	Staphorst	1973		57:02			57:02
10VM4	1	251	Rina Kleijn	Meppel	1970	50:50	50:22	49:17	49:48	2:29:27
	2	253	Femmie Emmink	Meppel	1964	52:17	50:25	49:56	51:15	2:31:36
	3	252	Akkie Greydanus	Ruinen	1956	50:52	50:56	51:07		2:32:55
	4	254	Anneke Mooy	Staphorst	1968	51:59	53:38	52:36		2:38:13
	5	257	Harma Wolbers	Meppel	1962		59:29	58:33	1:00:45	2:58:47
	6	260	Gea Schoemaker	Meppel	1964		52:00		52:16	1:44:16
	7	255	Romy Snoeijenbos	De Wijk	1970	52:35				52:35
	8	258	Anita Lamtink	Meppel	1962		59:36			59:36