

DE-4-VAN-MEPPEL, AV DE SPRINTER, MEPPEL, 10 MEI 2016
UITSLAGENLIJST

Plts	Naam	GJ	Vereniging/Woonplts	Tijd
1000J, JEUGD 1 KM.				
1	Victor Dijkman	08	Meppel	4:12
2	Tim Esselbrugge	06	Meppel	4:13
3	Nathaniel Grasmeyer	09	Meppel	4:41
4	Stijn Zuiderweg	07	AV de Sprinter	5:01
5	Kai Esselbrugge	10	Meppel	5:10
6	Brian Wevers	08	AV de Sprinter	5:19
7	Jelle Hofenk	05	AV de Sprinter	5:32
8	Benjamin Grasmeyer	05	Meppel	5:59
1000M, JEUGD 1 KM.				
1	Esmee Vis	05	De Gemzen	3:59
2	Esmee Mulder	08	AV de Sprinter	4:17
3	Sophie Vriend	06	AV de Sprinter	4:18
4	Stefanie Vos	05	Meppel	4:20
5	Alycia Camerling	06	Meppel	4:26
6	Jonah van der Berg	08	AV de Sprinter	4:30
7	Britt Camerling	06	Meppel	4:42
8	Dian Schrottenboer	06	AV de Sprinter	5:08
9	Elsemarijn Grasmeyer	10	Meppel	5:59
3000J, JEUGD 3 KM.				
1	Jesper Mulder	03	Ruinerwold	12:27
2	Jurgen van der Haar	05	Rouveen	13:37
3000M, JEUGD 3 KM.				
1	Rixt Hofenk	04	AV de Sprinter	13:56
2	Marloes van der Haar	02	AV de Sprinter	14:42
3	Jocelyn Dijkman	05	AV de Sprinter	16:00
4	Sarah Veenstra	00	AV de Sprinter	17:12
5MSR, 5 KILOMETER				
1	Jef Poelman	82	AAC '61	16:52
2	Harold Hofenk	73	AV de Sprinter	18:40
3	Rudie Troost	88	Rouveen	19:36
4	Lennart Perksen	01	Meppel	21:03
5	Danny Gaal	88	Meppel	21:15
6	Lucel Witte	73	Meppel	21:39
7	Alwin Arun	01	Dwingeloo	22:20
8	Roel Steenbergen	76	Hoogeveen	22:37
9	Vittorioso Pasquale	84	Meppel	22:43
10	Jaap Blokzijl	67	Hoogeveen	22:46
11	Martin Hulst	81	Staphorst	23:07
12	Milco Winters	87	Meppel	23:32
13	Tibo van den Berg	00	De Wijk	25:39
14	Jordy Coerts	88	Meppel	25:55
15	Marco Vos	75	Meppel	29:11
5MM50, 5 KILOMETER				
1	Jan Roeles	62	Loopgroep Beilen	19:46
2	Jan Blokzijl	60	Hoogeveen	27:35
3	Peter Steenbergen	64	Hoogeveen	28:00

4	Ruud van Venrooy	65 AV de Sprinter	29:10
---	------------------	-------------------	-------

5VSR, 5 KILOMETER

1	Tamara de Vries	85 Meppel	21:28
2	Anemone van den Berg	01 AV de Sprinter	24:21
3	Chantal Witte	88 Meppel	26:14
4	Mariska Meijerink	79 Meppel	26:59
5	Sasja van Tolij	95 Dalfsen	27:55
6	Jonetta Veerkamp	72 Meppel	28:02
7	Dorinda Witte	90 Meppel	28:15
8	Marsja Schaapman	98 Dalfsen	29:23
9	Esther Marsman	77 AV de Sprinter	29:54

5VM45, 5 KILOMETER

1	Mieke Sellis	59 Staphorst	27:15
2	Marga Nimeijer	56 Koekange	27:15
3	Danielle Praas	71 AV de Sprinter	32:22

10MSR, 10 KILOMETER

1	André Brakke	85 Staphorst	38:39
2	William Oord	80 Meppel	41:25
3	Roelger Noordhuis	92 AV de Sprinter	41:39
4	David Pereboom	85 AV de Sprinter	42:57
5	Tom van Dalum	78 Meppel	44:04
6	Jan Talen	81 Staphorst	45:49
7	Jan Bloemhof	78 IJhorst	49:04
8	Ferdinand Sterkenburgh	77 Oldeholtpade	49:07
9	Ferry van Laar	83 Meppel	49:09
10	Herman Hulst	82 Staphorst	49:51
11	Jan Hendrik Pesman	87 Wolvega	51:01
12	Jan Kuiper	90 Rouveen	52:05
13	Ralph de Vries	78 AV de Sprinter	53:49
14	Oscar Visser	78 AV de Sprinter	55:50

10MM4, 10 KILOMETER

1	Martin Luteijn	69 HAC '63	42:39
2	Bart Grasmeijer	69 AV de Sprinter	43:31
3	Jackny van Dieren	76 AV de Sprinter	45:41
4	Paul Mos	68 Ruinen	46:25
5	Rinze van der Hoop	70 Meppel	46:28
6	Sander Houweling	71 AV de Sprinter	48:14
7	Erwin Kerkdijk	72 AV de Sprinter	51:02
8	Jaco Schrauwen	68 Meppel	51:58
9	Dirk-Willem Hiemstra	68 AV de Sprinter	1:01:17
10	Alexander Snijders	74 AV de Sprinter	1:01:31

10MM5, 10 KILOMETER

1	Harm Kooiker	59 AG'85	41:40
2	Hans Versteeg	59 Friesland	43:49
3	Heerke Postma	60 Start '78	43:52
4	Roel Poolman	64 Rouveen	45:50
5	Roelof Sondaar	59 AV de Sprinter	45:57
6	Dick Metselaar	64 AV de Sprinter	46:31
7	Albert de Boer	63 AG'85	46:42
8	Albert Holtland	60 AG'85	47:25
9	Danny Olinga	61 AV de Sprinter	47:37
10	Albert Timmerman	59 Staphorst	47:40

11	Jan Witte	52	Reestridders	49:41
12	Kees-Herman Mulder	60	Meppel	50:24
13	Chris Best	57	Suomi	52:33
14	Sjaak Kors	64	AV de Sprinter	53:30
15	Evert Dekker	59	Ruinen	53:49
16	Kees Elzinga	62	Havelte	53:56
17	Ron van den Berg	65	AV de Sprinter	55:44
18	Jan Stuiver	47	Zwolle	55:50
19	Herman Lakerveld	57	Meppel	55:57
20	Jan Klomp	66	AV de Sprinter	56:08
21	Stein van Ittersum	44	Meppel	56:28
22	Gerard Velthuis	57	Meppel	58:32
23	Cor Jol	57	Meppel	1:01:50
24	Harm Brinkman	53	Zuidwolde Dr	1:03:05

10VSR, 10 KILOMETER

1	Corien Jansen	86	AV de Sprinter	43:23
2	Nienke Wolda	87	Wolvega	45:38
3	Miranda Vrieling	81	Zuidwolde Dr	47:18
4	Eline ten Kate	81	AV de Sprinter	51:28
5	Natascha Kruid	88	AV de Sprinter	52:04
6	Marielle Lankhorst	88	AV de Sprinter	57:02

10VM3, 10 KILOMETER

1	Janneke Molenhuis	77	AV de Sprinter	44:08
2	Jantina ten Napel	79	Meppel	52:51
3	Suzan Vaessen	78	Meppel	53:56
4	Marjanne Schapelhouman	73	AV de Sprinter	57:57
5	Heleen van der Grijn	73	AV de Sprinter	58:00
6	Hilde Kloosterziel	76	AV de Sprinter	59:17

10VM4, 10 KILOMETER

1	Femmie Emmink	64	AV de Sprinter	52:02
2	Anneke Mooy	68	AV de Sprinter	57:55
3	Ingrid Biemolt	67	AV de Sprinter	1:01:47
4	Sandra Bouwknecht	71	AV de Sprinter	1:04:25