

Uitslagen December 2016.

Nienoord Crossloop te Leek op 3 december.

10 km	Mannen	5. Menno Mud	37.14
-------	--------	--------------	-------

Cross te Mildam op 3 december.

10 km	Mannen	6. Johannes Postma	38.13
		37. Cor Wetting	44.53
		81. Jouke de Vries	55.25
	Vrouwen	29. Erica Verdegaal	55.24
		41. Thea Busstra	58.47
5 km	Vrouwen	2. Debora Peter	22.14
		18. Dieuwke v.d. Honing	29.03

Ronde van Ried op 3 december.

17 km	1. Rob Vijver	1.02.39	MSE.01
	2. André Ydema	1.10.05	M40.01
	17. Marit Houtsma	1.23.02	V35.02
	40. Jacinta Fancel	1.31.15	V50.02
	41. Inge van Schaick	1.31.15	V55.01
	42. André Jellema	1.31.15	M40.09
	43. Harrie Wetterhahn	1.31.15	M40.10
	44. Catrinus Vroom	1.31.15	M40.11
	68. Anke Peterson	1.42.17	V66.01
11,8 km	18. Sjoerd Holtrop	1.02.18	M40.05
9,2 km	19. Liesbeth Mulder	46.17	V45.01
	29. Jochem Prins	50.29	M40.04
	67. Reinder Sinnema	1.04.03	M50.14
4530 m	4. Stefan van Lunzen	20.42	M13.02

Winterloop te Sneek op 4 december.

8,9 km	Mannen	1. Willem de Boer	29.50	29.49
		4. Gerrit Wolbers	30.13	30.12
		5. Remon van Lunzen	30.39	30.39
		6. Erik Bouma	30.45	30.44
		7. Marcel Adema	31.07	31.06
		11. Douwe Nauta	32.19	32.19
		14. Dick Wobbes	32.39	32.38
		19. Freek Jaarsma	33.13	33.11
		230. Reinder Sinnema	1.03.18	1.02.52
	Vrouwen	1. Immy Auck Kersbergen	34.25	34.23
1 km	MPA2	5. Mayke Ruige	4.58	4.56
	MD	2. Renske Drenten	3.56	3.54
		4. Jente Leeuwangh	4.02	4.00
		6. Eline Ruige	4.05	4.04

Boscross te Diever op 10 december.

21,1 km	Mannen	42. Harrie Wetterhahn	2.00.22
		85. Marc van Gelder	2.44.22
	Vrouwen	3. Inge van Schaick	2.00.22

Triple IT ndoor te Alkmaar op 10 december.

Vrouwen masters	60m	1. Debora Peter	9.37
	800m	1. Debora Peter	2.54.24
Meisjes-D1	60m sries	3. Jente Leeuwangh	9.17
	60 m ½ fin.	3. Jente Leeuwangh	9.20
	60m finale	2. Jente Leeuwangh	9.12
	1000m	6. Jente Leeuwangh	3.39.41
	Kogel	22. Jente Leeuwangh	4.15
	Hoog	2. Jente Leeuwangh	1.35
Meisjes-D2	60m serie	4. Eline Ruige	9.08
	60m finale	4. Eline Ruige	9.13
	Kogel	12. Eline Ruige	7.51
Meisjes-pup-A2	60m	Mayke Ruige	10.19
	Kogel	Mayke Ruige	5.72
	Hoog	Mayke Ruige	1.00
	Meerkamp	13. Mayke Ruige	1179
	1000m	32. Mayke Ruige	4.46.52

Cees Clement Cross te Sneek op 11 december.

Jongens-C	2000m	1. Jing Oldhoff	7.46
Meisjes-C	2000m	3. Marene Scholtens	8.41
Jongens-B	4000m	2. Mohammed Diallo	14.40
		10. Remy Borawitz	18.45
		11. Glenn de Vries	18.48
Jongens-A	6000m	4. Janco Rijpstra	22.57
		6. Pascal Sinnema	24.01
Meisjes-A	4000m	1. Elsa Rijpstra	16.21
		5. Rianne Nyenhuis	18.49
Mannen sen.	10.000m	2. Gerrit Wolbers	37.14
		3. Jelmer van der Veen	39.19
		4. Dick Wobbes	41.32
		5. Sander van Hoorn	45.21
		7. Jesper Keidel	50.12
Mannen 35+	10.000m	1. Willem de Boer	37.43
Mannen 45+	10.000m	1. Remon van Lunzen	37.35
		5. Johannes van der Veen	45.17
Vrouwen sen.	6000m	5. Rixt Sinnema	30.19

Adventurerun Ameland op 17 december.

21,1 km wedstrijd	Mannen sen.	18. Douwe Nauta	1:22:24	1:22:22
		21. Wim Douma	1:26:16	1:26:11
		2. Remon van Lunzen	1:15:52	1:15:51
	Mannen 40+	20. Harry Wiersma	1:29:31	1:29:26
		21. Menno Mud	1:29:32	1:29:27
		30. André Jellema	1:41:52	1:41:44
		35. Rogier Mink	1:49:59	1:49:47
		7. Henk van Eldik	1:29:32	1:29:25
	Mannen 50+	15. Klaas van Heeringen	1:38:15	1:38:08
		19. Johan Meinsma	1:39:12	1:39:04
		1. Inge van Schaick	1:38:20	1:38:11
	Vrouwen 55+	4. Bettie Koops	2:02:08	2:01:07
		26. Edwin van der Wal	1:43:36	1:43:17

10 km	recreanten Mannen 50+	49. Anne Zijlstra	1:54:03	1:52:33	
		90. Piet Struiksma	2:00:59	1:59:27	
		150. Wim Manshande	2:17:30	2:14:54	
		Mannen 60+	27. Hans Willems	2:12:17	2:09:10
		Vrouwen 35+	8. Janet Krooshof	1:52:41	1:51:39
			55. Margreet Dijkstra	2:14:39	2:12:39
		Vrouwen 45+	27. Janet Bijl	2:05:52	2:04:23
			28. Carin Kuiper	2:05:52	2:04:23
			61. Mariette Mengerink	2:15:23	2:13:22
		Vrouwen 55+	9. Annechien van der Veen	2:06:10	2:05:11
		Mannen sen.	6. Joris van den Bosch	38:50	38:45
			229. Heino van der Meer	1:01:00	57:29
			294. Edwin Kalksma	1:07:16	1:03:36
			302. Daniel Kuitert	1:09:05	1:04:27
			315. Benno de Boer	1:11:11	1:08:17
		Mannen 40+	1. Johannes Postma	37:23	37:23
			4. Freek Jaarsma	39:14	39:12
			19. Vroom Catrinus	46:08	46:05
			178. Marc van Gelder	1:07:03	1:02:07
			208. Michael van der Kooi	1:15:13	1:10:05
		Mannen 50+	1. Theo Borawitz	42:29	42:27
			178. Reinder Sinnema	1:21:37	1:18:35
		Mannen 60+	29. Jouke de Vries	1:01:03	57:42
			35. Hans Groenewoud	1:02:55	1:01:43
			73. Arie Roest	1:11:02	1:06:07
		Vrouwen sen.	114. Nienke Nijp	1:03:02	1:00:23
			270. Dana Zwierstra	1:28:52	1:23:34
		Vrouwen 35+	21. Petra Lok	56:27	56:12
			36. Nynke Beintema	58:57	58:20
			86. Linda Zeggelaar	1:02:40	1:00:53
		96. Saskia Scholtens	1:03:35	59:27	
		105. Paula Groenewoud	1:04:21	1:02:28	
	Vrouwen 45+	79. Tea Busstra	1:03:36	1:00:16	
		216. Yfke Poortman	1:11:28	1:07:25	
		249. Chantal de Jongh	1:13:09	1:09:32	
		255. Charlotte Boonstra	1:13:20	1:09:45	
		296. Carolien Slood	1:18:13	1:14:37	
	Vrouwen 55+	5. Ria van der Schoot	57:46	57:28	
		9. Wike Bruinsma	58:50	58:35	
		12. Froukje van Althuis	1:00:30	57:55	
		31. Wieke de Haan	1:06:15	1:02:22	
		50. Riekie van der Meulen	1:08:19	1:04:31	
		51. Jelly Koopmans	1:08:22	1:04:36	
		79. Betty Bleijenberg	1:13:30	1:08:43	
5 km	Mannen sen.	20. Thomas Rouichi	21:37	21:36	
		26. Remy Borawitz	22:46	22:42	
		59. Ruben Korte	26:49	24:13	
		114. Arie Hoogsteen	32:06	30:11	
	Mannen 40+	19. Lammert Odinga	29:29	27:52	
	Mannen 50+	1. Harrie Wetterhahn	21:20	21:18	
	Vrouwen 35+	9. Naomi Sirag	29:26	28:44	
		83. Audrey van Gelder	37:18	35:57	
		141. Miranda Odinga - Overw	41:26	39:49	
		144. Jacqueline Boetes	42:06	41:08	
		158. Michelle Sirag	43:38	42:39	
	2 km	J8-12	52. Jort Jellema	10:24	
			53. Sander Bruinsma	10:31	
		M8-12	28. Lisca van Gelder	10:43	
			29. Dione van Gelder	10:44	
1 km		63. Elza van der Meulen	12:36		
	J-7	2. Merlijn Rosier	4:10		

Verhoeve Groen Cross te Appelscha op 18 december.

Jongens-C	2000m	1. Jong Oldhoff	7.20
Meisjes-C	2000m	1. Marene Scholtens	7.54
Jongens-B	4000m	1. Mohammed Diallo	14.01
		2. Jan Oldhoff	14.01
Meisjes-A	4000m	2. Loïs Oldhoff	16.07
		3. Rianne Nyenhuis	17.59
Mannen sen.	10.000m	1. Rob Vijver	34.08
		4. Willem de Boer	35.38
		5. Jelmer van der Veen	37.11
Mannen 40+	10.000m	1. Jan Venhuizen	35.45
Mannen 50+	10.000m	5. Johannes van der Veen	41.37
		6. Ritske Frootman	42.04

Gaasterlan Run te Balk op 24 december.

12 km	Mannen	179. Reinder Sinnema	1.28.31
21,1 km	Vrouwen	5. Miny Verheij	1.40.13
		7. Femke Hemstra	1.43.57
	Mannen	118. Chris de Vries	1.53.25
		119. Gerard Schade	1.53.25

Sint Thomas Trail te Nieuwehorne op 24 december.

9 km	Vrouwen	37. Tjitske van Lien	56.59
		50. Jannie Idema	59.33
		65. Gerda Ydema	1.02.38
		66. Antje Koopmans	1.02.38
	Mannen	47. Remy Borawitz	53.16

Oudejaarsloop te Marrum 24 december.

21,1 km	2. Remon van Lunzen	1.17.22	M40.01
	3. Harry Wiersma	1.22.56	M40.02
	4. Wim Douma	1.25.04	MSE.02
	8. Johannes van der Veen	1.29.51	M50.01
	10. Ritske Frootman	1.33.48	M50.02
	18. Inge van Schaick	1.43.49	V55.01
	19. André Jellema	1.43.49	M40.09
10,8 km	14. Rob Verveer	48.52	MSE.07
	36. Sjoerd Holtrop	55.47	M40.09
5,4 km	1. Geale Simon Postma	19.37	MSE.01

Try Out Games te Apeldoorn op 27 december.

Masters vrouwen	60m	5. Debora Peter	9.24
Meisjes-D	60m	20. Eline Ruige	9.25
	600m	17. Eline Ruige	2.04.41

Silvestercross te Soest op 31 december.

Jongens-C	2000m	41. Jing Oldhoff	8.08	8.08
-----------	-------	------------------	------	------

Meisjes-C	2000m	23. Marene Scholtens	8.54	8.54
Jongens-B	4000m	18. Jan Oldhoff	15.00	15.00
		31. Mohammed Diallo	15.26	15.26
Meisjes-B	3200m	6. Elsa Rijpstra	13.34	13.34
Jongens-A	6000m	30. Janco Rijpstra	24.17	24.17

Oliebollenloop te Gorredijk op 31 december.

4 E.M.	Vrouwen	97. Therese Wester	39.15	37.54
	Mannen	1. Jelmer van der Veen	22.21	22.20
		4. Pascal Sinnema	23.17	23.16
		6. Steven Koffyberg	23.42	23.41
10 km	Vrouwen	60. Bouwe Hiddinga	30.49	29.43
		21. Miny Verheij	46.30	44.29
		30. Anja van Zutphen	48.38	46.28
		64. Liesbeth Mulder	54.08	51.56
	Mannen	124. Wieke de Haan	59.29	56.15
		4. Menno Mud	34.12	34.12
		7. Erik Bouma	34.41	34.41
		8. Marcel Adema	35.11	35.11
		21. Douwe Nauta	36.23	36.22
		22. Erik Verdoorn	36.26	36.24
		30. Freek Jaarsma	37.29	37.27
		58. Johannes van der Veen	39.47	39.45
		75. Catrinus Vroom	41.31	41.26
		89. Geart Sierd v.d. Zee	42.00	39.45
100. Jesper Keidel	43.23	43.15		
185. Gerard Schade	49.39	47.27		
223. Robin Telgenhof	51.23	48.55		
249. André van der Werf	52.44	49.54		
266. Herman Wassens	53.51	50.33		
431. Reinder Sinnema	1.12.41	1.09.49		