

UITSLAGEN Oktober 2013.

Kubaarder Hurdrindei op 5 oktober.

½ marathon	Mannen	1. Harry Wiersma	1.18.16
		2. Erik Verdoorn	1.26.16
	Vrouwen	1. Immy Auck Kersbereggen	1.26.16
		6. Anke Peterson	2.05.53
14,5 km	Mannen	46. Reinder Sinnema	1.39.37

15^e Discovery Run Harwich-Engeland op 5 oktober.

10 km	Mannen 40+	38. Ronald Hoekstra	54.28
	Mannen 50+	7. Nico Hoekstra	41.52
		14. Jaap Bruijnzeel	44.55
		36. Chris Fahner	55.03
	Mannen 60+	20. Koos Pietersma	58.57
	Vrouwen 45+	23. Bettie Bruijnzeel	1.01.18
	Vrouwen 55+	2. Akke Kuipers	47.42

De 10 van Drachten op 6 oktober.

10 km	Wedstr.Mannen sen.	5. Douwe Nauta	33.34	33.34
		8. Martin Ketellapper	35.04	35.02
		9. Stefan van der Pal	35.15	35.14
		17. Paul Geertsma	37.28	37.26
		21. Jesper Keidel	48.08	48.05
	Wedstr.Mannen 40+	1. Remon van Lunzen	32.45	32.45
		4. Johannes Postma	35.39	35.37
		8. Ritske Flootman	37.32	37.30
	Wedstr.Mannen 50+	9. Eelco de Graaf	40.40	40.36
	Wedstr.Vrouwen sen.	1. Yvonne Kassenberg	35.51	35.50
6. Jacinta Fancel		41.23	41.19	
	7. Vera Keidel	42.10	42.08	
Recr.Mannen sen.	2. Dick Wobbes	37.29	37.26	
	15. Hugo Reitsma	42.51	42.34	
Recr.Mannen 40+	7. Wouter van der Meer	40.51	40.44	
Recr.Mannen 50+	1. Cor Wetting	43.41	43.37	
	9. Peter Klaver	47.23	47.19	
	42. Reinder Sinnema	1.03.55	1.03.32	
5 km	Recr.Mannen	10. Jan Oldhoff	20.06	20.05
		11. Leon van Lunzen	20.22	20.21
	Recr.Vrouwen	1. Lois Oldhoff	18.53	18.52

Noorder Fitrun te Leeuwarden op 12 oktober.

2,5 km Jongens	1. Jan Oldhoff	9:20
	2. Nick Agterberg	9:42
	5. Melle Ketellapper	11:13
	6. Jing Oldhoff	11:15
	2,5 km Meisjes	1. Marene Scholtens
	2. Mare te Biesebeek	10:00
	3. Eva van Beusekom	11:14
	4. Ellis Maurits	11:45
	5. Eline Ruige	12:02

		6. Renske Drenten	12:04
		7. Annika Huizing	12:30
		10. Rixt Tuinstra	13:22
5 km Jongens		3. Harmen-Tjeerd Meijer	23:39
5 km Mannen		1. Steven Koffijberg	17:32
		2. Geale Simon Postma	17:50
		3. Jelmer v.d. Veen	17:56
		4. Gideon Rinsma	18:28
		5. Sibbele van der Meulen	19:06
		11. Ronald Hoekstra	23:33
		21. Chris Fahner	28:39
		24. Paul vd Wolf	29:32
		29. Reinder Sinnema	33:02
5 km Vrouwen		2. Petra Lok	25:08
		8. Lammie van Engen	28:40
		25. Marja Muller	31:54
5 km ZNB		1. Harrie Wetterhahn	19:20
		3. Froukje van Althuis	25:16
10 km Mannen		6. Henk van Eldik	38:25
		7. Erik Verdoorn	38:40
		9. Anton Kingma	39:13
		12. Hans van der Steen	39:57
		15. Harmen Dijkstra	41:30
		18. Piet v.d. Steeg	42:44
		19. Richard van Lunzen	43:09
		26. Jaap Bruynzeel	44:59
		32. Kees Oosterbaan	46:29
		39. Jesper Keidel	47:55
		42. Damiand Ramalli	48:21
		46. Herman Wassens	48:34
		47. Robin Telgenhof	48:35
		48. Hans Willems	48:46
		49. Jan Jaap Dicke	49:03
		63. Jefta Bogaard	51:24
		96. Koos Pietersma	58:54
10 km Vrouwen		2. Gerda van Klaarbergen	47:55
		9. Joke de Graaf	51:30
		18. Henny Zijlstra	55:08
10 km ZNB		1. Martin Ketellapper	35:20
		5. Martin de Boer	48:14
		10. Anke Peterson	53:53
10 km Bedrijven		1. Johannes van der Veen	38:22
		4. Timo Schraa	38:57
		5. Willie Kiewiet	40:13
		6. Johan Meinsma	40:18
		8. Ruben Muller	40:59

Woutersbergjecosss te Oranjewoud op 12 oktober.

5,8 km	Mannen	16. Cor Wetting	27.11
	Vrouwen	6. Sandra Zijlstra	30.15
		12. Erica Verdegaal	33.27

NK Marathon van Eindhoven op 13 oktober.

Marathon	Mannen 35+	7. Willem de Boer	2.37.45	2.37.37	1 ^e NK
----------	------------	-------------------	---------	---------	-------------------

	Mannen 40+	11.	Richard Kienstra	2.48.00	2.47.51	7 ^e NK
	Vrouwen sen.	4.	Mariska Kramer	2.38.32	2.38.29	3 ^e NK
	Vrouwen 35+	1.	Yvonne Kassenberg	2.49.43	2.49.34	1 ^e NK
½ marathon	Mannen 55+	146.	Kees Jan de Vries	2.09.26	1.50.13	
	Vrouwen sen.	1.	Immy Auck Kersbergen	1.17.28	1.17.25	

4 E.M. van Groningen op 13 oktober.

4 E.M.	Mannen sen.	34.	Paul Geertsma	20.45	20.41
	Mannen 40+	27.	Klaas Jan Huizing	27.22	27.13
		55.	Sije Boskma	2.10.12	32.08
	Jongens	32.	Pascal Sinnema	23.37	23.33
	Vrouwen sen.	32.	Vera Keidel	26.29	26.23
	Mannen Bedr.	266.	Joop Lusthof	26.29	26.25
		280.	Jeroen Wels	26.32	26.28
		450.	Herman Wassens	27.25	27.19
		960.	André van der Werf	29.13	29.03
	Vrouwen Bedr.	859.	Dieuwke van der Honing	35.45	35.27

Teutenburger Waldlauf op 19 oktober.

12,2 km	Mannen 40+	1.	Johannes Postma	46.31	46.30
---------	------------	----	-----------------	-------	-------

Fytrusloop te Zwaagwesteinde op 19 oktober.

20 km	1.	Harry Wiersma	1.15.36	M40.01
	7.	Timo Schraa	1.28.53	MSE.03
	23.	Theo Zijlstra	1.39.12	M40.10
	33.	Hans Nagtegaal	1.42.05	M50.09
11,1 km	17.	Cor Wetting	49.48	M60.01
	22.	Yvonne Kassenberg	50.58	VSE.06
	72.	Reinder Sinnema	1.12.49	M50.12

Marathon van Amsterdam op 20 oktober.

Marathon	Mannen sen.	351.	Erik Verdoorn	3.17.25	3.09.43
	Mannen 60+	53.	Broer Giesing	3.58.52	3.50.42
½ marathon	Mannen	436.	Harrie Wetterhahn		1.31.29
		677.	Eelco de Graaf		1.34.27
		1483.	Richard van Lunzen		1.40.55
		3073.	Hugo Reitsma		1.49.29
		3862.	Eric de Bruin		1.52.53
		5983.	Henk Nijp		2.01.39
	Vrouwen	59.	Jacinta Fancel		1.35.36
		437.	Akke Kuipers		1.48.37
		1165.	Anja van Zutphen		1.56.51

Diepe Hel Holterbergloop op 26 oktober.

10 EM	Mannen sen.	44.	Paul Geertsma	1.05.55	1.05.52
-------	-------------	-----	---------------	---------	---------

Monnikenloop op Schiermonnikoog op 26 oktober.

10 E.M.	Mannen sen.	1.	Harry Wiersma	1.01.52	1.01.50
	Mannen 45+	7.	Johan Meisma	1.10.36	1.10.34

10 km	Vrouwen	21. Hans Nagtegaal	1.18.04	1.18.02
		4. Kim Keidel	52.42	52.42

AVD Cross te Dwingeloo op 26 oktober.

15 km prest.lp Mannen	5. Ruben Muller	1.04.50
	57. Reinder Sinnema	1.47.15
	58. Marc van Gelder	1.47.15
Meisjes-pup-A	2. Marene Scholtens	3.50
Meisjes-D	4. Mare te Biesebeek	6.08
Jongens-D	1. Benny Dijkstra	7.22
	8. Leon van Lunzen	8.30
	12. Max Spaargaren	9.00
Meisjes-C	1. Lisa Muizer	9.13
	4. Judith Telenga	9.22
Vrouwen sen. 5 km	8. Vera Keidel	25.58
Vrouwen 45+ 5 km	2. Bertha Bruggenkamp	24.33
Mannen sen. 8 km	4. Peter Janssen	32.45
	16. Pieter Riedstra	39.11
Mannen 40+ 8 km	3. Jan Venhuizen	34.09

Strontraceloop te Workum op 26 oktober.

7,1 km	Mannen	11. Richard van Lunzen	30.44
11,2 km	Mannen	22. Sjoerd Holtrop	58.27
15,3 km	Mannen	8. Willie Kiewiet	1.04.34