

Uitslagen april 2015.

Waterpark Beulaeke Haven trainingspakkenwedstrijd op 4 april te Steenwijk.

Jongens-C	1000m	2. Jan Oldhoff	3.06.87
Jongens-B	800m	3. Pascal Sinnema	2.21.99
Meisjes-B	100m	2. Lisa Muizer	13.43
Mannen 60+	3000m	2. Cor Wetting	12.05.63

Kasteelloop de Halve van de Haar op 6 april.

21,1 km	Mannen sen.	4. Paul Geertsma	1.14.51	1.14.51
---------	-------------	------------------	---------	---------

Klap tot Klaploop te Musselkanaal op 6 april.

10 km	Mannen sen.	13. Erik Bouma	35.20	35.15
		15. Rob Vijver	35.59	35.55
		22. Wouter de Vries	39.45	39.42
		23. Ruben Muller	39.56	39.52
	Mannen 45+	1. Jan Venhuizen	33.16	33.15
	Mannen 55+	1. Johannes van der Veen	37.47	34.46
	Vrouwen sen.	8. Andrea Hofstra	41.13	41.10
	Vrouwen 45+	1. Bertha Bruggenkamp	40.08	40.05

De Zestig van Texel op 6 april.

60 km	Mannen 35+	14. Erik Schippers	5.45.07
	Mannen 55+	6. Hans van der Steen	5.21.03

RoPaasrun te Leeuwarden op 6 april.

15 km	10. Bouwe Hiddinga	1.18.31	M40.03
8,6 km	3. Theo Borawitz	36.18	M50.02
	4. Wim Douma	36.25	MSE.01
	22. Jan Bosman	49.40	M50.09
	36. Therese Wester	53.59	V45.01
	38. Thea de Vries	56.00	V50.02
5 km	8. Sjoerd Holtrop	23.16	M40.02
	23. Anna Walstra	29.25	V45.03
	28. Greetje Bijlsma	32.18	V60.01
	29. Marja Muller	32.27	V50.02

1^e Athletic Champs te Leeuwarden op 11 april.

Pupillen mini/C/B	40 m	40 m horden	Hurkhoog springen	Meters maken	Slingeren	Vortex	Punten totaal
Chloe Lemke	7,80	9,1	0,75	750	10,00	11,00	424
Dione van Gelder	7,80	8,5	0,70	800	7,00	5,50	286
Eowijn Sinnema	7,80	9,7	0,70	800	7,50	10,00	372
Hessel Pijlman	9,30	11,6	0,60	725	6,50	6,50	179
Ilse Jorritsma	8,30	9,0	0,60	700	8,50	6,00	310
Jort Jellema	7,70	8,1	0,80	825	11,50	14,00	351
Max Steneker	8,70		0,65				73

Annika Brummer	7,90	8,9	0,65	850	8,00	6,50	227
Arjan Bejnath	8,00	8,5	0,90	775	7,50	17,00	272
Beau Faber	8,00					8,50	70
Daan Sikkema	7,10	8,5	0,75	875	12,00	11,50	296
Elza van der Meulen	7,70	8,5	0,85	825	9,50	9,00	284
Job van der Bosch	7,80	9,6	0,75	825	7,50	5,50	199
Julia de Jager	7,50	8,3	0,90	850	10,50	8,50	310
Luc van der Wal	8,30	9,5	0,70	775	7,00	8,50	185
Mayke Ruige	7,10	8,9	0,75	875	10,00	14,00	316
Quinten Geleyse	7,50	8,4	0,80	850	10,50	12,00	281
Shanara van Zendoort	7,10	8,1	0,70	750	10,50	8,50	283
Tessa Celine de Roos	7,60	8,2	0,90	850	10,50	9,00	311

Pupillen A	60m horden	Hoog	Kogel	Meters maken	Polsstok ver	Vortex	Punten totaal
Dylan Roossink	11,3	0,95	4,50	1300	3,40	18,50	269
Eline van Tuinen	14,8	0,90	4,80	1075	2,75	14,00	194
Gydo Tiggelaar	11,7	0,80	3,70	1375	2,70	19,50	231
Jasmijn Langius	12,2	0,90	4,20	1200	2,75	10,50	223
Jente Leeuwangh	11,5	1,00	3,30	1450	3,30	8,50	276
Jort Oosterveld	10,8	0,95	4,10	1375	3,55	15,50	276
Lisca van Gelder	11,1	1,00	4,50	1200	3,40	11,50	282
Mees Flapper	12,1	0,80	2,70	1225	2,70	7,50	162
Naomi Teppema	11,3	0,85	5,50	1250	2,45	13,50	257
Renske Drenten	11,0	1,05	5,10	1450	3,30	14,50	334
Sophie Kuiken	13,2	0,85	4,20	1150	2,70	11,50	199
Stijn van Deutekom	10,8	1,00	5,40	1125	3,40	22,00	286
Aeryn van den Aker	10,9	1,10	5,40	1425	3,75	15,50	364
Eline Ruige	10,7	1,05	5,50	1450	3,80	14,50	365
Esmay de Jonge	12,2	1,00	5,50	1175	3,25	14,50	279
Fleur Roossink	11,0	1,00	4,40	1225	2,75	12,00	266
Hester Hoekstra	10,5	1,00	5,70	1325	3,65	17,50	354
Jessie ten Hoeve	10,4	0,95	5,40	1150	3,55	15,50	317
Melle Ketellapper	10,6	1,20	6,30	1550	4,45	25,50	414
Merel Wetterhahn	12,7	0,85	4,90	1125	3,30	13,50	240
Sander Reinders	10,3	1,15	6,20	1300	3,60	22,50	345
Ward Wynia	10,5	1,00	6,00	1225	3,15	20,00	294
Wietske van der Weij	10,1	1,00	5,00	1275	3,55	8,00	310

Natuurloop te Siddeburen op 11 april.

16 km	Mannen 40+	1. Jan Venhuizen	57.15	57.13
10 km	Vrouwen 40+	1. Bertha Bruggenkamp	41.30	41.28

Openingswedstrijd te Heerenveen op 11 april.

Jongens D	80m horden	6.	Lars van der Meulen	18.42
	Hoog	6.	Lars van dr Meulen	1.20
	80m	10.	Lars van der Meulen	13.78
	Ver	9.	Lars van der Meulen	3.20
Meisjes D	Hoog	14.	Noa Faber	1.15
	Kogel	7.	Noa Faber	7.41
Meisjes C	80m horden	4.	Cicely Sille	14.60
		11.	Shanice Wortel	17.21
	80m series	2.	Cicely Sille	11.29
	80m finale	12.	Jildou Peeters	12.03
		3.	Cicely Sille	11.50
	Hoog	4.	Shanice Wortel	1.35
			Cicely Sille	1.35
	600m	1.	Mare te Biesebeek	1.48.10
		5.	Shanice Wortel	2.00.20
		6.	Jildou Peeters	2.02.50
Jongens C	100m series	2.	Mohamed Drallo	13.23
	100m finale	2.	Mohamed Drallo	13.50
	300m	2.	Mohamed Drallo	43.17
	1500m	1.	Jan Oldhoff	4.46.70
		2.	Mohamed Drallo	4.54.30
Meisjes B	Hoog	7.	Remy Borawitz	6.11.20
		1.	Dainne Lourencia	1.30
	Speer	4.	Dainne Lourencia	16.49
		1.	Lisa Muizer	13.73
	100m	1.	Loïs Oldhoff	5.09.90
5.		Rianne Nyenhuis	5.39.70	
1500m	3.	Ruben Korte	1.60	
	4.	Yilmaz Sonay	1.55	
Jongens B	Hoog	5.	Ruben Korte	1.02.80
		6.	Pascal Sinnema	4.51.00
	400m	6.	Pascal Sinnema	4.51.00
Mannen senioren	Kogel	1.	Wybren Nauta	9.74
		1.	Gerrit Wolbers	4.12.30
	1500m	3.	Steven Koffijberg	4.40.60
		4.	Joris van den Bosch	4.45.70
Vrouwen senioren	1500m	1.	Vera Keidel	5.10.70
Mannen masters	Ver	1.	Sjouke Nauta	4.36
		2.	Fokke Draaijer	8.63
	Kogel	3.	Sjouke Nauta	8.15
		2.	Sjouke Nauta	24.46
	Speer	1500m	1.	Theo Borawitz

Marathon van Rotterdam op 12 april.

Marathon	Mannen 35+	33.	Douwe Nauta	2.43.06	2.42.59
	Mannen 55+	468.	Peter Rutkens	4.28.20	4.27.22
	Vrouwen 45+	166.	Liesbeth Mulder	4.12.29	4.10.33
1 km	Jongens 12	85.	Einar Kuiper	12.27	12.27

Marathon van Parijs op 12 april.

Marathon	Mannen sen.	769.	Erik Verdoorn	2.57.00
----------	-------------	------	---------------	---------

De Eksmoarster Marrenloop te Evmorra op 12 april.

21,1 km	1. Willem de Boer	1.19.47	MSE.01
	7. Simone van Dijk	1.41.04	V35.01
	10. Harrie Wetterhahn	1.43.54	M40.04
	11. André Jellema	1.43.54	M40.05
10,6 km	3. Freek Jaarsma	42.23	M40.02
	37. Ria van der Schoot	59.33	V70.01
	72. Reinder Sinnema	1.19.04	M50.12
6,4 km	18. Yfke Poortman	41.15	V50.01

1^e wedstrijd CD-competitie te Assen op 18 april.

Jongens-D	Hidde van Gelder	80mHrdn	18.52	172
		Ver	3.44	306
	Thijs Morssink	80m	13.40	294
		Speer	14.48	210
	Sten van de Berg	80m	13.95	
		Speer	12.05	
		Ver	2.84	
	Lourens Kooistra	80m	12.30	427
		Hoog	1.00	242
	Melle Wigman	Kogel	4.50	206
		1000m	4.03.26	
	Einar Kuiper	1000m	3.30.51	476
	Stefan van Lunzen	1000m	3.34.14	454
	Estafette	4x80m	49.54	392

	7 ^e plaats van 10 ploegen		3179	
Meisjes-C	Estafette	4x80m	43.93	592
		80mHrdn	16.63	283
	Shanice Wortel	Kogel	6.65	345
		80mHrdn	14.59	436
	Cicely Sille	Hoog	1.45	582
		Kogel	5.84	
	Noa Faber	Hoog	1.15	
		Discus	10.90	
		80m	11.75	503
	Jildou Peeters	Ver	4.36	490
		80m	12.25	434
	Lisanne Haasdijk	80mHrdn	17.83	
		Speer	10.06	102
		80m	12.97	
	Sietske Gerritsma	Speer	8.35	
		Ver	4.31	
	Rosa Los	Discus	12.56	152
		1000m	3.23.97	519
	Annika Huizing	1000m	3.44.28	
	Mare te Biesebeek	1000m	3.18.91	553

	5 ^e plaats van de 12 ploegen		4991	
Jongens-C	Estafette	4x100m	53.89	576
		Kogel	4.93	
	Hidde v.d. Weg	800m	3.05.00	
		Hoog	1.10	

Timme Bontes	Kogel	6.92	361
	Discus	19.39	295
	Speer	20.98	342
Justin Qui	800m	2.29.80	561
	Speer	19.67	
Mohamed Drallo	800m	2.20.47	657
	100m	13.28	629
Harmen T. Meijer	Hoog	1.40	541
	100mHrdn	20.45	339
Thomas Rouichi	Discus	14.28	
	100m	14.45	480
	Ver	4.20	
Stefan Volbeda	Ver	4.88	597

3 ^e plaats van de 9 ploegen			5378

Lenteloop te Bolsward op 18 april.

15 km	Mannen	3. Theo Borawitz	1.04.02
		13. Edwin van der Wal	1.14.35

Skutsjerun te Langweer op 18 april.

5 km	Vrouwen	1. Debora Peter	22.41
	Mannen	29. Reinder Sinnema	34.13
1000m		3. Mayke Ruige	
1500m		1. Eline Ruige	

Slach om 'e Mar te Bergum op 18 april.

21,1 km	Mannen	1. Remon van Lunzen	1.21.00
		2. Harry Wiersma	1.22.00
		30. Sjoerd Holtrop	1.51.08
	Vrouwen	2. Inge van Schaick	1.42.35
11 km	Mannen	42. Wim Paauw	59.40
		51. Koos Pietersma	1.03.26
6,5 km	Mannen	4. Willie Kiewiet	26.38

Enschede Marathon op 19 april.

21,1 km	Mannen sen.	164. Chris Vugteveen	1.44.06	1.43.29
	Mannen 35+	5. Willem de Boer	1.12.44	1.12.43
	Mannen 50+	103. Anne Zijlstra	1.55.49	1.55.32

Hilversum City Run op 19 april.

10 km	Mannen sen.	29. Paul Geertsma	33.59	33.57
-------	-------------	-------------------	-------	-------

Cascaderun te Hoogeveen op 19 april.

5 EM	Mannen sen.	12. Geale Simon Postma	28.11	28.09
	Vrouwen 45+	1. Bertha Bruggenkamp	31.59	31.56
		200. Bettie Koops	1.14.04	41.45
10 EM	Mannen sen.	6. Rob Vijver	58.44	58.42
	Mannen 35+	5. Johannes Postma	1.01.06	1.01.05

Mannen 45+	2.	Jan Venhuizen	56.40	56.39
Mannen 55+	138.	Reinder Sinnema	1.56.36	1.54.03
Vrouwen sen.	2.	Immy Auck Kersbergen	58.51	58.49
	87.	Fonny Postma	2.03.52	2.02.03

Jeugdloop te Franeker op 22 april.

Meisjes 7 t/m 9 jaar	1500m	2.	Mayke Ruige	7.23
Meisjes 10 t/m 12 jaar	1500m	2.	Eline Ruige	6.33
Jongens 10 t/m 12 jaar	1500m	1.	Stefan van Lunzen	5.47

Kollumer Katloop op 24 april.

13,7 km	Mannen	1.	Johannes Postma	50.45		
		2.	Rob Vijver	50.55		
		3.	Dick Wobbes	52.13		
		7.	Geart Sierd v.d. Zee	56.01		
	Vrouwen	8.	Auke Postma	57.17		
		4.	Tabitha Dijkman	1.08.19		
		6,4 km	Mannen	1.	Gerrit Wolbers	21.26
				2.	Geale Simon Postma	22.51
8.	Ynze Stienstra			25.10		
		16.	Sibbele van der Meulen	27.20		

Vuurtorenloop op Vlieland op 26 april.

5 Zeemijlen	Mannen sen.	6.	Floris Geertzen	41.27	41.23
	Mannen 50+	30.	Reinder Sinnema	1.13.43	1.13.07
	Vrouwen 35+	1.	Yvonne Kassenberg	41.01	41.00
	Vrouwen 45+	1.	Bertha Bruggenkamp	37.32	37.30
		30.	Tea de Vries	1.04.43	1.04.20
	Vrouwen 55+	1.	Ria van der Schoot	52.31	52.27
10 Zeemijlen	Mannen sen.	14.	Greetje Bijlsma	1.07.44	1.07.06
		3.	Douwe Nauta	1.09.25	1.09.25
		5.	Paul Geertsma	1.14.02	1.14.02
	Mannen 40+	1.	Jan Venhuizen	1.06.38	1.06.37
		2.	Harry Wiersma	1.10.22	1.10.21
	Mannen 50+	33.	Ronald Hoekstra	1.46.58	1.46.44
		34.	Wim Manshande	1.49.03	1.48.51
	Vrouwen sen.	1.	Immy Kersbergen	1.14.56	1.14.56
	Vrouwen 45+	9.	Annechien v.d. Veen	1.49.41	1.49.32

Oranjerun te Oldehove op 27 april.

16 km	Mannen 40+	1.	Jan Venhuizen	57.10	57.08
-------	------------	----	---------------	-------	-------

Koningsloop te Beilen op 27 april.

10 km	Mannen sen.	2.	Willem de Boer	34.01	34.00
-------	-------------	----	----------------	-------	-------

Fjoer Rin Makkum op 27 april.

10 km	Vrouwen	1.	Andrea Hofstra	42.48
	Mannen	1.	Hans van der Steen	41.53
21,1 km	Vrouwen	1.	Simone van Dijk	1.39.48

Mannen	3.	Inge van Schaick	1.46.54
	1.	Freek Jaarsma	1.24.26
	17.	Egbert Allema	1.42.44
	21.	Harrie Wetterhahn	1.46.55
	22.	André Jellema	1.47.00