

UITSLAGEN December 2013.

Uurloop te Leeuwarden op 1 december.

½ Uurloop	Jongens	3. Melle Ketellapper	6.494
		11. Remy Borawitz	5.310
		14. Stefan Volbeda	5.108
	Meisjes	1. Eline Ruige	5.515
		2. Kenza Draaijer	5.110
		2. Marco Pietersma	6.279
	Mannen	3. Cor Wetting	6.948
		4. Martin Ketellapper	6.494
		6. Fokke Draaijer	6.102
		8. Tjeerd v.d. Meulen	5.148
1. Deborah Peter		6.279	
Vrouwen	5. Greetje Bijlsma	4.414	
	1. Douwe Nauta	16.758	
Uurloop	Mannen	2. Johannes Postma	16.559
		5. Anton Kingma	15.009
		6. Willie Kiewiet	14.832
		9. Cor de Vries	14.233
		10. Eelco de Graaf	14.035
		11. Nico Hoekstra	13.893
		12. Harmen Dijkstra	13.838
		15. Harrie Wetterhahn	13.512
		18. Alex Pestman	13.311
		19. René Keuter	13.307
		22. Jaap Bruijnzeel	13.223
		23. Klaas Jan Huizing	12.700
		24. Marcel de Roo	12.593
		26. Herman Wassens	12.454
		28. Gerard Schade	12.372
	29. Peter Klaver	12.246	
	31. Syds Homan	12.111	
	38. Peter Rutkens	11.874	
	41. Chris Fahner	11.761	
	48. Henk Nijp	11.446	
	61. Peter v.d. Logt	10.770	
	70. Koos Pietersma	10.078	
	Vrouwen	1. Immy Auck Kersbergen	15.967
		3. Vera Keidel	13.893
		4. Inge van Schaick	13.157
		6. Marjan Rodenhuis	11.569
		9. Wieke de Haan	11.201
		10. Jeannet Huitema	11.054
		12. Dieuweke v.d. Honing	10.734
		16. Annemarie Groenenberg	10.477
21. Tamara Kieffer		9.748	
26. Marte-Rinck de Boer		9.222	

2^e Winterloop Sneek op 1 december.

7 km	Mannen	5. Dick Wobbes	33.18
		8. Ritske Flootman	34.05
		11. Timo Schraa	34.16

Sinterklaasloop te Bolsward op 2 december.

7,5 km	Mannen	2. Willem de Boer	26.17
		4. Ynze Stienstra	27.45
	Vrouwen	3. Simone van Dijk	31.20
		5. Liesbeth Andreae	33.11

Cross te Mildam op 7 december.

10 km	Mannen	8. Timo Schraa	39.37
		14. Wouter de Vries	41.44
		33. Hans Nagtegaal	45.48
		45. Cor Wetting	47.04
	Vrouwen	4. Inge van Schaick	47.08
		27. Dieuwke v.d. Honing	59.04
5 km	Vrouwen	30. Chantal de Jongh	35.47

Morra Kikarun te Hemelum op 7 december.

5 km	Vrouwen	1. Moniek Boskma	24.57
10 km	Mannen	9. Sije Boskma	45.08
10 EM	Mannen	1. Willem de Boer	56.55
	Vrouwen	2. Jacinta Fancel	1.12.45

10^e Adventurerun Ameland op 14 december.

MSEN, 21.1 KM WEDSTR.

8. Douwe Nauta	1:17:41	1:17:40
13. Franke Smidstra	1:20:58	1:20:56
20. Erik Verdoorn	1:26:47	1:22:56
24. Kees Noppert	1:30:20	1:30:17
27. Anton Kingma	1:31:26	1:25:25

M40, 21.1 KM WEDSTR.

1. Remon van Lunzen	1:13:44	1:13:44
2. Johannes Postma	1:17:57	1:17:56
4. Harry Wiersma	1:19:13	1:19:12
5. Huub Bots	1:20:05	1:20:03
10. Ritske Flootman	1:27:36	1:27:32
14. Jaring de Groot	1:29:08	1:28:47
22. Johan Meinsma	1:32:12	1:32:09
25. Tjeerd Veenstra	1:33:55	1:33:48
44. André Jellema	2:25:40	2:25:23

M50, 21.1 KM WEDSTR.

3. Willie Kiewiet	1:28:29	1:28:21
18. Hans Nagtegaal	1:38:27	1:37:51
19. Eelco De Graaf	1:38:28	1:37:52
33. Herman wassens	1:48:32	1:44:15

VSEN, 21.1 KM WEDSTR.

3. Immy Auck Kersbergen	1:19:46	1:19:45
-------------------------	---------	---------

V35, 21.1 KM WEDSTR.

1. Yvonne Kassenberg	1:24:30	1:24:27
4. Simone van Dijk	1:36:39	1:36:23
5. Liesbeth Andreae	1:39:24	1:38:45

V45, 21.1 KM WEDSTR.

4. Inge van Schaick	1:42.25	1.41:38
MSEN, 21.1 KM RECR.		
32. Harmen Dijkstra	1:37:43	1:36:16
71. Ruben Muller	1:44:42	1:42:55
83. Alex Pestman	1:46:58	1:42:36
104. Edwin van der Wal	1:50:46	1:46:35
108. Rikus van Wijk	1:51:42	1:48:26
141. Edwin Kalksma	1:56:16	1:54:36
153. Harold ten Dam	1:57:52	1:53:03
171. Arie Hoogsteen	2:02:14	1:58:00
M40, 21.1 KM RECR.		
200. Harrie Roossien	2:05:14	2:01:09
217. Marc van Gelder	2:10:37	2:06:08
239. Ronald Hoekstra	2:19:08	2:15:24
M50, 21.1 KM RECR.		
19. Jaap Bruijnzeel	1:42:14	1:41:37
142. Wim Manshande	2:06:14	2:05:11
165. Matthijs Vleugel	2:11:46	2:08:07
M60, 21.1 KM RECR.		
1. Jan Nijenhuis	1:41:31	1:39:08
11. Hans Willems	1:56:47	1:52:51
VSEN, 21.1 KM RECR.		
29. Kim Keidel	2:01:05	1:56:53
V35, 21.1 KM RECR.		
52. Alice Dijkstra	2:09:28	2:05:26
56. Roelie de Vlas	2:12:35	2:07:50
V45, 21.1 KM RECR.		
55. Annechien van der Veen	2:09:24	2:04:56
56. Carin Kuiper	2:10:08	2:05:29
62. Inge Tuinhof	2:11:47	2:07:10
69. Ilse Schumacher	2:13:08	2:08:41
80. Margreeth Kortten	2:16:46	2:13:07
MSEN, 10 KM RECREATIE		
2. Peter Janssen	35:52	35:50
10. Sibbele van der Meulen	42:42	42:41
17. Daniel de Jong	45:42	45:37
59. Jeroen Wels	51:30	48:53
169. Daniel Kuitert	1:00:33	58:20
232. Ruben Korte	1:06:23	1:00:58
M40, 10 KM RECREATIE		
8. Sije Boskma	45:20	44:35
M50, 10 KM RECREATIE		
38. Willem Kalksma	57:54	56:18
123. Reinder Sinnema	1:08:57	1:06:07
M60, 10 KM RECREATIE		
10. Arie Roest	57:20	55:52
VSEN, 10 KM RECREATIE		
2. Vera Keidel	43:13	43:11
96. Tamara Kieffer	1:03:26	1:01:13
V35, 10 KM RECREATIE		
2. Sandra van Strien	43:58	43:56
74. Naomi Sirag	1:02:10	1:01:37
87. Petra lok	1:03:08	58:43
135. Els Postma	1:06:06	1:03:57
226. Saskia Sloom	1:12:26	1:08:54
V45, 10 KM RECREATIE		

18.	Froukje van Althuis	56:30	55:33
37.	Wieke de Haan	1:00:17	58:06
169.	Charlotte Boonstra	1:12:55	1:09:23
179.	Marja muller	1:14:18	1:12:09
191.	Chantal de Jongh	1:18:44	1:13:49
192.	Carolien Sloot	1:18:55	1:13:41
V55, 10 KM RECREATIE			
4.	Ria van der Schoot	57:04	56:22
13.	Riek van der Meulen	1:02:32	1:00:26
37.	Tine Visser	1:07:30	1:03:47
MSEN, 5 KM RECREATIE			
75.	Dies Snoodijk	30:29	28:17
94.	Stefan Volbeda	32:40	31:28
98.	Maurice Appeldooren	33:11	30:18
M40, 5 KM RECREATIE			
2.	Lammert Odinga	23:53	23:38
VSEN, 5 KM RECREATIE			
2.	Jeltsje Osinga	21:08	21:07
12.	Rianne Nyenhuis	24:55	24:53
18.	Melanie Grijpstra	28:27	28:24
101.	Mare te Biesebeek	35:26	33:51
112.	Rixt Baarsma	35:55	34:47
218.	Claudia Verdoorn	44:44	41:58
V35, 5 KM RECREATIE			
53.	Miranda Overwijk	35:19	34:54
V45, 5 KM RECREATIE			
85.	Thera Lulf	39:23	36:36
J8-12, 2 KM KIDSRUN			
29.	Remy Borawitz	9:39	9:38

Boscrossmarathon te Diever op 14 december.

10,5 km	Mannen	2. Timo Schraa	43.58
		76. René Keuter	1.10.30
Marathon	Mannen	9. Harrie Wetterhahn	3.38.17

Molenloop te Vrouwenparochie op 21 december.

21,7 km	1. Huub Bots	1.24.35	M40.01
17,8 km	1. Rob Vijver	1.14.44	MSE.01
11,3 km	12. Hans Nagtegaal	54.29	M50.06
	39. Marc van Gelder	1.07.12	M40.09
	50. Reinder Sinnema	1.13.59	M50.12

3^e Gaasterlan-Run op 21 december.

½ marathon	Mannen	1. Willem de Boer	1.15.00
		5. Timo Schraa	1.28.02

Kerstcross Oranjewoud op 22 december.

Jongens-D	2000m	2. Leon van Lunzen	7.23
Jongens-C	2000m	7. Jan Oldhoff	7.41
Meisjes-C	2000m	2. Lisa Muizer	8.14
		6. Mare te Biesebeek	8.36

Meisjes-B	4000m	3. Lois Oldhoff	17.09
Vrouwen sen.	6000m	6. Vera Keidel	25.46
Mannen 40+	10000m	2. Harry Wiersma	38.03
		3. Huub Bots	38.25
Mannen 50+	10000m	6. Johannes v.d. Veen	42.53
		7. Willie Kiewiet	42.55

Oudejaarsloop te Marrum op 28 december.

½ marathon	Mannen sen.	1. Willem de Boer	1.13.58	
		3. Douwe Nauta	1.18.44	
		7. Freerk Jaarsma	1.27.27	
		9. Timo Schraa	1.33.26	
		1. Richard Kienstra	1.19.16	
	Mannen 40+	2. Harry Wiersma	1.19.57	
		4. Ritske Flootman	1.26.48	
		2. Johannes v.d. Veen	1.27.30	
	Mannen 50+	5. Hans v.d. Steen	1.29.01	
		14. Hans Nagtegaal	1.43.59	
		15. Eelco de Graaf	1.44.12	
		20. Gerard Schade	1.49.56	
		1. Auke Postma	1.33.10	
	Mannen 60+	1. Immy Auck Kersbergen	1.21.43	
		2. Simone van Dijk	1.33.26	
4. Jacinta Fancel		1.37.27		
7. Inge van Schaick		1.44.12		
10,8 km	Mannen sen.	5. Andre Posthumus	47.15	
	Mannen 40+	9. Sjoerd Holtrop	55.53	
	Mannen 50+	9. Bauke v.d. Loon	54.50	
		10. Jan Jepma	55.27	
		17. Bosman	1.03.42	
	Vrouwen	2. Marit Houtsma	51.11	
		7. Liesbeth Mulder	56.12	
		10. Carin Kuiper	1.02.11	
	5,4 km	Mannen	1. Jelmer v.d. Veen	21.05
			12. Klaas Jan Huizing	24.24
45. Reinder Sinnema			40.49	

Oliebollenloop te Gorredijk op 31 december.

4 Mijl	Vrouwen	10. Kim Keidel	31.52	31.44
	Mannen	10. Richard van Lunzen	27.11	27.08
10 km	Vrouwen	2. Immy Auck Kersbergen	36.00	35.58
		2. Gerrit Wolbers	34.26	34.24
	Mannen	26. Timo Schraa	40.15	40.08
		100. André Jellema	46.59	46.53