

Uitslagen December 2017.

Mildamcross te Mildam op 2 december.

10 km	Mannen	50. Cor Wetting	48.46
		72. Peter Rutkens	52.45
		89. Rudolf Kuipers	55.16
	Vrouwen	29. Erica Verdegaal	57.40
5 km	Vrouwen	8. Mariëtte Mengerink	27.43

Pepernotenrun te Franeker op 2 december.

10 km	Mannen sen.	1. Gerrit Wolbers	35.02
	Mannen 40+	12. Harold rakers	55.00
	Mannen 50+	14. Sjoerd Holtrop	49.20
		17. Alfred Knobbe	51.21
		22. Matthijs Vleugel	57.42
	Vrouwen 45+	15. Marianne Haijma	58.16
	Vrouwen 55+	4. Margreeth Korten	58.45
15 km	Mannen sen.	1. Rob Vijver	55.41
		2. Dick Wobbes	58.16
		4. Geale Simon Postma	59.06
		5. Wim Douma	1.02.14
	Mannen 40+	3. André Ydema	1.05.24
		5. Jan van der Werf	1.12.55
		6. André Jellema	1.13.41
		7. Hugo Reitsma	1.13.41
	Mannen 50+	7. Niels Blaauw	1.14.30
		19. Hans Bonnema	1.25.21
	Mannen 60+	3. Rienk de Vries	1.09.57
	Vrouwen 35+	1. Judith van der Meer	1.06.09
	Vrouwen 55+	1. Inge van Schaick	1.14.30
		2. Bettie Koops	1.23.47
		4. Annechien van der Veen	1.29.36
		5. Anke Peterson	1.37.24

Nienoord Crossloop te Leek op 2 december.

10,2 km	Mannen	2. Menno Mud	37.35
---------	--------	--------------	-------

2° Winterloop te Sneek op 3 december.

8,9 km	Mannen	2. Paul Geertsma	29.34	29.34
		4. Rob Vijver	30.02	30.02
		5. Marcel Adema	30.38	30.38
		6. Erik Bouma	30.38	30.38
		7. Willem de Boer	30.38	30.38
		14. Dick Wobbes	32.31	32.31
		15. Freek Jaarsma	32.55	32.55
	Vrouwen	1. Immy Auck Kersbergen	34.26	34.26
1300m	M-D	1. Jente Leeuwangh	4.30	4.29
		2. Renske Drenten	4.31	4.30
		3. Yara de Boer	4.34	4.34
		4. Mayke Ruige	5.14	5.13
2600m	M-C	3. Jannah Leeuwangh	10.40	10.34

Boscross te Diever op 9 december.

21,1 km 77. Marc van Gelder 2.41.56

Triple Indoor Gala te Alkmaar op 9 december.

Jongens-pupillen-B		40m kogel	hoog	punten	
6. Delano van Zandvoort		7.41	4.96	0.95	1110
12. Jayden van Zandvoort		7.57	4.54	0.85	976
J-pup-B	1000m	8. Jayden van Zandvoort			4.16.58
		10. Delano van Zandvoort			4.18.08
J-D1	60m series	12. Quinten Geleyne			9.89
	Kogel	12. Quinten Geleyne			5.54
	Hoog	9. Quinten Geleyne			1.20
J-C	1500m	1. Melle Ketellapper			5.08.99
M-D1	60m series	3. Shanara van Zandvoort			9.16
		12. Mayke Ruige			9.79
	60m ½ finale	4. Shanara van Zandvoort			9.27
		10. Mayke Ruige			9.75
	60m finale	3. Shanara van Zandvoort			9.21
	1000m	15. Mayke Ruige			4.12.65
	60m H series	3. Yara de Boer			12.08
	60m H finale	2. Yara de Boer			11.36
	Kogel	12. Shanara van Zandvoort			6.65
		13. Mayke Ruige			6.64
	Hoog	2. Yara de Boer			1.25
M-D2	60m series	1. Jente Leeuwangh			8.90
	60m ½ finale	2. Jente Leeuwangh			9.04
	60m finale	1. Jente Leeuwangh			8.94
	1000m	5. Renske Drenten			3.35.12
	60m H series	3. Jente Leeuwangh			11.34
	60m H finale	4. Jente Leeuwangh			11.40
	Kogel	23. Renske Drenten			6.37
	Hoog	2. Renske Drenten			1.40
		3. Jente Leeuwangh			1.35
M-C	60m series	6. Eline Ruige			8.95
		10. Merel de Vries			9.10
		27. Jannah Leeuwangh			9.90
	60m ½ finale	5. Eline Ruige			8.89
		11. Merel de Vries			9.03
	60m finale	4. Eline Ruige			8.88
	800m	7. Eva Hendriks			2.48.41
		11. Jannah Leeuwangh			2.54.51
	60m H series	4. Sabrina Cruden			10.14
	60m H finale	3. Sabrina Cruden			9.90
	Kogel	20. Eline Ruige			6.77
M-B	60m series	2. Ilse Steigenga			8.49
		4. Cicely Sille			8.67
		15. Carmen d Wolff			9.62
	60m ½ finale	3. Ilse Steigenga			8.42
		4. Cicely Sille			8.93
	Kogel	1. Sabrina Cruden			11.27
		7. Carmen de Wolff			8.91
		10. Ilse Steigenga			8.14

Hoog	2. Sabrina Cruden	1.40
	2. Carmen de Wolff	1.40
	2. Ilse Steigenga	1.40

Cees Clement Cross te Sneek op 10 december.

2.000m	Meisjes-B	3. Marene Scholtens	9.57
4.000m	Jongens-B	4. Jing Oldhoff	16.36
		7. Glenn de Vries	21.03
6.000m	Jongens-A	2. Janco Rijpstra	23.24
		3. Jan Oldhoff	23.50
1.000m	Mannen	2. Jelmer van der Veen	6.19
		3. Geale Simon Postma	6.29
10.000m	Mannen sen.	4. Geale Simon Postma	44.11
		9. Jesper Keidel	49.38
Trail 8 km	Mannen	6. Theo Zijlstra	48.06
	Vrouwen	2. Lisanne Jager	46.25
Trail 12 km	Mannen	5. Sander van Hoorn	1.03.48
	Vrouwen	2. Rixt Sinnema	1.11.26

Adventurerun op Amelend op 16 december.

21,1 km wedstrijd	Mannen sen.	20. Joris van den Bosch	1:24:08	1:24:07	
		Mannen 40+	2. Menno Mud	1:16:59	1:16:58
			8. Harry Wiersma	1:22:56	1:22:53
			15. Anton Kingma	1:28:32	1:28:28
			25. André Jellema	1:38:49	1:38:41
			26. Arie de Jong	1:39:46	1:39:39
		Mannen 50+	14. Niels Blaauw	1:38:42	1:38:34
		Mannen 60+	2. Auke Postma	1:32:55	1:32:52
			10. André van der Werf	1:54:48	1:53:58
		Vrouwen sen.	11. Anja van Zutphen	1:47:11	1:46:57
		Vrouwen 35+	3. Judith van der Meer	1:33:14	1:33:06
		Vrouwen 55+	1. Inge van Schaick	1:38:43	1:38:35
21,1 km recreanten	Mannen sen.	49. Richard Spoelstra	1:42:29	1:42:20	
		Mannen 40+	10. Hugo Reitsma	1:38:42	1:38:24
			40. Jan van der Werf	1:45:25	1:44:29
			109. Carlo Loos	1:58:36	1:55:12
		Mannen 50+	156. Wim Manshande	2:16:08	2:12:58
		Mannen 60+	17. Hans Willems	2:05:26	2:02:02
		Vrouwen 55+	12. Bettie Koops	2:04:11	2:03:08
			13. Annechien van der Veen	2:04:12	2:03:07
	10 km	Mannen sen.	4. Rob Vijver	34:39	34:39
				5. Paul Geertsma	35:21
			11. Geale Simon Postma	38:19	38:18
			65. Harmen Dijkstra	48:06	47:19
			180. Heino van der Meer	56:26	51:54
		Mannen 40+	2. Johannes Postma	41:31	41:25
			15. Edwin van der Wal	47:50	47:47
			26. Rikus van Wijj	49:46	47:33
			36. Jochum Prins	52:09	49:56
			80. Jefta Bogaard	57:02	55:36
			199. Michael van der Kooi	1:10:41	1:04:52
		Mannen 50+	25. Gerard Schade	53:32	50:53
			115. André Hartmann	1:04:32	59:26
			143. Wim de Vries	1:07:03	1:01:31
		Mannen 60+	81. Arie Roest	1:12:16	1:05:41
		Vrouwen 35+	3. Sandra van Strien	48:41	48:17
			8. Simone van Dijk	49:44	49:38
		26. Saskia Scholtens	56:38	56:34	
		68. Tamaar Kieffer	1:01:35	1:00:28	
		92. Linda Zeggelaar	1:03:36	1:00:58	
		119. Paula Groenewoud	1:05:26	1:04:52	

	Vrouwen 45+	27. Petra Lok	59:32	56:25
		74. Alie Numan	1:03:16	1:01:49
		100. Marijke de Boer	1:05:15	1:03:32
		208. Ilse Schumacher	1:12:17	1:05:41
	Vrouwen 55+	8. Ria van der Schoot	58:48	58:12
		9. Froukje van Althuis	59:04	57:38
		29. Wike Bruinsma	1:03:35	1:00:27
		40. Jenny Hofman	1:05:55	1:00:29
5 km	Mannen sen.	38. Thomas Rouichi	25:42	25:42
		58. Joeri Oosterhof	27:49	27:13
	Mannen 40+	6. Lammert Odinga	28:06	27:00
	Mannen 50+	35. Reinder Sinnema	40:35	40:17
	Vrouwen sen.	3. Lisanne Jager	22:39	22:39
		64. Rixt Baarsma	33:01	33:01
	Vrouwen 35+	8. Marianne Kooistra	29:30	29:30
		58. Jolanda Born	35:28	34:21
		93. Sanne Gremme	38:46	37:40
	Vrouwen 45+	125. Michelle Sirag	44:22	42:42
	Vrouwen 55+	48. Jacqueline Boetes	41:56	40:18
2km kidsrun	Jongens	8. Merlijn Rosier	4:11	4:11
		24. Jorik de Jager	4:32	4:30
		40. Matthijs Galema	5:07	5:02
		50. Jort Jellema	5:30	5:30
	Meisjes	16. Elza van der Meulen	4:53	4:52
1 km kidsrun	Jongens	10. Mads Jellema	4:42	4:41

Verhoeve Groen Trail/Cross te Appelscha op 23 december.

15 km Trail	Mannen	1. Harrie Wetterhahn	1.06.21	1.09.19
		12. Niels Blaauw	1.17.16	1.17.13
		23. André Jellema	1.23.00	1.22.58
	Vrouwen	5. Inge van Schaick	1.23.12	1.23.10
1.000m	Mannen	4. Janco Rijpstra	4.25	4.25
		6. Jan Oldhoff	4.31	4.30
		7. Jelmer van der Veen	4.34	4.33
		10. Geale Simon Postma	5.10	5.10
6.000m	Mannen sen.	2. Rob Vijver	33.18	33.18
		6. Geale Simon Postma	38.08	38.04
		10. Jesper Keidel	42.50	42.46
	Mannen 40+	2. Huub Bots	37.14	37.12

Sint Thomas Trailrun te Nieuwehorne op 23 december.

20 km	Mannen	146. Marc van Gelder	2.39.07
-------	--------	----------------------	---------

Gaasterland Rabo Run te Balk op 23 december.

4 E.M.	Mannen	2. Gerrit Wolbers	21.59	21.58
		103. Reinder Sinnema	49.12	48.56
21,1 km	Mannen	2. Erik Bouma	1.17.49	1.17.45

Solana Atletiek Indoor te Dronten op 29 december.

Jongens-pupillen-B	30m	kogel	hoog	punten
	7. Delano van Zandvoort	5.77	4.63	1.00
	13. Jayden van Zandvoort	5.89	4.84	0.90
Meisjes-D	30m	kogel	hoog	punten
	1. Yara de Boer	5.07	8.38	1.50
	7. Jente Leeuwangh	5.01	7.58	1.40
	15. Renske Drenten	5.54	7.18	1.30

19.	Shanara van Zandvoort	5.11	6.28	1.15	1309
26.	Tessa Celine de Roos	5.64	5.73	1.30	1228
Jongens-D		30m	kogel	hoog	punten
17.	Quinten Geleynse	5.41	5.99	1.20	1236
30.	Tobias Elzinga	5.71	5.12	1.15	1060
Meisjes-C		30m	kogel	hoog	punten
1.	Sabrina Kim Cruden	4.98	10.74	1.40	1776
4.	Lisanne Haasdijk	5.17	7.56	1.50	1635
Jongens-C		30m	kogel	hoog	punten
8.	Thian Tromp	4.91	8.07	1.35	1626
12.	Melle Ketellapper	5.05	5.80	1.35	1446
Meisjes-B		30m	kogel	hoog	punten
3.	Ilse Steigenga	4.74	9.09	1.45	2012
8.	Carmen de Wolff	5.50	8.20	1.40	1545

Oudejaarsloop te Marrum op 30 december.

21,1 km	Mannen 40+	1.	Willem de Boer	1.19.23
		2.	Harry Wiersma	1.22.26
		3.	Freek Jaarsma	1.25.09
		9.	André Jellema	1.43.53
	Mannen 50+	2.	Ritske Flootman	1.33.41
		3.	Johan Meinsma	1.37.25
		7.	Niels Blaauw	1.42.41
		8.	Klaas Jan Huizing	1.44.03
	Mannen 60+	1.	Auke Postma	1.36.35
		1.	Inge van Schaick	1.42.41
10,2 km	Mannen 40+	2.	Willi-Jan Veltman	41.16
		3.	Anton Kingma	42.24
		10.	Sjoerd Holtrop	55.21
	Mannen 50+	1.	Marjan Andringa	41.16
		1.	Meike Regeling	24.32

Rabobank Sylversterloop te Soest op 31 december.

4000m	Jongens-B	17.	Jing Oldhoff	16.28	16.28
3200m	Meisjes-B	11.	Elsa Rijpstra	14.03	14.03
		33.	Mare Wiersma	18.10	18.10
10.400m	Mannen sen.	67.	Rob Vijver	43.06	43.06
		79.	Geale Simon Postma	45.53	45.53

Oliebollenloop te Gorredijk op 31 december.

4 Mijl	Vrouwen	3.	Mare te Biesebeek	27.58	27.51
		4.	Rixt Sinnema	28.11	28.08
		15.	Bettie Koops	31.59	31.54
		140.	Therese Wester	40.30	40.15
		5.	Jelmer van der Veen	23.24	23.22
10 km	Mannen	68.	Bouwe Hiddinga	31.36	31.21
		8.	Judith van der Meer	51.18	41.10
		85.	Carin Kuiper	55.10	54.37
	Vrouwen	87.	Marjan Rodenhuis	55.15	54.32
		4.	Gerrit Wolbers	34.14	34.11
		8.	Menno Mud	35.16	35.14
		12.	Douwe Nauta	36.19	36.16

55.	André Ydema	41.40	41.25
442.	Alfred Knobbe	1.18.05	1.16.44
443.	Reinder Sinnema	1.18.05	1.16.45

Brink tot Brinkloop te Deventer op 31 december.

10 km	Mannen	6.	Paul Geertsma	34.15	34.13
-------	--------	----	---------------	-------	-------