

Uitslagen December 2018.

Bovenboerloop te Nijeveen op 1 december.

21,1 km	Mannen 50+	1. Jan Venhuizen	1.19.38
11,4 km	Vrouwen	2. Sanne Heidinga	49.33

Pepernotenrun te Franeker op 1 december.

1,5 km	Mannen	2. Jurre Muller	10.17
6,8 km	Mannen sen.	1. Gerrit Wolbers	24.37
		4. Ruben Muller	26.31
	Mannen 40+	2. Catrinus Vroom	28.19
	Mannen 50+	1. Ritske Frootman	26.47
	Vrouwen 45+	8. Meriam Reisink	46.46
10,7 km	Mannen 40+	2. Arie de Jong	43.04
		7. Rikus van Wijk	51.24
	Mannen 50+	1. Richard van der Wal	43.09
		4. Hans Bonnema	52.05
		8. Sjoerd Holtrop	57.13
		21. Harold Rakers	1.04.23
	Mannen 60+	17. Reinder Sinnema	1.26.27
	Vrouwen 45+	3. Petra Lok	1.01.19
		6. Trea Walstra	1.02.32
		11. Marianne Haijma	1.04.19
16,4 km	Mannen sen.	1. Rob Vijver	1.00.03
		2. Dick Wobbles	1.00.58
		16. Harrie Wetterhahn	1.20.45
	Mannen 40+	2. Andre Ydema	1.12.22
		5. Andre Jellema	1.16.51
	Mannen 50+	1. Henk van Eldik	1.08.10
		8. Niels Blaauw	1.18.26
	Mannen 60+	1. Rienk de Vries	1.17.02
	Vrouwen 45+	1. Judith van der Meer	1.08.23
	Vrouwen 55+	1. Inge van Schaick	1.20.45
5. Annechien van der Veen		1.25.02	
	8. Anke Peterson	1.57.20	

Nienoord Crossloop op 1 december.

7,5 km	Vrouwen	5. Marjan Andringa	33.59
	Mannen	3. Menno Mud	28.39

Mildam Crossloop op 1 december.

10 km	Mannen	57. Cor Wetting	49.19
		84. Jouke de Vries	56.04
	Vrouwen	25. Erica Verdegaal	55.53
5 km	Vrouwen	15. Tea Busstra	30.09
		27. Chantal de Jongh	33.03

Winterloop te Sneek op 2 december.

8,9 km	Mannen	1. Paul Geertsma	29.29	29.28
		3. Willem de Boer	31.25	31.24

		4. Marcel Adema	31.25	31.24
		6. Johannes Postma	33.06	33.04
		10. Freek Jaarsma	33.39	33.37
		12. Erik Verdoorn	34.16	34.15
		20. Klaas van Heeringen	36.04	36.00
	Vrouwen	1. Samantha Wolfslag	36.20	36.16
1300m	M-D	1. Yara de Boer	4.45	
2600m	M-C	1. Renske Drenten	9.26	

Triple Indoor Gala te Alkmaar op 8 december.

Meisjes C	800m	4. Renske Drenten	2.44.15
	Kogel	15. Renske Drenten	6.93
	Hoog	2. Renske drenten	1.40
Meisjes D2	60m series	4. Yara de Boer	9.27
		7. Mayke Ruige	9.51
	60m ½ finale	3. Yara de Boer	9.22
		6. Mayke Ruige	9.42
	60m finale	3. Yara de Boer	9.24
		5. Mayke Ruige	9.42
	60mHrd serie	1. Yara de Boer	10.78
	60mHrd finale	1. Yara de Boer	10.49
	Kogel	9. Mayke Ruige	8.44
	Hoog	1. Yara de Boer	1.45

15^e Adventurerun op Ameland op 15 december.

21,1 km Wedstr	Mannen sen.	9. Rob Vijver	1:17:36	
		27. Richard Spoelstra	1:33:48	
	Mannen 40+	2. Menno Mud	1:16:44	
		8. Douwe Nauta	1:21:26	
		10. Johannes Postma	1:22:33	
		15. Harry Wiersma	1:29:41	
		17. Hugo Reitsma	1:34:58	
		20. André Jellema	1:39:31	
		29. Rogier Mink	1:54:49	
	Mannen 50+	2. Jan Venhuizen	1:23:32	
		6. Henk van Eldik	1:29:40	
		18. Johan Meinsma	1:39:47	
		20. Niels Blaauw	1:40:14	
	Vrouwen sen.	13. Samantha Wolfslag	1:34:11	
	Vrouwen 35+	3. Marjan Andringa	1:31:34	
	Vrouwen 45+	3. Judith van der Meer	1:31:32	
		8. Lieneke De Jong-Goris	1:48:44	
	Vrouwen 55+	1. Inge van Schaick	1:44:28	
21,1 km Plp	Mannen 40+	30. Jan van der Werf	1:45:06	1:44:28
		59. Edwin van der Wal	1:48:44	1:47:46
		87. Rikus van Wijk	1:55:29	1:53:56
		135. Carlo Loos	2:01:17	1:57:49
	Mannen 50+	153. Gerard Schade	2:09:52	2:08:56
	Mannen 60+	51. Hans Willems	2:11:14	2:07:45
	Vrouwen 55+	10. Annechien van der Veen	2:02:27	2:01:21
10 km	Mannen sen.	1. Paul Geertsma	34:24	34:24
		13. Gerrit Wolbers	38:26	38:24
		15. Thys de Jong	39:29	39:27
		37. Jesper Keidel	47:05	45:02
		80. Heino van der Meer	52:41	47:47
	Mannen 40+	2. Arie de Jong	42:17	42:15

		8. Catrinus Vroom	44:22	44:20
		10. Geart Sierd van der Zee	45:28	43:25
	Mannen 50+	96. Gerard Hendriksma	1:02:12	1:00:42
		106. Wim de Vries	1:02:55	58:49
		123. André Hartmann	1:04:48	1:04:35
	Mannen 60+	13. Jouke de Vries	58:05	56:25
	Vrouwen 35+	55. Linda Zeggelaar	1:02:44	1:01:32
		186. Jannie Idema	1:12:18	1:11:03
	Vrouwen 45+	15. Marianne Haijma	57:32	56:48
		25. Petra Lok	1:00:10	59:09
		62. Margreet Dijkstra	1:03:39	1:02:24
		121. Tea Busstra	1:07:03	1:05:24
		169. Marijke de Boer	1:10:02	1:06:55
	Vrouwen 55+	3. Bettie Koops	53:23	53:13
		17. Ria van der Schoot	1:01:18	1:01:14
		24. Wike Bruinsma	1:03:19	1:02:04
		27. Fr van Althuis	1:03:30	1:01:33
		34. Jeannet Huitema	1:04:14	1:03:15
		55. Jelly Koopmans	1:08:19	1:05:33
		56. Riekie van der Meulen	1:08:19	1:05:33
		59. Wieke de Haan	1:08:38	1:05:52
5 km	Mannen 60+	41. Reinder Sinnema	42:16	42:01
	Vrouwen sen.	51. Elza van der Meulen	33:34	33:29
		52. Maaïke Das	33:35	32:55
	Vrouwen 35+	111. Sanne Gremme	38:53	37:35
	Vrouwen 55+	13. Betty Bleijenberg	36:03	34:55
		48. Thera Lulf	43:46	43:34
2 km kidsrun	Jongens	23. Jorik de Jager	9:12	9:10
		37. Matthijs Galema	9:53	9:49

Gaasterlan Run te Balk op 22 december.

4 Mijl	Mannen	8. Sander van Hoorn	26.03	26.01
		72. Reinder Sinnema	51.55	51.39
21,1 km	Vrouwen	4. Sanne Heidinga	1.33.52	1.33.48

Try Out Games te Apeldoorn op 23 december.

Meisjes B	60m series	2. Ilse Steigenga	8.04
		17. Carmen de Wolff	9.41
	60m ½ finale	2. Ilse Steigenga	8.04
		2. Ilse Steigenga	8.11
	60mHrd serie	4. Ilse Steigenga	9.16
	60mHrd finale	5. Ilse Steigenga	9.12
	Kogel	15. Carmen de Wolff	9.50
Ver	3. Ilse Steigenga	5.27	
Meisjes C	60m series	13. Jente Leeuwangh	8.54
	400m	9. Jente Leeuwangh	1.06.61

Sint Thomas Trailrun te Nieuwehorne op 23 december.

9km	Mannen	1. Dick Wobbes	31.53
		93. Jurmy Borawitz	48.25
35 km	Mannen	15. Romke Rodrigo de Jong	2.57.29
		23. Richard de Graaf	3.07.10

Cross te Appelscha op 24 december.

15 km trail	Mannen	9.	Hans van der Steen	1.14.52	1.14.52
		13.	Niels Blaauw	1.16.21	1.16.21
		14.	Rikus van Wijk	1.16.22	1.16.22
		16.	André Jellema	1.16.31	1.16.31
		50.	Herman Wassens	1.42.44	1.42.44
		52.	Marc van Gelder	2.06.36	2.06.36
	Vrouwen	13.	Grietje van der Schaaf	1.27.11	1.27.11
		19.	Annechien v.d. Veen	1.37.10	1.37.10
		22.	Linda Dekker	1.45.01	1.45.01
		19.	Hans Willems	58.14	58.14
8 km trail	Mannen	19.	Marianne Kooistra	1.03.46	1.03.46
1000m	J-pup	11.	Jurre Muller	4.35	
		19.	Tieme Muller	5.23	
		21.	Mads Jellema	5.53	
Sprint	Mannen	3.	Janco Rijpstra	4.16	
	Vrouwen	4.	Eline Ruige	5.50	
4 km	J-B	3.	Jing Oldhoff	14.24	
6 km	J-A	7.	Glenn de Vries	25.18	
10 km	Mannen sen.	2.	Rob Vijver	33.12	
		11.	Ruben Muller	38.16	
	Mannen 50+	1.	Jan Venhuizen	35.47	
	Mannen 60+	8.	Ritske Flootman	40.50	
		1.	Johannes v.d. Veen	42.39	

10^e Solana Atletiek Indoor te Dronten op 28 december.

Jongens D2	30m	kogel	hoog	punten	
1.	Daan Sikkema	4.95	8.14	1.50	1740
6.	Quinten Geleynse	5.23	7.08	1.35	1465
Jongens-pup-A1					
10.	Delano van Zandvoort	5.68	5.76	1.00	1300
12.	Jayden van Zandvoort	5.77	5.89	1.00	1284
Meisjes B					
1.	Ilse Steigenga	4.72	11.61	1.55	2299
4.	Carmen de Wolff	5.48	9.68	1.35	1594
Meisjes C					
2.	Jente Leeuwangh	4.89	6.61	1.45	1634
12.	Renske Drenten	5.50	6.93	1.35	1377
Meisjes D1					
4.	Edith Jensma	5.41	8.35	1.20	1371
Meisjes D2					
1.	Yara de Boer	5.01	10.31	1.50	1827
6.	Shanara van Zandvoort	5.06	8.01	1.25	1499
10.	Tessa de Roos	5.59	6.83	1.40	1388
13.	Bernice Frank	5.46	6.70	1.30	1337

Oudejaarsloop te Marrum op 29 december.

5 km	Mannen 60+	5.	Reinder Sinnema	40.18
10 km	Mannen 50+	1.	Klaas van Heeringen	41.33
		6.	Klaas Jan Huizing	48.52
		24.	Marc van Gelder	1.06.43
21,1 km	Mannen sen.	2.	Hagos Berhane	1.18.02
		3.	Dick Wobbes	1.20.14
		9.	Richard Spoelstra	1.33.19

Mannen 40+	1.	Remon van Lunzen	1.20.14
	3.	Harry Wiersma	1.23.07
	5.	Arie de Jong	1.31.09
	9.	André Jellema	1.40.10
Mannen 50+	1.	Richard van der Wal	1.32.19
	2.	Ritske Frootman	1.33.00
Mannen 60+	2.	Johannes v.d. Veen	1.38.07
Vrouwen 35+	1.	Sanne Heidinga	1.36.36

Phanos sprint/horde Indoor te Amsterdam op 30 december.

Meisjes B	60m series	7.	Ilse Steigenga	8.12
	60m finale	4.	Ilse Steigenga	8.05
	60mHrd serie	5.	Ilse Steigenga	9.28
	60mHrd finale	6.	Ilse Steigenga	9.23

Oliebollenloop te Gorredijk op 31 december.

4 EM	Vrouwen	5.	Mare te Biesebeek	27.48	27.44
		10.	Marene Scholtens	28.16	28.12
		118.	Therese Wester	38.26	38.09
	Mannen	4.	Jelmer van der Veen	23.04	23.02
		72.	Bouwe Hiddinga	30.19	30.02
10 km	Vrouwen	4.	Marjan Andringa	38.53	38.50
		99.	Petra Lok	54.54	54.32
		158.	Wike Bruinsma	59.09	58.38
	Mannen	3.	Paul Geertsma	31.53	31.52
		13.	Marcel Adema	34.59	34.58
		14.	Douwe Nauta	35.11	35.09
		68.	Kees Noppert	40.04	39.57
		83.	Catrinus Vroom	41.20	41.15
		111.	Jesper Keidel	43.04	43.00
		256.	Gerard Schade	50.13	49.48
		260.	André van der Werf	50.28	50.02
		315.	Herman Wassens	52.58	52.30
		340.	Robin Telgenhof	54.18	53.51
475.	Reinder Sinnema	1.21.28	1.20.16		

Silvesterloop te Poppenwier op 31 december.

10 km	Mannen	1.	Douwe nauta	36.18
		2.	Erik Bouma	36.48