

UITSLAGEN Juni 2015.

Lus van Akkrum op 3 juni.

11,8 km

Reinder Sinnema

1.33.06

2° Athletic Champs te Sneek op 6 juni.

Pupillen A	60m	60mH	Duur	Sling	Ver	Vortex	Punten
Eline Ruige	9,8	12,2	1450	13,50	3,05	18,50	357
Hester Hoekstra	9,6	12,2	1300	17,00	3,35	16,50	363
Jente Leeuwangh	9,8	11,8	1425	12,50	2,75	8,50	310
Jessie ten Hoeve	10,2	11,7	1150	17,00	3,10	17,50	334
Jort Oosterveld	10,9	11,6	1300	11,50	3,20	20,50	281
Lisca van Gelder	10,1	11,8	1150	12,50	2,95	10,50	283
Mees Flapper	10,5	13,9	1300	12,00	2,85	7,00	209
Melle Ketellapper	9,5	11,8	1550	16,50	3,35	24,00	377
Merel Wetterhahn	11,7	14,0	1125	12,50	2,45	10,50	196
Naomi Teppema	11,2	10,8	1200	11,50	3,00	13,50	287
Onne Iping	11,4	13,8	1200	13,50	2,50	16,00	206
Renske Drenten	10,6	13,1	1400	10,50	3,05	17,00	295
Sander Reinders	9,5	11,5	1325	19,50	3,20	24,50	365
Sophie Kuiken	13,1	15,3	1050	8,50	3,25	9,00	123
Ward Wijnia	10,5	11,9	1200	16,50	3,05	24,00	304
Wietske v.d. Weij	9,1	11,1	1400	14,00	3,25	13,00	379

Pupillen B/C/mini	Hoog	M-bal	Duur	Ver	Vortex	Punten
Annika Brummer	0,90	4,70	875	2,60	8,00	223
Arjan Benjath	0,85	4,80	825	2,70	18,50	239
Chloe Lemke	0,70	3,60	725	2,40	11,50	279
Daan Sikkema	0,95	5,50	900	2,70	12,50	246
Dione van Gelder	0,75	3,80	775	2,30	8,50	214
Eowijn Sinnema	0,75	2,80	825	1,95	10,00	258
Hessel Pijlman	0,70	2,50	700	1,75	7,50	165
Ilse Jorritsma	0,95	4,00	725	1,90	6,00	274
Jort Jellema	0,85	5,10	875	2,25	18,50	286
Julia de Jager	0,85	4,60	875	2,60	10,00	225
Mayke Ruige	0,95	5,00	875	3,00	11,50	265
Melle Renkema	0,70	2,40	850	2,20	7,00	211
Pieke de Kluyver	0,80	5,60	900	2,75	11,50	251
Quinten Geleyense	0,95	5,10	900	2,70	15,50	253
Shanara van Zandvoort	0,80	4,70	725	2,80	8,50	197
Tessa de Roos	0,95	5,20	875	2,80	11,50	260

Loop Leeuwarden op 7 juni.

1 km kidsrun

Meisjes

4. Pieke de Kluyver

4.13

4.12

		7. Rixt Drenten	4.18	4.16
		9. Mayke de Ruige	4.30	4.30
		11. Tessa de Roos	4.31	4.30
		30. Elza v.d. Meulen	5.43	5.28
		46. Eline van Tuinen	6.12	6.03
		47. Dione van Gelder	6.28	6.05
	Jongens	11. Stijn van Deutekom	4.24	4.22
		25. Jort Jellema	4.51	4.51
		119. Hessel Pijlman	7.33	7.17
2,5 km kidsrun	Meisjes	168. Redmer de Noord	9.21	8.46
		6. Eline Ruige	11.30	11.28
		19. Hester Hoekstra	12.53	12.50
		26. Julia de Jager	13.31	13.27
		31. Jente Leeuwangh	13.45	13.39
		44. Lisca van Gelder	14.56	14.51
	Jongens	1. Einar Kuiper	9.34	9.33
		3. Melle Ketellapper	9.42	9.40
		4. Stefan van Lunzen	9.51	9.50
		6. Jing Oldhoff	9.57	9.57
		20. Gydo Tiggelaar	11.52	11.48
		43. Lars v.d. Meulen	14.03	13.55
5 km	Mannen	1. Patrick Reitsma	16.07	16.05
		2. Jelmer v.d. Veen	16.41	16.40
		3. Marcel Adema	16.45	16.43
		8. Jan Oldhoff	17.20	17.19
		9. Janco Rijpstra	17.26	17.24
		10. Joris v.d. Bosch	17.35	17.32
		13. Steven Koffijberg	18.00	17.58
		14. Pascal Sinnema	17.12	17.11
		18. Sonay Yilmaz	18.56	18.53
		21. Timo Schraa	19.08	19.06
		30. Jesper Keidel	19.58	19.55
		39. Glenn de Vries	20.41	20.39
		50. Max Spaargaren	21.30	21.14
		97. Remy Borawitz	23.15	23.13
		118. Hidde v.d. Weg	24.42	24.12
		133. Jeppe Brandinga	24.53	24.46
		157. Timme Bontes	26.30	25.39
		175. Harmen-Tjeerd Meijer	26.53	26.27
		176. Wouter-Geert Meijer	26.53	26.28
		214. Edwin Kalksma	28.02	27.57
		273. Robert-Jan Heizenberg	31.09	30.45
		323. Reinder Sinnema	34.40	33.43
		350. Luuk Feitsma	36.41	35.22
	Vrouwen	5. Lois Oldhoff	19.20	19.19
		6. Mare te Biesebeek	19.35	19.33
		7. Vera Keidel	19.38	19.37
		8. Lisa Muizer	19.57	19.56
		10. Alice Tulner	20.27	20.25
		11. Lianne Jager	20.27	20.25
		14. Rianne Nyenhuis	21.06	21.04
		15. Marene Scholtens	21.07	21.05
		17. Debora Peter	21.15	21.12
		24. Shanice Wortel	22.23	22.20
		44. Linda Werner	24.23	23.56

		51. Joke de Graaf	24.52	24.40
		137. Marianne Kooistra	28.02	27.58
		166. Aukje de Graaf	28.35	28.26
		209. Marcelle Balk	29.50	29.11
		223. Rixt Baarsma	29.36	29.24
		238. Jacqueline Boetes	31.23	29.46
		312. Miranda Odinga	31.40	31.17
		466. Audrey van Gelder	34.40	33.43
10 km	Mannen	1. Paul Geertsma	32.54	32.53
		2. Rob Vijver	34.41	34.40
		3. Erik Bouma	34.51	34.49
		12. David van Oosten	37.58	37.55
		23. André Jellema	40.16	40.13
		25. Harrie Wetterhahn	40.27	40.24
		28. Johan Meinsma	41.05	41.03
		48. Harmen Dijkstra	42.29	42.24
		49. Wouter van der Meer	42.41	42.35
		78. Cor Wetting	44.45	44.42
		85. Niels Blaauw	45.18	45.12
		101. Klaas Jan Huizing	46.02	45.57
		123. André Bär	46.38	46.32
		124. Bouwe Hiddinga	46.41	46.35
		160. Tjeerd-Menno Douma	48.20	48.12
		168. Jasper de Noord	48.29	48.22
		203. Martin de Boer	49.35	49.30
		258. Rudolf Kuipers	51.46	51.33
		267. Manfred v.d. Kerk	51.55	51.45
		337. Denis van Raalte	55.13	53.39
		423. Jan Bosman	56.33	56.27
		425. Koos Pietersma	57.01	56.28
		433. Edwin Kalksma	56.54	56.41
		435. Damiano Ramalli	58.09	56.43
		450. Gerard Hendriksma	57.21	57.11
		458. Tom Vellinga	58.33	57.20
		476. Ad Slagter	57.52	57.44
	Vrouwen	3. Andrea Hofstra	41.39	41.37
		15. Gerda van Klaarbergen	47.39	47.33
		22. Wilma Stelpstra	49.09	49.07
		60. Lucia Hollander	54.19	53.37
		91. Welmoed Mink	55.40	55.16
		133. Mariëtte Mengerink	56.40	56.33
		166. Lisa Oegema	58.31	57.44
		204. Annemarie Groenenberg	59.25	59.12
		223. Marjan Hoexum	59.41	59.33
		230. Linda Zeggelaar	1.00.06	59.46
		239. Paula Groenewoud	1.00.03	59.56
		263. Riek v.d. Meulen	1.00.41	1.00.25
		266. Els Postma	1.00.43	1.00.26
		397. Hilde Brouwer	1.05.13	1.05.03
		495. Greetje Bijlsma	1.11.01	1.09.01
Halve marathon	Mannen sen.	2. Willem de Boer	1.12.40	1.12.38
		4. Franke Smidstra	1.17.59	1.17.56
		7. Douwe Nauta	1.19.29	1.19.27
		11. Erik Verdoorn	1.22.51	1.22.49
		12. Dick Wobbles	1.23.23	1.23.20

	18.	Anton Kingma	1.29.36	1.29.34
	20.	Kees Noppert	1.29.47	1.29.44
	21.	Jelle Coen Bijlsma	1.30.21	1.30.19
	31.	Egbert Allema	1.33.17	1.33.14
Mannen 40+	1.	Remon van Lunzen	1.16.48	1.16.46
	3.	Menno Mud	1.20.43	1.20.41
	4.	Freek Jaarsma	1.22.55	1.22.52
	13.	Richard van Lunzen	1.37.43	1.37.40
	82.	Jefta Bogaard	2.00.00	1.59.54
	88.	Simon Vlas	2.04.47	2.03.55
Mannen 50+	1.	Henk van Eldik	1.24.16	1.24.13
	3.	Johannes v.d. Veen	1.28.01	1.28.00
	5.	Theo Borawitz	1.30.31	1.30.28
	29.	Bauke v.d. Loon	1.48.21	1.48.17
	53.	Wim Manshande	1.58.35	1.57.54
	59.	Dirk Groen	2.00.11	1.59.22
Mannen 60+	1.	Auke Postma	1.28.32	1.28.30
	3.	Hans Groenewoud	1.38.48	1.38.29
Vrouwen sen.	3.	Simone van Dijk	1.40.14	1.40.11
	7.	Marit Houtsma	1.42.35	1.42.31
	12.	Anja van Zutphen	1.46.03	1.45.40
Vrouwen 40+	7.	Liesbeth Mulder	1.58.52	1.58.47
	18.	Carin Kuiper	2.07.03	2.06.08
Vrouwen 50+	2.	Willy Heidinga	1.52.21	1.52.16
Vrouwen 60+	1.	Anke Peterson	2.06.24	2.05.43

Golleloop te Wirdum op 12 juni.

8 km	2.	Ynze Stienstra	31.21	M50.01
4,5 km	10.	Anke Peterson	27.10	V65.01
	15.	Thea de Vries	31.13	V50.01

Noord Nederlandse Kampioenschappen Pupillen te Heerenveen op 13 juni.

Jongens-pupillen-B	40m	hoog	ver	vortex	punten	1000m	
19. Quinten Geleynse	7.64	0.95	2.86	11.68	1203		
Jongens-pupillen-A2	60m	hoog	ver	vortex	punten	1000m	
3. Sander Reinders	9.44	1.25	3.56	24.10	1898		
6. Melle Ketellapper	9.90	1.20	3.61	24.05	1795	3.37.48	1 ^e plaats
Meisjes-pupillen-B	40m	hoog	ver	vortex	punten	1000m	
7. Mayke Ruige	7.55	0.90	2.98	15.28	1268	4.44.76	10 ^e plaats
14. Beau Faber	8.03	0.90	2.49	11.77	1024		
Meisjes-pupillen-A1	60m	hoog	ver	vortex	punten	1000m	
9. Jente Leeuwangh	9.87	1.00	3.23	11.79	1391	4.01.15	4 ^e plaats
Meisjes-pupillen-A2	60m	hoog	ver	vortex	punten	1000m	
8. Wietske vd Weij	9.82	1.10	3.47	12.36	1531	4.10.02	6 ^e plaats
13. Eline Ruige	10.45	1.05	3.27	18.67	1461	4.04.48	5 ^e plaats

NK masters te Zierikzee op 13 juni.

2.000m steeple	Mannen 60+	1.	Auke Postma	8.55.11
10.000 m	Mannen 60+	5.	Auke Postma	41.10.80

De 8 van Drachten op 14 juni.

8 km wedstrijd	Mannen sen.	10. Geale Simon Postma	27.51	27.50
		18. Janco Rijpstra	30.48	30.47
	Mannen 40+	1. Jan Venhuizen	26.00	25.59
		3. Menno Mud	27.08	27.07
	Mannen 50+	7. Hans v.d. Steen	32.49	32.47
	Vrouwen	2. Immy Auck Kersbergen	28.29	28.27
		5. Vera Keidel	34.00	33.55
8 km recreatie	Mannen 50+	16. Peter Klaver	39.42	39.38

Track Meeting te Utrecht op 19 juni.

Jongens-B	1500m	12. Pascal Sinnema	4.52.94
Jongens-A	800m	2. Jelmer van der Veen	1.59.75

Leijenloop te Opeinde op 20 juni.

5,2 km	Mannen	5. Theo Borawitz	20.45	20.45
		64. Patrick Vals	31.09	30.23
21,1 km	Mannen	23. Bauke van der Loon	1.47.44	1.47.41
	Vrouwen	4. Liesbeth Mulder	1.50.38	1.50.35

Mar-athon Rond Sneek en meer op 20 juni.

Marathon	Vrouwen sen.	6. Anja van Zutphen	3.46.48
		Mannen sen.	1. Willem de Boer
		6. Dick Wobbes	3.03.32
		7. Anton Kingma	3.08.20
	Mannen 40+	1. Jan Venhuizen	2.35.32
		2. Harry Wiersma	2.40.53
½ marathon	Vrouwen sen	1. Immy Auck Kersbergen	1.17.41
		9. Gerda van Klaarbergen	1.42.02
		102. Martine van der Galiën	2.04.39
		106. Jannie Idema	2.05.03
	Vrouwen 40+	22. Tabitha Dijkman	1.50.07
		134. Carin Kuiper	2.06.04
		156. Tjitske van Lien	2.08.24
	Vrouwen 50+	2. Inge van Schaick	1.37.27
		58. Wike Bruinsma	2.06.25
		63. Froukje van Althuis	2.08.46
		141. Carla Buurman	2.28.09
		Mannen sen.	2. Rob Vijver
		4. Douwe Nauta	1.17.38
		5. Erik Bouma	1.17.41
		91. Hayo Bootsma	1.41.56
		235. Jasper de Noord	1.59.56
Mannen 40+	1. Remon van Lunzen	1.14.56	
	2. Menno Mud	1.16.11	
	4. Johannes Postma	1.19.06	
	6. Freek Jaarsma	1.23.08	
	8. Marcel Adema	1.23.54	
	9. Geart Sierd vd Zee	1.24.20	
	13. Cor de Vries	1.27.31	
	20. Harrie Wetterhahn	1.29.24	
91. André Jellema	1.41.28		
Mannen 50+	1. Johannes van der Veen	1.24.30	

	2. Henk van Eldik	1.24.41
	7. Hans van der Steen	1.30.46
	49. André Bär	1.45.03
Mannen 60+	1. Auke Postma	1.30.44
	14. Keesjan de Vries	1.46.54

3^e wedstrijd CD-competitie te Emmen op 20 juni.

Meisjes-D	Marene Scholtens	1000m	3.25.07	511
Meisjes-C	Estafette	4x80m	45.39	535
	Marene Scholtens	1000m	3.25.07	511
	Shanice Wortel	80mHrdn	16.50	292
		1000m	3.39.87	
	Cicely Sille	80m	10.97	642
		Kogel	8.33	439
		Speer	26.24	435
	Noa Faber	Kogel	5.29	
		Discus	10.01	89
	Jildou Peeters	80m	11.95	475
	Lisanne Haasdijk	80mHrdn	17.75	
		Hoog	1.25	
	Sietske Gerritsma	80m	12.83	
		Speer	8.51	
		Ver	3.25	268
	Rosa Los	Hoog	1.45	582
	Mare te Biesebeek	1000m	3.12.92	296

	4 ^e plaats van de 12 ploegen		5061	
Jongens-C	Estafette	4x100m	54.36	560
	Hidde v.d. Weg	Kogel	6.28	
		Discus	18.27	
	Timme Bontes	Discus	20.38	314
		Speer	24.05	398
	Justin Qui	800m	2.27.54	583
		Kogel	8.83	465
	Mohamed Drallo	800m	2.20.91	652
		100m	13.29	627
	Harmen T. Meijer	Hoog	1.45	582
		100m hrdn	18.92	425
	Stefan Volbeda	100m hrdn	17.89	491
		Ver	4.91	603
	Remy Borawitz	100m	17.08	219
		800m	3.02.33	
		Speer	12.13	
	Joris Agtereek	100m	17.60	
	Hoog	1.30		
	Ver	3.59		

	4 ^e plaats van de 9 ploegen		5919	

Doodlopersloop Sido te Leeuwarden op 26 juni.

5 of 10 km	20. Akke Kuipers	31.12
------------	------------------	-------

21. Riek v.d. Meulen	31.19
22. Hans Willems	31.31
30. Thea de Vries	34.07
45. Reinder Sinnema	42.51
84. Wim Manshande	54.19
89. Wieke de Haan	55.25
90. Annechien v.d. Veen	56.18

3^e Athletic Champs te Steenwijk op 27 juni.

Pupillen A	60mH	Hoog	Kogel	Duur	Polsv	Vortex	Punten
Eline van Tuinen	16,3	0,95	4,60	1050	3,15	15,50	200
Eline Ruige	11,3	1,05	6,20	1475	4,00	23,00	406
Jasmijn Langius	12,1	0,90	4,00	1175	2,70	14,50	233
Jente Leeuwangh	11,2	1,15	3,90	1475	3,45	11,00	327
Jessie ten Hoeve	11,2	1,10	5,90	1225	4,45	20,00	386
Jort Oosterveld	10,4	0,95	3,90	1350	3,05	18,50	273
Lisca van Gelder	12,0	0,95	4,20	1150	3,55	12,00	259
Mees Flapper	12,8	0,90	3,80	1200	2,80	8,50	176
Melle Ketellapper	10,8	1,25	6,80	1575	4,10	26,00	415
Merel Wetterhahn	13,1	0,90	5,10	1050	3,85	12,50	252
Naomi Teppema	13,1	0,95	5,10	1150	2,95	13,50	237
Renske Drenten	12,2	1,10	5,00	1425	3,45	20,00	341
Stijn van Deutekom	12,1	0,95	5,70	1225	3,25	20,50	265
Sophie Kuiken	14,9	0,85	3,60	1050	2,55	9,50	150
Ward Wijnia	11,5	1,05	7,00	1225	3,85	24,00	328
Wietske v.d. Weij	10,9						109

Pupillen B/C/mini	40m	40mH	Hurk	Duur	Sling	Vortex	Punten
Annika Brummer	8,1	8,7	0,75	875	9,50	10,00	270
Beau Faber	8,2	8,7	0,80	725	10,50	13,50	274
Chloe Lemke	7,7	8,9	0,70	800	11,50	10,50	450
Daan Sikkema	7,2	8,2	0,80	875	13,00	12,50	316
Dione van Gelder	7,8	9,1	0,70	700	8,00	9,00	281
Eowijn Sinnema	7,1	8,6	0,80	750	10,00	10,00	423
Hessel Pijlman	8,8	11,0	0,65	700	8,00	8,00	231
Ilse Jorritsma	7,7	9,3	0,60	675	9,00	5,50	325
Jort Jellema	7,4	8,2	0,85	875	11,50	17,00	393
Julia de Jager	7,8	8,3	0,90	800	11,00	10,50	306
Mayke Ruige	7,3	8,7	0,80	875	11,00	15,50	335
Quinten Geleyense	7,4	7,5	0,85	875	12,50	18,50	353
Tessa de Roos	7,6	7,6	0,90	875	11,50	9,00	336