

Uitslagen Juni 2019.

Onder aan Diek Wedstried te Delfzijl op 1 juni.

Jongens pupillen A1	60m	1000m	kogel	hoog	punten
1. Delano van Zandvoort	9.82	3.56.38	6.33	1.05	1743
6. Jayden van Zandvoort	10.06	4.29.88	5.32	1.00	1461
Meisjes D	60m	150m	punten		
2. Shanara van Zandvoort	8.89	21.91	1030		
Meisjes D	Kogel	1. Shanara van Zandvoort		8.35	
	Ver	2. Shanara van Zandvoort		3.38	
Meisjes C	800m	1. Eline Ruige		2.39.23	

Hoeve aan de wegloop op 2 juni.

10 km	Marc van Gelder	1.14.33
16 km	Inge Wulffelé	1.42.01

Lus van Akkrum op 5 juni.

12 km	Mannen	2. Marcel Adema	42.29	42.27
		18. Sander van Hoorn	54.50	54.45
		37. André van der Werf	1.01.14	1.01.09
7 km	Overall	12. Jefta Boogaard	41.21	41.14

Loopgala te Wageningen op 7 juni.

Mannen sen.	5000m	14. Paul Geertsma	15.21.96
-------------	-------	-------------------	----------

RunX Martinibokaal en NNK CD junioren te Groningen op 8 juni.

Jongens D	80m	1. Daan Sikkema	10.97
	80m horden	1. Daan Sikkema	13.43
	Kogel	1. Daan Sikkema	9.93
	Ver	1. Daan Sikkema	4.71
Jongens B	800m	1. Jing Oldhoff	2.21.13
Jongens A	800m	4. Glenn de Vries	2.20.24
Mannen sen.	3000m	6. Jan Oldhoff	9.37.51
Mannen mast.	3000m	4. Ruben Muller	10.55.32
Meisjes D	60m	2. Shanara van Zandvoort	8.99
		3. Maite Stienstra	9.11
	Discus	1. Edith Jensma	23.37
	Kogel	2. Maite Stienstra	10.38
		6. Shanara van Zandvoort	8.51
	Speer	1. Edith Jensma	25.89
	Ver	7. Shanara van Zandvoort	3.61
Meisjes C	80m	5. Eline Ruige	11.45
	800m	2. Meike regeling	2.39.23
Meisjes B	400m	3. Eline Ruige	1.08.88
	800m	3. Marene Scholtens	2.43.79
		4. Ramona van den Berg	2.54.08
Vrouwen sen.	3000m	1. Elsa Rijpstra	10.38.10

Pinkstermeerkamp te Amstelveen op 9 en 10 juni.

Jongens D2	80m	1000m	80mH	kogel	speer	hoog	ver	punten
8. Quinten Geleyense	11.30	3.40.72	14.75	7.80	24.59	1.39	4.41	3275
Meisjes D2	600m	60mH	kogel	speer	hoog	ver		punten
3. Yara de Boer	1.52.47	10.62	10.15	24.57	1.51	4.54		3137
Meisjes C1	600m	150m	80mH	kogel	speer	hoog	ver	punten
9. Jente Leeuwangh	1.51.97	20.35	13.52	9.66	14.97	1.54	3.88	3418
Meisjes B	800m	100mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	punten
1. Ilse Steigenga	2.34.36	15.62	1.59	10.41	26.68	5.63	24.69	4534

Potmargerun te Leeuwarden op 12 juni.

5 km	Mannen	12. Jarno Sikkes	22:19	22:16
		15. Wim van der Meulen	23:08	23:05
		16. Cor Wetting	23:17	23:16
		23. Hans Willems	25:07	25:01
		25. Jouke de Vries	26:11	26:06
		27. Rudolf Kuipers	26:39	26:34
		28. Uif van Driel	27:22	27:16
5 km	Vrouwen	2. Marijke Westra	22:40	22:36
		10. Erica Verdegaal	26:34	26:31
		11. Linda Zeggelaar	27:36	27:30
		14. Jeannet Huitema	28:12	28:10
		20. Helena van Doorn	29:07	29:02
		24. Iris Roelfsema	29:53	29:48
		38. Chantal de Jongh	32:48	32:38
10 km	Mannen	60. Greetje Bijlsma	40:30	40:16
		16. Cor de Vries	44:20	44:17
		24. Wouter-Geert Meijer	45:41	45:34
		30. Frans Haitsma	47:03	47:02
		33. Siem de Vlas	47:14	47:11
		39. Klaas Jan Huizing	48:17	48:11
		40. Carlo Loos	48:25	48:14
		46. Thys de Jong	48:31	48:27
		70. Tom Vellinga	51:27	51:19
		74. Herman Wassens	51:51	51:39
10 km	Vrouwen	82. Kees van Anken	53:25	53:14
		99. Gerard Hendriksma	1:01:20	1:01:02
		100. Oeds Veenstra	1:01:26	1:01:04
		6. Saskia Scholtens	51:51	51:41
		14. Tamara Kieffer	59:42	59:31
		18. Annemarie Groenenber	1:00:28	1:00:19
		19. Jefta Bogaard	1:00:55	1:00:47
		27. Jetty Sinnema	1:04:13	1:04:03
		28. Anke Peterson	1:04:34	1:04:16
		38. Anne Kwakkernaat	1:08:00	1:07:38
39. Kim Groeneweg	1:08:01	1:07:39		

2^e Trainingswedstrijd te Leeuwarden op 13 juni.

Jongens A	800m	1. Jan Oldhoff	2.08.55
		2. Glenn de Vries	2.20.22
Jongens B	Hoog	1. Harmen-Tjeerd Meijer	1.70
	100m	2. Thian Tromp	12.94
	800m	1. Jong Oldhoff	2.23.85
	5000m	1. Willem Kaleb Fennema	21.55.42
Jongens D	Hoog	2. Thian Tromp	1.55
	80m	1. Daan Sikkema	10.61
		2. Quinten Geleynse	11.48
		4. Sijbren van Gelder	12.46
		5. Karst Vader	14.15
	800m	1. Sijbren van Gelder	2.50.54
	Kogel	1. Daan Sikkema	10.01
		2. Sijbren van Gelder	6.30
		3. Nick Seerden	5.90
		5. Karst Vader	5.68
	Hoog	1. Daan Sikkema	1.50
		1. Quinten Geleynse	1.50
		3. Sijbren van Gelder	1.30
		4. Nick Seerden	1.25
Mannen masters	100m	1. Fokke Draaijer	13.48
	800m	2. Ruben Muller	2.22.95
	Kogel	1. Sjouke Nauta	8.49
		2. Fokke Draaijer	7.82
	Hoog	1. Sjouke Nauta	1.20
Mannen sen.	100m	2. Matthijs Plijnaar	14.55
	800m	1. Jelmer van der Veen	2.02.50
		2. Sander van Hoorn	2.27.90
	5000m	1. Gerrit Wolbers	17.05.79
		2. sander van Hoorn	18.45.54
		3. Jesper Keidel	19.08.31
		4. Frank Hiemstra	19.13.35
	Kogel	2. Wybren Nauta	10.33
Vrouwen mast.	5000m	2. Bettie Koops	24.24.37
	Kogel	1. Monique Seerden	9.17
Vrouwen sen.	800m	1. Lisanne de Jager	2.35.56
Meisjes A	100m	1. Anne Sikkema	13.85
	800m	2. Elsa Rijpstra	2.23.55
	Kogel	2. Anne Sikkema	8.41
Meisjes B	100m	1. Ilse Steigenga	12.96
	800m	1. Marene Scholtens	2.37.19
		2. Ramona van den Berg	2.49.93
	Kogel	1. Ilse Steigenga	11.58
Meisjes C	Hoog	1. Ilse Steigenga	1.50
	80m	1. Jente Leeuwangh	10.88
		2. Naomi Teppema	11.94
		3. Renske Drenten	12.04
		4. Lisca van Gelder	12.19
		6. Anne Marije Wierda	15.27
	800m	2. Meike Regeling	2.37.13
		3. Renske Drenten	2.39.05
		4. Naomi Teppema	3.24.56
	Kogel	1. Renske Drenten	7.82
		2. Lisca van Gelder	7.79

		3. Naomi Teppema	7.36
		5. Anne Marije Wierda	4.06
	Hoog	1. Jente Leeuwangh	1.50
		2. Renske Drenten	1.45
Meisjes D	60m	1. Shanara van Zandvoort	8.76
		2. Maite Stienstra	8.90
		3. Yara de Boer	9.26
		4. Bernice Frank	9.35
		6. Néya Schumacher	9.96
		7. Annemijn Jipping	11.29
	800m	1. Bernice Frank	2.46.76
		2. Yara de Boer	1.46.81
		3. Néya Schumacher	2.57.82
	Kogel	1. Yara de Boer	10.60
		2. Maite Stienstra	9.80
		3. Shanara van Zandvoort	9.71
		5. Bernice Frank	7.51
		6. Annemijn Jipping	5.79
	Hoog	1. Yara de Boer	1.50
		2. Bernice Frank	1.40
		4. Néya Schumacher	1.20
		5. Annemijn Jipping	1.10

Jongens pupillen A1	60m	duur	vortex	hoog	punten
1. Delano van Zandvoort	9.73	1425	25,00	1,10	231
2. Jayden van Zandvoort	10.03	1325	20.50	1.05	191
3. Jurre Muller	10.86	1450	22.50	0.95	182
4. Jelmer Teppema	11.80	1225	19.00	0.95	130
5. Wessel Voerman	11.28	1275	18.00	0.85	128
6. Naut Kuipers	11.07	825	17.50	1.05	121
Jongens pupillen A2					
1. Stein Boringa	10.58	1275	29.50	1.20	226
Jongens pupillen B	40m	duur	m-bal	hurk	punten
1. Ivo Sntker	6.72	975	7.50	0.95	299
2. Dani Tamminga	7.08	900	5.50	0.90	239
3. Evan van der Vaart	7.16	dns	6.00	0.85	188
Jongens pupillen C					
1. Nigel Punch	7.06	975	5.00	0.95	303
2. Tieme Muller	7.92	900	6.00	0.75	247
Meisjes pupillen A1	60m	duur	vortex	hoog	punten
1. Meike de Groot	11.06	1100	13.50	0.90	123
2. Aimée de Groot	11.82	1050	13.50	1.00	118
Meisjes pupillen C	40m	duur	m-bal	hurk	punten
1. Doutsen Leijenaar	7.08	850	6.00	1.00	355
2. Eva de Jager	8.09	775	3.00	0.70	190

De acht van Drachten op 16 juni.

8 km	Mannen sen.	1. Paul Geertsma	25.35	25.35
		2. Hagos Brhane	26.16	26.16
	Mannen 40+	1. Marcel Adema	26.59	26.59
	Vrouwen 50+	5. Inge Wulffelé	41.52	41.48

Track Meeting te Utrecht op 21 juni.

Jongens A	800m	21. Glenn de Vries	2.16.52
Meisjes A	1500m	3. Elsa Rijpstra	4.55.57
Mannen sen.	800m	3. Jelmer van der Veen	1.54.47
Mannen mast.	1500m	8. Ruben Muller	4.54.96

3^e Competitiewedstrijd CD junioren te Stadskanaal op 22 juni.

Jongens D	80m	1. Daan Sikkema	10.62	683
		2. Reinder Andringa	11.04	612
	1000m	22. Karst Vader	14.07	
		15. Sijbren van Gelder	3.46.04	386
		19. Nick Seerden	3.55.91	335
	80m horden	1. Daan Sikkema	12.76	613
		4. Quinten Geleynse	14.65	430
4x80m Speer		3. Reinder/Sijbren/Christoph/Loek	46.68	488
		2. Quinten Geleynse	27.87	462
Discus		14. Karst Vader	14.25	
		4. Reinder Andringa	17.55	260
Kogel		13. Nick Seerden	10.38	
		7. Sijbren van Gelder	6.02	307
Hoog		9. Karst Vader	5.93	
		2. Daan Sikkema	1.60	702
Ver		14. Nick Seerden	1.15	
		1. Quinten Geleynse	4.70	560

Puntentotaal	1 ^e plaats van de 11 ploegen			5838

Meisjes D	60m	1. Shanara van Zandvoort	8.61	626
		2. Maite Stienstra	8.69	610
	1000m	9. Fione Fennema	9.21	
		3. Yara de Boer	3.35.12	448
		4. Bernice Frank	3.36.11	442
60m horden		12. Néya Schumacher	3.54.30	
		2. Yara de Boer	10.40	555
		9. Tessa de Roos	11.69	406
4x60m Discus		14. Néya Schumacher	12.88	
		1. Bernice/Fione/Maite/Shanara	32.91	669
Kogel		1. Edith Jensma	20.78	321
		13. Eva Tjalsma	13.13	
Hoog		4. Maite Stienstra	10.06	525
		6. Edith Jensma	9.69	
Ver		1. Yara de Boer	1.55	663
		3. Tessa de Roos	1.50	
		4. Bernice Frank	4.43	504
		7. Tessa de Roos	4.36	

Puntentotaal	2 ^e plaats van de 12 ploegen			5769

2^e Competitiewedstrijd B-junioren te Drachten op 23 juni.

Meisjes B	100m	2. Ilse Steigenga	12.93	689
		21. Rianne Rodenburg	16.69	
	400m	6. Jente Leeuwangh	1.03.72	668
19. Anne Marije Wierda		1.35.83		
1500m	5. Marene Scholtens	5.28.77	514	

		7. Renske Drenten	5.44.46	
100m horden		3. Ilse Steigenga	15.16	731
4x100m		8. Lisca/Jente/Naomi/Carmen	DQ	
Speer		5. Carmen de Wolff	32.18	637
		15. Naomi Teppema	18.97	
Discus		17. Lisca van Gelder	17.73	260
		19. Anne Marije Wierda	12.93	
Kogel		12. Carmen de Wolff	9.61	563
		19. Rianne Rodenburg	4.90	
Hoog		6. Renske Drenten	1.50	726
		9. Jente Leeuwangh	1.45	
Ver		2. Ilse Steigenga	5.60	817

Puntentotaal	6 ^e plaats van de 17 ploegen			5605

Mar-athon Rond Sneek en meer op 22 juni.

5 km	Mannen sen.	1. Erik Bouma	17.04	17.03
21,1 km	Vrouwen 40+	6. Lieneke de Jong	1.41.09	1.41.01
		7. Linda Werner	1.42.10	1.41.23
	Vrouwen 60+	11. Anke Peterson	2.25.41	2.21.51
	Mannen sen.	2. Paul Geertsma	1.13.36	1.13.34
		4. Thys de Jong	1.15.20	1.15.18
		7. Hagos Brhane	1.18.08	1.18.06
		41. Richard Spoelstra	1.39.11	1.35.56
	Mannen 40+	1. Douwe Nauta	1.21.38	1.21.36
		3. Johannes Postma	1.22.08	1.22.06
		25. Catrinus Vroom	1.37.06	1.37.00
	Mannen 50+	83. Hugo Reitsma	1.55.58	1.49.41
		2. Jan Venhuizen	1.23.24	1.23.22
	Mannen 60+	15. Wouter van der Meer	1.44.28	1.41.13
		2. Johannes van der Veen	1.43.05	1.43.01
42,2 km	Mannen sen.	2. Dick Wobbes	2.48.50	2.48.50
		3. Erwin de Vries	2.49.56	2.49.56
		11. Romke Rodrigo de Jong	3.20.36	3.20.36
	Mannen 40+	2. Willem de Boer	2.39.11	2.39.11
		3. Menno Mud	2.39.11	2.39.11
	Mannen 50+	1. Remon van Lunzen	2.44.11	2.44.11
		5. Klaas van Heeringen	3.14.07	3.14.07
	Vrouwen sen.	11. Jaring de Groot	3.42.33	3.42.33
		2. Samantha Wolfslag	3.20.34	3.20.34

Rentex Floron Grachtenloop te Bolsward 28 juni.

7,2 km	Mannen	1. Willem de Boer	25.03	25.03
		3. Jelle Broersma	26.01	26.01

Ascics NK Atletiek te Alphen aan de Rijn op 28/29/30 juni.

Meisjes B	100m series	6. Ilse Steigenga	12.82
	100m	Ilse Steigenga	DQ
	400m	25. Eline Ruige	1.05.05
	Ver	4. Ilse Steigenga	5.54
Meisjes A	5000m	3. Ilse Rijpstra	18.21.54

Snikkerun te Haulerwijk op 29 juni.

10 km Mannen 3. Sander van Hoorn 40.25 40.23

Univé Stadsloop te Appingedam op 29 juni.

10 km Mannen sen. 25. Rob Vijver 35.42 35.40
 Vrouwen 50+ 3. Bertha Bruggenkamp 46.13 46.09

3^e Athletics Champs te Leeuwarden op 29 juni.

PUPILLEN A	Duur	60mH	Kogel	Vortex	Hoog	Polsver	Punten
Abe Wendt	975	12,8	5,90	16,50	1,00	3,70	244
Aimée de Groot	725	14,0	5,10	11,50	1,00	3,05	196
Amber van der Bie	750	11,6	5,10	10,00	1,05	3,75	260
Daniël de Grave	950	11,4	6,20	22,00	1,15	3,35	290
Delano van Zandvoort	1000	10,9	6,50	23,00	1,20	4,35	351
Elske van Reemst	850	14,2	3,80	11,00	0,95	2,85	167
Frank Hogeterp	900	11,9	4,10	12,50	1,00	3,10	197
Annemieke de Vries	875	13,0	4,50	11,00	1,10	3,35	234
Jayden van Zandvoort	900	11,9	6,30	20,50	1,10	3,05	259
Jelmer Teppema	875	14,0	5,00	18,50	1,05	3,25	212
Jurre Muller	1000	11,5	5,10	23,00	1,05	3,55	276
Karlijn de Bruin	850	12,6	3,70	17,50	1,15	3,50	265
Koen Scherpenzeel	1050	10,6	5,60	26,50	1,05	3,30	302
Lucas Werkhoven	750	14,6	3,70	12,00	1,00	3,00	150
Mathijs Schreur	825	12,5	4,70	17,50	1,05	3,25	221
Naut Kuipers	750	12,3	4,90	15,50	1,15	3,50	237
Rosalie Risselada	1000	11,4	6,10	15,50	1,10	4,05	334
Sil van der Steeg	1050	11,7	5,20	18,00	1,25	3,50	287
Stein Boringa	900	11,4	7,50	27,00	1,20	4,15	355
Stijn Walinga	700	14,3	5,30	8,50	1,05	3,10	167
Vera Bloembergen	875	12,7	2,70	8,00	0,85	2,50	139
Wessel Voerman	900	12,7	4,80	18,50	0,90	3,30	209
Yens van der Schaaf	875	11,5	5,20	17,00	1,05	3,45	246

PUPILLEN B/C/mini	40m	Duur	40mH	Sling	Vortex	Hurk	Punten
Amélie Berk	6,9	925	7,8	11,50	11,00	0,90	362
Aron Hiemstra	7,9	725	9,0	9,50	10,00	0,75	260
Dani Tamminga	7,2	850	8,4	12,00	13,50	1,00	325
Daylan Dijkstra	8,1	750	8,7	10,00	8,00	0,70	208
Doutsen Leijenaar	6,9	800	8,0	13,00	13,50	1,00	476
Elin Sikkema	7,8	850	8,7	8,00	5,50	0,70	227
Emke van der Schaaf	9,6	700	11,1	8,00	7,00	0,65	134
Emma de Vries	7,8	750	9,1	10,00	11,50	0,90	273
Eva de Jager	7,9	750	10,2	7,50	8,50	0,65	242

Fleur Lexmond	8,7	675	12,3	5,50	5,50	0,65	187
Ids Weening	7,1	875	7,7	9,00	15,50	0,85	376
Imre Kuipers	7,6	775	8,6	10,00	19,50	0,85	352
Isa Stouthamer	7,1	875	8,3	9,00	8,50	0,80	293
Ivo Snitker	6,6	925	7,5	12,50	15,00	1,00	381
Jide Olawuni	7,5	800	7,6	12,50	11,50	0,90	367
Linde Stegeman	7,7	825	9,1	10,50	9,50	0,85	275
Mads Jellema	7,6	850	8,5	12,00	13,50	0,85	292
Marlieke de Vries	7,5	825	9,0	9,00	7,50	0,80	325
Nicolette van der Plaats	7,6	675	8,6	13,00	12,00	0,95	310
Nigel Punch	6,7	975	7,4	10,00	13,50	0,95	431
Noëlle Berk	7,6	825	10,1	5,00	6,50	0,65	303
Rik Spek	7,4	725	8,6	11,50	16,00	0,80	280
Rutger Gildemacher	8,2	825	9,1	9,00	14,50	0,65	271
Sipke van der Sluis	7,3	875	8,7	9,00	16,00	0,85	351
Sylke Henstra	7,1	700	8,7	10,50	9,50	0,75	340
Tieme Muller	7,5	775	9,0	10,50	14,50	0,70	302
Tiemen Jelsma	6,9	925	7,8	15,50	14,00	0,85	363
Yfke Scherpenzeel	7,5	850	9,3	6,00	8,50	0,70	370

Runom Mantgum op 30 juni.

5 km	Vrouwen	14.	Jeannet Huitema	29.31	29.27
10 km	Mannen	2.	Klaas Jan Huizing	48.28	48.25
	Vrouwen	2.	Lieneke de Jong	47.46	47.44
		7.	Marianne Kooistra	56.54	56.52
		14.	Anke Peterson	1.06.48	1.06.40
15 km	Mannen	10.	Sander van Hoorn	1.12.48	1.12.44
		11.	André Jellema	1.13.13	1.13.09
		20.	Jasper de Noord	1.19.50	1.19.45
		23.	Gerard Schade	1.22.48	1.22.41
		27.	Herman Wassens	1.34.49	1.34.42
	Vrouwen	1.	Judith van der Meer	1.07.00	1.06.57
		7.	Annechien van der Veen	1.29.40	1.29.35