

Uitslagen Maart 2016.

Knipecross te Heerenveen op 5 maart.

11,6 km	Mannen	49. Marc van Gelder	1.12.38
	Vrouwen	2. Vera Keidel	54.13
5,8 km	Vrouwen	1. Debora Peter	27.02
	Mannen	2. Steven Koffijberg	22.17

CPC Loop te Den Haag op 6 maart.

21,1 km	Mannen sen.	99. Geale Simon Postma	1.17.55	1.17.47
		145. Dick Wobbles	1.21.25	1.21.16
	Mannen 35+	5. Willem de Boer	1.11.23	1.11.22
	Mannen 40+	13. Johannes Postma	1.19.37	1.19.35
	Mannen 45+	4. Remon van Lunzen	1.14.02	1.13.47
	Mannen 60+	6. Auke Postma	1.29.30	1.29.28
	Vrouwen 35+	12. Simone van Dijk	1.33.56	1.33.47
	Vrouwen 40+	56. Tabitha Dijkman	1.49.05	1.47.55
	Vrouwen 65+	4. Jeltsje van der Wal	1.53.55	1.53.48

Rondje Goutum te Leeuwarden op 6 maart.

1 km	Jongens	3. Ids Waanders	4:14
		7. Stein Boringa	4:41
		8. Hessel Pijlman	5:04
	Meisjes	3. Lara Laanstra	4:50
		4. Shanara van Zandvoort	5:02
		5. Dione van Gelder	5:05
2,5 km	Jongens	1. Leon van Lunzen	9:10
		2. Glenn de Vries	9:32
		3. Melle Ketellapper	9:48
	Meisjes	1. Marene Scholtens	9:34
		2. Eva Hendriks	11:15
		3. Jente Leeuwangh	11:22
		4. Jessie ten Hoeve	11:56
		5. Tessa de Roos	13:30
		6. Annika Brummer	14:15
4 E.M.	Mannen	5. Sibbele van de Meulen	27:33
		9. Rudolf kuipers	31:18
		10. Martijn Toering	31:19
		11. Stefan Veldman	31:22
		21. Marc van Gelder	36:20
	Vrouwen	2. Lisa Muizer	28:48
		13. Tea Bustra	37:34
		27. Riekie van de Meulen	40:31
10 km	Mannen	27. Jouke de Vries	53:11
		31. Robert-Jan Heizenberg	53:58
		37. Gerard Hendriksma	55:43
		54. Reinder Sinnema	1:08:42
	Vrouwen	3. Jacinta Facel	49:26
		18. Linda Dekker	54:15
		25. Ilse Schumacher	59:01
		29. Anna Walstra	1:00:50
		31. Tine Visser	1:01:30

10 E.M.	Mannen	3. Erik Verdoorn	1:01:12
		4. Harmen Dijkstra	1:10:43
		6. Willem de Vries	1:13:28
		9. Nico Hoekstra	1:14:34
		17. Cor Wetting	1:16:33
		18. Eldert Berends	1:16:48
		26. Aldert Cuperus	1:18:15
		27. André Bär	1:18:26
		31. Bas Kalkman	1:20:29
		35. Hotze Offinga	1:21:27
		36. Jop Hellegers	1:21:41
		41. Gerard Schade	1:22:11
		42. Richard van Lunzen	1:22:13
		43. Herman Wassens	1:22:13
		44. Robin Telgenhof	1:22:52
		51. Gert-Jan Zeelen	1:26:30
		56. Wim Manshande	1:30:21
		65. Matthijs Vleugel	1:33:54
		66. Henk Nijp	1:34:26
		71. Peter Rutkens	1:38:45
		73. Arie Roest	1:38:54
		76. Sipke Glas	1:43:23
		79. Jippe Bokma	1:44:51
	Vrouwen	1. Femke Hemstra	1:14:37
		2. Ingrid van der Heide	1:21:26
		4. Inge van Schaick	1:22:13
		6. Jantsje Viëtor	1:25:07
		9. Annechien van der Veen	1:29:35
		14. Erica Verdegaal	1:31:58
		15. Marijke Boersma Ypma	1:32:23
		16. Martine van der Galien	1:32:58
		18. Wieke de Haan	1:35:20
		21. Dieuwke van der Honing	1:38:45
		22. Marrit Burghoorn	1:39:02
		24. Inge Wulffelé	1:39:16
		25. Lidwien Broenink	1:39:25
		28. Willy de Jong	1:43:23
		29. Mattie de Boer	1:44:31
30 km	Mannen	1. Roelof de Roos	2:02:02
		2. Martin Ketellapper	2:05:12
		3. Douwe Nauta	2:06:27
		4. Harry Wiersma	2:08:07
		6. Anton Kingma	2:10:10
		10. Egbert Allema	2:11:15
		13. R Liersma	2:13:43
		17. Kees Noppert	2:16:53
		18. Hans van de Steen	2:19:20
		32. Denis van Raalte	2:27:20
		33. Harrie Wetterhahn	2:27:20
		39. Willie Kiewiet	2:31:50
	Vrouwen	1. Immy Auck Kersbergen	2:18:20
		3. Liesbeth Mulder	2:46:58
		11. Anke Peterson	3:02:13

Veneboerloop te Drachten op 12 maart.

10 km	Mannen 40+	1. Jan Venhuizen	34:09	34:09
		3. Remon van Lunzen	34:31	34:30
		6. Menno Mud	36:06	36:05
	Mannen 50+	6. Inze Stienstra	39:13	39:12
	Vrouwen sen	2. Immy Auck Kersbergen	37:13	37:13
5 km	Mannen	4. Jelmer van der Veen	16:36	16:35
		9. Joris van den Bosch	17:59	17:58
		15. Josse Postma	21:05	21:01

Visscher Sport Indoor Gala te Steenwijk op 12 maart.

Jongens-pup-mini	8. Joas Berdik	40m	ver	M-bal	punten
Jongens-pup-C	19. Hessel Pijlman	9.34	2.47	3.26	671
Meisjes-pup-C	7. Chloë Lemke	8.82	1.94	3.60	576
	17. Ilse Jorritsma	7.70	2.73	3.58	912
Jongens-pup-B	9. Jort Jellema	8.21	2.09	3.51	690
Meisjes-pup-B	13. Diona van Gelder	7.89	2.63	5.86	1018
		7.94	2.37	5.09	907
Jongens-pup-A1	8. Quinten Geleynse	40m	ver	kogel	punten
Meisjes-pup-A1	10. Shanara v Zandvoort	7.41	2.99	5.85	1179
	11. Mayke Ruige	6.88	2.92	4.58	1192
	25. Annika Brummer	7.15	3.10	4.76	1182
	29. Beau Faber	7.73	3.01	4.37	1022
		7.98	2.66	4.24	898
Jongens-pup-A2	11. Jort Oosterveld	40m	hoog	kogel	punten
Meisjes-pup-A2	2. Jente Leeuwangh	7.87	1.10	4.53	1104
	3. Renske Drenten	6.65	1.25	5.26	1518
	11. Lisca van Gelder	7.15	1.25	6.14	1460
	17. Anna Jorritsma	7.15	1.05	5.54	1275
		7.63	1.10	4.43	1140
Jongens-D1	4. Melle Ketellapper	40m	50m	punten	
Meisjes-D1	9. Eline Ruige	6.58	8.08	1051	
Jongens-C	10. Harmen-Tjeerd Meijer	6.72	8.36	940	
Meisjes-C	21. Jildou Peeters	6.35	7.92	1121	
	22. Shanice Wortel	6.79	8.41	913	
Jongens-B	10. Wouter-Geert Meijer	6.72	8.52	910	
Mannen masters	1. Fokke Draaijer	6.06	7.46	751	
Vrouwen masters	2. Debora Peter	6.24	7.58	650	
		6.67	8.17	762	
Jongens-D1	Ver	2. Melle Ketellapper	4.01		
	Kogel	4. Melle Ketellapper	6.22		
Meisjes-D1	Kogel	12. Eline Ruige	6.85		
Jongens-C	Ver	5. Harmen-Tjeerd Meijer	4.18		
	Kogel	10. Harmen-Tjeerd Meijer	6.82		
Meisjes-C	Hoog	4. Shanice Wortel	1.40		
		18. Jildou Peeters	1.10		
	Kogel	8. Shanice Wortel	7.08		
		10. Jildou Peeters	6.37		
Jongens-B	Ver	8. Wouter-Geert Meijer	4.45		
Mannen masters	Kogel	5. Fokke Draaijer	7.82		
Vrouwen masters	Kogel	1. Debora Peter	6.87		

Merenloop te Grou op 13 maart.

1,1 km	Meisjes	2.	Renske Drenten	3.29	
5 km	Mannen	3.	Pascal Sinnema	17.24	17.22
	Vrouwen	2.	Rianne Nyenehuis	19.59	19.56
10 km	Mannen	64.	Robert-Jan Heizenberg	53.22	53.13
	Vrouwen	27.	Frouke Rullmann	54.17	54.08
14 km	Mannen sen.	2.	Willem de Boer	51.04	51.04
		20.	Egbert Allema	1.02.59	1.02.58
		66.	Edwin Kalksma	1.20.52	1.20.29
	Mannen 45+	6.	Auke Postma	1.01.52	1.01.52
	Vrouwen sen.	2.	Vera Keidel	1.09.43	1.09.43
	Vrouwen 40+	33.	Wieke de Haan	1.28.41	1.28.36

NK Cross te Oldenzaal op 12 en 13 maart.

Jongens-C	2100m	37.	Jing Oldhoff	8.00	
Meisjes-C	2100m	5.	Elsa Rijpstra	7.39	
		25.	Marene Scholtens	8.22	
Jongens-B	6900m	28.	Jan Oldhoff	21.50	
		31.	Janco Rijpstra	22.10	

Bonifatiusloop te Dokkum op 19 maart.

5 km	Jongens	2.	Pascal Sinnema	17.49	17.48
	Mannen sen.	4.	Steven Koffijberg	18.48	18.47
	Meisjes	1.	Rianne Nyenhuys	21.06	21.05
		2.	Lisa Muizer	21.32	21.31
	Vrouwen sen.	1.	Vera Keidel	20.38	20.36
10 km	Mannen	1.	Paul Geertsma	33.14	33.14
		2.	Rob Vijver	33.33	33.33
		4.	Geale Simon Postma	34.37	34.37
		11.	Timo Schraa	39.03	39.03
		19.	Richard Spoelstra	41.37	41.34
		24.	Sibbele van der Meulen	42.29	42.28
		25.	Edwin van der Wal	42.34	42.32
		39.	Herman Wassens	45.41	45.38
		48.	Jorrit Wieringa	46.52	46.50
		98.	Jouke de Vries	52.24	52.09
		136.	Arjen Wieringa	55.32	55.18
	Vrouwen	5.	Gerda van Klaarbergen	47.28	47.25
		21.	Mariëtte Mengerink	52.35	52.21
		84.	Margreet Dijkstra	1.00.05	59.49
21,1 km	Mannen	2.	Remon van Lunzen	1.15.37	1.15.36
		4.	Douwe Nauta	1.18.44	1.18.43
		7.	Harry Wiersma	1.21.53	1.21.53
		10.	Geart Sierd van der Zee	1.23.46	1.23.45
		11.	Huub Bots	1.24.14	1.24.12
		17.	Dick Wobbes	1.30.06	1.30.04
		102.	Rudolf Kuipers	2.01.53	2.01.48
		113.	Peter Rutkens	2.14.02	2.13.58
	Vrouwen	3.	Inge van Schaick	1.43.32	1.43.23
		12.	Anke Peterson	2.05.34	2.05.26
		15.	Dieuwke van der Honing	2.14.02	2.13.58

Monnikenloop op Schiermonnikoog op 19 maart.

10 E.M.	Mannen 50+	9. Johan Meinsma	1.12.46	1.12.46
		27. Anne Zijlstra	1.20.39	1.20.07
		78. Wim Manshande	1.34.31	1.33.36
	Mannen 60+	27. Arie Roest	1.38.10	1.37.17
	Vrouwen 45+	26. Bettie Koops	1.30.51	1.29.57
41. Janet Bijl		1.35.32	1.34.59	
49. Annechien van der Veen		1.38.10	1.37.17	
50. Ilse Schuhmacher		1.38.11	1.37.17	
Vrouwen 55+		30. Wieke de Haan	1.43.58	1.43.14
10 km	Mannen sen.	32. Robert-Jan Heizenberg	56.55	56.30
	Mannen 40+	6. Niels Blaauw	47.28	47.22
	Mannen 50+	58. Reinder Sinnema	1.18.54	1.18.17

Indoor Heerenveen op 19 maart.

			50m	60m	punten
Mannen masters	4.	Maarten Hofstra	7.88	9.17	400
Jongens-B	9.	Wouter-Geert Meijer	7.29	8.67	699
Jongens-C2	5.	Harmen-Tjeerd Meijer	7.74	8.85	1127
Jongens-D1	4.	Melle Ketellapper	7.90	9.24	1019
	11.	Sander Reinders	8.17	9.52	915
Vrouwen masters	3.	Debora Peter	7.98	9.44	819
Meisjes-C2	5.	Jildou Peeters	8.01	9.43	963
Meisjes-D1	5.	Eline Ruige	8.07	9.46	946

Mannen masters	Kogel	3.	Jaap Liefting	8.83
Jongens-B	Kogel	7.	Wouter-Geert Meijer	7.48
Jongens-C2	Hoog	1.	Harmen-Tjeerd Meijer	1.55
	Kogel	6.	Harmen-Tjeerd Meijer	6.82
Jongens-D1	Hoog	9.	Sander Reinders	1.20
		15.	Melle Ketellapper	1.15
	Kogel	16.	Melle Ketellapper	5.78
		18.	Sander Reinders	5.35
Vrouwen Masters	Kogel	1.	Debora Peter	6.68
Meisjes-C2	Kogel	2.	Jildou Peeters	7.08
Meisjes-D1	Kogel	10.	Eline Ruige	7.13

Jongens-pup-A1	12.	Quinten Gelynse	11.06	5.21	1.05	1065
Meisjes-pup-A2	2.	Jente Leeuwangh	9.15	5.41	1.25	1515
	10.	Renske Drenten	10.40	6.22	1.15	1291
	12.	Naomi Teppema	10.29	6.81	1.05	1269
Meisjes-pup-A1	24.	Lara Laanstra	10.39	5.04	0.95	1070
	6.	Shanara v Zandvoort	9.87	7.92	1.00	1176
	12.	Mayke Ruige	10.22	5.23	0.85	1034
	14.	Annika Brummer	11.61	4.62	1.05	959
	16.	Julia de Jager	10.68	4.46	0.90	952
Jongens-pup-B	11.	Ids Waanders	7.68	3.78	0.85	899
			40m	M-bal	hoog	punten
Meisjes-pup-C	5.	Chloë Lemke	7.75	5.07	0.80	943
	11.	Ilse Jorritsma	8.00	5.01	0.75	859

Jongens-pup-mini 1. Jelmer Teppema 8.61 5.02 0.75 764

Vuurtorentrail op Ameland op 19 en 20 maart.

18 km	Mannen 35+	13. Theo Borawitz	1.32.06	1.31.36
		38. André Jellema	1.48.00	1.47.58
		39. Harrie Wetterhahn	1.48.04	1.48.02
35 km	Mannen 35+	3. Linda Werner	1.38.36	1.38.34
		6. Yke Schouwstra	1.46.36	1.46.33
		11. Tabitha Dijkman	1.49.59	1.49.50
35 km	Mannen 35+	1. Anton Kingma	2.45.50	2.45.33
		4. Jelle Coen Bijlsma	2.50.53	2.50.47

Zandvoortrun op 20 maart.

12 km Vrouwen Recr. 1517. Henny Zijlstra 1.17.18

Drents-Friese woldmarathon te Diever op 26 maart.

21,1 km	Mannen	32. Menno Mud	1.43.54	
		33. Timo Schraa	1.44.03	
28 km	Mannen	31. Harrie Wetterhahn	2.28.57	
		58. Bauke van der Loon	2.39.37	
	Vrouwen	10. Inge van Schaick	2.28.57	
		14. Liesbeth Mulder	2.36.50	
		15. Inge Wulffelé	2.41.21	
		25. Anke Peterson	3.00.36	

Klap tot klaploop te Stadskanaal op 27 maart.

10 km	Mannen sen.	12. Paul Geertsma	34.54	34.52
		15. Erik Bouma	35.39	35.35
	Vrouwen 45+	2. Bertha Bruggenkamp	42.57	42.55