

UITSLAGEN Mei 2014.

Ronde van Oranjewoud op 3 mei.

5 km	Mannen	1. Benny Dijkstra	19.34	19.33
10 km	Vrouwen	24. Jeannet Huitema	53.23	53.17
	Mannen	1. Marcel Adema	36.18	36.17
		2. Bert Dijkstra	38.23	38.21
		63. Jefta Bogaard	53.15	53.05
10 EM prestloop	Vrouwen	20. Wike Bruinsma	1.29.35	1.29.25
		35. Carla Buurman	1.35.27	1.35.17
		45. Tamara Kieffer	1.40.11	1.39.42
		61. Martine v.d. Galiën	1.44.01	1.43.31
	Mannen	99. Reinder Sinnema	1.49.15	1.48.46
10 EM wedstrijd	Vrouwen	5. Inge Wulffelé	1.14.25	1.14.17
	Mannen	2. Jan Venhuizen	57.12	57.11
		7. Auke Postma	1.02.52	1.02.51
		13. Koen Kiestra	1.09.05	1.09.04
		18. Richard van Lunzen	1.13.52	1.13.42
26 km	Vrouwen	12. Petra Lok	2.24.04	2.23.55
		13. Marjan Rodenhuis	2.24.04	2.23.56
	Mannen	13. Hans van der Steen	1.59.33	1.59.28
		68. Herman Wassens	2.24.04	2.23.54
		69. André Bär	2.24.04	2.23.55
		89. Henk Nijp	2.30.39	2.30.06

Twirreloop te Wijtgaard op 7 mei.

15,4 km	15. Jacinta Fancel	1.08.49	V50.01
10 km	4. Ynze Stienstra	37.30	M50.01
	25. Klaas Jan Huizing	44.34	M40.08
	32. Bauke v.d. Loon	46.31	M50.11
	46. Ankja van Zutphen	49.47	VSE.05
	47. Jantsje Viëtor	49.52	VSE.06
	52. Albert Boonstra	50.49	M50.16
	53. Bettie Koops	50.56	V50.01
	54. Hans Willems	51.08	M60.05
	62. Matthijs Vleugel	52.19	M50.20
	63. Ronald Hoekstra	52.47	M40.14
	64. Chris de Vries	53.08	MSE.14
	67. Carin Kuiper	53.12	V45.02
	68. Annechien v.d. Veen	53.38	V50.02
	75. Annet Veenstra	54.28	VSE.08
	77. Arie Roest	54.30	M60.09
	86. Margreet Kortten	56.00	V50.04
	104. Martine v.d. Galiën	57.58	VSE.09
	126. Paula Groenewoud	1.03.52	V40.09
	137. Reinder Sinnema	1.06.58	M50.29
5 km	13. Marc van Gelder	30.24	M40.01
2,5 km	1. Benny Dijkstra	8.52	M14.01
	2. Glenn de Vries	10.45	M13.02

Hardenberg City-Run op 9 mei.

5 km	Mannen 40+	2. Jan Venhuizen	17.27	17.26
------	------------	------------------	-------	-------

1° CD-competitiewedstrijd te Drachten op 10 mei.

Jongens-D.

80m	Lourens-Joost Kooistra	12.88	354
	Hidde v.d. Weg	14.00	230
1000m	Hidde v.d. Weg	4.01.57	307
	Joost Smit	4.13.57	252
80m horden	Harmen-Tjeerd Meijer	16.26	308
4x80m est.		50.16	373
Hoog	Harmen-Tjeerd Meijer	1.30	462
Ver	Joris Agtereek	3.17	252
Kogel	Hidde v.d. Weg	5.50	293
Discus	Joost Smit	12.35	147
	Joris Agtereek	9.35	71
Speer	Lourens-Joost Kooistra	16.28	249

Totaal 6^e plaats van de 9 ploegen 3208

Meisjes-C

80m	Jildou Peeters	12.80	364
	Sumela Inad	12.92	349
	Cively Sille	11.69	512
1000m	Jildou Peeters	3.59.66	316
	Annika Huizing	4.01.05	310
80m horden	Cicely Sille	16.95	263
	Ellis Mourits	17.31	241
4x80m est.		48.09	389
Hoog	Jildou Peeters	1.15	352
	Shanice Wortel	1.15	352
Ver	Ellis Mourits	3.81	380
	Sumela Inad	3.64	346
Kogel	Noa Faber	5.20	255
	Danore Langius	4.82	229
Discus	Annika Huizing	15.61	220
	Danore Langius	8.80	56
Speer	Noa Faber	10.96	126
	Sumela Inad	10.41	112

Totaal 10^e plaats van de 11 ploegen 3728

Jongens C

100m	Justin Qui	14.48	476
	Ruben Korte	12.69	714
800m	Geert-Wouter Meijer	3.04.82	287
	Thomas Rouishi	3.08.18	266
100m horden	Ruben Korte	20.71	325
4x100m est.		56.51	494
Hoog	Stefan Volbeda	1.30	462
	Timme Bontes	1.25	426
Ver	Stefan Volbeda	3.86	390
	Thomas Rouishi	3.36	290
Kogel	Timme Bontes	6.05	309
	Thomas Rouishi	5.60	281
Discus	Justin Qui	16.21	233
	Geert-Wouter Meijer	15.86	225

Speer	Geert-Wouter Meijer	23.17	382

Totaal	11 ^e plaats van de 30 ploegen		3208

1^e Competitiewedstrijd Masters te Steenwijk op 11 mei.

800m	Auke Postma	2.45.44	543
5000m	Auke Postma	18.35.95	794
100m	John Diepenmaat	13.08	629
400m	John Diepenmaat	1.02.28	620
Ver	Sjouke Nauta	4.44	564
Speer	Sjouke Nauta	27.46	441
Hoog	Fokke Draaijer	1.50	625
400m	Theo Borawitz	1.14.11	0
1500m	Theo Borawitz	5.24.43	586
Zweedse est.		2.31.50	509
100m	Erwin Alberda	12.68	0
Discus	Erwin Alberda	28.13	496
Kogel	Tjeerd van der Meulen	7.55	391

Totaal	6 ^e plaats van de 9 ploegen		6198

Vuurtorenloop op Vlieland op 11 mei.

9.250 m	Mannen sen.	27. Chris de Vries	52.31	51.59
	Mannen 40+	1. Jan Venhuizen	33.51	33.50
	Mannen 50+	19. Reinder Sinnema	1.07.16	1.06.38
	Vrouwen 35+	1. Yvonne Kassenberg	37.39	37.37
	Vrouwen 45+	28. Thea de Vries	1.01.38	1.01.15
	Vrouwen 55+	2. Ria van der Schoot	52.36	52.33
18.500 m	Mannen sen.	1. Franke Smidstra	1.07.25	1.07.25
		2. Willem de Boer	1.08.19	1.08.18
		3. Paul Geertsma	1.09.30	1.09.28
		20. René Keuter	1.40.40	1.40.26
	Mannen 40+	1. Harry Wiersma	1.10.44	1.10.43
		6. Johan Meinsma	1.24.01	1.24.00
		35. Marc van Gelder	1.51.27	1.50.52
	Mannen 50+	48. Jan Bosman	1.55.05	1.54.57
		51. Wim Manshande	1.56.15	1.55.45
	Vrouwen sen.	6. Kim Keidel	1.45.37	1.45.07
Vrouwen 35+	1. Linda Werner	1.25.53	1.25.50	
Vrouwen 45+	1. Bertha Bruggenkamp	1.23.31	1.23.30	

Heerenveen Classic op 17 mei.

Meisjes-D	60m	6. Shanice Wortel	9.68
	Kogel	6. Shanice Wortel	6.83
	Hoog	4. Shanice Wortel	1.25
Jongens-C	800m	5. Benny Dijkstra	2.21.65
Meisjes-C	600m	5. Annika Huizing	1.57.49
Jongens-B	800m	2. Jelmer van der Veen	2.07.90
	Kogel	1. Mathieu Meijer	6.33
	Discus	3. Matieu Meijer	19.06
Mannen sen.	3000m	2. Gerrit Wolbers	8.58.93
	400m horden	2. Matthijs Plijnaar	1.07.74

Mannen masters	100m	2. Sjouke Nauta	14.31
	Hoog	2. Sjouke Nauta	1.25
	Kogel	3. Tjeerd van der Meulen	8.32
	Discus	4. Sjouke Nauta	23.97
		5. Tjeerd van der Meulen	20.60
Vrouwen masters	Kogelslingeren	4. Tjeerd van der Meulen	14.74
	100m	1. Debora Peter	15.15
	200m	1. Debora Peter	31.03
	Ver	1. Debora Peter	3.88
	Kogel	3. Monique Seerden	9.87
	Discus	5. Monique Seerden	20.80

Statentocht te Oenkerk op 17 mei.

30 km	2. Jarich de Groot	2.11.53
	13. Hans van der Steen	2.23.47
21,1 km	2. Harrie Wetterhahn	1.33.55
16,1 km	13. Bettie Koops	1.29.03
	20. Annechien van der Veen	1.33.12
	46. Reinder Sinnema	1.54.38
10 km	16. Tabitha Dijkman	49.48
	35. Anke Peterson	57.02

Loop Leeuwarden op 18 mei.

2,5 km Jongens	2. Max Spaargaren	9:45	9:45
	4. Melle Ketellapper	9:49	9:49
	5. Hidde van Gelder	9:54	9:54
	8. Jing Oldhoff	10:16	10:16
	22. Lourens joost Kooistra	11:17	11:17
	25. Hidde van der Weg	11:36	11:35
	32. Koen Caspers	12:09	12:08
	53. Lars van der Meulen	14:10	14:10
	67. Ward Wynia	15:15	15:12
	2,5 km Meisjes	4. Lianne Haasdijk	10:22
10. Renske Drenten		11:22	11:21
12. Eline Ruige		11:36	11:36
31. Esmay de jonge		13:20	13:19
39. Lisca van Gelder		13:56	13:56
48. Ruth Klaver		14:23	14:22
5 km Mannen		3. Steven Koffijberg	18:03
	6. Jan oldhoff	18:33	18:33
	10. Pascal Sinnema	19:13	19:13
	13. Sibbele van der Meulen	19:28	19:27
	14. Leon van Lunzen	19:54	19:54
	33. Lammert Odinga	21:54	21:52
	40. Harmen-Tjeerd Meijer	22:45	22:37
	56. Glenn de Vries	23:46	23:44
	57. Remy Borawitz	23:47	23:45
	88. Timme Bontes	25:40	25:32
	92. Wouter-geert Meijer	25:47	25:39
	113. Edwin van der Wal	27:01	26:08
	156. Rudolf Kuipers	29:05	28:45
161. Jan Bosman	29:14	28:25	
169. Stefan Volbeda	29:40	28:40	

	261.	Jeppe Bandringa	33:56	32:37
	273.	Harrie Wetterhahn	34:27	33:51
	305.	Tonny Lolkema	35:57	34:05
5 km Vrouwen	1.	Lisa Muizer	19:54	19:53
	2.	Mare te Biesebeek	21:07	21:07
	3.	Marene Scholtens	21:26	21:26
	5.	Rianne Nyenhuis	21:33	21:32
	8.	Anna Westerhuis	22:16	22:15
	12.	Debora Peter	23:02	23:01
	27.	Welmoed Mink	26:49	26:44
	47.	Melanie Grijpstra	27:45	27:42
	53.	Shanice Wortel	28:21	28:06
	87.	Rixt Baarsma	29:42	29:35
	126.	Miranda Odinga-Overwijk	30:39	30:24
	369.	Ina Kleefstra	34:30	33:25
	537.	Audrey van Gelder	37:22	36:17
5 km bedrijvenloop	1.	Patrick Reitsma	17:00	16:59
10 km Mannen	1.	Huub Bots	34:34	34:34
	2.	Frank Smidstra	35:08	35:08
	6.	Marcel Adema	36:31	36:31
	7.	Geale Simon Postma	37:30	37:30
	9.	Andre Posthumus	39:42	39:42
	14.	Johan Meinsma	40:29	40:29
	25.	Wouter van der Meer	42:25	42:25
	31.	Harmen Dijkstra	43:05	43:05
	42.	Dirk de Groot	44:45	44:45
	44.	Alex Jonker	44:46	44:46
	50.	Jesper Keidel	45:00	45:00
	62.	Klaas Jan Huizing	45:43	45:43
	66.	Keesjan de Vries	45:49	45:26
	91.	Cor Wetting	48:12	48:12
	103.	Bouwe Hiddinga	48:46	48:46
	112.	Arie Hoogsteen	49:22	49:01
	130.	Bauke van der Loon	49:58	49:36
	199.	Leffert Jullens	53:20	52:33
	203.	Peter Bär	53:31	53:10
	236.	Jasper de Noord	54:17	53:55
	287.	Jefta Bogaard	56:24	56:24
	308.	Henk Koopmans	57:02	56:24
	382.	Chris Fahner	59:10	57:14
	398.	Koos Pietersma	59:29	58:51
	402.	Daniel Kuitert	59:34	59:34
	497.	Robin telgenhof	1:02:57	1:01:09
	506.	Ad Slagter	1:03:13	1:02:55
	576.	Rinke Hoitinga	1:07:55	1:07:31
	583.	Wander Sikkes	1:08:23	1:08:23
	604.	Johan Planting	1:10:43	1:09:20
10 km Vrouwen	10.	Liesbeth Mulder	52:41	52:19
	39.	Annet Veenstra	56:01	55:43
	41.	Hilda Brouwer	56:10	55:37
	45.	Inge van Schaick	56:35	55:38
	49.	Wieke de Haan	57:12	56:49
	59.	Jeannet Huitema	57:43	57:43
	62.	Riek van der Meulen	57:49	57:27
	146.	Mariette Mengerink	1:01:07	1:00:04
	179.	Gerda Witvoet	1:02:17	1:01:56

	237. Tamara Kieffer	1:04:03	1:03:45
	249. Paula Groenewoud	1:04:31	1:04:13
	252. Marjan Hoexum	1:04:37	1:04:19
	278. Therese Wester	1:05:29	1:05:11
	303. Sonja poelstra	1:05:59	1:05:36
	351. Anna Walstra	1:07:59	1:06:22
	468. Greetje Bijlsma	1:12:54	1:11:04
21,1 km Mannen sen.	5. Willem de Boer	1:12:39	1:12:39
	7. Douwe Nauta	1:17:38	1:17:38
	8. Paul Geertsma	1:17:47	1:17:47
	12. Rob Vijver	1:21:28	1:21:27
	14. Roelof de Roos	1:23:05	1:23:05
	15. Kees Noppert	1:23:38	1:23:37
	16. Timo Schraa	1:24:24	1:24:24
	17. Erik Verdoorn	1:24:58	1:24:57
	22. Wouter de Vries	1:27:57	1:27:53
	25. Anton Kingma	1:29:32	1:29:31
	33. Ruben Muller	1:33:55	1:33:51
	50. Egbert Allema	1:40:03	1:40:00
	74. Hugo Reitsma	1:48:17	1:47:58
	128. Marcel de Roo	2:00:08	1:59:57
21,1 km Mannen 40+	2. Jan Venhuizen	1:14:54	1:14:54
	6. Martin Ketellapper	1:17:31	1:17:31
	7. Harry Wiersma	1:18:12	1:18:12
	9. Freek Jaarsma	1:28:56	1:28:52
	33. Sije Boskma	1:41:37	1:41:33
	80. Richard van Lunzen	1:52:45	1:52:40
	87. André Jellema	1:54:41	1:54:36
	112. Harrie Roossien	2:02:25	2:01:53
21,1 km Mannen 50+	1. Henk van Eldik	1:24:04	1:24:04
	2. Johannes van der Veen	1:27:36	1:27:36
	51. André Bär	1:55:02	1:54:14
	78. Wim Manshande	2:06:04	2:04:56
	82. Peter Rutkens	2:07:03	2:06:21
21,1 km Mannen 60+	1. Auke Postma	1:25:36	1:25:36
	2. Hans Groenewoud	1:39:15	1:38:55
	7. Peter Klaver	1:54:22	1:54:20
	10. Henk Nijp	2:01:19	2:00:12
21,1 km Vrouwen sen.	3. Yvonne Kassenberg	1:25:37	1:25:36
	4. Simone van Dijk	1:33:56	1:33:55
	15. Marjan Rodenhuis	1:55:30	1:55:18
	24. Jantsje Viëtor	2:00:28	1:59:30
	44. Loes Tuininga	2:16:28	2:15:30
21,1 km Vrouwen 40+	1. Bertha Bruggenkamp	1:35:49	1:35:47
	18. Petra lok	2:05:32	2:05:19
	34. Inge Tuinhof	2:13:57	2:12:48
21,1 km Vrouwen 50+	1. Jacinta Fancel	1:38:10	1:38:08
	11. Wike Bruinsma	2:06:52	2:05:53
	18. Carla Buurman	2:17:33	2:16:33
21,1 km Vrouwen 60+	1. Jeltsje van der Wal	1:57:42	1:57:37
	2. Anke Peterson	2:07:19	2:06:23

Bulleloop te Lekkum op 22 mei.

17,5 km	29. Bauke van Loon	1.35.25	M50.12
	30. Liesbeth Mulder	1.35.54	V45.03

	44. Jeffy Sinnema	1.54.04	V50.01
10 km	3. Ynze Stienstra	39.59	M50.01
	49. Bettie Koops	54.08	V50.02
	64. Annechien van der Veen	57.36	V50.03
	94. Reinder Sinnema	1.12.44	M50.21
5 km	1. Klaas Jan Huizing	24.18	M40.01
2 km	1. Benny Dijkstra	6.02	M14.01

2^e CD-competitiewedstrijd te Assen op 24 mei.

Jongens-D.

80m	Lourens-Joost Kooistra	13.08	332
	Hidde v.d. Weg	14.48	183
1000m	Hidde v.d. Weg	4.00.70	311
	Joost Smit	4.05.96	287
80m horden	Harmen-Tjeerd Meijer	16.34	303
4x80m est.		50.59	360
Hoog	Harmen-Tjeerd Meijer	1.40	541
Ver	Joris Agtereek	3.26	270
Kogel	Hidde v.d. Weg	5.63	283
Discus	Joost Smit	10.66	
	Joris Agtereek	10.74	108
Speer	Lourens-Joost Kooistra	14.24	205

Totaal 5^e plaats van de 9 ploegen

Meisjes-C

80m	Jildou Peeters	12.26	432
	Sumela Inad	12.66	
	Cively Sille	11.92	479
1000m	Danore Langius	4.26.65	199
	Annika Huizing	3.48.96	370
80m horden	Cicely Sille	17.47	231
	Ellis Mourits	18.27	186
	Shanice Wortel	18.56	
4x80m est.		46.54	443
Hoog	Shanice Wortel	1.20	389
Ver	Ellis Mourits	3.93	
	Jildou Peters	4.00	418
Kogel	Sumela Inad	7.76	408
	Danore Langius	4.62	
Discus	Annika Huizing	13.97	184
	Danore Langius	10.43	
Speer	Annika Huizing	11.29	135

Totaal 9^e plaats van de 10 ploegen

Jongens C

100m	Justin Qui	14.39	487
	Ruben Korte	12.84	692
800m	Geert-Wouter Meijer	2.51.58	377
	Thomas Rouishi	2.56.09	345
100m horden	Stefan Volbeda	20.86	318
4x100m est.		54.92	543
Hoog	Ruben Korte	1.55	663
	Timme Bontes	1.25	426
Ver	Stefan Volbeda	3.79	376

	Thomas Rouishi	3.37	
Kogel	Timme Bontes	6.44	
	Justin Qui	7.35	385
Discus	Timme Bontes	15.19	
	Geert-Wouter Meijer	16.74	243
Speer	Geert-Wouter Meijer	22.85	376
	Thomas Rouishi	13.83	

Totaal	7 ^e plaats van de 11 ploegen		

Hindeloop te HindeLoopen op 24 mei.

14 km	Mannen	1. Paul Geertsma	53.58
21 km	Mannen	1. Rob Vijver	1.20.04

Nacht van Groningen op 29 mei.

10 km	Mannen	5. Johannes Postma	35.01	35.01
		33. Alex Pestman	43.55	43.48
21,1 km	Mannen	2. Willem de Boer	1.11.10	1.11.10

Langste Straatloop te St Jacobi Parochie op 31 mei.

34,2 km	Mannen sen.	1. Douwe Nauta	2.19.06
		8. Egbert Allema	3.02.19
	Mannen 40+	2. Harrie Wetterhahn	2.46.33
	Mannen 50+	4. Hans van der Steen	2.43.24
		21. André Bär	3.18.27
	Vrouwen 35+	2. Marjan Rodenhuis	3.16.36
	Vrouwen 55+	3. Anke Peterson	3.47.23
29,5 km	Mannen 40+	1. Johannes Postma	2.04.11
		4. Freerk Jaarsma	2.21.26
	Mannen 50+	5. Johannes van der Veen	2.18.07
	Mannen 60+	5. Henk Nijp	3.08.35
20,9 km	Mannen sen.	1. Anton Kingma	1.28.39
	Mannen 40+	1. Harry Wiersma	1.18.51
	Mannen 50+	10. Wim Manshande	2.05.31
15,8 km	Mannen 40+	1. Cor de Vries	1.09.57
	Vrouwen 35+	1. Tabitha Dijkman	1.21.28
		9. Ingrid Alkema	1.34.18
	Vrouwen 45+	1. Jacinta Fancel	1.10.57
		2. Bettie Koops	1.26.49
		4. Annechien van der Veen	1.31.08
9,5 km	Mannen 40+	3. Catrinus Vroom	40.46