

Uitslagen Mei 2019.

Bulleloop te Lekkum op 1 mei.

5,8 km	Mannen 50+	1. Ynze Stienstra	22.02
10 km	Mannen 50+	8. Klaas Jan Huizing	47.38
	Mannen 60+	16. Wim Manshande	57.54
	Vrouwen 35+	1. Sanne Heidinga	42.14
	Vrouwen 45+	8. Inge Wulffelé	1.01.34
	Vrouwen 55+	2. Annechien v.d. Veen	55.39
17,8 km	Mannen sen.	5. Sander van Hoorn	1.23.07
	Vrouwen 55+	1. Inge van Schaick	1.29.35

Track Meeting te Utrecht op 3 mei.

1500m	Jongens A	7. Jan Oldhoff	4.14.81
	Jongens B	16. Jing Oldhoff	4.45.07
	Mannen sen.	18. Janco Rijpstra	4.14.78
	Meisjes A	2. Elsa Rijpstra	5.00.40
10.000m	Mannen sen.	6. Paul Geertsma	32.27.87

Ronde van Oranjewoud op 4 mei.

10 km	Vrouwen	51. Froukje van Althuis	58.30	58.08
	Mannen	2. Dick Wobbes	35.20	35.19
		61. Jefta Boogaard	55.10	54.48
16,1 km	Vrouwen 55+	9. Anke Peterson	1.47.18	1.46.48
	Mannen 45+	4. André Jellema	1.13.16	1.13.09
	Mannen 55+	4. Ritske Flootman	1.07.29	1.07.26
		23. Herman Wassens	1.30.32	1.30.09
25 km	Vrouwen	4. Inge van Schaick	2.09.11	
	Mannen	24. Catrinus Vroom	2.05.01	

Ademloze meerkamp te Sneek op 4 en 5 mei.

60m	Racerunners	1. Max de Vries	19.92
		2. Teije van der Kooi	33.01
100m	Racerunners	1. Max de Vries	30.57
		2. Teije van der Kooi	54.84
200m	Racerunners	1. Teije van der Kooi	47.32
		2. Max de Vries	1.23.42

Jongens D2	80m	ver	speer	80mH	hoog	kogel	1000m	punten
4. Daan Sikkema	10.97	4.37	18.35	13.36	1.46	8.58	3.52.02	3354
Quinten Geleyense	11.87	4.61	24.41	14.81	1.26	dns	dns	
Meisjes D1	60mH	hoog	speer	ver	kogel	600m	punten	
Edith Jensma	13.36	1.26	27.70	3.43	dns	dns		
Meisjes D2	11.78	1.41	11.72	4.11	7.35	2.08.41	2254	
Meisjes C1	80mH	hoog	kogel	150m	ver	speer	600m	punten
3. Jente Leeuwangh	14.52	1.51	8.20	21.00	4.09	113.66	1.48.88	3227
10. Renske Drenten	18.04	1.26	7.49	23.74	4.06	19.47	1.55.59	2576
Meisjes B	100mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800m	punten
5. Ilse Steigenga	15.80	1.56	10.58	27.55	5.20	24.08	2.36.02	4260

Twirreloop te Wytgaard op 8 mei.

5,8 km	Mannen 50+	1. Sjoerd Holtrop	30.14
		3. andré Hartmann	32.12
10,1 km	Mannen 50+	3. Ynze Stienstra	40.20
		7. Cor de Vries	44.41
	16. Marc van Gelder	1.07.41	
	Mannen 60+	16. Wim Manshande	1.00.20
	Vrouwen sen.	1. Anja van Zutphen	46.32
15,9 km	Vrouwen 55+	3. Anke Peterson	1.01.58
	Mannen sen.	7. Sander van Hoorn	1.13.47
		10. Timo Schraa	1.27.30
	Mannen 40+	7. Catrinus Vroom	1.13.47
	Mannen 50+	10. Herman Wassens	1.21.39
	Vrouwen 35+	1. Freke Kloek	1.14.56
Vrouwen 45+	1. Inge Wulffelé	1.26.32	

Heerenveen Classic op 11 mei.

Jongens D	80m	1. Daan Sikkema	10.78
	200m	1. Daan Sikkema	28.28
		6. Sijbren van Gelder	32.77
	80m horden	1. Daan Sikkema	13.09
	Kogel	2. Daan Sikkema	9.52
		6. Sijbren van Gelder	6.23
	Speer	4. Quinten Geleynse	25.84
		6. Sijbren van Gelder	18.42
	Hoog	3. Sijbren van Gelder	1.30
	Meisjes D	60m	3. Shanara van Zandvoort
6. Maite Stienstra			8.82
11. Fione Fennema			9.11
200m		2. Shanara van Zandvoort	29.95
		6. Maite Stienstra	30.72
		8. Fione Fennema	31.36
		11. Tessa de Roos	32.78
1000m		7. Bernice Frank	3.41.42
60m horden		7. Tessa de Roos	11.71
Kogel		1. Maite Stienstra	10.11
		5. Shanara van Zandvoort	8.98
		5. Edith Jensma	8.98
		9. Fionee Fennema	8.79
		Speer	1. Edith Jensma
Hoog		8. Maite Stienstra	17.04
	1. Tessa de Roos	1.40	
	8. Bernice Frank	1.25	
Ver	6. Shanara van Zandvoort	4.18	
	8. Tessa de Roos	4.14	
	10. Bernice Frank	4.12	
	3. Jente Leeuwangh	28.70	
Meisjes C	200m	3. Jente Leeuwangh	28.70
	800m	3. Eline Ruige	2.34.77
Meisjes B	80m horden	3. Jente Leeuwangh	13.87
	Hoog	1. Jente Leeuwangh	1.45
Meisjes B	100m horden	2. Ilse Steigenga	15.44
	Hoog	2. Ilse Steigenga	1.55
Meisjes A	100m	3. Jildou Peeters	15.47

Ver 2. Jildou Peeters 4.21

Hindeloop te Hindeloopen op 11 mei.

12,5 km	Mannen	1. Thijs de Jong	46.11	
16,1 km	Vrouwen	1. Sanne Heidinga	1.07.42	
21,1 km	Mannen	1. Willem de Boer	1.15.50	
		7. André Jellema	1.38.37	
		8. Harrie Wetterhahn	1.38.38	

Slach om 'e Súd te Leeuwarden op 12 mei.

1 km	Jongens	1. Koen Scherpenzeel	4.33	4.33	
		4. Ivo Snitker	5.01	4.59	
		6. Evan van der Vaart	5.08	5.08	
		7. Nigel Punch	5.13	5.13	
		9. Dani Tamminga	5.27	5.26	
		Meisjes	1. Amélie Berk	4.42	4.42
			3. Vera Bloembergen	5.24	5.22
			4. Marlieke de Vries	5.38	5.35
			6. Noëlle Berk	5.43	5.43
9. Yfke Scherpenzeel	5.58		5.58		
5 km	Mannen	12. Emma de Vries	6.21	6.21	
		2. Martijn Toering	19.23	19.23	
		18. Otto de Jong	29.11	29.01	
	Vrouwen	2. Inge Wulfelé	25.43	25.40	
		4. Esmay de Jonge	28.46	28.44	
		6. Linda Zeggelaar	29.16	29.11	
10 km	Mannen	21. Greetje Bijlsma	41.43	41.36	
		4. Richard Spoelstra	40.52	40.52	
		8. Ruben Korte	45.09	45.07	
		9. Wouter-Geert Meijer	45.50	45.44	
		20. Sander de Haas	52.39	52.34	
		10. Tjitske van Lien	1.00.26	1.00.18	
16,1 km	Mannen	15. Tine Visser	1.08.20	1.08.15	
		1. Rob Vijver	57.09	57.09	
		3. Kees Noppert	1.04.57	1.04.57	
		15. Tjeer-Menno Douma	1.16.52	1.16.43	
		23. Marco Lexmond	1.21.00	1.20.58	
		41. Hans Willems	1.33.41	1.33.34	

Lauwersmeer Marathon te Lauwersoog op 12 mei.

Marathon	Mannen 50+	1. Jan Venhuizen	2.47.58	2.47.58
----------	------------	------------------	---------	---------

Competitie Masters te Apeldoorn op 12 mei.

Mannen	100m	12. Fokke Draaijer	13.76	531
	200m	18. Fokke Draaijer	28.84	511
	800m	12. Maarten Hofstra	2.26.70	
	5000m	9. Ruben Muller	19.14.86	402
	Zw. estafette	8.	2.29.15	535
	Kogel	17. Sjouke Nauta	8.39	422
	Kogelsling.	11. Sjouke Nauta	24.14	444
	Hoog	24. Sjouke Nauta	1.15	0

Ver	Maarten Hofstra	dns	0
Puntentotaal	11 ^e plaats van de 19 ploegen		----- 4186

Stienserloop te Stiens op 15 mei.

10,6 km	Mannen sen.	4. Sander van Hoorn	51.55
	Mannen 40+	1. Arie de Jong	42.04
		8. Catrinus Vroom	52.13
	Mannen 60+	14. Wim Manshande	1.02.26
14,2 km	Mannen sen.	3. Timo Schraa	57.29
	Vrouwen 55+	1. Anke Peterson	1.23.32

1^e Trainingswedstrijd te Leeuwarden op 15 mei.

800m	Jongens-D	1. Daan Sikkema	2:54
		2. Sijbren van Gelder	2:56
	Jongens-A	1. Glenn de Vries	2:20
		2. Jan Oldhoff	2:20
	Mannen sen.	1. Jelmer van der Veen	2:02
	Meisjes-D	1. Yara de Boer	2:50
		2. Bernice Frank	2:51
		3. Eva Tjalsma	3:38
	Meisjes-C	1. Naomi Teppema	3:29
		2. Lisca van Gelder	3:37
	Meisjes-B	1. Ramona van den Berg	3:00
1500m	Jongens-C	1. Melle Ketellapper	5:00
	Vrouwen sen.	1. Rixt Sinnema	5:40
5000m	Mannen sen.	1. Thys de Jong	17:19
		2. Jelle Broersma	17:28
		3. Jesper Keidel	19:09
		4. Frank Hiemstra	19:10
		5. Gerrit Wolbers	19:11
		6. Janco Rijpstra	19:24
	Mannen 35+	1. Remon van Lunzen	17:05
		2. Klaas van Heeringen	19:29
		3. Henk van Eldik	19:48
		4. Richard van der Wal	20:24
		6. Hans Willems	24:57
		7. Tom Vellinga	25:49
	Meisjes-B	1. Meike Regeling	19:20
	Vrouwen sen.	2. Samatha Wolfsdag	19:48
	Vrouwen 35+	1. Judith van der Meer	19:36
		2. Annechien van der Veen	26:12

Mannen masters 50+	100m	ver	punten
1. Jisk Nicolay	13.29	4.93	1133
Mannen senioren			
1. Wouter-Geert Meijer	13.43	4.63	597

2. Matthijs Plijnaar	13.80	4.12	405
Jongens A			
1. Stefan Volbeda	12.88	5.13	815
Jongens B			
1. Thian Tromp	13.22	5.26	787
Jongens C			
1. Jelle Ketellapper	13.70	4.99	1191
Jongens D	80m	ver	punten
1. Daan Sikkema	10.82	4.79	1227
2. Sijbren van Gelder	12.59	4.03	814
3. Nick Seerden	13.32	3.38	597
Jongens Pupillen A	60m	ver	punten
1. Delano van Zandvoort	9.77	3.78	988
2. Jayden van Zandvoort	9.90	3.76	964
3. Gijs van der Hooft	9.91	3.58	926
4. Daniel de Grave	10.47	3.40	807
5. Stein Boringa	10.58	3.36	784
6. Merlijn Rosier	10.58	3.22	756
7. Kai van Dasselaar	10.96	3.13	687
7. Jurre Muller	11.07	3.20	687
9. Yens van der Schaaf	10.93	3.10	685
10. Ive Stienstra	11.01	2.96	647
11. Naut Kuipers	11.05	2.93	636
12. Teun van Dijk	11.26	3.05	634
13. Wessel Voerman	11.20	3.01	633
14. Matthijs Galema	11.41	3.04	614
15. Frank Hogeterp	11.22	2.64	557
16. Jelmer Teppema	11.76	2.90	546
17. Lucas Werkhoven	11.90	2.39	429
18. Sil van der Steeg	dns	3.32	382
19. Hidde Mosterman	12.26	2.18	349
Jongens pupillen B	40m	ver	punten
1. Ivo Snitker	6.91	3.47	983
2. Tiemen Jelsma	7.01	3.18	903
3. Evan van der Vaart	7.26	3.13	840
4. Rik Spek	7.72	2.90	705
5. Nuka Groenland	7.70	2.67	663
6. Mads Jellema	7.79	2.70	652
7. Mees de Roo	7.84	2.55	613
8. Tiandra Knopper	8.18	2.45	536
9. Redmer de Noord	8.31	2.35	495
10. Daylan Dijkstra	8.78	1.95	345
Jongens pupillen C			
1. Nigel Punch	7.27	2.85	782
2. Ids Weening	7.43	2.80	720
3. Tieme Muller	8.07	2.31	526
4. Jesse Joël Vlieg	9.50	2.35	332
Jongens pupillen mini			
1. Benthe Zantman	8.29	2.57	542
2. Joep van Kaam	8.80	2.30	413
3. Jarno Breedenbach	9.20	2.28	355
Jongens racerunners pupillen	60m	100m	
Isayah Hommes	14.50	22.73	
Meisjes A	100m	ver	punten
1. Jildou Peeters	15.21	4.34	846

Meisjes B			
1. Ilse Steigenga	12.69	5.42	1510
Meisjes C			
	80m	ver	punten
1. Jente Leeuwangh	10.99	4.15	1068
2. Janah Leeuwangh	11.58	4.23	992
3. Renske Drenten	12.43	4.19	866
4. Naomi Teppema	11.87	3.30	764
5. Lisca van Gelder	12.08	3.17	709
6. Floortje Erdelmann	12.75	3.40	668
7. Rianne Rodenburg	13.56	2.78	450
8. Anne Marije Wierda	15.73	2.56	204
Meisjes D			
	60m	ver	punten
1. Shanara van Zandvoort	8.66	4.28	1090
2. Yara de Boer	9.07	4.20	994
3. Bernice Frank	9.46	4.15	914
4. Edith Jensma	9.55	4.03	874
4. Tessa de Roos	9.53	4.01	874
6. Fione Fennema	9.17	3.27	789
7. Néya Schumacher	9.73	3.52	743
Meisjes pupillen A			
1. Rosalie Risselada	10.69	3.13	723
2. Meike de Groot	11.45	2.88	577
3. Karlijn de Bruin	11.76	2.90	546
4. Vera Bloembergen	11.80	2.78	518
5. Elske van Reemst	12.03	2.62	461
6. Judith Dorgelo	12.38	2.62	425
7. Aimée de Groot	11.92	2.18	385
Meisjes pupillen B			
	40m	ver	punten
1. Amélie Berk	7.26	2.97	808
2. Lieke van der Hoof	7.26	2.95	804
3. Isa Stouthamer	7.98	2.73	625
4. Sophie Roodzant	7.94	2.67	620
5. Linde Stegeman	7.58	2.52	606
6. Emma de Vries	8.18	2.77	600
7. Eline van Halteren	8.16	2.69	587
8. Sofie Oosterveld	7.98	2.52	583
9. Fiene Rozema	8.00	2.44	564
10. Lisa Klaver	8.05	2.47	561
11. Elin Sikkema	7.96	2.27	537
12. Emke van der Schaaf	8.86	2.08	360
Meisjes pupillen C			
1. Doutsen Leijenaar	7.37	3.12	816
2. Sylke Henstra	7.41	2.60	704
3. Sinne Kimsma	7.78	2.75	664
4. Eline Pham	7.88	2.64	624
5. Eva de Jager	8.37	2.03	422
6. Aniek Vos	9.11	1.92	295
Meisjes pupillen mini			
1. Noëlle Berk	8.33	2.30	482
2. Fleur Lexmond	9.15	2.04	314
3. Lieke Hellinga	9.71	2.30	297
Mannen masters 5000m			
		1. Remon van Lunzen	17.05.0
		2. Klaas van Heeringen	19.29.0
		3. Henk van Eldik	19.48.0

		4. Richard van der Wal	20.24.0
		6. Hans Willems	24.57.0
		7. Tom Vellinga	25.49.0
Mannen sen.	800m	1. Jelmer van der Veen	2.02.0
	5000m	1. Thys de Jong	17.19.0
		2. Jelle Broersma	17.28.0
		3. Jesper Keidel	19.09.0
		4. Frank Hiemstra	19.10.0
		5. Gerrit Wolbers	19.11.0
		6. Janco Rijpstra	19.24.0
Jongens A	800m	Jan Oldhoff	2.20.0
		Glenn de Vries	2.20.0
Jongens C	1500m	1. Melle Ketellapper	5.00.0
Jongens D	800m	1. Daan Sikkema	2.54.0
		2. Sijbren van Gelder	2.56.0
Vrouwen masters	5000m	Judith van der meer	19.36.0
		Annechien van der Veen	26.12.0
		Annemarie Groenenberg	27.40.0
Vrouwen sen.	1500m	Rixt Sinnema	5.40.0
	5000m	Samantha Wolfslag	19.48.0
Meisjes B	800m	1. Ramona van den Berg	3.00.0
	5000m	1. Meike Regeling	19.20.0
Meisjes C	800m	1. Naomi Teppema	3.29.0
		2. Lisca van Gelder	3.37.0
Meisjes D	800m	1. Yara de Boer	2.50.0
		2. Bernice Frank	2.51.0
		3. Eva Tjalsma	3.38.0

NK Masters te Gouda op 17/18/19 mei.

Mannen 45+	5000m	3. Marcel Adema	16.29.54
------------	-------	-----------------	----------

Nelli Cooman Games te Stadskanaal op 18 mei.

Jongens pupillen A1	60m	1000m	kogel	hoog	ver	punten
3. Delano van Zandvoort	9.44	3.50.17	6.86	1.15	3.69	2399
5. Jayden van Zandvoort	9.63	4.01.49	5.35	1.15	3.91	2262
Jongens pupillen C	40m	600m	bal	hoog	ver	punten
1. Nigel Punch	7.07	2.16.62	16.93	0.90	3.04	1766
Meisjes C	80m series	5. Eline Ruige	11.18			
	80m finale	5. Eline Ruige	11.32			
	600m	2. Eline Ruige	1.48.87			
	Discus	16. Renske Drenten	17.15			
	Kogel	12. Renske Drenten	7.51			
	Speer	10. Renske Drenten	20.37			
	Hoog	3. Renske Drenten	1.45			
Meisjes D	60m series	2. Shanara van Zandvoort	8.57			
	60m finale	2. Shanara van Zandvoort	8.75			
	Kogel	5. Shanara van Zandvoort	9.26			
	Ver	3. Shanara van Zandvoort	3.97			

Loop Leeuwarden op 19 mei.

5 km	Vrouwen	1. Mare te Biesebeek	19.21	19.18
------	---------	----------------------	-------	-------

		2. Marene Scholtens	20.26	20.23
		8. Evelyn Polhuijs	22.12	22.05
		29. Jildou Peeters	25.20	24.57
		68. Esmay de Jonge	27.06	26.29
	Mannen	1. Janco Rijpstra	15.36	15.34
		4. Jan Oldhoff	15.44	15.43
		9. Jing Oldhoff	17.31	17.29
		10. Sander van Hoorn	17.47	17.45
		11. Jelmer van der Veen	17.52	17.50
		14. Melle Ketellapper	18.13	18.11
		15. Ruben Muller	18.28	18.25
		17. Glenn de Vries	19.09	19.05
		33. Jesper Keidel	20.27	20.24
		38. Ruben Korte	20.52	20.49
		103. Anton Kingma	24.50	24.35
		224. Jefta Boogaard	29.19	28.01
10 km	Vrouwen	13. Froukje van Althuis	48.07	46.18
		18. Inge Wuffelé	48.13	47.45
		34. Gerda van Klaarbergen	50.30	50.07
	Mannen	1. Paul Geertsma	31.44	31.43
		27. Willi-Jan Veltman	40.32	40.29
		83. Klaas Jan Huizing	45.13	45.08
		103. Wouter-Geert Meijer	45.45	45.40
		116. Kees Oosterbaan	46.26	46.12
		154. Marco Loos	48.19	47.22
		287. Tom Vellinga	52.06	51.28
		663. Marc van Gelder	1.06.39	1.04.32
21,1 km	Vrouwen sen.	1. Samantha Wolfslag	1.26.53	1.26.49
		6. Anja van Zutphen	1.47.03	1.46.56
	Vrouwen 35+	2. Sanne Heidinga	1.30.14	1.30.07
		8. Freke Kloek	1.43.49	1.43.42
		33. Tjitske van Lien	2.04.45	2.04.36
		34. Linda Zeggelaar	2.07.00	2.06.14
	Vrouwen 45+	1. Judith van der Meer	1.26.36	1.26.33
	Mannen sen.	1. Hagos Brhane	1.12.44	1.12.42
		3. Rob Vijver	1.14.20	1.14.18
		4. Erwin de Vries	1.15.20	1.15.16
		6. Thys de Jong	1.16.39	1.16.37
		8. Jelle Broersma	1.19.18	1.19.14
		9. Romke Rodrigo de Jong	1.19.25	1.19.22
		26. Timo Schraa	1.34.25	1.34.21
	Mannen 35+	1. Willem de Boer	1.13.30	1.13.28
		3. Douwe Nauta	1.19.28	1.19.26
		8. Erik Verdoorn	1.23.27	1.23.23
		12. Kees Noppert	1.27.13	1.27.06
		25. Richard Spoelstra	1.37.51	1.37.46
		53. Edwin van der Wal	1.47.29	1.47.02
	Mannen 45+	1. Menno Mud	1.13.09	1.13.07
		2. Remon van Lunzen	1.16.06	1.16.04
		4. Freek Jaarsma	1.23.54	1.23.50
		9. Richard van der Wal	1.32.32	1.32.27
		10. Catrinus Vroom	1.32.56	1.32.50
		14. Harrie Wetterhahn	1.35.34	1.35.28
		27. Jan Jaap Dicke	1.42.16	1.41.38
		28. André Jellema	1.41.45	1.41.39

Mannen 55+	3. Klaas van Heeringen	1.27.15	1.27.12
	4. Hans van der Steen	1.33.55	1.33.58
	38. Keesjan de Vries	1.59.00	1.58.40
	43. Herman Wassens	2.02.24	2.02.16
	49. Wim Manshande	2.07.52	2.07.07
Mannen 65+	2. Hans Willems	2.05.11	2.04.07
	7. Peter Klaver	2.13.00	2.12.52

Track Meeting te Utrecht op 24 mei.

Jongens A	1500m	8. Jan Oldhoff	4.20.03
Jongens B	1500m	10. Jing Oldhoff	4.47.31
Mannen sen.	1500m	16. Jelmer van der Veen	4.17.27
		25. Jesper Keidel	5.04.74
	3000m	6. Paul Geertsma	8.54.46

2° Athletics Champs te Steenwijk op 25 mei.

PUPILLEN A	60m	Duur	60mH	Sling	Vortex	Ver	Punten
Daniël de Grave	10,4	1300	11,1	16,00	24,00	3,25	319
Gijs van der Hoof	9,9	1275	10,7	14,50	26,00	2,95	322
Jelmer Teppema	11,4	1175	13,2	14,50	17,00	2,95	220
Jurre Muller	11,0	1450	12,4	15,50	27,00	2,90	302
Koen Scherpenzeel	10,2	1475	11,1	14,50	28,00	2,90	338
Mathijs Schreur	11,1	1225	12,7	10,50	18,00	3,00	221
Merlijn Rosier	10,5	1300	13,0	17,50	19,50	2,95	274
Naomi Veenema	11,2	1150	13,3	13,00	14,50	2,85	233
Naut Kuipers	11,2	975	11,5	14,00	16,50	2,75	220
Rosalie Risselada	10,6	1400	12,2	20,00	17,00	2,70	330
Wessel Voerman	11,6	1300	12,9	13,00	15,50	3,00	222

Pupillen B/C/mini	Duur	M-bal	Vortex	Hoog	Ver	Punten
Mads Jellema	875	4,70	12,00	1,00	2,60	231
Nigel Punch	1000	5,10	11,50	1,00	2,80	316
Sipke vd Sluis	900	4,70	15,00	1,00	2,60	297
Syenna Veenema	825	4,40	12,50	1,00	2,60	310
Tieme Muller	850	4,60	14,00	0,90	2,40	259
Tieme Jelsma	875	5,20	17,50	0,95	3,05	269
Yfke Scherpenzeel	850	2,80	7,50	0,80	2,40	276

2° Competitiewedstrijd CD-junioren te Sneek op 25 mei.

Jongens D	80m	1. Daan Sikkema	10.97	624
		4. Reinder Andringa	11.40	555
		24. Karst Vader	14.04	
	1000m	14. Loek Rikhof	3.44.19	396
		15. Sijbren van Gelder	3.44.80	393
		19. Nick Seerden	3.54.70	
	80m horden	1. Daan Sikkema	12.96	592
		4. Quinten Geleyense	14.80	418

		20. Christoph Gründemann	17.82	
4x80m		3. Christoph/Loek/Reinder/Sijbren	47.27	467
Discus		6. Reinder Andringa	16.52	239
		13. Nick Seerden	11.24	
Kogel		3. Quinten Geleynse	7.58	398
		15. Karst Vader	5.62	
Hoog		2. Daan Sikkema	1.55	663
		7. Sijbren van Gelder	1.30	
Ver		1. Quinten Geleynse	4.45	508
		11. Christoph Gründemann	3.52	

Puntentotaal	1 ^e plaats van de 11 ploegen			5253
Meisjes D	60m	3. Maite Stienstra	8.90	568
		4. Shanara van Zandvoort	8.91	566
		10. Fione Fennema	9.26	
	1000m	3. Bernice Frank	3.32.73	463
		12. Néya Schumacher	3.52.41	352
		23. Eva Tjalsma	4.22.13	
	60m horden	3. Yara de Boer	10.72	515
		6. Tessa de Roos	11.66	409
		11. Néya Schumacher	12.81	
	4x60m	1. Bernice/Fione/Maite/Shanara	33.13	657
	Speer	2. Edith Jensma	23.56	389
		13. Eva Tjalsma	11.32	
	Kogel	3. Maite Stienstra	10.16	530
		5. Edith Jensma	9.26	
	Hoog	2. Yara de Boer	1.50	623
		4. Tessa de Roos	1.40	
	Ver	1. Yara de Boer	4.30	478
		6. Shanara van Zandvoort	3.63	

Puntentotaal	2 ^e plaats van de 12 ploegen			5550

Loop om 't Bildt te Sint Jacobiparochie op 25 mei.

5 km	Vrouwen sen.	1. Lianne Jager	20.21
16 km	Mannen sen.	1. Thijs de Jong	58.36
21,8 km	Vrouwen 55+	1. Anke Peterson	2.40.23
42 km	Mannen 40+	1. Catrinus Vroom	3.24.33

Nationale A-Games te Pijnenburg op 26 mei.

Jongens pup. A1	60m	12. Jayden van Zandvoort	9.53
		15. Delano van Zandvoort	9.69
	Vortex	8. Delano van Zandvoort	26.61
		14. Jayden van Zandvoort	22.90
	Kogel	10. Delano van Zandvoort	6.69
		14. Jayden van Zandvoort	5.22
	Ver	17. Delano van Zandvoort	3.62
		18. Jayden van Zandvoort	3.57

4 Mijl van Sneek op 26 mei.

4 Mijl	Mannen	6. Marcel Adema	21.22	21.20
--------	--------	-----------------	-------	-------

Kidsrun	M-11-12	8. Erik Bouma	21.47	21.44
		12. Johannes Postma	22.25	22.23
		17. Martijn Toering	23.10	23.07
		2. Néya Schumacher	5.49	5.49