

Uitslagen September 2019.

Slach om Reahus te Reahus op 1 september.

9 km	Mannen	2. Erik Bouma	31.45
------	--------	---------------	-------

Nationale D-spelen te Amsterdam op 1 september.

Jongens D1	1000m	37. Sijbren van Gelder	3.38.93
	1000m steeple	10. Nick Seerden	4.05.07
	Kogel	11. Nick Seerden	6.26
	Ver	12. Sijbren van Gelder	4.01
Jongens D2	80m series	2. Daan Sikkema	10.50
	80m finale	1. Daan Sikkema	10.36
	80mH series	6. Daan Sikkema	13.29
	80mH finale	7. Daan Sikkema	13.03
	Hoog	11. Quinten Geleynse	1.45
	Ver	17. Quinten Geleynse	4.12
Meisjes D1	Discus	2. Edith Jensma	28.11
	Speer	3. Edith Jensma	28.78
Meisjes D2	60m series	17. Shanara van Zandvoort	8.93
		32. Fione Fennema	9.25
	150m series	8. Shanara van Zandvoort	21.19
		11. Maite Stienstra	21.53
	150m finale	8. Shanara van Zandvoort	21.37
	1000m	21. Bernice Frank	3.29.69
	60mH series	4. Yara de Boer	9.95
		27. Tessa de Roos	11.70
	60mH finale	5. Yara de Boer	10.10
	Kogel	16. Maite Stienstra	9.74
		27. Fione Fennema	8.12
	Hoog	3. Yara de Boer	1.55
		7. Tessa de Roos	1.45
	Ver	19. Bernice Frank	4.07

EE-loop te Britsum op 5 september.

15 km	Mannen sen.	1. Jelle Broersma	53.13
		3. Erwin de Vries	53.24
		4. Thys de Jong	53.45
10 km	Mannen sen.	3. Sander van Hoorn	42.02
	Mannen 40+	1. Catrinus Vroom	42.02
		7. Edwin van der Wal	47.30
		11. Carlo Loos	51.01
	Mannen 50+	4. Booyen Nicolay	44.16
		6. André Jellema	46.29
		7. Anne van Dijk	46.30
	Vrouwen 45+	1. Lieneke de Jong	45.54
		2. Janet Krooshof	48.51
		5. Marianne Haijma	59.16
5 km	Mannen sen.	1. Kibrom Teweldebrhan	17.37
	Mannen 60+	1. Auke Postma	23.03

Proostmeerloop te Wagenborgen op 7 september.

10 km	Mannen	2. Paul Geertsma	32.23	32.23
		3. Rob Vijver	34.38	34.38
		4. Jan Venhuizen	36.36	36.35
	Vrouwen	6. Bertha Bruggenkamp	43.28	43.25

RCN de Roggeberg Loop te Appelscha op 7 september.

21,1 km	Vrouwen 40+	2. Lieneke de Jong	1.42.29	1.42.26
10 km	Mannen 50+	3. Klaas van Heeringen	41.25	41.23
	Mannen 60+	6. Cor Wetting	52.28	52.23
	Vrouwen 50+	6. Bettie Koops	57.17	57.04
5 km	Mannen	7. Erica Verdegaal	58.47	58.44
		16. Jouke de Vries	29.06	29.01
		19. Harold Rakers	29.33	29.27
	Vrouwen	23. Arie Roest	33.06	32.59
		12. Tea Busstra	31.28	31.23

Fearun te Heerenveen op 8 september.

4 Mijl	Mannen	2. Rob Vijver	20.47	20.45
		7. Martijn Toering	23.16	23.14

Prinsentuinloop te Leeuwarden op 8 september.

1150m	Mannen	1. Jarno Breedenbach	7.07
		5. Nigel Punch	10.05
2300m	Vrouwen	1. Fleur Lexmond	7.04
	Mannen	2. Reinder Andringa	12.15
4600m	Vrouwen	1. Tiandra Knoppers	13.00
		2. Joke de Groot	27.26
		4. Greetje Bijlsma	36.59
5750m	Vrouwen	6. Linda Zeggelaar	39.02
10350m	Vrouwen	2. Freke Kloek	49.14
		5. Marjan Hoexum	1.09.18

4^e wedstrijd Athletics Champs te Sneek op 14 september.

Pupillen A	60m	60mH	Sling	Vortex	Ver	Punten
Aimée de Groot	11,6	15,0	11,00	12,50	1,95	130
Delano van Zanvoort	9,8	11,1	17,00	27,50	3,60	315
Elske van Reemst	11,7	13,1	9,50	11,50	2,30	147
Frank Hogeterp	10,5	11,0	14,50	13,50	2,40	208
Hannah de Vries	11,9	12,4	12,50	8,50	2,55	165
Jayden van Zandvoort	9,8	11,2	16,00	20,00	3,30	274
Jelmer Teppema	11,7	12,0	13,00	18,50	2,65	188
Jurre Muller	10,5	12,3	15,50	30,00	2,75	261
Koen Scherpenzeel	10,1	11,3	17,00	26,50	3,30	292
Lucas Werkhoven	12,2	14,5	16,50	12,00	2,40	141
Mathijs Schreur	11,0	12,5	12,00	17,50	2,65	187
Meike de Groot	10,8	13,9	10,50	11,00	2,25	158
Naut Kuipers	11,1	11,7	13,00	16,00	2,65	194

Rosalie Risselada	10,4	11,5	15,00	14,50	2,55	245
Wessel Voerman	11,6	12,1	15,50	18,50	2,80	206
Yens van der Schaaf	10,4	12,5	13,00	18,50	2,80	211

Pupillen B/C/mini	M-bal	Vortex	Hoog	Ver	Punten
Amélie Berk	4,90	10,00	0,90	3,00	198
Anna Dijkstra	3,00	7,00	0,75	1,85	161
Aron Hiemstra	4,90	12,00	0,80	1,95	172
Boaz Vellinga	5,70	15,50	0,85	2,35	224
Doutsen Leijenaar	5,50	12,50	1,10	3,25	328
Emma de Vries	4,90	13,00	0,85	2,25	179
Ids Weening	5,50	20,50	0,85	2,80	263
Isa Stouthamer	4,30	10,00	0,90	2,50	171
Ivo Snitker	5,80	11,00	0,95	3,05	204
Lieke van der Hooft	4,90	10,00	0,80	2,80	176
Linde Stegeman	3,60	11,00	0,80	2,50	151
Mads Jellema	4,20	8,50	0,85	2,85	151
Marlieke de Vries	3,30	6,50	0,90	2,10	162
Mateo Kuipers	4,60	8,00	0,75	NM	155
Nicolette van der Plaats	4,60	11,00	0,90	2,80	190
Nigel Punch	5,30	17,50	0,95	3,00	267
Noëlle Berk	3,80	6,50	0,75	2,10	188
Rik Spek	6,00	15,00	0,90	2,70	207
Ruth Jensma	3,30	6,00	0,85	2,35	207
Sipke van der Sluis	5,20	15,50	0,95	2,60	239
Sylke Henstra	3,80	12,00	0,85	2,70	221
Tiemen Jelsma	5,60	18,50	0,95	3,10	235
Yfke Scherpenzeel	3,80	9,00	0,75	2,80	246

De 10 km van Boksum op 15 september.

5 km	Mannen	6. Auke Postma	23.31
		19. Harold Rakers	28.51
10 km	Vrouwen	10. Jelly Koopmans	31.07
		11. Riek van der Meulen	31.07
	Mannen	2. Thijs de Jong	37.02
		12. Andre Ydema	45.30
		22. Klaas Jan Huizing	50.24
		26. Denis van Raalte	52.09
Vrouwen	29. Jasper de Noord	53.18	
	36. Carlo Loos	54.22	
	45. Piet Struiksma	59.09	
	1. Judith van der Meer	44.41	
	3. Anja van Zutphen	49.15	
	6. Marianne Kooistra	55.50	

De Franeker Ronde op 19 september.

1,9 km	J 10-15	1. Nick Seerden	7.03
--------	---------	-----------------	------

5 km	Vrouwen	1. Janneke van der Windt	19.53
10 km	Mannen	1. Sander van Hoorn	36.42
		6. Maarten Hofstra	39.00
	Vrouwen	1. Judith van der Meer	40.00

Track Meeting te Wageningen op 20 september.

Jongens A	800m	4. Kalieb Redda	2.07.98
-----------	------	-----------------	---------

Nationale CD Meerkamp te Zoetermeer op 21 en 22 september.

Jongens D		80m	ver	speer	80mH	hoog	kogel	1000m	punten
9.	Daan Sikkema	10.41	4.67	26.45	13.21	1.55	10.69	3.53.50	3843
36.	Quinten Geleyense	11.44	4.07	33.59	dnf	dns	dns	dns	1531

Meisjes D		60mH	hoog	speer	ver	kogel	600m	punten
4.	Yara de Boer	10.07	1.45	24.62	4.66	10.09	1.50.17	3212

10 EM van Sint Annaparochie op 21 september.

10 EM	Mannen	4. Arie de Jong	1.11.42
		22. Catrinus Vroom	1.28.10
		23. André Jellema	1.28.10
		29. Timo Schraa	1.31.00
	Vrouwen	10. Anke Peterson	2.01.46

Weide Sompe Wald Rin te De Westereen op 22 september.

10 km	Mannen	1. Klaas van Heeringen	38.49
21 km	Vrouwen	1. Annechien van der Veen	1.59.48
	Mannen	3. Hugo Reitsma	1.37.59

Sluitingswedstrijd en clubkampioenschappen te Leeuwarden op 28 september.

J-pup racerunners	60m	1. Bram van der Veen	17.93
		2. Rinze de Jong	28.16
	100m	1. Bram van der Veen	28.92
		2. Rinze de Jong	56.07
	200m	1. Isayah Hommes	44.89
		2. Max de Vries	1.04.41
		3. Teije van der Kooi	1.27.16
	400m	1. Isayah Hommes	1.35.65
		2. Max de Vries	2.08.26
3. Teije van der Kooi		3.07.79	
M-pup racerunners	60m	1. Roemjana Verhoef	18.51
		2. Dinah Pen	19.03
		3. Amy Wagenaar	26.91
	100m	1. Roemjana Verhoef	30.14
		2. Dinah Pen	34.86
		3. Amy Wagenaar	46.51
	200m	1. Hannah Bos	47.74
		400m	1. Hannah Bos

Mannen mast.	5000m	1. Marcel Adema	17.25.46
		2. Ruben Muller	19.11.85
		3. Johannes van der Veen	21.03.23
Mannen sen.	5000m	1. Hagos Brhane	16.04.01
		2. Janco Rijpstra	16.23.20
		3. Rob Vijver	16.40.29
		4. Kibrom Teweldebrahn	17.23.31
		5. Frank Hiemstra	18.40.85
		6. Melle Ketellapper	18.46.29
Jongens A	800m	1. Glenn de Vries	2.22.06
Jongens B	5000m	1. Willem Fennema	21.06.85
Vrouwen mast.	5000m	1. Judith van der Meer	20.29.51
Vrouwen sen.	5000m	1. Lotte Kallio	21.50.66
Meisjes C	80m	2. Rianne Rodenburg	13.03
	Kogel	2. Rianne Rodenburg	5.42
	Hoog	2. Rianne Rodenburg	1.10
Meisjes D	60m	1. Maite Stienstra	8.85
		2. Fione Fennema	9.15
	Kogel	1. Maite Stienstra	9.89
		3. Shanara van Zandvoort	8.99
		4. Fione Fennema	8.15

Jongens C	100m	800m	kogel	hoog	punten
1. Yentl Smeding	16.70	3.08.37	5.79	1.10	1126

Jongens D	80m	1000m	kogel	hoog	punten
2. Daan Sikkema	10.64	4.05.60	11.17	1.55	2208
3. Quinten Geleynse	11.69	3.40.15	9.33	1.50	2044
4. Reinder Andringa	11.12	3.57.11	8.04	1.25	1777
5. Jurre Agema	12.53	4.14.45	5.98	1.25	1377
6. Sybren van Gelder	12.48	dnf	7.03	1.30	1233

Jongens pupillen A	60m	1000m	kogel	ver	punten
2. Delano van Zandvoort	9.71	3.57.53	6.36	3.81	1859
3. Koen Scherpenzeel	10.17	3.51.61	6.22	3.75	1797
4. Jayden van Zandvoort	9.72	4.01.45	5.84	3.42	1728
5. Merlijn Rosier	10.28	4.06.64	6.16	3.53	1660
6. Jurre Muller	10.52	4.00.80	5.88	3.19	1568
7. Yens van der Schaaf	10.87	4.43.03	5.34	2.79	1234
8. Frank Hogeterp	10.94	4.34.49	4.59	2.71	1189

Jongens pupillen B	40m	1000m	kogel	ver	punten
2. Ivo Snitker	7.13	4.06.50	4.89	3.50	1659
3. Tiemen Jelsma	7.35	4.07.08	4.73	3.37	1575
5. Mads Jellema	7.94	5.36.50	3.60	2.80	1146
6. Tiandro Knoppers	8.05	4.35.71	3.19	2.85	1106

Jongens pupillen C	40m	600m	m-bal	ver	punten
1. Nigel Punch	7.17	2.07.64	6.02	3.24	1733
2. Sipke Joas van der Sluis	7.72	2.29.46	6.29	2.63	1337
3. Jide Olawuni	8.05	2.40.36	6.54	2.55	1205
4. Javi Hainje	7.72	2.42.82	4.53	2.64	1135
5. Thomas Sjaarda	8.42	2.44.76	4.00	2.37	913
6. Fimme Agema	9.08	3.17.97	2.67	1.94	461

Mannen masters	100m	800m	kogel	hoog	punten
1. Willem de Boer	14.26	2.15.06	6.98	1.45	1364
2. Sjouke Nauta	15.92	dns	8.59	1.15	422
Mannen senioren	100m	800m	kogel	hoog	punten
1. Jelmer van der Veen	12.64	2.04.14	8.27	1.65	2002
2. Wybren Nauta	14.07	2.51.59	9.59	1.30	961
Meisjes B	100m	800m	kogel	hoog	punten
1. Ilse Steigenga	12.82	2.36.52	10.56	1.50	2666
2. Carmen de Wolff	16.19	dnf	8.62	1.30	1188
Meisjes C	80m	800m	kogel	hoog	punten
1. Jente Leeuwangh	11.12	2.33.62	8.31	1.55	2225
2. Renske Drenten	11.99	2.43.72	8.12	1.50	1957
3. Naomi Teppema	11.92	3.19.02	7.85	1.35	1594
Meisjes D	60m	1000m	kogel	hoog	punten
1. Yara de Boer	9.07	3.44.32	10.12	1.55	2122
2. Bernice Frank	9.32	3.31.25	7.91	1.45	1960
3. Tessa de Roos	9.46	4.01.91	7.80	1.55	1845
4. Edith Jensma	9.28	3.58.95	9.72	1.20	1715
Meisjes pupillen A	60m	1000m	kogel	hoog	punten
6. Rosalie Risselada	10.56	4.10.90	5.30	3.25	1491
9. Meike de Groot	11.19	4.39.05	3.97	2.67	1087
10. Aimée de Groot	11.70	4.58.59	4.66	2.31	941
Meisjes pupillen B	40m	1000m	kogel	hoog	punten
2. Amelie Berk	6.94	3.52.69	4.68	3.35	1723
4. Isa Stouthamer	7.80	4.47.58	3.77	2.75	1136
5. Linde Stegeman	8.20	4.58.66	3.99	2.45	990
6. Elin Sikkema	8.13	4.36.53	2.48	2.33	922
Meisjes pupillen C	40m	600m	m-bal	ver	punten
1. Douten Leijenaar	7.16	2.25.89	6.76	3.29	1633
2. Sylke Henstra	7.34	2.35.65	5.38	2.72	1327
3. Yfke Scherpenzeel	7.75	2.47.62	4.17	2.59	1064
4. Lotte van der Meij	8.11	2.41.95	4.77	2.40	1041
5. Ruth Jensma	8.00	2.59.45	3.96	2.80	984
6. Anna Dijkstra	8.62	2.50.33	4.52	2.11	838
7. Noëlle Berk	8.37	dns	3.94	2.01	683

Jouster Merke Loop te Joure op 29 september.

10,2 km	Mannen	3. Johannes Postma	37.23	37.21
		5. Jan Venhuizen	39.34	39.32
15,6 km	Mannen	1. Rob Vijver	54.44	54.43
		2. Thys de Jong	55.35	55.32
		4. Erik Bouma	58.01	57.59
		14. Harrie Wetterhahn	1.09.06	1.09.02