

# Vijfhoekparkloop - Zaandam 24 oktober 2009



Plaats	Naam	Woonplaats	Vereniging	Jaar	Startnr	Categorie	tijd	Km/uur
<b>1,5 Km</b>								
1	Fleur van Leeuwen	Zaandam	Zaanland	2003	99	M-4	9:06	9,89
<b>5 Km</b>								
1	Hugo de Haan	Purmerend	Lycurgus	1984	130	M-SEN	16:55	17,73
2	Richard Douma	Zaandam	Zaanland	1993	126	M-SEN	18:35	16,14
3	Nicander Kemper	Amsterdam	ACW '66	1982	127	M-SEN	18:54	15,87
4	Nico Vergouw	Zaandam	Zaanland	1946	827	M-55	20:55	14,34
5	Peter van der Eng	Assendelft	Zaanland	1956	128	M-45	21:04	14,24
6	Ad Breedijk	Koog aan de Zaan	Zaanland	1953	119	M-55	21:08	14,20
7	Ed Carper	Zaandam	Zaanland	1961	138	M-45	21:13	14,14
8	Yoshi Groen	Amsterdam		1990	123	M-SEN	21:26	14,00
9	Cora Siermans	Zaandam	Zaanland	1965	839	V-35	21:42	13,82
10	Henk Onrust	Zaandam	Zaanland	1967	835	M-35	21:44	13,80
11	Johan Meijer	Zaandam	Zaanland	1957	826	M-45	22:17	13,46
12	Helen de Loor	Purmerend	Lycurgus	1989	129	V-SEN	22:47	13,17
13	Marc de Vries	Zaandijk	Zaanland	1978	121	M-SEN	23:21	12,85
14	Tiny Tol	Zaandam	Zaanland	1948	838	V-55	24:12	12,40
15	Jolanda Stas	Oostzaan	Zaanland	1964	134	V-45	24:16	12,36
16	Jelijn van Barneveld	Zaandam	Zaanland	1983	125	V-SEN	24:48	12,10
17	Hans de Roo	Koog aan de Zaan	Zaanland	1956	830	M-45	25:00	12,00
18	Thijs van der Kolk	Oostzaan	Zaanland	1962	135	M-45	25:01	11,99
19	Willemijn van Waarden	Zaandam	Zaanland	1992	131	V-SEN	25:07	11,94
20	Anders Maars	Zaandam		1977	133	M-SEN	25:14	11,89
21	Harry Derlagen	Zaandam	Zaanland	1959	840	M-45	25:17	11,87
22	Joyce de Roo	Zaandam	Zaanland	1975	828	V-SEN	25:24	11,81
23	Monique Wezel	Purmerend	Zaanland	1967	116	V-35	25:46	11,64
24	Jan Stolp	Zaandam		1938	117	M-65	25:47	11,64
25	Mick Onrust	Zaandam	Zaanland	1998	836	J-12	27:07	11,06
26	Christa Meijer	Zaandam	Zaanland	1959	825	V-45	27:15	11,01
27	Paulina van der Zouw	Amsterdam	AV '23	1969	115	V-35	27:19	10,98
28	Henk Koper	Heemskerk	Zaanland	1953	136	M-55	28:09	10,66
29	Mia de Roo	Koog aan de Zaan	Zaanland	1957	829	V-45	28:19	10,59
30	Carla Hanenberg-Boon	Zaandijk	Zaanland	1947	831	V-55	29:08	10,30
31	Joop Keetman	Zaandam	Lycurgus	1944	837	M-65	29:14	10,26
32	Simon Visser	Zaandam		1945	132	M-55	29:28	10,18
33	Rob Munscher	Amsterdam	Le Champion	1942	833	M-65	31:02	9,67
34	Marjolein de Heer	Zaandam	Zaanland	1955	834	V-45	33:16	9,02
35	Jan Pankras	Heiloo	Lycurgus	1940	122	M-65	35:03	8,56
36	Truus Lukaart	Zaandam	Zaanland	1953	137	V-55	36:59	8,11
37	Ans Derlagen	Zaandam	Zaanland	1947	124	V-55	38:06	7,87
38	René van der Pal	Wormer	Zaanland	1969	118	M-35	38:10	7,86
39	Piet Glas	Koog aan de Zaan	Zaanland	1935	832	M-65	38:17	7,84
40	Sila Wiggemansen	Ter Aar		1944	120	M-65	40:50	7,35

10 Km

1	Benjamin Romkes	Zaandam	Zaanland	1965	1000	M-35	33:44	17,79
2	Jiri Kemper	Amsterdam	Zaanland	1977	986	H-SEN	34:15	17,52
3	Michael Woerden	Mijdrecht	De Veenlopers	1975	988	H-SEN	35:39	16,83
4	Eddy van Leeuwen	Zaandam		1971	992	M-35	37:42	15,92
5	Wiebe-Pieter Mulder	Oostzaan	Zaanland	1979	984	H-SEN	37:53	15,84
6	Adri Groen	Amsterdam	Atos	1960	983	M-45	39:45	15,09
7	Frans Woerden	Mijdrecht	De Veenlopers	1970	990	M-35	39:49	15,07
8	Benjamin van de Logt	Zaandam	Zaanland	1978	999	H-SEN	40:04	14,98
9	Flip Valk	Zaandam	Zaanland	1955	921	M-45	41:08	14,59
10	Dennis van Beek	Castricum		1976	994	H-SEN	41:54	14,32
11	Rob Sluijter	Uitgeest	avVN	1945	991	M-55	43:17	13,86
12	Bas Adams	Amsterdam	AV '23	1965	961	M-35	43:37	13,76
13	Nanno Rombeek	Oostzaan	Le Champion	1963	923	M-45	45:15	13,26
14	Jasper ter Stroot	Diemen	AV '23	1976	962	H-SEN	45:21	13,23
15	Peter Lansbergen	Assendelft	Le Champion	1953	919	M-55	45:44	13,12
16	Willem Walst	Zaandam	Zaanland	1961	995	M-45	46:42	12,85
17	Ait Salem	Zaandam	Running2000	1966	1129	M-35	47:06	12,74
18	Arnold van Velthoven	Haarlem		1949	996	M-55	47:08	12,73
19	Laura Hyslop	Zaandam	Zaanland	1958	925	V-45	48:59	12,25
20	Saskia Lobbezoo	Zaandam	Zaanland	1969	1124	V-35	49:01	12,24
21	Nico Vennik	Purmerend		1964	1122	M-45	50:36	11,86
22	Jan Kracht	Zaandam	avVN	1935	964	M-65	50:38	11,85
23	Dick Wezel	Purmerend	Zaanland	1954	918	M-55	50:49	11,81
24	Michael Kiks	Zaandam	Zaanland	1969	1125	M-35	50:53	11,79
25	Frank van Vliet	Zaandam	Le Champion	1970	1127	M-35	50:55	11,78
26	Arno Stap	Roelofarendsveen	Leiden Atletiek	1961	985	M-45	51:03	11,75
27	Camiel Blokhuisen	IJmuiden		1971	981	M-35	51:08	11,73
28	Hugo Dullemont	Zwaanshoek		1963	982	M-45	51:09	11,73
29	Gerard Stoeltjes	Assendelft		1938	924	M-65	51:36	11,63
30	Sonja van Zeelt	Wormerveer		1964	989	V-45	51:37	11,62
31	Piet Duivis	Zaandam	Zaanland	1958	929	M-45	51:46	11,59
32	Ron Sanches	Zaandam		1957	998	M-45	53:04	11,31
33	Gerard Kunnen	Heemskerk		1938	920	M-65	53:33	11,20
34	Rob Groot	Zaandam		1949	927	M-55	54:12	11,07
35	Lex de Boer	Avenhorn		1947	997	M-55	54:18	11,05
36	Dania Vos	Zaandam	Zaanland	1963	926	V-45	54:35	10,99
37	Kees Walter	Zaandam	Zaanland	1960	987	M-45	56:00	10,71
38	Annemieke Plantinga	Zaandam		1963	1128	V-45	57:37	10,41
39	Rob Steyger	Zaandam	avVN	1959	922	M-45	57:43	10,40
40	Fred Goveia	Wormer	Le Champion	1938	928	M-65	57:59	10,35
41	Peter Halfwerk	Rotterdam		1952	993	M-55	58:08	10,32
42	Jurrien Krol	Assendelft		1962	1123	M-45	58:09	10,32
43	Henk Wiggemansen	Ter Aar		1940	963	M-65	1:00:00	10,00
44	Titus Metz	Hoofddorp		1970	1126	M-35	1:02:38	9,58
45	Irene van den Berge	Zaandam	Zaanland	1959	1130	V-45	1:04:18	9,33
46	Caroline de Jong	Zaandam		1986	1131	V-SEN	1:04:19	9,33