

**Uitslag 1e Vijfhoekparkloop 2010, 23-10-2010**

Plaats	Naam	Woonplaats	Vereniging	Jaar	Startnr	Categorie	Tijd	km/uur
<b>1,5 km</b>								
1	Sietse van der Pal	Westzaan	Zaanland	1998	118	M1,5k	6:35	13,7
2	Talitha Bos	Koog aan de Zaan	Zaanland	1999	119	V1,5k	6:41	13,5
3	Thomas Grandiek	Zaandam		2002	113	M1,5k	7:09	12,6
4	Meike Hartog	Zaandam	Zaanland	2001	115	V1,5k	7:14	12,4
5	Fleur van Leeuwen	Zaandam	Zaanland	2003	120	V1,5k	8:11	11,0
6	Anne Grandiek	Zaandam		2002	99	V1,5k	8:25	10,7
7	Sarah Koper	Zaandam	Zaanland	2003	116	V1,5k	8:30	10,6
8	Fleur Luttikhuisen	Zaandam	Zaanland	2003	114	V1,5k	8:31	10,6
9	Wendy Koper	Zaandam	Zaanland	1976	117	V1,5k	8:38	10,4
<b>5 km</b>								
1	Hugo de Haan	Purmerend	Lycurgus	1984	337	M-SEN	16:52	17,8
2	Richard Douma	Zaandam	Zaanland	1993	343	M-SEN	17:22	17,3
3	Nicander Kemper	Landsmeer	Waterland	1982	339	M-SEN	17:31	17,1
4	Merijn van Wouden	Amsterdam	Waterland	1991	341	M-SEN	19:51	15,1
5	Marijn Buijtendorp	Zaandam	Zaanland	1993	342	M-SEN	19:53	15,1
6	Pieter Grandiek	Wormer	Zaanland	1961	336	M-45	20:02	15,0
7	Femke van der Pal	Westzaan	Zaanland	1995	348	V-10	20:03	15,0
8	Jeske van der Pal	Westzaan	Zaanland	1997	347	V-10	20:16	14,8
9	Ahmed Mohamed	Zaandam		1983	344	M-SEN	20:27	14,7
10	Marc Dunnewijk	Oostzaan	Waterland	1961	440	M-45	20:40	14,5
11	Ad Breedijk	Koog aan de Zaan	Zaanland	1953	334	M-55	21:03	14,3
12	Cora Sisternans	Zaandam	Zaanland	1965	354	V-45	21:22	14,0
13	Johan Meijer	Zaandam	Zaanland	1957	434	M-45	21:52	13,7
14	Rianne Breedijk	Koog aan de Zaan	Zaanland	1990	333	V-SEN	22:09	13,5
15	Ron Cadenau	Zaandam	Zaanland	1958	351	M-45	22:26	13,4
16	Ruud Righolt	Zaandam	Zaanland	1953	335	M-55	22:54	13,1
17	Lars Gobels	Zaandam		2000	353	M-10	23:38	12,7
18	Thijs van der Kolk	Oostzaan	Zaanland	1962	445	M-45	24:00	12,5
19	Harry Derlagen	Zaandam		1959	441	M-45	25:06	12,0
20	Hans de Roo	Koog aan de Zaan	Zaanland	1956	437	M-45	25:14	11,9
21	Tiny Tol-Maas	Zaandam	Zaanland	1948	444	V-55	25:15	11,9
22	Steven de Goede	Zaandam	Zaanland	1992	439	M-SEN	25:35	11,7
23	Piet Duivis	Zaandam	Zaanland	1958	352	M-45	26:33	11,3
24	Jacqueline Louwe-Zijlstra	Koog aan de Zaan	Zaanland	1968	350	V-35	27:34	10,9
25	Christa Meijer	Zaandam		1959	435	V-45	27:35	10,9
26	Yome Dik	Wormer		1998	349	M-10	28:35	10,5
27	Joop Keetman	Zaandam	Lycurgus	1944	433	M-65	29:37	10,1
28	Helga van Kooperen	Zaandam		1952	442	V-55	29:40	10,1
29	René Brachthuizen	Zaandam		1956	438	M-45	30:03	10,0
30	Siem Visser	Zaandam		1945	346	M-65	30:19	9,9
31	Marjolein de Heer	Zaandam	Zaanland	1955	436	V-55	30:20	9,9
32	Nico Tol	Koog aan de Zaan	Zaanland	1944	443	M-65	34:18	8,7
33	Pieter Buijsman	Zwaag	La Champion	1946	792	M-55	36:20	8,3
34	Sila Wiggemansen	Ter Aar		1944	345	V-65	40:06	7,5

**Uitslag 1e Vijfhoekparkloop 2010, 23-10-2010**

Plaats	Naam	Woonplaats	Vereniging	Jaar	Startnr	Categorie	Tijd	km/uur
	<b>10 km</b>							
1	Michael Woerden	Mijdrecht	De Veenlopers	1975	787	M-35	33:42	17,8
2	Alex Bouwmeester	Zaandam	Loopgroep Aart Stigter	1988	790	M-SEN	35:19	17,0
3	Eddy van Leeuwen	Zaandam		1971	779	M-35	37:49	15,9
4	Klaas-Jan Elzinga	Amsterdam	Friesland	1967	785	M-35	39:05	15,4
5	Frans Woerden	Mijdrecht	De Veenlopers	1970	788	M-35	39:22	15,2
6	Henry Rijkenberg	Purmerend		1958	793	M-45	41:29	14,5
7	Bert Fink	Alkmaar	Hylas	1970	780	M-35	42:44	14,0
8	Jan de Boer	Koog aan de Zaan	Zaanland	1949	789	M-55	43:37	13,8
9	Marco Luttikhuisen	Zaandam		1972	800	M-35	44:17	13,5
10	Rob Sluijter	Uitgeest	avVN	1945	797	M-55	44:32	13,5
11	Arjen Romkes	Zaandam		1970	776	M-35	44:33	13,5
12	Arnold van Velthoven	Haarlem	Dutch Runners Basic	1949	774	M-55	45:07	13,3
13	Lex de Boer	Avenhorn	Loopgroep Hoorn	1947	791	M-55	45:48	13,1
14	Rolf v.d. Meulen	Amsterdam		1958	801	M-45	47:40	12,6
15	Henk Waal	Purmerend		1973	796	M-35	47:52	12,5
16	Wolter van Veen	Zaandam		1983	794	M-SEN	48:20	12,4
17	Jaap v.d. Thiel	Hoogkarspel		1983	795	M-SEN	48:28	12,4
18	Laura Hyslop	Zaandam	Zaanland	1958	720	V-45	48:34	12,4
19	Peter Lansbergen	Assendelft	La Champion	1953	719	M-55	48:40	12,3
20	Peter Akerboom	Oude Wetering	LVA Plantaris	1949	782	M-55	48:45	12,3
21	Jan Kracht	Zaandam	avVN	1935	773	M-65	48:50	12,3
22	Ruud de Goede	Zaandam	Zaanland	1956	724	M-45	50:05	12,0
23	Sander Goudriaan	Wormer	Zaanland	1970	799	M-35	50:26	11,9
24	Peter van Veen	Heerhugowaard	La Champion	1948	723	M-55	50:34	11,9
25	Anton Schuurman	Amsterdam		1936	778	M-65	51:46	11,6
26	Gijs Honing	Blokker	avVN	1945	784	M-65	53:25	11,2
27	Hans Buis	De Rijp	Dutch Runners Gold	1951	783	M-55	53:29	11,2
28	Henk Wiggemansen	Ter Aar		1940	781	M-65	54:12	11,1
29	Gerard Kunnen	Heemskerk		1938	718	M-65	54:25	11,0
30	James Fulkerson	Watergang	AV Monnickendam	1945	775	M-65	56:15	10,7
31	Jos Mascini	Amsterdam Zuidoost		1956	721	M-45	56:18	10,7
32	Jurrien Krol	Assendelft	Lycurgus	1962	772	M-45	57:19	10,5
33	Rob Groot	Zaandam	La Champion	1949	726	M-55	58:50	10,2
34	Rob Steijger	Zaandam	avVN	1959	786	M-45	59:47	10,0
35	Fred Goveia	Wormer	La Champion	1938	725	M-65	1:00:23	9,9
36	Letty Brinkkemper-Al	Zaandam	Zaanland	1980	722	V-SEN	1:00:48	9,9
37	Jan Jaap Stigter	Amsterdam		1941	777	M-65	1:03:14	9,5