

20-11-2010 Uitslag 3e Vijfhoekparkloop 2010 AV Zaanland Zaandam

Plaats	Startnr	Naam	Woonplaats	geb.jaar	M/V	Vereniging	Categorie	Tijd	km/uur
1,5 km									
1	97	Lars Mertens	Nijmegen	1999	M	Nijmegen Atletiek	M1,5k	5:34	16,2
2	90	Jeske van der Pal	Westzaan	1997	V	Zaanland	V1,5k	5:45	15,7
3	92	Simon Richards	Zaandam	1999	M	Zaanland	M1,5k	6:11	14,6
4	96	Maik Retz	Zaandijk	1999	M	Zaanland	M1,5k	6:22	14,1
5	91	Sietse van der Pal	Westzaan	1998	M	Zaanland	M1,5k	6:30	13,8
6	95	Talitha Bos	Koog aan de Zaan	1999	V	Zaanland	V1,5k	6:36	13,6
7	89	Daan Schuitemaker	Zaandam	1998	M		M1,5k	6:45	13,3
8	87	Fleur Luttkhuizen	Zaandam	2003	V	Zaanland	V1,5k	8:14	10,9
9	93	Sarah Kopers	Zaandam	2003	V	Zaanland	V1,5k	8:15	10,9
10	94	Wendy Koper	Zaandam	1976	V	Zaanland	V1,5k	8:21	10,8
11	88	Sarah Slop	Zaandam	2003	V		V1,5k	9:42	9,3
5 km									
1	382	Alex Bouwmeester	Zaandam	1988	M	Loopgroep Aart Stigter	M-SEN	18:11	16,5
2	386	Michel Drijfhout	Krommenie	1970	M	Lycurgus	M-35	18:39	16,1
3	372	Ruud Hijne	Zaandam	1989	M	Zaanland	M-SEN	18:52	15,9
4	379	Johan Smit	Volendam	1981	M		M-SEN	18:53	15,9
5	383	Femke van der Pal	Westzaan	1995	V	Zaanland	V-12	19:49	15,1
6	440	Marc Dunnewijk	Oostzaan	1961	M	Waterland	M-45	20:31	14,6
7	373	Henk Onrust	Zaandam	1967	M	Zaanland	M-35	20:32	14,6
8	339	Ad Breedijk	Koog aan de Zaan	1953	M	Zaanland	M-55	20:44	14,5
9	370	Arno van Staden	Krommenie	1970	M		M-35	20:45	14,5
10	369	Leo Vloon	Oostzaan	1959	M	Waterland	M-45	21:05	14,2
11	448	Nanno Rombeek	Oostzaan	1963	M		M-45	21:45	13,8
12	380	Johan Zwarthoed	Volendam	1983	M		M-SEN	23:17	12,9
13	374	Mick Onrust	Zaandam	1998	M	Zaanland	M-12	23:18	12,9
14	445	Thijs van der Kolk	Oostzaan	1962	M	Zaanland	M-45	23:46	12,6
15	439	Steven de Goede	Zaandam	1992	M	Zaanland	M-SEN	24:05	12,5
16	441	Harry Derlagen	Zaandam	1959	M		M-45	25:10	11,9
17	377	Robin Bakker	Zaandam	1997	M	Zaanland	M-12	25:45	11,7
18	376	Marthijn Bakker	Zaandam	1991	M	Zaanland	M-SEN	25:57	11,6
19	378	Hans Gruijs	Zaandam	1961	M	Zaanland	M-45	26:04	11,5
20	447	Edith Borst-Thomson	Zaandam	1952	V	Zaanland	V-55	26:05	11,5
21	387	Wilma Jonker	Zaandam	1962	V	Zaanland	V-45	26:08	11,5
22	388	Foliena Dunnewijk	Oostzaan	1972	V		V-35	26:09	11,5
23	389	Anja Schuttert	Oostzaan	1969	V		V-35	26:10	11,5
24	393	Piet Duivis	Zaandam	1958	M	Zaanland	M-45	28:04	10,7
25	384	Jacqueline Louwe-Zijlstra	Koog aan de Zaan	1968	V	Zaanland	V-35	28:20	10,6
26	391	Margreet Al	Zaandam	1971	V	Zaanland	V-35	28:31	10,5
27	375	Nikki Onrust	Zaandam	1997	V	Zaanland	V-12	28:50	10,4
28	433	Joop Keetman	Zaandam	1944	M	Lycurgus	M-65	29:11	10,3
29	392	Hans Schipper	Koog aan de Zaan	1936	M		M-65	29:29	10,2
30	385	Simon Visser	Zaandam	1945	M		M-65	29:30	10,2
31	390	Margje Al	Zaandam	1974	V	Zaanland	V-35	30:21	9,9
32	442	Helga van Kooperen	Zaandam	1952	V		V-55	30:46	9,8
33	436	Marjolein de Heer	Zaandam	1955	V	Zaanland	V-55	30:55	9,7
34	381	Ans Derlagen	Zaandam	1947	V	Zaanland	V-55	35:22	8,5
35	394	Truus Lukaart	Zaandam	1953	V	Zaanland	V-55	36:42	8,2
36	395	Maria Dienaar	Zaandam	1983	V		V-SEN	37:11	8,1
37	371	René van der Pal	Wormer	1969	M	Zaanland	M-35	37:49	7,9
38	833	Pieter Buijsman	Zwaag	1946	M	Le Champion	M-55	38:10	7,9

20-11-2010 Uitslag 3e Vijfhoekparkloop 2010 AV Zaanland Zaandam

Plaats	Startnr	Naam	Woonplaats	geb.jaar	M/V	Vereniging	Categorie	Tijd	km/uur
1	834	Michael Woerden	Mijdrecht	1975	M	De Veenlopers	M-35	33:32	17,9
2	848	Matthijs de Bruin	Zaandam	1979	M		M-SEN	39:53	15,0
3	847	Benjamin van de Logt	Koog aan de Zaan	1978	M	Zaanland	M-SEN	39:54	15,0
4	839	René Vos	Volendam	1981	M		M-SEN	40:16	14,9
5	831	Flip Valk	Zaandam	1955	M	Zaanland	M-45	41:07	14,6
6	838	Frans Woerden	Mijdrecht	1970	M	De Veenlopers	M-35	41:51	14,3
7	850	Fred Schuitemaker	Zaandam	1960	M	Zaanland	M-45	43:02	13,9
8	830	Iason Chronis	Amsterdam	1980	M		M-SEN	44:42	13,4
9	842	Michiel Richards	Zaandam	1971	M		M-35	46:14	13,0
10	829	Nico Vergouw	Zaandam	1946	M	Zaanland	M-55	46:15	13,0
11	832	Albert Post	Zaandam	1957	M	Zaanland	M-45	46:49	12,8
12	845	Arnold van Velthoven	Haarlem	1949	M	Dutch Runners Basic	M-55	46:50	12,8
13	837	Marjan van Ginkel	Aalsmeer	1967	V	AV Aalsmeer	V-35	47:18	12,7
14	835	René Spitteler	Aalsmeer	1960	M	AV Aalsmeer	M-45	47:19	12,7
15	846	Peter Akerboom	Oude Wetering	1949	M	LVA Plantaris	M-55	47:48	12,6
16	853	Eddy Vink	Zaandam	1967	M		M-35	49:17	12,2
17	724	Ruud de Goede	Zaandam	1956	M	Zaanland	M-45	49:18	12,2
18	836	Armand Lans	Leiden	1970	M		M-35	51:17	11,7
19	852	Dania Vos	Zaandam	1963	V	Zaanland	V-45	54:29	11,0
20	840	Hans Boer	Amsterdam	1968	M		M-35	54:36	11,0
21	721	Jos Mascini	Amsterdam Zuidoost	1956	M		M-45	54:51	10,9
22	718	Gerard Kunnen	Heemskerk	1938	M		M-65	54:58	10,9
23	723	Peter van Veen	Heerhugowaard	1948	M	Le Champion	M-55	55:50	10,7
24	844	Gerard Stoeltjes	Assendelft	1938	M		M-65	57:39	10,4
25	851	Wim Roozendaal	Amstelveen	1955	M		M-55	57:47	10,4
26	843	Jurrien Krol	Assendelft	1962	M	Lycurgus	M-45	57:50	10,4
27	849	Rita Breebaart	IJpendam	1963	V		V-45	58:48	10,2
28	841	Rob Steijger	Zaandam	1959	M	avVN	M-45	1:00:17	10,0
29	725	Fred Goveia	Wormer	1938	M	Le Champion	M-65	1:00:47	9,9
30	726	Rob Groot	Zaandam	1949	M	Le Champion	M-55	1:02:45	9,6
31	854	Titus Metz	Hoofddorp	1970	M		M-35	1:04:12	9,3
32	828	Jan Jaap Stigter	Amsterdam	1941	M		M-65	1:04:50	9,3
33	855	Renata Rocha	's-Hertogenbosch	1984	V		V-SEN	1:07:26	8,9