

## Uitslag 2e Vijfhoekparkloop 2015, AV Zaanland, Zaandam 07-11-2015

Plaats	Startnr	Naam	Woonplaats	GJ	M/V	Vereniging	tijd	km/uur	pace
<b>1,5 KM JONGENS</b>									
2	501	Jelmer de Gauw	Zaandam	2006	M	Zaanland	5:46	15,6	3:50
3	514	Roy Deijkers	Koog aan de Zaan	2005	M	Zaanland	6:13	14,5	4:08
4	513	Thijs Oppewal	Koog aan de Zaan	2007	M	Zaanland	6:13	14,5	4:08
8	506	Dante Staneke	Zaandam	2006	M	Zaanland	7:17	12,4	4:51
13	516	Calvin Heeres	Wormerveer	2005	M		8:19	10,8	5:32
14	511	Jordy Drijfhout	Krommenie	2002	M	Lycurgus	8:57	10,1	5:58
<b>1,5 KM MEISJES</b>									
1	512	Femke Drijfhout	Krommenie	2002	V	Lycurgus	5:45	15,7	3:50
5	510	Fleur Luttikhuizen	Zaandam	2003	V	Zaanland	6:25	14,0	4:16
6	503	Pien Bakker	Zaandam	2005	V	Zaanland	6:53	13,1	4:35
7	505	Malou de Gauw	Zaandam	2009	V	Zaanland	6:53	13,1	4:35
9	507	Guusje de Groot	Zaandam	2007	V	Zaanland	7:18	12,3	4:52
10	502	Floor Bakker	Zaandam	2006	V	Zaanland	7:20	12,3	4:53
11	515	Suzanne Otto	Zaandam	2006	V	Zaanland	7:53	11,4	5:15
12	504	Noa Roos Stoltenberg	Zaandam	2009	V	Zaanland	7:54	11,4	5:16
<b>5KM MANNEN</b>									
1	496	Mick Onrust	Zaandam	1998	M	Zaanland	19:18	15,5	3:51
2	470	Tim Huiberts	Zaandam	1998	M	Zaanland	19:30	15,4	3:54
4	372	Sietse van der Pal	Westzaan	1998	M	Zaanland	19:58	15,0	4:00
5	364	Dirk Goldebeld	Wormer	1956	M	Zaanland	20:56	14,3	4:11
6	391	Lennart Kerssens	Amsterdam	1980	M		21:24	14,0	4:16
7	376	Harry Timmerman	Zaandam	1966	M	Zaanland	21:28	14,0	4:17
8	396	Ferdinand Oppenhuizen	Leiden	1976	M		21:41	13,8	4:20
9	374	Rob van Heerden	Amsterdam	1960	M		21:48	13,8	4:21
10	484	Ron Cadenau	Zaandam	1958	M	Zaanland	21:51	13,7	4:22
11	367	Henk Onrust	Zaandam	1967	M	Zaanland	22:11	13,5	4:26
12	489	Johan Meijer	Zaandam	1957	M	Zaanland	22:19	13,4	4:27
13	483	Steven de Goede	Zaandam	1992	M	Zaanland	22:25	13,4	4:29
14	375	Rik Rademaker	Amsterdam	1973	M		22:38	13,3	4:31
15	368	Ko Half	Wormerveer	1952	M		23:44	12,6	4:44
19	486	Kees Walter	Zaandam	1960	M	Zaanland	24:10	12,4	4:50
20	387	Nico Vennik	Purmerend	1964	M		24:14	12,4	4:50
21	480	Thijs van der Kolk	Oostzaan	1962	M	Zaanland	24:35	12,2	4:55
22	467	Frank van Ammers	Koog aan de Zaan	1952	M		24:51	12,1	4:58
27	381	Mischa Zwagers	Zaandam	1975	M	Zaanland	25:24	11,8	5:04
30	389	Joël Vennik	Purmerend	1994	M		25:34	11,7	5:06
32	380	Tim Storm	Zaandam	1991	M		25:53	11,6	5:10
33	481	Leon Heijman	Zaandam	2005	M	Zaanland	25:59	11,5	5:11
35	494	Hans de Roo	Koog aan de Zaan	1956	M	Zaanland	26:09	11,5	5:13
37	406	Harry Derlagen	Zaandam	1959	M		26:33	11,3	5:18
38	365	Arjen Romkes	Zaandam	1970	M	Zaanland	26:35	11,3	5:19
41	362	Rikus Bijvoet	Purmerend	1947	M	Zaanland	26:52	11,2	5:22
42	500	Jan Stolp	Zaandam	1938	M	Le Champion	26:53	11,2	5:22
44	392	Peter Lamme	Wormer	1957	M		28:35	10,5	5:43
49	379	Bas Storm	Zaandam	1993	M		29:15	10,3	5:51
50	383	Santiago Tjhuis	Zaandam	2007	M		30:21	9,9	6:04
52	492	Marthijn Bakker	Zaandam	1991	M	Zaanland	30:32	9,8	6:06
55	466	Piet Duivis	Zaandam	1958	M		31:47	9,4	6:21

56	497	Joop Keetman	Zaandam	1944	M	Lycurgus	32:42	9,2	6:32
58	487	René van der Pal	Wormer	1969	M	Zaanland	35:43	8,4	7:08
60	361	Pieter Buijsman	Zwaag	1946	M	Le Champion	37:51	7,9	7:34
61	498	Hans Appel	Hoorn Nh	1938	M	Loopgroep Hoorn	43:28	6,9	8:41
62	369	Piet Glas	Koog aan de Zaan	1935	M	Zaanland	50:43	5,9	10:08
	477	Fred Goveia	Wormer	1938	M	Le Champion	dnf		

#### 5 KM VROUWEN

3	370	Femke van der Pal	Westzaan	1995	V	Zaanland	19:46	15,2	3:57
16	475	Lieke Mulder	Zaandam	1986	V	Zaanland	23:45	12,6	4:45
17	371	Mirjam van der Pal	Westzaan	1962	V	Zaanland	23:56	12,5	4:47
18	476	Laura Hyslop	Zaandam	1958	V	Zaanland	23:59	12,5	4:47
23	485	Jacqueline Louwe	Koog aan de Zaan	1968	V	Zaanland	24:59	12,0	5:00
24	407	Sarah Koper	Zaandam	2003	V	Zaanland	25:06	12,0	5:01
25	386	Luna Huiberts	Zaandam	2003	V		25:10	11,9	5:02
26	394	Els van Wijk	Zaandam	1991	V	Zaanland	25:22	11,8	5:04
28	390	Tamara Lamme	Krommenie	1988	V		25:30	11,8	5:06
29	471	Corry Fris-Meijer	Wormer	1963	V	Zaanland	25:31	11,8	5:06
31	382	Henriëtte van der Heijde	Wormer	1962	V	Zaanland	25:40	11,7	5:08
34	495	Joyce de Roo	Zaandam	1975	V	Zaanland	26:08	11,5	5:13
36	398	Marianne Kuil	Beverwijk	1975	V		26:31	11,3	5:18
39	366	Gwenn Romkes	Zaandam	2004	V	Zaanland	26:40	11,3	5:20
40	482	Femke Zwart	Zaandam	1968	V		26:46	11,2	5:21
43	384	Patricia Oppewal-Knaap	Koog aan de Zaan	1978	V		28:06	10,7	5:37
45	378	Erica Nauta	Zuid-Scharwoude	1961	V		28:58	10,4	5:47
46	377	Wilma Jonker	Zaandam	1962	V	Zaanland	28:58	10,4	5:47
47	491	Ans Bakker	Zaandam	1966	V	Zaanland	28:59	10,4	5:47
48	493	Mia de Roo	Koog aan de Zaan	1957	V	Zaanland	28:59	10,4	5:47
51	405	Leydi Quiñones Cabal	Zaandam	1998	V		30:21	9,9	6:04
53	385	Linda Deijkers	Koog aan de Zaan	1977	V	Zaanland	30:38	9,8	6:07
54	393	Marijke Oorthuizen	Nieuwkoop	1992	V		30:41	9,8	6:08
57	388	Linda Vennik	Purmerend	1969	V		33:29	9,0	6:41
59	488	Marjolein de Heer	Zaandam	1955	V		37:05	8,1	7:25
	373	Dorcas Rutto	Zaandam	1974	V	Zaanland	dnf		

#### 10 KM MANNEN

1	983	Benjamin van de Logt	Koog aan de Zaan	1978	M		39:29	15,2	3:56
2	993	Bas Thijssen	Zaandam	1978	M	Zaanland	39:35	15,2	3:57
3	974	Flip Valk	Zaandam	1955	M	Zaanland	42:59	14,0	4:17
4	991	Michiel Richards	Zaandam	1971	M		43:24	13,8	4:20
5	990	Arent Jan Linde	Amsterdam	1976	M		43:59	13,6	4:23
6	989	Rob Sluijter	Uitgeest	1945	M	avVN	45:20	13,2	4:32
7	988	Jeffrey Stuyt	Wijdewormer	1991	M		46:50	12,8	4:41
8	750	Oscar de Gauw	Zaandam	1976	M	Zaanland	47:10	12,7	4:43
9	978	Lex de Boer	Avenhorn	1947	M	Loopgroep Hoorn	47:40	12,6	4:46
11	979	Jan de Boer	Zaandam	1949	M	Zaanland	49:31	12,1	4:57
12	986	Peter van Veen	Heerhugowaard	1948	M	avVN	50:57	11,8	5:05
13	656	Peter Akerboom	Oude Wetering	1949	M	LVA Plantaris	53:27	11,2	5:20
14	977	Robert Kruijshaar	Zaandam	1958	M	Zaanland	54:51	10,9	5:29
15	984	Sonny Dekker	Wormer	1988	M		55:55	10,7	5:35
16	617	Peter Lansbergen	Assendelft	1953	M	Le Champion	57:27	10,4	5:44
17	987	Jos Mascini	Amsterdam Zuidoost	1956	M		57:57	10,4	5:47
18	985	Rob Dekker	Zaandam	1956	M		58:17	10,3	5:49
19	981	Jurrien Krol	Assendelft	1962	M	Lycurgus	58:51	10,2	5:53
20	982	Hans Buis	Midwoud	1951	M		58:58	10,2	5:53
21	975	Martin Wezel	Koog aan de Zaan	1952	M	Zaanland	1:03:23	9,5	6:20

22	600	Gerard Kunnen	Heemskerk	1938	M		1:04:12	9,3	6:25
23	756	Rob Groot	Zaandam	1949	M	Le Champion	1:07:30	8,9	6:45
24	976	Gijs Honing	Blokker	1945	M		1:18:16	7,7	7:49
	980	Arjen Holterman	Zaandijk	1964	M	Zaanland	dnf		
<b>10 KM VROUWEN</b>									
10	992	Diana Cabal Svarez	Zaandam	1976	V		49:12	12,2	4:55