

| | | | | | | | |
|---|---------------|---------------------|----------------|----|----------|-------|--|
| Uitslag Open Fries Kampioenschap Pingjum | | | | | | | |
| | | Maandag 5 juli 2010 | | | 13 km. | | |
| D1 Junioren meisjes 12-14 jaar | | | | | | | |
| 1 | Steenhof | Melissa | URETERP | D1 | 19.50.04 | 39.33 | |
| 2 | Otten | Vera | HAAKSBERGEN | D1 | 21.12.39 | 36.78 | |
| 3 | Veenstra | Geke | OUDKERK | D1 | 22.50.97 | 34.14 | |
| 4 | Sytsma | Janna | FOLSGARE | D1 | 22.52.00 | 34.11 | |
| 5 | Westerdijk | Femke | SUWALD | D1 | 24.04.91 | 32.39 | |
| H1 Junioren jongens 12-14 jaar | | | | | | | |
| 1 | Schaft | Tom | DALERVEEN | H1 | 18.21.84 | 42.47 | |
| 2 | Visser | Eit | DE WILP | H1 | 19.56.08 | 39.13 | |
| 3 | Ploeg van der | Remco | SURHUISTERVEEN | H1 | 19.57.10 | 39.09 | |
| 4 | Kooistra | Marten | JONKERSLAN | H1 | 20.43.77 | 37.63 | |
| 5 | Bissels | Mauro | DRACHTEN | H1 | 20.54.27 | 37.31 | |
| 6 | Algra | Sijbren | TERWISPEL | H1 | 20.58.91 | 37.18 | |
| 7 | Steenhuis | Mathijs | SNEEK | H1 | 22.07.65 | 35.25 | |
| 8 | Jacobi | Renze | DRACHTEN | H1 | 23.20.34 | 33.42 | |
| D2 Dames junioren 15-19 jaar | | | | | | | |
| 1 | Anema | Maartje | GORREDIJK | D2 | 21.55.76 | 35.57 | |
| 2 | Westra | Fardau | ZWAAGWESTEINDE | D2 | 22.13.26 | 35.10 | |
| 3 | Witte de | Lysbeth | MAKKUM | D2 | 23.38.76 | 32.99 | |
| 4 | Woude van der | Vera | SNEEK | D2 | 25.13.51 | 30.92 | |
| H2 Heren junioren 15-19 jaar | | | | | | | |
| 1 | Breda van | Rick | DEN HELDER | H2 | 16.52.46 | 46.22 | |
| 2 | Dijkstra | Martijn | OLDEBERKOOPT | H2 | 17.37.68 | 44.25 | |
| 3 | Haanstra | Dennis | SNEEK | H2 | 18.10.90 | 42.90 | |
| 4 | Jilesen | Robin | DRONRIJP | H2 | 18.32.04 | 42.08 | |
| 5 | Stenvert | Geert Jan | IJLST | H2 | 18.50.60 | 41.39 | |
| 6 | Nijmeijer | Maurice | HOOGEVEEN | H2 | 18.59.41 | 41.07 | |

| | | | | | | | |
|--|-----------------|----------|------------|----|----------|-------|------------|
| 7 | Wymenga | Dedjer | FEANWALDEN | H2 | 19.02.80 | 40.95 | |
| 8 | Bullema | Marten | TOORNWERD | H2 | 19.10.02 | 40.69 | |
| 9 | Jellema | Hendrik | WOMMELS | H2 | 19.49.16 | 39.36 | |
| 10 | Looy van | Arend | LEMMER | H2 | 20.04.22 | 38.86 | |
| 11 | Klabbers | Stefan | GORREDIJK | H2 | 20.38.13 | 37.80 | |
| 12 | Bakhuizen | Boyan | SNEEK | H2 | 20.44.90 | 37.59 | |
| 13 | Linden van der | Kay | DRACHTEN | H2 | 22.04.09 | 35.35 | |
| D3 Dames 20+ zonder licentie | | | | | | | |
| 1 | Venema | Hennie | LEEK | D3 | 20.10.25 | 38.67 | |
| 2 | Aussems | Marleen | GRONINGEN | D3 | 21.08.06 | 36.91 | |
| 3 | Brouwer | Gerda | SONDEL | D3 | 22.09.11 | 35.21 | |
| 4 | Folkerts | Wiep | HEERENVEEN | D3 | 26.21.04 | 29.60 | |
| D4 Dames 20+ met licentie (elite buiten mededinging) | | | | | | | |
| 1 | Kleinjan | Janny | ALMELO | D4 | 19.01.37 | 41.00 | |
| 2 | Breimer | Tiny | BUSSUM | D4 | 20.29.90 | 38.05 | |
| 3 | Groot de - Bron | Janette | JUBBEGA | D4 | 20.52.50 | 37.37 | |
| 4 | Engelsma | Margriet | NOORDWIJK | D4 | 20.53.06 | 37.35 | |
| 5 | Jansen | Ingrid | GRONINGEN | D4 | 21.26.44 | 36.38 | |
| | Troelstra | Nynke | GRONINGEN | D4 | 18.39.48 | 41.81 | elite dame |
| | Sterk | Maria | HALLUM | D4 | 18.57.63 | 41.14 | elite dame |
| H3 Heren 20-39 jaar | | | | | | | |
| 1 | Heer de | Arjan | DEN HELDER | H3 | 17.02.08 | 45.79 | |
| 2 | Bos | Iwan | HARDERWIJK | H3 | 17.19.07 | 45.04 | |
| 3 | Bakker | Ruud | WORMER | H3 | 17.43.21 | 44.02 | |
| 4 | Zeijl van | Karsten | MARRUM | H3 | 17.57.54 | 43.43 | |
| 5 | Groot de | Johannes | JUBBEGA | H3 | 18.00.46 | 43.31 | |
| 6 | Dijkstra | Guus | GRONINGEN | H3 | 18.01.79 | 43.26 | |
| 7 | Brijder | Bertijn | HEERENVEEN | H3 | 18.11.73 | 42.87 | |
| 8 | Palstra | Lieuwe | BOLSWARD | H3 | 18.31.60 | 42.10 | |

| | | | | | | | |
|----|---------------------|------------|----------------|----|----------|-------|--|
| 9 | Buist | Harm | ZUIDLAREN | H3 | 18.36.53 | 41.92 | |
| 10 | Mellema | Edwin | VEENDAM | H3 | 18.46.00 | 41.56 | |
| 11 | Cellarius | Jan | GRONINGEN | H3 | 18.47.11 | 41.52 | |
| 12 | Kuipers | Sybolt | SNEEK | H3 | 18.49.63 | 41.43 | |
| 13 | Steegenga | Durk Wiebe | DUIVENDRECHT | H3 | 18.49.85 | 41.42 | |
| 14 | Sienot | Jeroen | WEHE DEN HOORN | H3 | 18.52.17 | 41.34 | |
| 15 | Boersma | Arnold | KATLIJK | H3 | 18.54.73 | 41.24 | |
| 16 | Draaijer | Jurjen | BUSSUM | H3 | 18.55.38 | 41.22 | |
| 17 | Sierksma | Anne | FERWERT | H3 | 18.57.78 | 41.13 | |
| 18 | Meer van der | Tim | IJLST | H3 | 19.09.56 | 40.71 | |
| 19 | Dams | Tom | KUINRE | H3 | 19.10.43 | 40.68 | |
| 20 | Nauta | Age | KOUDUM | H3 | 19.11.52 | 40.64 | |
| 21 | Eppinga | Hendrik | OUDEMIRDUM | H3 | 19.40.51 | 39.64 | |
| 22 | Groos | Bas | OOSTZAAN | H3 | 19.46.06 | 39.46 | |
| 23 | Ruiter de | David | EMMELOORD | H3 | 21.55.84 | 35.57 | |
| 24 | Akkerman | Tom | GRONINGEN | H3 | 26.02.50 | 29.95 | |
| | | | | | | | |
| | H4 Heren 40-49 jaar | | | | | | |
| 1 | Heringa | Ronald | GRONINGEN | H4 | 17.32.94 | 44.45 | |
| 2 | Kok | Gerrit | BALK | H4 | 18.06.10 | 43.09 | |
| 3 | Sweering | Jurjen | SNEEK | H4 | 18.19.26 | 42.57 | |
| 4 | Douma | Rint | LEMMER | H4 | 18.24.82 | 42.36 | |
| 5 | Witte de | Cor | MAKKUM | H4 | 18.51.63 | 41.36 | |
| 6 | Looy van | Dirk | LEMMER | H4 | 19.45.59 | 39.47 | |
| | | | | | | | |
| | H5 Heren 50-59 jaar | | | | | | |
| 1 | Nijmeijer | Marten | LEMMER | H5 | 18.24.40 | 42.38 | |
| 2 | Bolks | Klaas | HARDENBERG | H5 | 18.29.04 | 42.20 | |
| 3 | Brouwer | Jan | BOLSWARD | H5 | 18.48.88 | 41.46 | |
| 4 | Elschot | Gert | MARKNESSE | H5 | 19.04.36 | 40.90 | |
| 5 | Hilarides | Jouke | OOSTHEM | H5 | 19.42.10 | 39.59 | |
| 6 | Jellema | Sicco | WOMMELS | H5 | 19.47.90 | 39.40 | |
| 7 | Meulen van der | Gerrit | HEERENVEEN | H5 | 20.02.92 | 38.91 | |
| 8 | Bullema | Ger | TOORNWERD | H5 | 20.58.90 | 37.18 | |

| | | | | | | | |
|---|--|---------|--------------|----|----------|-------|----------|
| 9 | Duursma | Gerben | SNEEK | H5 | 21.35.84 | 36.12 | |
| | | | | | | | |
| | H6 Heren 60+ | | | | | | |
| 1 | Brander | Jan | URETERP | H6 | 18.33.06 | 42.05 | |
| 2 | Oppewal | Rein | SNEEK | H6 | 18.52.48 | 41.33 | |
| 3 | Gemser | Piet | SNEEK | H6 | 19.01.45 | 41.00 | |
| | | | | | | | |
| | H7 Heren A (elite/neo/beloofte buiten mededinging) | | | | | | |
| 1 | Sloof | Steven | GRONINGEN | H7 | 16.26.44 | 47.44 | |
| 2 | Bos | Marco | BOLSWARD | H7 | 17.15.93 | 45.18 | |
| 3 | Vries de | Albert | GRONINGEN | H7 | 17.30.92 | 44.53 | |
| 4 | Alma | Aalzen | AUGUSTINUSGA | H7 | 17.40.42 | 44.13 | |
| 5 | Haan de | Arjan | ROUVEEN | H7 | 18.01.19 | 43.29 | |
| 6 | Hylkema | Bauke | BAKHUIZEN | H7 | 18.22.68 | 42.44 | |
| 7 | Reen | Wibo | SNEEK | H7 | 18.28.99 | 42.20 | |
| 8 | Faber | Ytzen | OOSTERWIERUM | H7 | 18.37.93 | 41.86 | |
| | | | | | | | |
| | Vries de | Josbert | GRONINGEN | H7 | 16.49.32 | 46.37 | elite |
| | Veslinga | Jord | MAKKUM | H7 | 17.05.57 | 45.63 | elite |
| | Sweering | Harry | SNEEK | H7 | 17.38.38 | 44.22 | beloofte |

Open Fries Kampioenschap Tijdrijden Pingjum 2010

Bij prachtige weersomstandigheden werd het OFK tijdrijden Pingjum verreden over een afstand van 13 km. De opkomst van zoals gewoonlijk weer zeer goed, met 120 renners/sters op de startlijst. Echter waren er een aantal afmeldingen en startte er uiteindelijk wat minder tijdrijders. De start was in Pingjum vervolgens richting Witmarsum, Zurich en tot slot de finish in Pingjum.

De snelste tijd van de dag werd neergezet door Steven Sloof in een tijd van 16.26.44 met een gemiddelde snelheid van 47.44 km/h.

De overige winnaars van de categorieën zijn.

Melissa Steenhof, Tom Schaft, Maartje Anema, Rick van Breda, Hennie Venema, Janny Kleinjan, Arjen de heer, Ronald Heeringa, Marten Nijmeijer, Jan Brander en Steven Sloof.

Bij de WV Snits vielen in de prijzen:

1^e plaats: Marten Nijmeijer

2^e plaats: Rein Oppewal en Marco Bos

3^e plaats: Jurjen Sweering, Dennis Haanstra, Lysbeth de Witte en Jan Brouwer