

Jeugd

1	Oosterwoud	Wendy	URETERP	Steenhof	Melissa	URETERP	j	33.42.74	35.77	180	30.42.74
2	Visser	Mark	MILDAM	Elting	Wessel	FRANEKER	j	33.38.52	35.85		33.38.52
3	Bissels	Mauro	DRACHTEN	Visser	Eit	DE WILP	j	33.49.51	35.65		33.49.51
4	Berge van den	Bente	LEEWARDEN	Wassenaar	Tjitske	LEMMER	j	37.01.02	32.58	180	34.01.02
5	Bakker	Bianca	WIJNJEWOUDE	Jorritsma	Rianne	DIEVER	j	37.14.63	32.38	180	34.14.63
6	Jong de	Antoinette	ROTTUM	Dijk van	Lotte	BELTSCHUTSLOOT	j	37.30.66	32.15	180	34.30.66
7	Feddema	Leon	KATLIJK	Kevelaars	Maarten	DRONTEN	j	34.59.02	34.47		34.59.02
8	Leest van der	Monique	HASKERHORNE	Anema	Sieta	GORREDIJK	j	40.55.69	29.47	180	37.55.69
9	Kooystra	Roza	LUINJEBERD	Jong de	Dennis	JOURE	j	43.00.14	28.04	120	41.00.14
10	Tolsma	Janetta	WINSUM	Galien vd	Pieter	DOKKUM	j	44.07.12	27.34	120	42.07.12

Dames

1	Troelstra	Nynke	GRONINGEN	Zwaan van der	Esther	OOSTWOLD	d	28.37.99	42.12	-60	30.37.99	1 min. Straf
2	Visser	Sytske	RIEN	Klement	Melanie	DIPHOORN	d	32.11.99	37.45	90	30.41.99	
3	Vries de	Linda	HEERENVEEN	Meijer	Rixt	HEERENVEEN	d	30.04.62	40.10	-60	31.04.62	
4	Boer de	Linda	ZWAAGWESTEINDE	Koster	Anouska	ZWAAGWESTEINDE	d	31.57.69	37.73		31.57.69	
5	Visser	Judith	GRONINGEN	Visser	Els	GRONINGEN	d	29.12.57	41.29	-120	32.12.57	1 min. Straf
6	Vis van der	Natascha	OUDESCHILD	Goenga	Erica	DEN HOORN	d	32.43.65	36.85	18	32.25.65	
7	Westra	Fardau	ZWAAGWESTEINDE	Gercama	Alie	ZWAAGWESTEINDE	d	32.42.38	36.87		32.42.38	
8	Plender- ter Haar	Sigrid	KAMPEN	Halma	Sanne	HEERENVEEN	d	34.07.56	35.34		34.07.56	
9	Kranenburg	Jorien	HEERENVEEN	Hoekstra	Lisette	HEERENVEEN	d	34.47.44	34.66	-60	35.47.44	
10	Lang de	Yanne	NIJEHOLTWOLDE	Dedden	Ineke	WANNEPERVEEN	d	38.37.13	31.23	90	37.07.13	
11	Woude van der	Vera	SNEEK	Conradi	Annette	SNEEK	d	ng				

Senioren/

1	Boonstra	Johan	GAASTEREN	Brander	Jan	URETERP	sen	26.52.00	44.89	-30+111	25.31.00
2	Haan de	Folkert	GRONINGEN	Sloof	Steven	GRONINGEN	sen	25.01.21	48.20	-90 + 39	25.52.21
3	Kremer	Richard	GRONINGEN	Doesburg	Harrie	GRONINGEN	sen	27.49.79	43.33	106	26.03.79
4	Steigenga	Sierd	EXMORRA	Jong de	Jan	SNEEK	sen	27.24.53	44.00	-60 + 130	26.14.53
5	Bos	Arjen	BOLSWARD	Bos	Marco	BOLSWARD	sen	25.53.55	46.58	-39	26.32.55
6	Hooghiemstra	Rene	DRACHTEN	Dijkstra	Bonne	VEENWOUDEN	sen	27.13.18	44.31	-60 + 97	26.36.18
7	Ruesink	Erik	DINXPERLO	Nijmeijer	Marten	LEMMER	sen	27.39.23	43.61	-30+92	26.37.23
8	Sweering	Harry	SNEEK	Sweering	Jurjen	SNEEK	sen	27.14.30	44.28	-30 + 51	26.53.30
9	Fokkema	Anne	STEDUM	Ottema	Rick	MUNTENDAM	sen	26.31.56	45.46	-30	27.01.56
10	Kappert	Henry	HARDENBERG	Bolks	Klaas	HARDENBERG	sen	28.22.02	42.51	69	27.13.02
11	Vries de	Josbert	GRONINGEN	Vries de	Albert	GRONINGEN	sen	25.43.49	46.88	-90	27.13.49
12	Hooghiemster	Niek	OENKERK	Wobma	Thomas	BOLSWARD	sen	26.00.70	46.36	-90 + 11	27.19.70
13	Wier van der	Wieger	MARUM	Broek van den	Paul	GRONINGEN	sen	26.22.81	45.72	-60	27.22.81
14	Brouwer	Hylke	AMERSFOORT	Brouwer	Jan	BOLSWARD	sen	28.46.83	41.90	82	27.24.83
15	Palstra	Lieuwe	BOLSWARD	Brouwer	Johnny	BOLSWARD	sen	28.24.66	42.45	55	27.29.66
16	Bent van der	Gijs	KATWIJK	Kopecky	Petr	LEIDEN	sen	28.09.78	42.82	28	27.41.78
17	Gibcus	Johan	GRONINGEN	Tolboom	Leon	GRONINGEN	sen	26.42.55	45.15	-60	27.42.55
18	Sande van de	Eljakim	MUNNEKEBUREN	Tintelen van	Manuel	BAARS	sen	27.44.88	43.46	-30 + 26	27.48.88
19	Elzing	Adrik	SCHOONEBEEK	Snijder	Sander	DALEN	sen	27.58.17	43.12		27.58.17
20	Keizer	Jeroen	MUNTENDAM	Schipper	Jasper	VEENDAM	sen	28.16.94	42.64		28.16.94
21	Ozinga	Tsjomme	HEERENVEEN	Boersma	Arnold	KATLIJK	sen	28.20.25	42.56		28.20.25
22	Steegenga	Durk	DUIVENDRECHT	Meijer	Ronald	UTRECHT	sen	28.54.30	41.72	30	28.24.30
23	Kuipers	Sybolt	SNEEK	Meer van der	Tim	IJLST	sen	28.26.73	42.40		28.26.73
24	Lange de	Alex	GRONINGEN	Schulting	Peter	EMMELOORD	elite	26.57.85	44.73	-90	28.27.85
25	Krans	Jan Albert	DE WILP	Ringersma	Henk	LEEUWARDEN	sen	28.42.57	42.01	'-60 + 73	28.29.57
26	Tuytel	Cees	MARKNESSE	Elschot	Gert	MARKNESSE	sen	29.31.07	40.86	60	28.31.07
27	Bouma	Johan	OPPENHUIZEN	Eisma	Eric	IJLST	sen	28.42.21	42.02		28.42.21
28	Goede	Luuk	UTRECHT	Baan	Jasper	ALKMAAR	sen	27.45.87	43.44	-60	28.45.87
29	Werf van der	Teake Piet	DEARSUM	Houten van	Mark	BOKSUM	elite	27.16.59	44.21	-90	28.46.59
30	Douma	Rint	LEMMER	Looy van	Dirk	LEMMER	sen	29.48.95	40.45	57	28.51.95

31	Ytsma	Ankie	LEEWARDEN	Eijgenhuijsen	Sjaak	LEEWARDEN	gem	31.12.09	38.65	90+48	28.54.09	
32	Wierda	Peter	OLDEHOLTPADE	Prins	Gerrit	OLDEMARKT	sen	28.44.52	41.96	46	28.58.52	1 min. Straf
33	Adrichem van	Edwin	GRONINGEN	Sienot	Jeroen	WEHE DEN HOORN	sen	28.58.81	41.61		28.58.81	
34	Haanstra	Dennis	SNEEK	Broekman	Koen	LEEWARDEN	sen	29.07.21	41.41		29.07.21	
35	Slijver	Erik	BRANTGUM	Drent	Eelko	DRACHTEN	sen	28.15.80	42.67	-60	29.15.80	
36	Nauta	Age	KOUDUM	Hospes	Atze	HEMELUM	sen	29.42.14	40.60	15	29.27.14	
37	Dijkstra	Guus	GRONINGEN	Gelder van	Suzanne	GRONINGEN	gem	28.58.33	41.63	-30	29.28.33	
38	Dorp van	Bertil	ELBURGS	Koornberg	Heini	ZWOLLE	sen	30.06.77	40.05	37	29.29.77	
39	Bos	Wim	DRACHTEN	Leeuw van der	Jelle	ST. JOHANNESGA	sen	30.59.29	38.92	67	29.52.29	
40	Platzer	Bert	GRONINGEN	Beetz	Ivo	GRONINGEN	sen	29.55.09	40.31	2	29.53.09	
41	Piersma	Wessel	SNEEK	Eisma	Thomas	IJLST	sen	29.58.00	40.24		29.58.00	
42	Boersma	Jildert	OOSTERWIERUM	Essers	Jan	WOLVEGA	elite	28.33.45	42.23	-90	30.03.45	
43	Hoekstra	Ruben	TJERKGAAST	Hoeksma	Ilona	LUXWOUDE	gem	29.37.12	40.72	-30	30.07.12	
44	Schouten	Gerard	UTRECHT	Veer	Jurgen	SIJBEKARSPEL	sen	30.56.97	38.97	45	30.11.97	
45	Laat de	Jos	MARKNESSE	Teunis	Karl	MARKNESSE	sen	30.48.16	39.15	23	30.25.16	
46	Witterholt	Geurt	HAREN	Werkman	Karen	HAREN	gem	29.30.07	40.88	-60	30.30.07	
47	Procee	Johan	GRONINGEN	Procee	Gerard	WILDERVANK	sen	28.30.36	42.31	-90+3	30.57.36	1 min. Straf
48	Ringersma	Laura	LEEWARDEN	Stobbe	Klaas	DE WILP	gem	33.04.99	36.45	120	31.04.99	
49	Bosscha	Mark	MARKNESSE	Witte de	Arjen	LEMMER	sen	31.11.55	38.66		31.11.55	
50	Schilstra	Alex	BOLSWARD	Stenvert	Geert Jan	IJLST	sen	31.48.02	37.92	31	31.17.02	
51	Merx	Peter	WARFHUIZEN	Merx	Erik	WARFHUIZEN	sen	30.30.78	39.52	-60	31.30.78	
52	Kramer	Ridzerd	LEEWARDEN	Kramer	Johan	BOLSWARD	sen	32.25.80	37.19	23	32.02.80	
53	Ende van der	Willem	SNEEK	Jellema	Hendrik	WOMMELS	gem	32.37.88	36.96	30	32.07.88	
54	Dijk	Ingrid	KUINRE	Dams	Tom	KUINRE	gem	35.49.92	33.66	90	34.19.92	
55	Touber	Richard	STIENS	Tol vd	Bart	NIJELAMER	gem	38.51.34	31.04	30	38.21.34	