

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

MSEN, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Lamko Hulzebos	HAC '63	1:10:11	1:10:10
2	Gerrit Kramer	Horror	1:10:23	1:10:21
3	Willem Faber	AV '55	1:11:17	1:11:16
4	Merwin Dollison	Hellas	1:11:20	1:11:20
5	Remco Oost	Loopgroep Bedum	1:17:21	1:17:21
6	Saco Hemstra	Friesland	1:17:54	1:17:51
7	Jelle van der Velde	Friesland	1:22:22	1:22:20
8	Foppe van der Heide	Impala	1:24:01	1:23:59
9	Freddy Venema	Friesland	1:24:23	1:24:21
10	Wietze de Vries	Fivelstreek	1:26:01	1:25:58
11	Johan Meinsma	Lionitas	1:28:51	1:28:38
12	Martijn Dashorst	AV '55	1:31:36	1:31:34
13	Hedde Oord	Marum	1:34:11	1:33:57
14	Tabo van der Veen	Artemis	1:34:48	1:34:19
15	Harmen Jorritsma	AV '55	1:34:58	1:34:55
16	Reitse van der Bij	Damwoude	1:35:54	1:35:39
17	Martin Stevens	Artemis	1:39:49	1:39:25
18	Fokke Hoeksma	Friesland	1:40:58	1:40:41
19	Cor van der Molen	Wolvega	1:41:17	1:40:54
20	Jan Hielema	Loppersum	1:42:24	1:42:11
21	Peter Kool Smit	Sneek	1:44:04	1:43:32
22	Frans Amerongen	Dokkum	1:44:26	1:44:01
23	Freek Pijpm	Rijperkerk	1:44:59	1:44:52
24	Harry Wiersum	Beetgumermolen	1:47:05	1:46:45
25	Gerjan Redeker	Zwolle	1:47:26	1:47:12
26	Johan Vogelzang	Sneek	1:50:09	1:49:49
27	Eedse Nauta	Wijnaldum	1:50:41	1:50:37
28	Ben Kok	Isala '96	1:51:42	1:51:19
29	Marc Kramer	Groningen	1:52:29	1:52:29
30	Startnummer 53		1:52:48	1:52:35
31	Wout Bouma	Emmen	2:03:47	2:03:23
32	Hendrik Hiemstra	Loopservice Nederlan	2:03:55	2:03:52
33	Poul Brouwer	Dokkum	2:13:56	2:13:26
34	Wietze Lei	Dokkum	2:16:16	2:15:48
35	Singh Joeloemsingh	Zuidhorn	2:19:54	2:19:52

M40, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Kosta Poltavetz	AV '55	1:14:09	1:14:07
2	Heerke Postma	Start '78	1:14:09	1:14:08
3	Rudy Sinnema	Lionitas	1:15:09	1:15:07
4	Klaas Talma	Impala	1:15:16	1:15:14
5	Jan Boonstra	Horror	1:16:18	1:16:16
6	Jacob vd Leij	Lionitas	1:17:37	1:17:35
7	Henk Hoekman	Friesland	1:21:25	1:21:22
8	Jasper Keizer	Friesland	1:22:21	1:22:18
9	Ed van der Steeg	Friesland	1:22:24	1:22:20
10	Huib-Jan Imbens	Friesland	1:23:40	1:23:36
11	Hein Keekstra	Horror	1:25:05	1:25:03
12	Freak Kaspersma	Horror	1:25:25	1:25:23
13	Henri Veldman	Athlon Loopgroep Hee	1:26:10	1:26:08
14	Pieter Visser	Dokkum	1:26:38	1:26:36
15	Diemer Top	Artemis	1:26:52	1:26:43
16	Bouwe van de Steeg	Friesland	1:27:20	1:27:09
17	Daan van der Geest	Friesland	1:27:46	1:27:36
18	Dik Jagersma	Friesland	1:29:56	1:29:46
19	Albert Huisman	Friesland	1:30:47	1:30:44
20	Kees Westra	Friesland	1:31:03	1:31:01

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
21	Duco Zijlstra	Friesland	1:32:12	1:32:09
22	Dedde de Jong	Friesland	1:32:15	1:31:59
23	Laas Bonnema	Friesland	1:32:31	1:32:25
24	Klaas Keizer	Friesland	1:33:12	1:33:09
25	Arnold Wagenaar	Dokkum	1:34:04	1:33:58
26	Herman Geritz	Friesland	1:34:46	1:34:33
27	Chris Draijer	Impala	1:35:35	1:35:31
28	Gerrit Jepma	Drachten	1:35:41	1:35:26
29	Henk Velkers	Lionitas	1:36:18	1:36:07
30	Casper vd Kamp	Oenkerk	1:36:21	1:36:00
31	Van Herksen	Friesland	1:37:33	1:37:20
32	Cees Kamminga	Friesland	1:37:50	1:37:25
33	Ronald van Haastregt	Friesland	1:37:55	1:37:33
34	Pieters	Zwaagwesteinde	1:37:59	1:37:29
35	Marten j de Vries	Dokkum	1:38:08	1:37:45
36	Kees Bangma	Dokkum	1:38:21	1:38:21
37	Theo de Vries	Leeuwarden	1:38:56	1:38:36
38	Hans Breuker	Friesland	1:39:08	1:38:58
39	Eelco Jan de Graaf	Leeuwarden	1:39:20	1:38:57
40	Wim Jansen	Horror	1:40:01	1:39:41
41	George de Roo	Friesland	1:40:53	1:40:43
42	Theo Poortinga	Damwoude	1:40:56	1:40:35
43	Jacob Tichelaar	Friesland	1:41:44	1:41:36
44	Johan Beintema	Friesland	1:41:55	1:41:43
45	Wiebe Amels	Joure	1:42:19	1:41:47
46	Louke Berretty	Heerenveen	1:42:32	1:42:26
47	Pieter Bak	Friesland	1:42:37	1:42:12
48	Jildert Andringa	Friesland	1:42:42	1:42:20
49	Eduard Verhagen	Groningen	1:42:48	1:42:32
50	Frans Zweert	Friesland	1:43:14	1:43:00
51	Jacob Dijkstra	Friesland	1:44:20	1:44:02
52	Piet Horjus	Dokkum	1:44:55	1:44:52
53	Harm Renkema	Lionitas	1:45:11	1:44:48
54	Jeffery Robbers	Friesland	1:45:38	1:45:16
55	Jan de Jong	Dokkum	1:46:06	1:46:04
56	Roelof Houttum	Friesland	1:46:33	1:46:13
57	Fokma	Grouw	1:46:38	1:46:26
58	Jan Hooghiemstra	Oenkerk	1:46:48	1:46:29
59	Jan Dijkstra	Friesland	1:46:53	1:46:35
60	Jelle Nutma	Surhuisterveen	1:47:29	1:47:13
61	Jan van der Wal	Friesland	1:47:33	1:47:16
62	Hylke Flameling	Lionitas	1:48:10	1:47:45
63	Louis Bakker	Rijperkerk	1:48:22	1:47:51
64	Jurjen Stellingwerf	Rijperkerk	1:48:22	1:47:51
65	Koen Ramaker	Zwolle	1:48:44	1:48:30
66	Jos van der Molen	Ulrum	1:49:18	1:48:52
67	Romke Vlaanderen	Amsterdam	1:49:53	1:49:38
68	Herman Wassens	Lionitas	1:50:07	1:49:37
69	Henk Willems	Drijber	1:50:47	1:50:25
70	Bouke Fennema	Friesland	1:51:43	1:51:24
71	Alco de Jong	Friesland	1:52:06	1:51:35
72	Bert Damwichers	Groningen	1:52:12	1:52:01
73	Erik Douma	Delfzijl	1:52:17	1:51:47
74	Henk Kiewiet	Wouterswoude	1:55:27	1:55:01
75	Rudie Dammer	Wouterswoude	1:55:46	1:55:19
76	Wim Krijn	Steggerda	1:57:12	1:57:00
77	Cor van Zwol	Friesland	1:58:15	1:58:07
78	Lake Cnossen	Horror	1:58:34	1:58:13
79	Toon de Vries	Groningen Atletiek	2:03:07	2:02:48

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
80	Auke Galema	Loopservice Nederlan	2:03:56	2:03:54
81	Ton Castelijin	Oudehaske	2:11:14	2:10:46
82	Jelle de Boer	Hellum	2:13:38	2:13:38

M50, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Auke Postma	Lionitas	1:16:25	1:16:24
2	Cor Wetting	Leeuwarden	1:24:38	1:24:34
3	Ype Bosma	Friesland	1:28:20	1:28:11
4	Koen Kiestra	Lionitas	1:29:08	1:29:08
5	Peter de Vries	Friesland	1:29:22	1:29:18
6	Wim van Winsen	Impala	1:29:27	1:29:16
7	Anne Miedema	Athleta	1:29:44	1:29:42
8	Arie Smedinga	Friesland	1:30:55	1:30:51
9	Sytze Wetting	Lionitas	1:31:05	1:31:02
10	Sjoerd Jongschaap	Friesland	1:31:56	1:31:52
11	Martin de Boer	Lionitas	1:32:23	1:32:18
12	Henk Kooistra	Veteranen Nederland	1:33:33	1:33:29
13	Sido Martens	Friesland	1:35:22	1:35:20
14	André van der Werf	Lionitas	1:35:34	1:35:17
15	L Dirksen	Impala	1:35:35	1:35:20
16	Peter Modderman	Artemis	1:35:48	1:35:24
17	Hugo de Jong	Friesland	1:36:08	1:35:47
18	Klaas Muller	Lionitas	1:37:34	1:37:12
19	Koos Jacobsen	Friesland	1:39:18	1:38:59
20	Ben Banning	Damwoude	1:39:42	1:39:39
21	Kees de Vries	Sappemeer	1:43:58	1:43:37
22	Herman Feringa	Marum	1:45:49	1:45:40
23	Gosse Taekema	Loopservice Nederlan	1:45:59	1:45:39
24	P Schoenmakers	ATC '75	1:46:35	1:46:20
25	Jan Kalsbeek	Friesland	1:47:34	1:47:16
26	Ben Wemmers	Gorredijk	1:47:54	1:47:45
27	Jan Panhuis	Friesland	1:48:23	1:48:03
28	Jippe Bokma	Leeuwarden	1:48:24	1:47:59
29	Femme de Bruin	Friesland	1:48:31	1:48:06
30	Caspar Zumpolle	Groningen	1:48:58	1:48:30
31	Roelof Olthof	Hoogkerk	1:49:23	1:48:58
32	Loek Mensinga	Zuidhorn	1:49:40	1:49:33
33	Jan van der Hoek	Friesland	1:49:58	1:49:35
34	Renne Vogel	Ulrum.	1:51:04	1:50:37
35	Johan Koning	Friesland	1:51:17	1:51:09
36	Aad van der Burg	Friesland	1:51:17	1:51:08
37	Smit Anske	Sneek	1:51:44	1:51:12
38	Hylke Veenstra	Groningen	1:52:19	1:51:55
39	Cor Meermans	Goutum	1:52:55	1:52:53
40	Appie de Bruin	Friesland	1:52:57	1:52:52
41	Billy Cremer	Friesland	1:53:16	1:52:45
42	Pieter Cremer	Friesland	1:53:17	1:52:45
43	Sipke Glas	Leeuwarden	1:54:09	1:53:50
44	Johan Freese	Groningen Atletiek	1:54:22	1:54:03
45	Dirk Zijlstra	Groningen	1:54:24	1:54:15
46	Age Tolsma	Bergum	1:56:18	1:55:59
47	Ger Helsma	Haren Gn	1:57:54	1:57:47
48	Henk vd Land	Friesland	1:59:21	1:58:58
49	Henri Wolters	Loopservice Nederlan	2:00:15	1:59:54
50	Jan van Dijk	Lionitas	2:00:55	2:00:31
51	Frans de Vries	Kloosterburen	2:03:36	2:03:29
52	Daan Loupatty	Fivelstreek	2:07:36	2:07:09
53	Douwe de Vries	Groningen	2:11:27	2:11:19

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
54	Jan Broekema	Hoogkerk	2:13:37	2:13:13

M60, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Piet Winkelaar	Fivelstreek	1:29:33	1:29:28
2	Ele Boskma	Friesland	1:34:58	1:34:54
3	Eerde Beulakker	Lionitas	1:39:31	1:39:27
4	Meindert Meint	Tietjerk	1:47:27	1:47:14
5	Rudi Tem	Friesland	1:48:09	1:48:02
6	Martin de Jonge	Groningen Atletiek	1:54:22	1:54:02
7	Freek van der Hoek	Friesland	1:59:22	1:58:59

V50, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Yvonne Kassenberg	Lionitas	1:26:46	1:26:40
2	Hella Yntema	Lionitas	1:32:20	1:32:09
3	Agnes Meijboom	Artemis	2:21:20	2:20:58

V35, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Mirjam Bijlsma	Loopgroep De Drentsc	1:19:35	1:19:35
2	Maaïke Hornstra	Friesland	1:21:58	1:21:57
3	Jacinta Fancel	Leeuwarden	1:30:23	1:30:19
4	Inge van Schaïck	Lionitas	1:34:38	1:34:34
5	Frouke Feenstra	Friesland	1:39:31	1:39:15
6	Willy Heidinga	Lionitas	1:41:06	1:41:01
7	Yvonne van de Knaap	Groningen Atletiek	1:48:53	1:48:43
8	Janneke Cazemier	Artemis	1:52:55	1:52:34
9	Ineke Plant	Groningen	1:56:55	1:56:43
10	Annalies Jansen	Groningen	1:57:54	1:57:45
11	Trees van der Wal	Leeuwarden	1:58:47	1:58:17
12	Berdina Richard	Buitenpost	1:58:53	1:58:25
13	Hilda Boorsma	Groningen	2:11:05	2:10:59
14	Helma Timmer	Loopgroep De Drentsc	2:20:33	2:20:16

V45, HALVE MARATHON

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jeanneiek Miltenburg	Lionitas	1:39:19	1:39:16
2	Toos van der Vliet	Friesland	1:39:23	1:38:58
3	Yvonne Zumpolle	Groningen	1:43:42	1:43:34
4	Rennie Talsma	Friesland	1:44:35	1:44:28
5	Jeltsje vd Wal	Lionitas	1:47:04	1:47:00
6	Janneke Lammerts	Groningen	1:52:45	1:52:39
7	Diny Cremer	Friesland	1:53:17	1:52:43
8	Anke Wieringa	Friesland	1:54:09	1:54:04
9	Ina Krijgsveld	ATC '75	2:03:47	2:03:32
10	Fennie Homan	Lionitas	2:04:51	2:04:38
11	Deddie Harthef	Haren Gn	2:04:53	2:04:36
12	Ineke Scheffer	Friesland	2:11:18	2:11:11
13	Reinilde Hacquebord-Sm	Artemis	2:11:44	2:11:22
14	Tina Antoni	ATC '75	2:11:44	2:11:29
15	Marjan de Jonge	ATC '75	2:11:44	2:11:28
16	Hedwig van den Brink	Lionitas	2:16:24	2:16:11

M-7, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Ritske Flootman	Lionitas	24:15	24:14
2	Ralf de Jong	Impala	24:25	24:23
3	Ronnie Edgar Jeeninga	Lionitas	24:37	24:36

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
4	Marc Rooding	Lionitas	25:36	25:33
5	Lammert Odinga	Lionitas	25:58	25:56
6	Niels Banning	Damwoude	26:14	26:08
7	Sierd Geart van der Ze	Lionitas	26:18	26:14
8	Erik Schippers	Lionitas	26:41	26:39
9	Johan Timmerman	Lionitas	26:48	26:46
10	Klaas-Douwe Zwaan	Friesland	26:56	26:52
11	Lammert van der Ploeg	Twijzelerheide	27:31	27:18
12	Hielke Nienhuis	Friesland	28:21	28:17
13	Jaap Visser	Damwoude	28:27	28:23
14	Hans Westra	Zwaagwesteinde	28:35	28:23
15	Jappie Dollen	Friesland	29:06	29:02
16	Wiebe Bareld Kootstra	Friesland	29:09	28:56
17	Tsjip van der Meij	Dokkum	29:11	29:05
18	Theo Wolfs	Friesland	29:29	29:17
19	Rudie van der Woude	Dokkum	29:35	29:20
20	Johannes Boersma	Winsum Fr	29:36	29:31
21	Theo Boonstra	Friesland	30:03	29:45
22	Euwe Drijfhout	Lionitas	30:14	30:02
23	Harry Kooyenga	Birdaard	30:20	30:03
24	Henk Eulen	Zuidwolde Dr	30:54	30:41
25	Elmer de Wit	Leeuwarden	30:56	30:51
26	Lammert Wolters	Drachten	31:02	30:59
27	Mararundi de Tumbarumb	Leeuwarden	31:07	30:41
28	Jan Lettinga	Terschelling West	31:16	31:06
29	Sjors Tissingh	Lionitas	31:28	31:18
30	Jelle Pranger	Dokkum	31:31	31:22
31	Willem Huizenga	Hallum	32:12	32:07
32	D vd Leest	Dronrijp	32:23	32:21
33	Wierd Bethlehem	Dokkum	33:16	33:12
34	Harry Holkena	Friesland	33:28	33:16
35	Andries Halbesma	Damwoude	33:32	33:26
36	Frits Ottens	Friesland	33:42	33:23
37	Vaeger	Houtigehage	33:44	33:22
38	Thony van der Veen	Friesland	33:45	33:29
39	Kor Zitteema	Beetgum	33:59	33:53
40	Koos Pietersma	Lionitas	34:10	33:51
41	Haaije van der Ploeg	Holwerd	34:30	34:10
42	Ale Poelstra	Zwaagwesteinde	34:56	34:41
43	Piet Kerstholt	Groningen	34:57	34:51
44	Harry Steffens	De Knipe	35:05	34:42
45	Van Hof	Dokkum	35:10	34:47
46	Albert Speelman	Siddeburen	35:17	35:10
47	Joop Boonstra	Friesland	35:19	35:06
48	Eddy Taatgen	Groningen	35:28	35:02
49	Wybrand de Groot	Friesland	35:30	35:24
50	Thijs Hofstra	Friesland	35:44	35:32
51	Han Westerhof	Lionitas	36:39	36:22
52	Hielke Schaper	Friesland	36:46	36:40
53	Chris Fahner	Lionitas	37:01	36:44
54	Peter Velt	Friesland	37:05	36:39
55	Bauke Keekstra	Loopgroep Dokkum	37:09	36:47
56	Jilles Visser	Loopgroep Dokkum	37:37	37:20
57	Willem Bekkema	Heerenveen	37:44	37:37
58	Arjen Bouwe Hiddinga	Liessens	37:54	37:49
59	Simon Wartena	Lionitas	37:55	37:38
60	H M P Weusten	Delfzijl	38:27	38:13
61	AB Hummel	Delfzijl	38:27	38:13
62	Andras Kaldi	Dokkum	38:43	38:14

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
63	Henk Veninga	Broeksterwoude	38:47	38:35
64	Jitze Dam	Delfzijl	38:55	38:44
65	Jan Oostenbrug	Friesland	39:04	38:59
66	Herman Hoekstra	Friesland	39:17	38:49
67	Dirk Boschma	Friesland	39:52	39:43
68	Sake Boskma	Dokkum	40:37	40:10
69	Michiel van der Lijn	Friesland	41:37	41:08
70	Fokke de Groot	Friesland	41:38	41:13
71	Jan Bart Smits	Zwaagwesteinde	41:38	41:13
72	Hille Terpstra	Stiens	43:21	43:09
73	Meindert Roosjen	Friesland	44:08	43:42
74	René Bloem	Groningen	44:27	44:19
75	Jop Richard	Buitenpost	48:57	48:30
76	Jan Jorna	Friesland	1:00:59	1:00:50
77	Wybren Visser	Friesland	1:02:18	1:02:09
78	Robert Graveland	Dokkum	1:31:31	1:31:04

MNEO7, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	René Jaasma	Impala	23:51	23:51
2	Roderick Riesenkamp	Impala	24:10	24:10
3	Pieter Talsma	Athleta	24:27	24:25
4	Bauke van der Graaf	Berlikum Fr	28:09	28:04
5	Kor vd Veen	Dokkum	29:58	29:43
6	Wiebren Jagersma	Groningen	31:43	31:30
7	Koos de Vries	Lionitas	31:52	31:31
8	Siep Haaksma	Damwoude	32:32	32:21
9	Erwin Idsardi	Dokkum	33:11	32:35
10	Richard Bloemsma	Kollum	33:40	33:26
11	Teake Triemstra	Sint Jacobiparochie	37:48	37:45
12	Vd Pal	Leeuwarden	1:18:41	1:18:38

V-7, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Lydia Klessens	Friesland	28:55	28:51
2	Jolanda Smedinga	Lionitas	30:51	30:48
3	Aukje Wiersm	Kollum	31:15	31:03
4	Rienke Anema	Lionitas	32:12	32:05
5	Mrjam Bos	Fivelstreek	33:20	33:16
6	Marian van der Schaaf	Impala	34:44	34:21
7	Tineke Acda	Spartacus	34:54	34:38
8	Tjitske Kooistra	Veteranen Nederland	34:55	34:40
9	Jeannet Huitema	Lionitas	35:34	35:21
10	Klaske Veenstra	Spartacus	36:03	35:48
11	Lieneke Luijt	Lionitas	36:27	36:13
12	Leverink	Friesland	36:46	36:16
13	Reina Hes	Loopservice Nederlan	37:02	36:44
14	Rhodé van der Kooi	Friesland	37:18	37:10
15	Tracy Wijnsma	Damwoude	37:41	37:22
16	Jelkje Poelstra	Zwaagwesteinde	37:53	37:38
17	Renske de Boer	Loopgroep Dokkum	39:27	39:07
18	Jenny Tolsma-Slager	Friesland	39:39	39:14
19	Pieke Dijkman	Leeuwarden	39:40	39:23
20	Anne-Mieke Wolters	Damwoude	40:06	39:46
21	Sylvia van Dijk	Friesland	40:06	39:59
22	Wieky Adler	Lionitas	40:52	40:27
23	José Baas	Athleta	41:27	41:04
24	Marja Gaasendam	Kollum	42:23	41:55
25	Ellen Walker	Winsum Gn	42:53	42:31

Uitslagenlijst 3e Dokkum Bonifatiusloop

Dokkum - Zaterdag 20 maart 2004

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
26	Els de Boer	Leeuwarden	42:53	42:24
27	Ineke Wolters	Artemis	42:53	42:30
28	Thera Lulf	Leeuwarden	44:21	44:07
29	Astrid Bol	Lionitas	44:36	44:18
30	Wendy van den Akker	Lionitas	44:36	44:17
31	Elina Jansma	Leeuwarden	44:59	44:32
32	J de Vries	Purmerend	48:14	47:51
33	Ineke van der Hoek	Friesland	48:18	47:58
34	Marjan Spokman	Sappemeer	56:14	55:55
35	Mia Nieboer	Groningen Atletiek	56:20	56:00
36	Mathilde de Boer	Hellum	2:11:17	2:11:05

VNE07, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Stefanie Bouma	Impala	27:49	27:46
2	Brenda de Jong	Impala	29:26	29:23
3	Tamara Westerveen	Lionitas	37:07	36:49
4	Yfke Kuiphof	Dokkum	47:09	46:41
5	Marrit Leystra	Dokkum	52:00	51:33

JONG, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Geale Simon Postma	Friesland	28:54	28:41
2	Chiljen Velvis	ATC '75	31:54	31:39
3	Khaled Suzi Azimi	Dokkum	32:06	32:00
4	Dennis Veenker	Lionitas	34:01	33:40
5	Mansou Suri Azimi	Dokkum	37:00	36:24
6	Jelle Jacob Postma	Kollum	38:21	38:11
7	Menno Poortinga	Dokkum	39:51	39:43
8	Sytze de Haan	Dokkum	40:22	40:15
9	Kevin Woodriffe	Dokkum	42:30	42:23
10	Jochum Leystra	Dokkum	51:28	51:19
11	Auke Triemstra	Dokkum	52:20	52:16

MEIS, 7 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Karin Bloemsma	Kollum	39:05	38:50
2	Tetje Henstra	Kollum	39:05	38:51
3	Sanne van Kammen	Dokkum	40:22	40:13
4	Nynke Kuiphof	Dokkum	41:02	40:54
5	Faye Kerkhof	Dokkum	41:03	40:55
6	Kimberly Kerkhof	Dokkum	41:04	40:54
7	Shannon Vliet	Dokkum	41:48	41:39
8	Donna Miedema	Dokkum	42:34	42:27
9	Marleen Dijkstra	Dokkum	50:53	50:47
10	Tineke van der Veen	Dokkum	1:02:09	1:02:03