

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

M.SEN, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Ronnie Duinkerken	De Kieviten	1:16:10	1:16:09
2	Douwe Nauta	Lionitas	1:17:27	1:17:25
3	Jan Albert Veenema	Horror	1:17:30	1:17:28
4	Willem van t Veer	Lycurgus	1:17:48	1:17:45
5	Ben van Oeveren	Vitalis	1:18:53	1:18:51
6	Bas Corstjens	Ciko '66	1:22:46	1:22:42
7	Eelco Hoogeveen	SV Friesland	1:23:01	1:22:58
8	Richard Kienstra	Lionitas	1:23:20	1:23:18
9	Sjaco Kramer	SV Friesland	1:23:46	1:23:43
10	Geart Sierd vd Zee	Lionitas	1:23:57	1:23:54
11	Johannes Postma	Lionitas	1:24:30	1:24:28
12	Reinald Bosman	PEC 1910	1:24:49	1:24:46
13	Harry Wiersma	SV Friesland	1:26:28	1:26:24
14	Anne Wiersma	Climax	1:26:42	1:26:34
15	Jaap Vink	SV Friesland	1:27:48	1:27:43
16	Henk-Jan Dolsma	Vitalis	1:29:37	1:29:31
17	Gerrit Duits	Horror	1:30:15	1:30:11
18	Wabe Roskam	Horror	1:30:48	1:30:39
19	Willi-Jan Veltman	SV Friesland	1:31:07	1:30:32
20	René de Jager	Twenterand	1:32:16	1:31:48
21	Anton Korteweg	Loopgroep Aart Stigt	1:33:11	1:32:49
22	Dirk Jan Moes	Vitalis	1:33:43	1:33:36
23	Gerrit Veldthuis	Loopgroep De Drentsc	1:33:48	1:33:44
24	Gerrit Betzema	SV Friesland	1:34:02	1:33:06
25	Jogchum Dijkstra	SV Friesland	1:35:03	1:34:55
26	Frank Stobbe	NOP	1:37:09	1:36:56
27	Kjeld van Hees	Hellas	1:38:33	1:38:03
28	Anton Spinder	Impala	1:40:08	1:40:03
29	Erwin van Dalen	Isala '96	1:42:22	1:41:23
30	Harrie Prinsen	NOP	1:44:16	1:42:02
31	Michael Raaijmakers	Parthenon	1:52:27	1:52:10
32	Gielt Algra	Horror	1:56:40	1:54:22

M40, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Remon van Lunzen	Lionitas	1:13:38	1:13:37
2	Frank van Eijk	't Jasper Sport	1:19:17	1:19:16
3	Gerard Lensvelt	Spiridon	1:20:33	1:20:23
4	Aje Niks	Twenterand	1:21:58	1:21:56
5	Peter van Marrewijk	AV '40	1:23:05	1:23:02
6	Harmen Jorritsma	AV Heerenveen	1:25:07	1:25:03
7	Sieds Wiersma	Impala	1:25:24	1:25:20
8	Cor de Vries	Lionitas	1:26:38	1:26:26
9	Leon van der Meijden	AAV '36	1:27:31	1:27:28
10	Klaas-jan Elzinga	SV Friesland	1:27:34	1:27:15
11	Marcel Broods	AV Weert	1:27:52	1:27:45
12	Daan van der Geest	SV Friesland	1:28:05	1:27:51
13	Erik-Jan van de Voort	't Jasper Sport	1:28:56	1:28:54
14	Dick Gelderblom	Impala	1:29:04	1:29:00
15	Diederik Aarendonk	avVN	1:29:24	1:29:16
16	Mike Vrolijk	Haag Atletiek	1:29:51	1:28:40
17	Jacob van der Ploeg	SV Friesland	1:30:23	1:30:19
18	Yeme de Boer	Horror	1:30:26	1:30:21
19	Dirk Dijkstra	Vitalis	1:31:23	1:30:59
20	Emile Nales	Groningen Atletiek	1:32:38	1:32:29
21	Martin L Verbree	Hunzerunners Loopgr	1:32:56	1:32:50
22	Johan Meinsma	Lionitas	1:33:06	1:33:01
23	Henk Ruiter	Horror	1:33:51	1:33:25

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
24	Peter Rus	SV Friesland	1:34:06	1:33:54
25	Jan Schuurs	Twenterand	1:36:48	1:36:18
26	Edwin Gerdez	Artemis	1:38:08	1:36:54
27	Hans Westra	SV Friesland	1:38:35	1:37:54
28	Herman Wassens	Lionitas	1:38:36	1:38:10
29	Paul Koon	Phanos	1:39:19	1:39:12
30	Paul van der Vegt	TION	1:39:22	1:37:16
31	Eeco de Graaf	Lionitas	1:39:34	1:39:24
32	Harmjan Postmus	Artemis	1:39:39	1:38:25
33	John de Wit	SAV	1:42:26	1:41:15
34	Frank de Ruiters	SV Friesland	1:43:57	1:43:35
35	Peter Hielema	Hunzerunners Loopgr	1:46:49	1:43:15
36	Henny Berends	Spurt '88	1:47:14	1:46:19
37	Michiel Lexmond	Fit	1:49:54	1:49:41
38	Domien Abel	PAC	1:52:46	1:51:04
39	Meine Geert Alserda	Loopgroep Nienoord	2:01:13	2:00:19
40	Roel Braamskamp	AAC '61	2:07:35	2:06:38

M50, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Otto de Boer	SV Friesland	1:27:09	1:27:04
2	Kees Voogt	Tenaco	1:29:01	1:28:56
3	Jan-Hendrik Hutten	Spurt '88	1:30:53	1:29:59
4	Hans Versteeg	SV Friesland	1:31:11	1:31:08
5	Herman Geritz	SV Friesland	1:31:26	1:31:05
6	Sybrand Brouwer	SV Friesland	1:33:14	1:33:00
7	Fokko Hindriks	Groningen Atletiek	1:33:47	1:33:27
8	Peter Domen	DEM	1:33:58	1:33:40
9	Hoekman Benn	Impala	1:34:01	1:33:54
10	Antonius Poelman	PEC 1910	1:34:49	1:34:25
11	Jack Paassen	AAC '61	1:36:23	1:35:40
12	Wolter Croezen	Twenterand	1:36:46	1:36:21
13	Arie van der Ham	Polsbroek	1:36:53	1:36:48
14	Lútsen Wijma	SV Friesland	1:36:59	1:36:53
15	Ad Peltenburg	RRZ	1:37:35	1:37:23
16	Henk Doornebosch	PEC 1910	1:38:39	1:37:56
17	Geert van der Veen	SV Friesland	1:39:32	1:39:26
18	Anne Stobbe	NOP	1:40:53	1:40:39
19	Paul Landsmeer	Parthenon	1:40:53	1:40:00
20	Herman Euverman	PEC 1910	1:42:55	1:42:31
21	Lammert Wolters	SV Friesland	1:43:41	1:42:20
22	Hans Pettinga	AAA	1:43:55	1:43:36
23	Anne Miedema	Athleta	1:44:19	1:44:11
24	Guus Hageman	Loopgroep Hoorn	1:44:29	1:42:59
25	Uilke Bosma	AV Heerenveen	1:44:59	1:44:15
26	Albert Zijlstra	LSV Invictus	1:45:42	1:45:32
27	Johan Leeverink	SV Friesland	1:46:06	1:46:00
28	Siebre Bosma	AV Heerenveen	1:47:31	1:46:47
29	Piet Blokland	Loopgroep Hoorn	1:47:50	1:46:19
30	Koos Jacobsen	Horror	1:48:23	1:48:00
31	Johnny Röwer	TION	1:49:20	1:47:05
32	Ton van den Berg	NEA Volharding	1:49:55	1:49:32
33	Jan Remery	Horror	1:51:13	1:51:04
34	Miguel Albers	Loopgroep De Drentsc	1:51:31	1:49:08
35	Wim Strijland	Groningen Atletiek	1:51:42	1:48:57
36	Bert van der Kooi	Startbaan	1:54:03	1:53:10
37	Hans Willems	Lionitas	1:56:08	1:51:43
38	Jan Wassink	Haag Atletiek	1:56:19	1:53:24
39	Paul Spiertz	Waterland	1:56:55	1:55:40

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
40	Jan Nijenhuis	AV Heerenveen	1:57:34	1:57:03
41	Joop Kamer	PAC	1:57:58	1:55:26
42	Ben Scholte	ATC '75	2:00:32	1:56:31
43	Albert Leeraar	Aquilo	2:01:47	2:00:08
44	Nico Hemelaar	Waterland	2:02:16	2:01:00
45	Alfons Knijn	Phanos	2:06:10	2:06:03
46	Karst Vaartjes	AAC '61	2:06:20	2:05:20
47	Jan van der Hoek	SV Friesland	2:08:23	2:08:08
48	Jan Pieters	Loopgroep PK	2:09:14	2:06:34
49	Jack Ploeger	Runners Stadskanaal	2:14:23	2:12:02
50	Wim Kloosterman	Haag Atletiek	2:15:00	2:12:56
51	Jaap Sikkema	Groningen Atletiek	2:16:09	2:12:37
52	Gerard Mulder	Haag Atletiek	2:17:32	2:15:23

M60, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Drikus Haalboom	avVN	1:29:15	1:29:12
2	Gerard Albers	AV Aalsmeer	1:29:21	1:29:17
3	Klaas Tanis	SV Friesland	1:31:00	1:30:53
4	Dirk Visser	Hardloopclub Amsterd	1:31:10	1:30:55
5	Frits Malcorps	Isala '96	1:35:14	1:34:38
6	Ype Bosma	SV Friesland	1:35:55	1:35:30
7	Karst Anema	SV Friesland	1:36:44	1:36:38
8	Henk Aalders	Hunzerunners Loopgr	1:39:09	1:36:33
9	Adri Vergalen	Ilion	1:40:51	1:40:38
10	Michiel Bunnik	Triathlon	1:44:08	1:44:05
11	Bob Groeneweg	Gelre	1:44:47	1:44:36
12	Jan van de Pol	Loopgroep Aart Stigt	1:48:56	1:48:52
13	Sytze Wetting	Lionitas	1:49:19	1:48:56
14	Marten van Leeuwen	avVN	1:49:46	1:49:23
15	Bob Vijfvinkel	Ilion	1:51:17	1:48:21
16	Jakob Veenstra	SV Friesland	1:53:02	1:50:32
17	Willem Scheve	PEC 1910	1:56:52	1:55:52
18	Cees W Bakker	Waterland	1:56:53	1:55:38
19	Hans Vinke	PEC 1910	2:02:33	2:01:50
20	Jacob Schoonhoven	Runners Stadskanaal	2:03:21	2:02:19
21	Frans Kragtwijk	Startbaan	2:03:51	2:01:24
22	Wieger G Klijnstra	AV Heerenveen	2:35:06	2:30:56

V.SEN, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Mariska Kramer	SV Friesland	1:19:17	1:19:16
2	Stefanie Bouma	Impala	1:22:43	1:22:42
3	Liesbeth Andreae	Lionitas	1:41:41	1:41:16
4	Monique Raaijmakers	Parthenon	1:52:27	1:52:10
5	Marjan Rodenhuis	Lionitas	1:54:09	1:53:30
6	Jana Ebert	Leeuwarden	2:16:26	2:11:57

V35, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Anneke de Boer	Horror	1:33:56	1:33:50
2	Janna Brand	De Kieviten	1:35:56	1:35:52
3	Sandra van Strien	SV Friesland	1:39:45	1:39:31
4	Inge Schipperen	Scorpio	1:40:39	1:40:29
5	Marjan de Ruiter Abma	SV Friesland	1:43:57	1:43:35
6	Yvonne van der Knaap	Groningen Atletiek	1:47:36	1:46:48
7	Simone Binnema	Zuidwal	1:48:01	1:47:14
8	Marianne Reuvecamp	PEC 1910	1:48:04	1:47:05
9	Thea van der Meulen	SV Friesland	1:52:52	1:51:30

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
10	Janke van Es	Hunzerunners Loopgr	1:52:57	1:49:11
11	Patricia Zweers	Goutum	1:53:43	1:50:17
12	Jetty van Delden	SV Friesland	1:55:11	1:55:00
13	Linda Bol	PAC	2:01:24	1:59:42
14	Dianne Fokke	Twenterand	2:05:31	2:04:09
15	Piera Mereu	Haag Atletiek	2:07:10	2:05:05

V45, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Inge van Schaick	Lionitas	1:31:33	1:31:26
2	Jacinta Fancel	Lionitas	1:38:36	1:38:29
3	Gerry Visser	LAAC Twente	1:40:19	1:39:42
4	Gerda van der Kolk	Isala '96	1:44:52	1:44:16
5	Anke de Jong	Groningen Atletiek	1:48:02	1:47:10
6	Iris Verkuil	avVN	1:53:26	1:53:03
7	Rixte Stoker	SV Friesland	1:55:11	1:55:00
8	Ria Leeveink	SV Friesland	1:56:37	1:53:47
9	Reina Wijnia-Kwant	avVN	2:00:44	2:00:03
10	Willy Barsema	Asterix	2:01:04	2:00:53
11	Jeannette Voogt	De Kieviten	2:03:49	2:03:34
12	Marianne IJnsen	Phanos	2:03:56	2:02:50
13	Klazien Jansma	SV Friesland	2:05:02	2:02:13
14	Dieneke de Groot	SV Friesland	2:08:04	2:07:01
15	Marja van der Werf- Zo	AV Heerenveen	2:17:43	2:17:30
16	Mieke Brouwers	Haag Atletiek	2:24:14	2:19:34
17	Heleen Josselin	Haag Atletiek	2:28:19	2:23:39

V55, 21,1 KM WED

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jeltsje van der Wal	Lionitas	1:51:04	1:50:37
2	Conja de Lange	PAC	1:57:58	1:55:27
3	Alice de Klerk	Haag Atletiek	2:01:16	1:59:02
4	Matty de Beer	Hellas	2:07:47	2:06:19
5	Ellie van der Burg	Haag Atletiek	2:09:14	2:07:00
6	Willemien Runia	SV Friesland	2:09:29	2:08:23
7	Baukje Haan-Meinema	Artemis	2:18:28	2:14:57

M.SEN, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Mark Oude Bennink	Groningen	1:19:06	1:18:58
2	Richard Jong-A-Pin	Groningen	1:21:26	1:21:15
3	Jendo Visser	Deventer	1:26:09	1:25:43
4	Wim van Houtert	Groningen	1:27:33	1:27:24
5	Lex Kiewied	Nes Ameland	1:27:46	1:27:01
6	Dannis de Redelijkheid	Lekkerkerk	1:27:54	1:27:23
7	Jeroen van der Vlist	Groningen	1:29:46	1:28:58
8	Pieter Kroodsma	Lichtaard	1:30:41	1:30:34
9	Imre Niels van Hijum	Heerenveen	1:31:02	1:30:46
10	Klaas Brakke	Staphorst	1:31:20	1:31:13
11	Erik Fokke	Vroomshoop	1:31:52	1:30:09
12	Reinder Meekma	Ferwert	1:32:29	1:32:09
13	Andre Ydema	Dronrijp	1:34:12	1:32:28
14	Aard van der Vinne	Dedemsvaart	1:34:57	1:33:47
15	Thijs Rottier	Leiden	1:35:05	1:34:44
16	Hein Dijkstra	Oosterbierum	1:35:28	1:33:54
17	Martijn Otten	Heerenveen	1:35:42	1:35:06
18	Hajo Jonker	De Rijp	1:35:42	1:35:37
19	Eric Benjamins	Ane	1:36:08	1:35:19
20	Keimpe de Vries	Gytsjerk	1:36:18	1:35:06

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
21	Erik Wijbenga	Utrecht	1:36:30	1:35:55
22	Winfred de Boer	Hollum	1:36:40	1:36:03
23	Ramon de Kok	Utrecht	1:37:04	1:36:39
24	Remi den Hartog	De Meern	1:37:13	1:35:38
25	René Metz	Buren Fr	1:37:14	1:36:30
26	R.M. Huizing	Ulrum	1:37:52	1:34:53
27	Sjouke Meekma	Leeuwarden	1:38:15	1:37:55
28	Jacob Jan de Vries	Tytsjerk	1:39:20	1:36:59
29	Wiebren Dijkstra	Groningen	1:39:23	1:37:24
30	Erik Verdoorn	Leeuwarden	1:39:38	1:35:58
31	Irolt Dijkstra	Oosterbierum	1:39:56	1:38:23
32	Tiemo Schilling-Frenk	Rhede (GER)	1:40:15	1:38:23
33	Willem van der Linde	Munnekeburen	1:40:17	1:39:04
34	Alle Sterk	Beetgum	1:40:48	1:40:28
35	Erik Nickolson	Amsterdam	1:40:59	1:37:18
36	René Meekma	Witmarsum	1:41:15	1:40:55
37	Ramon Perez	Limmen	1:41:17	1:37:27
38	Arjen Roos	Amersfoort	1:41:33	1:41:24
39	Erik Koops	Assen	1:42:27	1:39:03
40	Maurits Oosterlaar	Amersfoort	1:42:49	1:38:33
41	Adrie Atsma	Leeuwarden	1:43:08	1:40:56
42	Stephan Blaha	Venlo	1:43:11	1:42:15
43	Bas Nieuwenhuis	Groningen	1:43:21	1:42:23
44	Maarten Poortinga	Enschede	1:43:27	1:42:23
45	Markus Ley	Moers (GER)	1:44:05	1:43:14
46	Robert Kienstra	Nes Ameland	1:44:41	1:43:56
47	Jelmer Klijnstra	Oentsjerk	1:45:28	1:43:57
48	Laurens Slump	Eelderwolde	1:45:50	1:43:30
49	Raymond Sneekes	Den Oever	1:45:59	1:44:08
50	Arnold van Beersum	Duiven	1:46:00	1:44:10
51	Frankwin Mussche	Zwolle	1:46:01	1:44:57
52	Tom Rijpma	Leeuwarden	1:46:08	1:44:31
53	Jan Manenschijn	Enschede	1:46:29	1:43:47
54	Franc Tomasouw	Den Helder	1:46:30	1:41:53
55	AJ Barkmeijer	Tytsjerk	1:47:06	1:45:49
56	Jaco Pronk	Capelle aan den IJss	1:47:19	1:43:39
57	Dion Regtop	Enschede	1:47:43	1:46:38
58	Geert van der Sluis	Wijnjewoude	1:48:38	1:47:38
59	Jasper Staal	Leiden	1:48:47	1:48:29
60	Theo Keegstra	Leeuwarden	1:48:53	1:47:36
61	Harm Heutinck	Arnhem	1:48:57	1:46:14
62	Gijs Kort	Haarlem	1:49:01	1:46:28
63	Rene Sjoerdsma	Leeuwarden	1:49:06	1:48:53
64	Jos van Dalfsen	Leeuwarden	1:49:20	1:46:22
65	Siem-Jan Pool	Winkel	1:49:21	1:46:23
66	Erik van der Lee	Drunen	1:49:43	1:45:31
67	Jered Nuwolt	Drachten	1:49:43	1:47:27
68	Daniël Heeringa	Amsterdam	1:49:52	1:46:34
69	Toon van Beek	Amsterdam	1:49:52	1:46:33
70	Bartele Boersma	Harlingen	1:49:56	1:46:56
71	Wouter van den Berg	Amsterdam	1:50:49	1:47:32
72	Gerben Roffel	Amsterdam	1:50:58	1:47:40
73	Martijn Borst	Almere	1:51:46	1:47:29
74	Wybo Nauta	Goutum	1:52:08	1:49:22
75	Alex van Dijk	Zwolle	1:52:14	1:50:12
76	Frank Noorman	Midlum	1:52:16	1:50:28
77	Jacob Reitsma	Beetgum	1:52:32	1:52:10
78	Chris Ketelaar	Groningen	1:52:38	1:48:57
79	Marco Douma	Joure	1:52:46	1:49:37

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
80	Paul van der Leij	Franeker	1:53:09	1:51:44
81	Hans Dekker	Leeuwarden	1:53:25	1:51:41
82	Johannes Wiersma	Terkaple	1:53:41	1:52:43
83	Jorn Lops	Leeuwarden	1:53:51	1:52:24
84	Jurjen Spoelstra	Hallum	1:53:59	1:51:34
85	Reinder Algera	Hallum	1:54:02	1:49:27
86	Hero Haak	Nieuw Buinen	1:54:35	1:52:43
87	Marco Bokkers	Tytsjerk	1:54:40	1:50:56
88	Reinier Hamelink	Puttershoek	1:55:01	1:52:30
89	Cor Pijlman	Leeuwarden	1:55:57	1:53:31
90	Dennis Bornebroek	Oude Bildtzijl	1:56:16	1:51:41
91	Niko Nieländer	Groningen	1:56:35	1:53:36
92	Arjan Verveen	's-Hertogenbosch	1:56:38	1:53:41
93	Martijn Venema	Veenwouden	1:58:18	1:56:42
94	Anco Hoekema	Reitsum	1:58:20	1:57:37
95	Peter Brouwer	Buren Fr	1:58:32	1:57:47
96	Barry Haas	Vriescheloo	1:59:28	1:55:21
97	Harmen Holtrop	Amsterdam	1:59:37	1:55:31
98	Mark Brouwer	Dokkum	1:59:39	1:56:59
99	Wessel J de Vries	Reitsum	1:59:44	1:55:49
100	Marc Bekkers	Bilthoven	2:00:04	1:59:36
101	Jan Mooibroek	Groningen	2:00:26	1:56:35
102	Gerwin van Oene	Burgum	2:00:28	1:57:32
103	Yusupha Keita	Amsterdam	2:00:48	2:00:41
104	Oane Veenstra	Leeuwarden	2:01:33	2:00:47
105	Jochen Mierau	Groningen	2:01:42	1:58:38
106	Alexander Hindriks	Zwolle	2:01:57	1:58:26
107	Albert de Ruiter	Leeuwarden	2:04:09	2:00:43
108	Rudie Veenendaal	Ossenzijl	2:04:44	2:00:59
109	Paul Gosselink	Groningen	2:04:54	2:02:54
110	Dennis Hendriksen	Groningen	2:05:24	2:01:36
111	Jan Willem Ketelaar	Winschoten	2:05:40	2:02:01
112	Harold de Wilde	Gorredijk	2:06:30	2:04:15
113	Gerhard Untied	Paterswolde	2:07:47	2:04:35
114	Sjors Speller	IJsselstein Ut	2:08:11	2:04:16
115	Raymond Skopp	IJsselstein Ut	2:08:11	2:04:17
116	Theo Toering	Groningen	2:08:14	2:03:35
117	Andre Veenendaal	Enschede	2:09:19	2:05:34
118	Wouter Caro	Utrecht	2:10:16	2:06:38
119	Robert Roosjen	Leeuwarden	2:12:47	2:12:19
120	Harold ten Dam	Leeuwarden	2:12:55	2:10:29
121	Jelle Lodewijks	Leeuwarden	2:12:57	2:10:33
122	Thorsten Friedmann	Münster (GER)	2:13:13	2:09:35
123	Remco Schoonderwoerd	Culemborg	2:13:16	2:10:40
124	Lucien Mendum	Amsterdam	2:13:21	2:09:10
125	Wieger Atsma	Drachten	2:13:28	2:10:26
126	Cor Lont	Heerenveen	2:14:37	2:10:04
127	Thijs van der Linden	Haalderen	2:14:37	2:11:04
128	Harm-jan Roubos	Heerenveen	2:15:18	2:11:06
129	Maurice Middendorp	Leeuwarden	2:16:10	2:12:06
130	Hans Webbink	Zwolle	2:17:00	2:13:31
131	Sander Boomman	Rotterdam	2:19:45	2:17:09
132	Raymond van der Werff	Franeker	2:20:05	2:16:07
133	Rienk van der Veen	Leeuwarden	2:21:25	2:17:17
134	Nick Doorn	Marum	2:23:55	2:19:48
135	Hans van Solkema	Sint Nicolaasga	2:26:17	2:23:08
136	Tjalling Heeringa	Leeuwarden	2:27:24	2:23:38
137	Paul van Raaij	Beverwijk	2:28:56	2:24:17

M40, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	John Nagelhout	Heerenveen	1:17:38	1:17:36

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Tjerk Bruinsma	Makkum Fr	1:26:35	1:26:09
3	Hoite Cannegieter	Lemelerveld	1:26:48	1:26:37
4	Gert Berenst	Vroomshoop	1:31:28	1:30:41
5	Giljam Veringa	Groningen	1:32:23	1:31:45
6	Johan de Witte	Makkum Fr	1:33:19	1:32:53
7	Gijs van Korlaar	Soest	1:33:39	1:33:26
8	Menno Cramer	Leeuwarden	1:33:49	1:33:12
9	Robin Kinsbergen	Voorthuizen	1:33:51	1:33:35
10	Cees Dijkstra	Menaldum	1:33:58	1:33:49
11	Tjitte de Vries	Oranjewoud	1:33:59	1:33:39
12	Henk Enoch	Den Ham Ov	1:34:03	1:33:33
13	Michel Draaisma	Lemmer	1:34:12	1:32:36
14	Gerard Metz	Nes Ameland	1:34:14	1:33:35
15	Ronald Zuidema	Groningen	1:34:17	1:33:15
16	Jaap Visser	Damwoude	1:35:03	1:34:53
17	Ronald Tromp	Berkhout	1:35:08	1:33:41
18	Peter Groothoff	Sneek	1:35:24	1:34:48
19	Harrie Katoele	Dedemsvaart	1:35:36	1:34:54
20	De Roos	Burgum	1:35:40	1:32:46
21	Meint Lei	Hempens	1:36:37	1:35:18
22	Ron Gouw	Zeewolde	1:36:49	1:33:05
23	Tjeerd Veenstra	Burgum	1:37:07	1:36:14
24	Etienne Hendriks	's-Gravenhage	1:37:44	1:37:08
25	Marcel Dijkstra	Sneek	1:38:20	1:35:13
26	Jacco Schuurkamp	Santpoort-Zuid	1:38:53	1:35:28
27	Paul van der Zee	Lekkerkerk	1:39:00	1:38:28
28	Remco Visser	Joure	1:39:08	1:37:27
29	Andre Domen	Mijdrecht	1:39:22	1:39:03
30	Jan Baan	Nijverdal	1:39:40	1:38:26
31	Gerald Hoogeveen	Bolsward	1:40:23	1:39:34
32	Donald Koster	Leeuwarden	1:40:25	1:38:38
33	Alex van Zurk	Leeuwarden	1:40:26	1:38:37
34	Pieter Tolsma	Arum	1:40:38	1:38:23
35	Dick Huizing	Garmerwolde	1:40:54	1:39:44
36	Bert Kleiboer	Zwolle	1:41:05	1:40:30
37	Rudolf Das	Leeuwarden	1:41:10	1:39:27
38	Ad Wijten	Voorhout	1:41:16	1:38:14
39	Olaf Kistenmacher	Sneek	1:41:25	1:39:57
40	Jaap Baalbergen	Dokkum	1:41:26	1:41:08
41	Bart Oranje	Zwolle	1:41:29	1:40:53
42	Tony Ruiter	Den Ham Ov	1:41:45	1:38:32
43	Ard Cloo	Amersfoort	1:41:47	1:39:09
44	Durk Polet	Burgum	1:41:49	1:39:56
45	Johan van der Graaf	Berlikum Fr	1:42:15	1:41:45
46	Remco Smits	Zwolle	1:42:56	1:41:53
47	Hans Andringa	Drachten	1:43:16	1:39:06
48	Derk de Haan	Utrecht	1:43:16	1:40:06
49	Jan Mulder	Zuidlaren	1:43:42	1:42:59
50	Jaap Roording	De Bilt	1:44:04	1:40:48
51	Bart van den Akker	Zeist	1:44:09	1:41:27
52	Fred Hartmann	Moers (GER)	1:44:09	1:43:18
53	Dimitri Ravensbergen	Grou	1:44:19	1:44:00
54	Jaap Sije Bosgraaf	Kollumerzwaag	1:44:39	1:42:50
55	Hans Breuker	Leeuwarden	1:44:50	1:43:04
56	Lennaert Vellekoop	Amsterdam	1:44:57	1:42:41
57	Gert Barf	Amersfoort	1:45:13	1:42:52
58	Uwe Baldamus	Burgum	1:45:25	1:43:40
59	Gerard Schade	Leeuwarden	1:45:26	1:44:38
60	Jan Tooms	Haarlem	1:45:27	1:44:24

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
61	Jelle Nutma	Surhuisterveen	1:45:31	1:44:08
62	Henk Poortinga	Dokkum	1:45:39	1:43:37
63	Jan Kienstra	Nes Ameland	1:45:45	1:45:01
64	Roelof Veurink	Den Ham Ov	1:45:48	1:43:47
65	Jan Tiesinga	Frieschepalen	1:46:06	1:44:34
66	Gerrit de Jong	Zuidlaren	1:46:07	1:43:04
67	Piet Bijlsma	Bolsward	1:46:09	1:45:40
68	Geert Luinstra	Leeuwarden	1:46:10	1:44:53
69	Rudy Miedema	Heerenveen	1:46:12	1:43:27
70	Dré Bartels	Wirdum Fr	1:46:24	1:45:58
71	Jeffery Robbers	Leeuwarden	1:46:33	1:44:45
72	Rob van der Meulen	Zuidhorn	1:46:39	1:45:37
73	Han Scholten	Ooij	1:46:39	1:45:00
74	Leo van der Laan	Leeuwarden	1:46:55	1:42:38
75	Geert Woltjer	Spier	1:47:50	1:46:57
76	Joop Bosch	Dokkum	1:47:55	1:45:52
77	Eric Smit	Hollum	1:47:58	1:47:21
78	Jan Pilon	Garrelsw eer	1:48:04	1:46:55
79	Marten vd Meer	Augustinusga	1:48:04	1:46:09
80	Jan Reuvekamp	Zwolle	1:48:20	1:46:00
81	Gerard Popma	Blauwhuis	1:48:21	1:46:44
82	Bert Filart	Groningen	1:48:59	1:46:59
83	Erik de Beijl	Annen	1:49:06	1:45:19
84	Jouke van der Meulen	Harlingen	1:49:21	1:48:14
85	Mark Maas	Drachten	1:49:29	1:47:29
86	Erik Verboeket	Emmen	1:49:30	1:45:49
87	Jan Koert Schipper	Annen	1:49:30	1:46:54
88	Ronald Kraaijenvanger	Oegstgeest	1:49:47	1:47:58
89	Roland Nauta	Gytsjerk	1:49:48	1:47:02
90	Ben de Boer	Amsterdam	1:49:54	1:47:20
91	Alfons van Vliet	Leeuwarden	1:49:57	1:48:46
92	Gjalt Weistra	Drachten	1:49:58	1:49:01
93	Steffen Barentsen	Amersfoort	1:50:11	1:47:43
94	Heine Tienstra	Harlingen	1:50:14	1:47:46
95	Henk Kooistra	Sint Jacobiparochie	1:50:14	1:47:46
96	Richmond van der Huure	Zeewolde	1:50:22	1:50:05
97	Jan Schoenmakers	Haarlem	1:50:30	1:47:41
98	Henk Kamies	Dokkum	1:50:31	1:50:19
99	Rob van der Werff	Oegstgeest	1:50:34	1:46:13
100	Peter Schrier	De Knipe	1:50:46	1:47:21
101	Erik van Tuin	Delft	1:50:47	1:46:51
102	HJ Jansen	Ommen	1:51:22	1:49:52
103	Aldert Schut	Sint Annen	1:51:23	1:47:31
104	Frits van Santen	Augustinusga	1:51:28	1:49:40
105	Bas Wesseling	Noordwijk Zh	1:51:30	1:50:07
106	Koert van der Meer	Garrelsw eer	1:51:33	1:50:44
107	Broer Sijtsma	Dokkum	1:51:55	1:48:01
108	Eddy Lassche	Bilthoven	1:51:58	1:51:24
109	Dirk Groen	Franeker	1:52:04	1:50:39
110	Paul van Rooijen	Hank	1:52:06	1:48:55
111	Anno Zwerver	IJlst	1:52:09	1:50:14
112	Max de Mooy	Oegstgeest	1:52:34	1:48:11
113	André-Douwe de Vries	Hollum	1:52:36	1:51:59
114	Mark Strootman	Borne	1:52:48	1:51:48
115	Jan Hermes	Vries	1:52:55	1:50:39
116	Sijtze Pranger	Ternaard	1:53:02	1:50:48
117	Henk Stienstra	Drachten	1:53:08	1:50:51
118	Eelco Draaisma	Leeuwarden	1:53:13	1:51:16
119	Rob Drost	Veenendaal	1:53:27	1:49:22

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
120	Jurjen Ament	Leeuwarden	1:53:27	1:49:00
121	Wouter Oogland	Dokkum	1:53:32	1:49:16
122	Eric Pronk	Leeuwarden	1:53:50	1:50:06
123	Geert Bleeksma	Sneek	1:53:51	1:51:39
124	Dedde de Jong	Dokkum	1:53:53	1:52:30
125	Reno Papa	Leeuwarden	1:54:09	1:52:50
126	Arjen van Iwaarden	Smilde	1:54:17	1:49:58
127	Wiep van der Heide	Drachten	1:54:26	1:53:31
128	Leen Oldenburg	Leeuwarden	1:54:30	1:50:16
129	Lambert Pepping	Nieuw Buinen	1:54:35	1:52:39
130	Harry Bosma	Stadskanaal	1:54:35	1:52:43
131	Jan Krottje	Stedum	1:54:35	1:50:42
132	Robert Kars	Groningen	1:54:39	1:50:35
133	Henk Berends	Assen	1:54:42	1:51:01
134	Bouke Fennema	Britsum	1:54:53	1:53:24
135	Bauke Keekstra	Dokkum	1:54:53	1:53:27
136	Keimpe Wiersma	Leeuwarden	1:54:56	1:53:58
137	Albert Algera	Hallum	1:55:15	1:50:40
138	Erik Okkema	Grou	1:55:22	1:54:12
139	Bert van Orden	Ede Gld	1:55:23	1:51:20
140	Rinse Bleeker	Leeuwarden	1:55:31	1:53:32
141	Erik Sluiter	Lelystad	1:55:56	1:51:27
142	Andries Bakker	Leeuwarden	1:56:03	1:53:34
143	Ronald Voersma	Kollum	1:56:04	1:53:35
144	Klaus Laqua	Lemgo (GER)	1:56:06	1:52:28
145	Gerrit Jonker	Nijmegen	1:56:17	1:55:12
146	Mark Stuijt	Leeuwarden	1:56:18	1:51:49
147	Jelle de Boer	Bolsward	1:56:31	1:53:29
148	Johan Kiewiet	Buren Fr	1:56:58	1:56:12
149	Carsten Tiemeyer	Belm (GER)	1:57:06	1:53:28
150	Siete Snip	Roderesch	1:57:21	1:55:47
151	Gerlof Molenaar	Nes Ameland	1:57:33	1:56:52
152	Jan Dijkstra	Beetgumermolen	1:57:34	1:57:04
153	Bert Reuvecamp	Zwolle	1:57:40	1:56:40
154	Sietze Jongsma	Hoornsterzwaag	1:57:45	1:57:08
155	Rolf Appels	Amsterdam	1:58:14	1:55:41
156	Lieuwe Haanstra	Bussum	1:58:26	1:54:03
157	Peter Moesker	Borger	1:58:41	1:55:48
158	BJ van der Velde	Groningen	1:58:49	1:57:44
159	Peter Nijholt	Leeuwarden	1:58:54	1:57:10
160	Jelte Janzen	Sneek	1:59:07	1:57:27
161	Hoeksema J T	Zeewolde	1:59:08	1:55:57
162	Jan Helmer	Zeewolde	1:59:39	1:56:27
163	Henk Klijnstra	Oentsjerk	1:59:39	1:58:08
164	Wyger Smits	Damwoude	1:59:41	1:57:08
165	Alfred Knobbe	Leeuwarden	1:59:45	1:56:23
166	Klaas Kempenaar	Zwagerbosch	1:59:56	1:59:27
167	Peter van Leusden	Almere	1:59:57	1:57:01
168	Rogier Peters	Dokkum	2:00:02	1:55:45
169	Frans Kienstra	Nes Ameland	2:00:14	1:59:23
170	Henk Melker	Leeuwarden	2:00:20	1:56:37
171	Andries van Dijk	Lemmer	2:00:41	1:57:32
172	Peter Masselink	Emmen	2:01:04	1:59:10
173	Gosse Visser	Winterswijk Woold	2:01:25	1:57:54
174	Nico Huppkes	Sauwerd	2:01:27	1:58:48
175	Louis Ubbens	Sneek	2:01:36	1:57:37
176	Jehannes Piebenga	Leeuwarden	2:01:41	1:57:43
177	Mark Kosters	Hoewelaken	2:01:51	1:57:29
178	Eli Blom	Amersfoort	2:01:51	1:57:30

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
179	Ronald Verweij	Vlaardingen	2:01:54	1:58:51
180	Leo Birkenholz	Franeker	2:02:44	1:58:52
181	Jens Fröhlich	Hörstel (GER)	2:03:04	1:58:22
182	Sven Tolsma	Leersum	2:03:12	2:01:01
183	Mike Pieterse	Burgum	2:03:32	2:00:04
184	Fan Fai Tsang	Bolsward	2:03:36	1:59:38
185	Richard de Vries	Den Dolder	2:03:56	2:00:33
186	Rene Wokke	Amsterdam	2:04:01	2:01:10
187	Bert Meedendorp	Ees	2:04:15	2:01:23
188	Ed Duits	Nijmegen	2:04:35	2:02:12
189	Harry Temming	Joure	2:04:46	2:01:27
190	Fokke Hoeksma	Berlikum Fr	2:04:58	2:03:50
191	Cor Klooststra	Mantgum	2:05:07	2:01:51
192	Gert-Jan Dijkstra	Groningen	2:05:22	2:01:06
193	Theo Le Bon	Miedum	2:05:40	2:01:37
194	Tonny Hoorndijk	Appingedam	2:05:41	2:02:04
195	Herman van der Donk	Grootegeest	2:05:41	2:03:39
196	Klaas Visser	Oosterbierum	2:05:43	2:04:08
197	Jan Watse Jousma	Leeuwarden	2:05:56	2:04:36
198	Erik van Helvoort	Blauwhuis	2:06:07	2:04:26
199	Peter Nijland	Blijham	2:06:08	2:04:01
200	Harmen Dijkstra	Joure	2:06:17	2:04:29
201	Klaas Jasper	Berlikum Fr	2:06:43	2:02:42
202	Jan Willem Strootman	Beverwijk	2:06:44	2:04:26
203	Meindert Westra	Drachten	2:06:52	2:03:51
204	Gert Harmsen	Eindhoven	2:07:09	2:02:54
205	Mentink Remco	Montfoort	2:07:33	2:03:22
206	Stefan Tost	Rheine (GER)	2:07:46	2:03:04
207	Harm Andringa	Stiens	2:07:48	2:03:14
208	Hans Schuurman	Haren Gn	2:07:51	2:04:39
209	Abe Veenstra	Schipborg	2:10:20	2:06:08
210	Jacob Visser	Dokkum	2:10:27	2:07:58
211	Ronald Smout	Houten	2:10:30	2:06:12
212	Jeroen Bakkenist	Almere	2:10:59	2:07:58
213	Jack van Montfort	Sint Joost	2:11:10	2:07:15
214	Silvester Keijzer	Utrecht	2:11:22	2:09:11
215	Andre van Dalfsen	Heerenveen	2:11:33	2:08:49
216	Eric Holkers	Groningen	2:11:44	2:09:03
217	Bert Holtkamp	Groningen	2:11:49	2:08:15
218	Jaap van Bennekom	Veenendaal	2:12:34	2:11:12
219	Wim de Goeijen	Vriezenveen	2:13:06	2:12:24
220	Wybe Sierksma	Marrum	2:14:58	2:11:09
221	Edwin Dijkstra	Dokkum	2:15:50	2:11:18
222	Ruben Bodo	Boornbergum	2:16:36	2:13:58
223	Jaap van der Veen	Drachten	2:16:51	2:16:10
224	Henk van Dijk	Zwolle	2:17:00	2:13:30
225	Matthijs Vleugel	Menaldum	2:17:25	2:16:05
226	Gerrit Hottinga	Sumar	2:17:41	2:13:50
227	Arie Rozema	Assen	2:17:46	2:14:23
228	André J Biesheuvel	's-Gravenhage	2:17:47	2:15:37
229	Kees Bruins Slot	Houten	2:18:24	2:18:24
230	Jurgen de Vries	Bedum	2:18:30	2:14:29
231	Hendrik Hiemstra	Franeker	2:19:52	2:15:13
232	Marten Kingma	Leeuwarden	2:20:16	2:15:46
233	Ge Koelink	Soest	2:22:32	2:18:10
234	Ane Heidema	Leeuwarden	2:24:23	2:23:54
235	Sjoerd Anjema	Dokkum	2:25:12	2:20:41
236	John Huijzer	Elst Gld	2:27:15	2:23:26
237	Emiel Alloot	Almere	2:28:22	2:26:49

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
238	Anne van Marrum	Stiens	2:29:05	2:24:31
239	Erik Peeters	Almere	2:29:07	2:25:36

M50, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jan anton Kamphuis	Vroomshoop	1:33:26	1:32:59
2	Johnny Post	Leeuwarden	1:35:43	1:35:33
3	F. IJsselmuiden	Gytsjerk	1:37:12	1:35:25
4	Hans Nagtegaal	Grou	1:37:30	1:36:57
5	Nico Veninga	Wijnjewoude	1:39:36	1:39:18
6	Jan Luppés	Nieuw Weerdinge	1:39:48	1:39:37
7	Paul Kurpershoek	Groningen	1:39:56	1:39:04
8	Van den Berg	Harlingen	1:39:58	1:37:55
9	Bertus de Vries	Scherpenzeel Fr	1:40:34	1:39:23
10	Peter Jansen	Zwolle	1:41:15	1:40:41
11	Jelle de Jong	Joure	1:42:28	1:41:57
12	Henk Muller	Marssum	1:43:20	1:41:37
13	Kees Bangma	Dokkum	1:43:35	1:42:55
14	Tseard Wijma	Veenwouden	1:43:43	1:42:52
15	Dick van den Berg	Stedum	1:44:38	1:43:48
16	Houttuin Roelof	Leeuwarden	1:44:49	1:43:03
17	Norbert Kwiecinski	Herzlake (GER)	1:44:54	1:41:16
18	Rienk de Vries	Burgum	1:45:09	1:44:10
19	Theo de Vries	Leeuwarden	1:45:21	1:44:17
20	René van Wees	Surhuizum	1:46:14	1:44:58
21	Julius vd Werf	Leeuwarden	1:46:44	1:44:56
22	Jildert Andringa	Oentsjerk	1:47:54	1:45:48
23	Bert ten Hoff	Musselkanaal	1:48:01	1:46:49
24	Jan Brantjes	Beverwijk	1:48:01	1:45:51
25	Ben Tieben	Veendam	1:48:21	1:46:18
26	Gerrit Baan	Noardburgum	1:48:28	1:47:14
27	Wiebe Buruma	Augustinusga	1:48:32	1:46:45
28	Henk Wilbers	Gytsjerk	1:49:53	1:48:40
29	Rones Spinder	Buitenpost	1:50:15	1:49:38
30	Peter Pranger	Dokkum	1:50:27	1:49:03
31	Theo Szarzynski	Leeuwarden	1:50:31	1:46:37
32	Hans Menninga	Franeker	1:50:45	1:49:20
33	Pieter Cremer	Gorredijk	1:51:01	1:50:15
34	Johan Beintema	Leeuwarden	1:51:05	1:49:28
35	Lex van Houte	Leeuwarden	1:51:14	1:48:36
36	Roelof Elzinga	Dokkum	1:51:27	1:50:01
37	Henk Miedema	Groningen	1:51:31	1:48:16
38	Piet van der Heide	Engelum	1:51:57	1:51:36
39	Koos Prins	Stadskanaal	1:52:13	1:51:00
40	Klaas Veldman	Sint Nicolaasga	1:52:30	1:52:16
41	Hans van Dijk	Barneveld	1:52:31	1:49:27
42	André van den Heuvel	Leeuwarden	1:52:32	1:52:19
43	Jurien Stellingwerf	Ryptsjerk	1:52:42	1:51:07
44	Theo Groot	Amersfoort	1:52:52	1:48:34
45	Auke Jongbloed	Scherpenzeel Fr	1:52:53	1:49:42
46	Eeuwke Reidsma	Leeuwarden	1:53:15	1:50:07
47	Siemen Tadema	Damwoude	1:53:39	1:52:12
48	Rik Hendrikse	Almere	1:53:54	1:50:52
49	Jochum Roorda	Leeuwarden	1:53:55	1:51:46
50	Gerlof Hamersma	Leeuwarden	1:53:55	1:51:47
51	Hans Koops	Groningen	1:53:56	1:51:13
52	Stoffelsma Ronald	Norg	1:54:13	1:52:55
53	Piet Boelens	Kollumerzwaag	1:54:24	1:51:29
54	Ibo Nobbe	Stadskanaal	1:54:35	1:52:40

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
55	Nick Lucassen	Reeuwijk	1:54:47	1:52:11
56	Marcel Bomas	Leeuwarden	1:54:56	1:54:32
57	Anton van Kessel	Soest	1:55:19	1:53:30
58	Jaap Vellenga	Beetsterzwaag	1:55:34	1:51:27
59	Hessel de Boer	Leeuwarden	1:55:38	1:51:53
60	Van der Wal Jan	Stiens	1:56:45	1:55:08
61	Marten de Vries	Buitenpost	1:57:17	1:53:26
62	Gosse Koopmans	Dokkum	1:57:19	1:54:50
63	Gerrit Jousma	Schingen	1:57:26	1:56:59
64	Hennie Zonderland	Zeist	1:57:32	1:54:15
65	Ben Sibon	Hengelo Ov	1:57:34	1:55:39
66	Kees Slikker	Barneveld	1:57:46	1:54:42
67	Leen Goossen	Schiedam	1:58:20	1:57:31
68	Peter van der Woude	Zevenaar	1:58:45	1:55:47
69	Marco VERHOEF	Varsseveld	1:58:57	1:54:33
70	Evert Schut	Drachten	1:59:08	1:55:20
71	Hessel Boersma	Boksum	1:59:27	1:57:09
72	Peter Witsmeer	Leeuwarden	1:59:33	1:56:19
73	Bernard Jas	Zoetermeer	1:59:52	1:58:13
74	Klaas Bakker	Drachten	1:59:57	1:59:34
75	Sip Boelens	Nes Ameland	2:00:12	1:59:26
76	Sjoerd van der Bij	Goutum	2:00:39	2:00:06
77	Bote Engwerda	Amersfoort	2:00:58	1:58:18
78	Jan Miedema	Leek	2:01:07	1:57:52
79	Louke Berretty	Wommels	2:01:11	1:57:45
80	Hans Hartman	Groningen	2:01:14	1:58:47
81	Rein During	Bilthoven	2:01:28	1:58:40
82	Femme de Bruin	Leeuwarden	2:02:08	1:58:26
83	Otto van Eysden	Voorschoten	2:02:18	2:01:38
84	Bertus Offen	Kampen	2:02:22	2:00:51
85	Gerard van Drooge	Luxwoude	2:02:24	2:00:21
86	Geert Peereboom	Dronrijp	2:02:45	1:59:00
87	Ab de Bruin	Zoetermeer	2:02:56	1:59:49
88	Jacob Dijkstra	Beetgumermolen	2:03:08	2:02:48
89	Rolf Lehnert	Vettelschoß (GER)	2:03:34	1:59:07
90	Henny ten Brink	Naarden	2:03:39	1:59:30
91	Henk van Harselaar	Beverwijk	2:03:58	1:59:19
92	Albert Raap	Leeuwarden	2:03:58	2:03:40
93	Henk Luth	Lelystad	2:04:00	1:59:31
94	Dick van der Klaauw	Leersum	2:04:01	1:59:53
95	Koos van Aller	Amersfoort	2:04:06	2:01:38
96	Ton Manders	Utrecht	2:05:05	2:00:42
97	Simon Leeverink	Bolsward	2:05:06	2:01:38
98	Benne Vellema	Reitsum	2:05:18	2:05:02
99	Paul Wiebenga	Leersum	2:05:31	2:03:19
100	Theo Woudstra	Heerenveen	2:05:38	2:01:19
101	Cees van der Bij	Heerenveen	2:06:06	2:05:32
102	Bakker Marcel	Hoogeveen	2:06:15	2:02:39
103	Rudy van der Wijk	Beilen	2:06:15	2:02:38
104	Klaas Peereboom	Heerenveen	2:06:22	2:02:12
105	Tjeerd Jongsma	Dokkum	2:06:48	2:02:16
106	Hedzer Laskewitz	Drachten	2:06:52	2:03:17
107	Gerrit Haanstra	Joure	2:07:00	2:04:04
108	Menno Ekland	's-Gravenhage	2:07:10	2:05:06
109	Arie de Wit	Harlingen	2:07:30	2:07:04
110	Dirk Draaisma	Drachten	2:07:37	2:05:33
111	Louis Ebbinkhuijsen	Almere	2:07:39	2:06:21
112	Gert Zeevat	Terschelling Midslan	2:07:40	2:03:54
113	Hans Kamstra	Terschelling Midslan	2:07:40	2:03:54

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
114	Piet Hein Haveman	Donkerbroek	2:08:40	2:06:33
115	Rudy Veen	Slochteren	2:10:04	2:06:37
116	Aad van der Burg	Easterlittens	2:10:31	2:06:31
117	Herman Grooters	Annen	2:10:55	2:08:28
118	Albert Buwalda	Heerenveen	2:11:03	2:10:01
119	Jan Willem Norbart	Ermelo	2:11:07	2:09:22
120	Rein Baarsma	Leeuwarden	2:11:11	2:06:54
121	Sipke Freerk Glas	Leeuwarden	2:11:21	2:08:15
122	Reinder Tel	Surhuizum	2:12:09	2:09:45
123	Max Ph Wenniger	Drachten	2:12:13	2:09:57
124	Haaije Jorritsma	Grou	2:12:47	2:08:48
125	Henk Peters	Groningen	2:12:56	2:09:24
126	Jan Mank	Zoetermeer	2:13:07	2:10:01
127	Cees Muijskens	Terschelling Hoor	2:15:21	2:12:34
128	Wietze Dupon	Drachten	2:16:28	2:12:17
129	Keimpe Heslinga	Hijum	2:16:48	2:12:59
130	Sybe Swart	Franeker	2:17:30	2:13:23
131	Arie Roest	Slappeterp	2:17:35	2:14:12
132	Jan Lindeboom	Leeuwarden	2:17:35	2:16:14
133	Jippe Bokma	Leeuwarden	2:19:35	2:19:19
134	Derk de Vries	Lemmer	2:20:37	2:17:27
135	Roelof IJdema	Leeuwarden	2:21:49	2:19:36
136	Bart Verburg	De Wilgen	2:22:38	2:18:10
137	Kiek Rem	Hemrik	2:24:05	2:22:47
138	Klaas Schutter	Heiligerlee	2:25:28	2:23:50
139	Rolf Kolakowski	Bochum (GER)	2:25:41	2:21:10
140	Hans Venema	Gasteren	2:25:52	2:24:52
141	Klaas Ketelaar	Winschoten	2:32:56	2:29:16
142	Wybe Sierksma	Leeuwarden	2:34:11	2:29:34
143	Henk Warrink	Leeuwarden	2:34:11	2:29:35
144	Hennie Stoel	Zwolle	2:35:37	2:32:21

M60, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Johan de Lange	Munein	1:46:46	1:46:18
2	Johan Zwerver	Leeuwarden	1:49:15	1:48:41
3	Jan Fransen	Hasselt	1:51:07	1:47:47
4	Klaas Timmerman	Heino	1:52:29	1:51:39
5	Jantinus Aalders	Stadskanaal	1:54:36	1:52:43
6	Theo Heemskerk	Noordwijk Zh	1:56:26	1:55:02
7	Jan de Heer	Loppersum	1:56:30	1:55:34
8	Jan Boersma	Goutum	1:56:35	1:52:09
9	Peter Glim	Hippolytushoef	1:57:06	1:55:36
10	Feenstra Jan	Leeuwarden	1:57:25	1:57:03
11	Theo Fennis	Loosdrecht	1:58:53	1:54:44
12	Otto Bruinsma	Leeuwarden	1:59:21	1:58:16
13	Henk Kaal	Nijkerk Gld	1:59:44	1:56:50
14	Frits van Helsdingen	Rosmalen	1:59:49	1:55:36
15	Joop Veldhuis	Gasselternijveen	2:01:08	1:57:48
16	Joop Boonstra	Leeuwarden	2:04:22	2:01:16
17	Nico Huppel	Steggerda	2:07:31	2:04:52
18	Jan van Ledden	Hollum	2:07:41	2:07:00
19	Jan Panhuis	Leeuwarden	2:07:54	2:05:18
20	Geert Euverman	Westerhaar-Vriezenv	2:09:53	2:05:59
21	Henk Oosting	's-Gravenhage	2:10:36	2:05:55
22	Jaap de Groot	Leeuwarden	2:14:30	2:11:26
23	Klaas Bijleveld	Zeewolde	2:18:06	2:13:45
24	Rob Goethals	Heerenveen	2:18:19	2:17:17
25	Willem van t Veer	Assendelft	2:18:38	2:15:26

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

V.SEN, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Silvia Brouwer	Oudeschoot	1:39:24	1:38:45
2	Nienke Vlak	Groningen	1:42:37	1:39:57
3	Esther Hakvoort	Zaandam	1:44:52	1:43:25
4	Elvira van Bolhuis	Groningen	1:46:28	1:43:51
5	Esther van Bochove	Zaandam	1:48:10	1:46:42
6	Diane Pijl	Dronrijp	1:49:24	1:46:49
7	Alida Bosma	Assen	1:50:51	1:50:13
8	Itty Speelman	Heerenveen	1:52:31	1:51:39
9	Lysbeth Bootsma	Drachten	1:53:54	1:51:02
10	Geertje de Schiffart	Deventer	1:54:26	1:52:45
11	Ytsje van der Burg	Oude Bildtzijs	1:54:51	1:52:29
12	Marieke ten Brinke	Westerhaar-Vriezenv	1:55:24	1:54:53
13	Liesbeth Holwerda	Schoorl	1:56:23	1:53:18
14	Maartje Kort	Haren Gn	1:56:57	1:54:24
15	Yvonne Weesjes	Kropswolde	1:57:06	1:56:34
16	Corinne van der Bijl	Leeuwarden	1:57:45	1:56:36
17	Lucie Mensinga	Leeuwarden	2:02:33	1:59:25
18	Jo-Janneke Koenen	Den Helder	2:03:00	2:01:02
19	Hillegonda Haak	Drachten	2:06:39	2:03:38
20	Ramona Lemstra	Sint Annaparochie	2:08:10	2:05:23
21	Mirjam Westers	Oldekerk	2:09:25	2:08:31
22	Esther de Vries	Groningen	2:11:06	2:09:05
23	Lianne van Rijn	Utrecht	2:11:44	2:07:40
24	Rosa Groen	Leeuwarden	2:12:58	2:10:46
25	Nienke de Glas	Leiden	2:13:38	2:09:46
26	Marscha Ammerlaan	Utrecht	2:14:36	2:11:03
27	Iris Heuckeroth	Staphorst	2:16:03	2:14:09
28	Sandra van Diemen	Leeuwarden	2:16:11	2:12:07
29	Marleen Pennewaard	Witmarsum	2:17:37	2:14:14
30	Cynthia Rozema	Assen	2:17:46	2:14:24
31	Evy Apeldoorn	Loenen aan de Vecht	2:19:53	2:15:48
32	Berber Terpstra	Wijtgaard	2:20:06	2:18:01
33	Wypkje Stapert	Stiens	2:21:12	2:17:22
34	Ester Vromans	Ommen	2:21:33	2:19:39
35	Angelique Hadel	's-Gravenhage	2:24:14	2:19:34
36	Stefanie Lesterhuis	Leeuwarden	2:55:17	2:51:04

V35, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Janke Douma	Ternaard	1:40:47	1:40:11
2	Judith van der Meer	Dronrijp	1:41:13	1:39:45
3	Jeannet Leppink- de Ha	Zwolle	1:42:50	1:42:16
4	Sandra Paulette van Hu	Arum	1:49:23	1:48:16
5	Christa de Bruin	Utrecht	1:49:38	1:47:03
6	Journa Lanjouw	Eext	1:50:48	1:48:25
7	Annemieke van Dijk	Zaandam	1:51:25	1:49:58
8	Coby Bouma	Franeker	1:53:21	1:51:51
9	Klaske Post	Grou	1:55:48	1:53:23
10	Janet Krooshof	Grou	1:56:33	1:55:27
11	Lynata Dijkstra	Heerenveen	1:59:02	1:58:48
12	Helena de Ridder	Terkaple	1:59:03	1:58:05
13	Gea van de Pol	Voorthuizen	1:59:26	1:59:10
14	Piety Feenstra	Leeuwarden	1:59:53	1:57:19
15	Ellen Tibbe	Enschede	1:59:55	1:59:42
16	Hettie Zurmuhlen	Zeist	1:59:58	1:56:02
17	Sjirry Beijgaard	Sint Nicolaasga	2:01:10	2:00:05
18	Bea Visser	Joure	2:01:25	1:59:39
19	Klaske van Lunzen - Mi	Leeuwarden	2:01:52	1:59:17

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
20	Rita Doesburg	Rekken	2:01:53	2:00:21
21	Wijnanda Heupink	Schiedam	2:01:54	1:58:51
22	Yolanda Brouwer	Heerenveen	2:02:09	1:58:33
23	Heleen Kleijn	Voorburg	2:02:25	1:59:04
24	Walda van Gosliga-Garc	Franeker	2:02:57	2:01:17
25	Jelly van der Velde	Franeker	2:03:06	2:01:25
26	Christina de Haan	Bolsward	2:03:36	1:59:39
27	Monique Lappenschaar	Hollum	2:04:03	2:03:22
28	Laura Sonnejier	Leeuwarden	2:04:10	2:00:44
29	Sandra Berenst	Vroomshoop	2:05:31	2:04:10
30	Annemarie Koets	Assen	2:06:14	2:02:39
31	Janny Akkerman	Wagenborgen	2:06:44	2:04:54
32	Gretha Waterlander	Bolsward	2:06:56	2:03:32
33	Emelie Papenburg	Leusden	2:07:30	2:03:00
34	Monique Medema	Leeuwarden	2:08:10	2:04:11
35	Ingrid alkema Nagel	Leeuwarden	2:09:29	2:08:19
36	Monique Witteveen	Blauwhuis	2:09:54	2:08:15
37	Anke Korten	Winterswijk Kotten	2:10:52	2:07:23
38	Lia van der Goot	Goutum	2:11:58	2:07:38
39	Liesbeth van Zalinge	Dronrijp	2:12:03	2:09:19
40	Anneke de Grijs	Haren Gn	2:12:30	2:11:57
41	Marjolein van der Vlie	Slidrecht	2:12:56	2:09:06
42	Jacolien Koppelaar	Slidrecht	2:12:56	2:09:06
43	Yvonne Bijman	Leeuwarden	2:12:56	2:11:48
44	Anne miek Koenen	Middenmeer	2:13:02	2:11:05
45	Christine de Wit	Zoetermeer	2:13:07	2:10:10
46	Elizabeth Dijkema	Terschelling Hoorn	2:15:21	2:12:32
47	Pieta Zijlstra	Wommels	2:17:06	2:12:30
48	Mirjam Aukema	Dronrijp	2:17:44	2:14:12
49	Simone Scheffer	Harlingen	2:18:00	2:14:43
50	Margot Reijnhoudt	Rotterdam	2:18:04	2:15:19
51	Petra Reijnhoudt	Bergschenhoek	2:18:04	2:15:19
52	Esther Beekman-Klein	Zeewolde	2:18:26	2:15:37
53	Johanna Molenaar	Nes Ameland	2:18:54	2:18:11
54	Greet Andringa	Suwald	2:18:58	2:16:04
55	Marja Hettema	Leeuwarden	2:19:30	2:15:16
56	Yvonne Heg	Arnhem	2:19:47	2:16:47
57	Evelien Walstra	Leeuwarden	2:19:49	2:15:46
58	Evelien Vink	Beetgum	2:20:07	2:18:10
59	Ilse Schumacher	Leeuwarden	2:20:17	2:16:50
60	Corrie Walda	Drachten	2:20:34	2:16:32
61	Annette Spoor	Soest	2:22:41	2:18:45
62	Claudia Clowting	Middenmeer	2:22:58	2:21:00
63	Hilde Hoogteijling	Dokkum	2:23:49	2:19:57
64	Annemarie Brussaard	Amersfoort	2:38:13	2:35:31

V45, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Hanneke van der Linden	Beverwijk	1:48:02	1:45:51
2	Henny Brouwer	Annen	1:49:07	1:45:21
3	Nans Haak	Nieuw Buinen	1:54:34	1:52:43
4	Jantje Wiersema	Oldehove	1:56:11	1:52:43
5	Els ter Schure	Beetsterzwaag	1:56:54	1:52:48
6	Tineke Riemersma	Haren Gn	2:00:32	1:56:30
7	Carolien Rudolphy	Gorredijk	2:01:04	2:00:19
8	Reina Hes	Dokkum	2:01:19	1:59:57
9	Clara Klinkers	Annen	2:01:29	1:57:55
10	Ina Boer	Annen	2:01:29	1:57:55
11	Anne Marie Kuitert	Utrecht	2:01:38	1:57:12

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
12	Mettje Elzinga	Leeuwarden	2:02:27	2:00:23
13	Su Rondon Guasque	Nijmegen	2:02:52	2:00:29
14	Titia Knip	Franeker	2:02:57	2:01:16
15	Joke de Jong	Zeewolde	2:02:57	2:00:07
16	Sjoerdije Keizer	Tzum	2:02:59	2:01:18
17	Anita Siemerink	Zeewolde	2:02:59	2:00:11
18	Annemiek Bolks-Offerei	Hardenberg	2:03:12	1:59:15
19	Alie Wassenaar	Groningen	2:04:07	2:03:10
20	Lidy de Boer	Groningen	2:04:18	2:01:59
21	Riekje van den Berg	Stedum	2:04:51	2:04:02
22	Ans van der Meer	Garrelsweer	2:04:52	2:04:03
23	Els de Boer	Leeuwarden	2:05:02	2:02:43
24	Janine Marien	Utrecht	2:05:10	2:02:31
25	Anke van Dijk	Wommels	2:05:12	2:00:36
26	Tepper Else	Hoogeveen	2:06:14	2:02:38
27	Jose Baas-Zondag	Grou	2:07:25	2:05:16
28	Mariette Steevens	Amsterdam	2:07:29	2:06:32
29	Silvia Cevat	Amsterdam	2:07:29	2:06:33
30	Mieke Link	Almere	2:07:39	2:06:21
31	Babette Freudenberg	Vettelschoß (GER)	2:07:39	2:03:12
32	Gerda Klooster	De Wilgen	2:08:15	2:03:47
33	Annette Oosterwijk	Oentsjerk	2:08:22	2:03:56
34	Anja Staal	Zeist	2:08:46	2:05:53
35	Jeannet Huitema	Leeuwarden	2:08:50	2:08:27
36	Marian van Es	's-Gravenhage	2:08:57	2:06:02
37	Hilly Oosting	Annen	2:09:08	2:05:21
38	Klaske vd Wal	Menaldum	2:09:23	2:06:57
39	Angelica Stevens	Amsterdam	2:09:38	2:07:43
40	Lucy de Vries	Groningen	2:11:05	2:09:05
41	Ria van Montfort	Sint Joost	2:11:10	2:07:15
42	Ingrid vd Veen-Kooistr	Leeuwarden	2:11:18	2:11:03
43	Ria van Amstel	Rotterdam	2:11:56	2:09:25
44	Antsje S Boersma	Heerenveen	2:13:04	2:11:56
45	Karin Gouw	Zeewolde	2:13:48	2:09:28
46	Angelique Toonen	Amsterdam	2:14:51	2:10:51
47	Anja van Holten	Zeewolde	2:15:08	2:12:18
48	Dam Hulsman	's-Hertogenbosch	2:15:40	2:13:58
49	Marga Hilgers	Zwolle	2:16:11	2:15:42
50	Veronica Kooij	Scherpenzeel Fr	2:17:02	2:12:44
51	Geertje Boersma	Assen	2:17:43	2:14:50
52	Reina Leerink	Westervelde	2:17:56	2:15:05
53	Jacqueline Kramer	Wehe den Hoorn	2:18:27	2:14:56
54	Mattie de Boer	Joure	2:18:49	2:17:42
55	Klaske van der West	Joure	2:18:49	2:17:39
56	Tina Been	Westervelde	2:19:23	2:16:31
57	Carla Fakkeldij	Amsterdam	2:20:30	2:16:00
58	Jackie de Witte	Koudum	2:20:52	2:18:02
59	Ciske Kroets	Witmarsum	2:21:09	2:17:46
60	Ineke Haisma	Marum	2:23:10	2:19:05
61	Margriet vd Meulen-Vis	Goutum	2:25:05	2:24:49
62	Renske Anjema	De Wilgen	2:25:40	2:21:38
63	Annie Oostenbrink	Oldeberkoop	2:27:13	2:25:07
64	Juliette van Driel	Utrecht	2:27:28	2:26:56
65	Maroesjka Alloo-Oost	Almere	2:28:23	2:26:49
66	Lineke Tepper	Zwolle	2:29:05	2:25:44
67	Lidwien Broenink	Joure	2:29:11	2:25:22
68	Els Roosma	Franeker	2:34:46	2:30:08
69	Margreeth Korten	Menaldum	2:34:53	2:31:25
70	Annemiek Oldenburg	Leeuwarden	2:34:53	2:30:39

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

V55, 21,1 KM REC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Sjoerdije de Boer	Ede Gld	1:58:02	1:57:22
2	Anke Peterson	Leeuwarden	1:58:43	1:57:16
3	Ida Hoekstra	Akkrum	2:05:18	2:03:09
4	Ineke van der Galien	Badhoevedorp	2:08:12	2:06:11
5	Anca Somers	Lemmer	2:09:30	2:08:31
6	Ineke Brouwer	Amsterdam	2:12:21	2:10:20
7	Jolanda Bouma-Gaastra	Kropswolde	2:14:23	2:12:02
8	Monika Nierop-Marinus	Amsterdam	2:18:08	2:16:12
9	Aisah Sloterwijk	Tolbert	2:18:27	2:14:56
10	Gerda IJdema	Leeuwarden	2:21:49	2:19:36
11	Tony Schrama	Zwanenburg	2:23:02	2:18:37
12	Babs Taal	Lijnden	2:23:15	2:18:50
13	Erna kool van t Veer	Assendelft	2:23:42	2:20:29
14	Hanny Oosting	's-Gravenhage	2:28:20	2:23:39
15	Lies de Vries-Groen	Broek Fr	2:35:06	2:30:57
16	Jose van Dooren	Amsterdam	2:36:23	2:31:58

M.SEN, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Erik Niemeijer	Breda	32:54	32:53
2	Edo van der Meer	Sittard	34:35	34:30
3	Marcel Kwakkel	Utrecht	34:52	34:51
4	Jeroen Kwakkel	Heerde	35:17	35:16
5	Mark Groeneweg	Dieren	35:51	35:50
6	Remco Bijlsma	Cornjum	36:14	36:14
7	Ivo van der Meer	Leeuwarden	36:44	36:43
8	Simon Visser	Kampen	37:01	37:00
9	Hendrik Hoekstra	Joure	37:19	37:17
10	Alphayo Sambu	Sint Annaparochie	37:34	37:32
11	Arnoud van Garderen	Leusden	37:43	37:41
12	Alexander Bybau	Utrecht	38:01	37:50
13	Martijn Toering	Groningen	38:13	38:11
14	Pieter Talsma	Warten	38:37	38:33
15	Gerwin Dijksterhuis	's-Gravenhage	39:11	39:08
16	Bas Kluitenberg	Groningen	39:24	38:35
17	Jappie Brandenburg	Oudemirdum	40:06	40:03
18	Arnoldus van der Werff	Rinsumageest	40:37	40:32
19	Sjirk Dotinga	Norg	40:44	40:42
20	Nico Nimeijer	Groningen	41:19	40:30
21	Ronald de Graaf	Koudekerk aan den Ri	42:16	40:25
22	Marco Kingma	Kollumerpomp	43:03	42:49
23	Jaap Bijlstra	Dokkum	43:13	43:10
24	Martijn Wietzes	Groningen	43:30	43:00
25	Michiel Cornelissen	Berlikum Fr	43:32	43:24
26	Herman Regnerus	Marrum	43:37	43:18
27	Dennis Schotmeijer	Arnhem	43:43	43:01
28	Erik Dusseljee	Assen	44:22	44:13
29	Erik Schukking	Franeker	44:30	42:54
30	Stephan Versteeg	Wolvega	44:49	41:57
31	Douwe Graansma	Hurdegaryp	45:19	45:16
32	Jurgen van Hal	Utrecht	45:34	43:40
33	Jim Tehupuring	Amsterdam	46:09	45:48
34	Arnold Tolk	Midwolda	46:14	42:47
35	Ernst Eijssen	Groningen	46:29	41:43
36	Anton Kingma	Leeuwarden	46:38	45:05
37	Klaas Dupon	Dokkum	46:40	46:07
38	Herman Iedema	Dokkum	46:41	46:06
39	Fokko Oldenhuis	Leeuwarden	47:00	46:26

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
40	Robert Korte	Leeuwarden	47:01	43:13
41	Nolke Hoekstra	Leeuwarden	47:03	46:47
42	Alexander Edens	Stiens	47:04	46:51
43	Martijn Boelens	Nes Ameland	47:16	46:55
44	Jan Zeinstra	Noardburgum	47:23	47:09
45	Gert-Jan de Beer	Dokkum	47:27	46:57
46	Heijo de Groot	Zuidlaren	47:29	45:48
47	Harmen Moes	Groningen	47:32	42:45
48	Dries Lesterhuis	Groningen	47:33	46:41
49	Anno Smit	Hollum	47:41	47:01
50	Roelof Burghoorn	Wijtgaard	47:49	44:44
51	Evert Jorritsma	Hurdegaryp	48:06	46:02
52	Bas van Steenoven	Emmeloord	48:09	46:57
53	Peter Helmus	Dokkum	48:16	47:47
54	Vincent Harder	Drachten	48:23	47:30
55	Erwin van Heerde	Dokkum	48:28	45:32
56	Chas van den Heuvel	Nes Ameland	48:48	47:23
57	Sierk Werner	Goutum	49:05	48:56
58	Kees Noppert	Burgum	49:07	47:44
59	Roelof van Marrum	Drachten	49:16	47:53
60	Kevin Kienstra	Nes Ameland	49:25	48:17
61	Stefan Temming	Joure	49:39	48:44
62	Renato Deiana	Harkstede	49:46	49:40
63	Errit de Boer	Groningen	49:52	46:47
64	Koos Kuil	Oude Pekela	49:54	49:32
65	Arjen Brander	Veenwouden	50:04	48:57
66	Arnoud Meinema	Amersfoort	50:09	50:02
67	Andrie Westerkamp	Groningen	50:26	46:50
68	Michel Hartman	Gytsjerk	50:26	49:34
69	Joeri Tjink	Amsterdam	50:35	48:56
70	Anne Hollema	Wergea	50:39	46:33
71	Auke Jan Andringa	Oentsjerk	50:40	46:34
72	Joannes van der Weij	Bears Fr	50:46	47:37
73	Klaas Bijlsma	Sint Annaparochie	50:47	49:53
74	Sipke Moes	Groningen	50:50	46:03
75	Joost Extercatte	Zwolle	50:53	45:53
76	Dennis van Wonderen	Amsterdam	51:08	49:30
77	Sjaco Wierda	Emmeloord	51:20	50:06
78	Hedzer Kikstra	Leeuwarden	51:24	51:14
79	Ger van Leusen	Leeuwarden	51:34	48:45
80	Richard Haveman	Donkerbroek	51:37	48:44
81	Rick Bonke	Almelo	51:43	47:53
82	Niels Visser	Oldebroek	51:52	48:38
83	Alwin van Beem	Dronrijp	51:55	49:41
84	Rinze Visser	Groningen	51:57	47:55
85	Floris van der Lee	Groningen	52:15	46:37
86	Jankest Jelsma	Sneek	52:16	50:53
87	Andreas Tieman	Nes Ameland	52:31	51:06
88	Klaas Tjibbe Oenema	Hollum	52:37	51:38
89	Roelof Burghoorn	Wijtgaard	52:39	49:37
90	Erik Rodenhuis	Stiens	52:46	52:38
91	Dennis van Wierd	Amsterdam	52:58	48:19
92	Len Spoelstra	Nes Ameland	53:04	52:28
93	Niels Munoz	's-Gravenhage	53:11	50:39
94	Klaas-Jaap van der Lij	Veenwouden	53:32	50:59
95	Bas van der Lee	Groningen	53:35	47:55
96	Remco Eikhout	Hilversum	53:40	51:31
97	Martijn van Iwaarden	Smilde	53:51	52:16
98	Martijn Knopper	Assen	53:54	50:29

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
99	Remco Visser	Oudega gem Smallinge	54:01	50:34
100	Sieger Jan Cuperus	Dokkum	54:05	53:41
101	Foppe Slotegraaf	Leeuwarden	54:12	52:59
102	Cor de Bakker	Weidum	54:14	52:13
103	Mark Riemasch	Rheine (GER)	54:21	54:21
104	Jacob van Dijk	Leeuwarden	54:23	51:25
105	Joeri Hendriks	Franeker	54:26	49:30
106	Douwe Zijlstra	Appingedam	54:26	53:04
107	Diederick Ubels	Amsterdam	54:31	50:49
108	Pepijn Punt	Leeuwarden	54:42	51:44
109	Marinus Scherjon	Kollum	54:42	52:40
110	Eddy Roorda	Berlikum Fr	54:48	50:41
111	Wiebren Santema	Zeist	54:53	54:32
112	Ronald Leijstra	Ballum	55:08	54:47
113	Olaf Satijn	Groningen	55:12	51:15
114	Gerard de Vries	Almere	55:12	54:18
115	Ale van der Ploeg	Stiens	55:12	51:44
116	Jan Buitenhuis	's-Gravenhage	55:17	55:13
117	Gerard de Gier	Middelie	55:35	50:34
118	Robin van Goor	Assen	55:37	52:11
119	Johnny de Jong	Nes Ameland	55:38	54:23
120	Stephan Zijlstra	Groningen	55:44	54:27
121	René Bruinsma	Leeuwarden	55:48	51:59
122	Rudie tho Bockholt	Beetgum	56:02	55:00
123	Bert-jan Zigterman	Oosternijkerk	56:08	54:54
124	Roelof de Vries	Burgum	56:14	56:04
125	Ate Oosterhof	Nijkerk Gld	56:22	55:21
126	Edwin Kalksma	Leeuwarden	56:31	54:03
127	Roel Willemse	Amsterdam	56:51	52:34
128	Rimmert de Jong	Menaldum	57:03	55:21
129	Niels Oorthuizen	Amstelveen	57:09	52:52
130	Robert Jan Klopstra	Zwaagwesteinde	57:15	53:45
131	Almer Scholten	Leeuwarden	57:15	54:25
132	Ruben Muller	Leeuwarden	57:19	55:43
133	Dominicus Mulder	Leeuwarden	57:34	55:17
134	Jenneck van der Wolf	Leeuwarden	57:35	53:15
135	Martijn van der Veen	Damwoude	57:35	54:14
136	Marcel Dekker	Meppel	57:37	54:25
137	Jeroen Boelstra	Groningen	57:43	54:53
138	Rik van der Heide	Groningen	57:46	52:27
139	Bert Sangers	Kootstertille	58:00	54:39
140	Michel Garmann	Leeuwarden	58:00	56:11
141	Geert Mink	Amsterdam Zuidoost	58:13	55:17
142	Koos Koetje	Heiligerlee	58:15	55:00
143	Rick Nomden	Meeden	58:17	54:45
144	Jochum Admiraal	Burgum	58:24	55:34
145	Eddy Brouwer	Midlum	58:30	57:50
146	Jelle Hiemstra	Gytsjerk	58:32	57:19
147	Jean Seine	Zwolle	58:39	56:46
148	Peter Vogelaar	Leeuwarden	58:54	57:50
149	André Groendijk	Kollum	58:55	53:10
150	Marijn Nienhuis	Kollum	58:55	53:11
151	Fokke Boersma	Burgum	59:03	54:32
152	Erik Oldenhuis	Vriezenveen	59:10	55:33
153	Arjan Nienhuis	Heerenveen	59:14	53:30
154	Anne-Oetze van der Bur	Burgum	59:25	56:15
155	Bart Otter	Drachten	59:29	54:55
156	Hendrik Dijkstra	Beetgumermolen	59:39	56:30
157	Sas van der Velde	Kollumerzwaag	59:39	57:52

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
158	Steinar de Vries	Broek Fr	59:40	56:34
159	Jint Martijn vd Galiën	Drachten	59:42	58:43
160	Richard Gaal	Scheerwolde	59:47	54:33
161	Sicco Hoekstra	Eesveen	59:48	55:26
162	Nico Veenstra	Hilversum	59:53	57:44
163	Johan Drost	Drachten	59:59	57:31
164	Jon Pietersma	Berlikum Fr	1:00:04	55:56
165	Oeds de Haan	Drogeham	1:00:08	56:48
166	Luuk de Weerd	Hoogeveen	1:00:12	57:51
167	Arnaud van Wieren	Vriezenveen	1:00:16	56:27
168	Bennie Renkema	Oldekerk	1:00:27	57:15
169	Andre de Vries	Gerkesklooster	1:00:32	56:09
170	Henk Heidema	Muntendam	1:00:41	59:51
171	Derek Bijlsma	Groningen	1:00:45	55:02
172	Oliver Schubert	Bochum (GER)	1:01:12	58:28
173	Sebastiaan Postema	Beilen	1:01:17	1:00:07
174	Abe Stegenga	Nijland	1:01:23	58:31
175	Marten Bijlsma	Sint Annaparochie	1:01:27	1:00:32
176	Bert de Haan	Beetgum	1:01:27	1:00:33
177	Martijn Boer	Beilen	1:01:29	56:18
178	Jan Binnema	Burgum	1:01:44	58:38
179	Wybren Liewwes	Oudwoude	1:01:45	57:01
180	Dennis Niessink	Groningen	1:01:56	56:47
181	Arne Rik Schreur	Groningen	1:02:03	56:44
182	Bas Noordman	Groningen	1:02:08	56:48
183	Jacob Teitsma	Blije	1:02:15	1:01:22
184	Wenesly Widjaja	Harkstede	1:02:19	1:01:11
185	Johannes Bijlsma	Sint Annaparochie	1:02:26	1:01:32
186	Tsjerk Bottema	Leeuwarden	1:02:27	57:58
187	Sjak Hoekstra	Kollumerzwaag	1:02:34	1:00:47
188	Raoul Molog	Leek	1:02:40	1:01:19
189	Erik ter Schure	Nes Ameland	1:02:47	58:02
190	Dirk Rosendal	Goutum	1:02:53	1:01:10
191	Remond Nieuwhof	Leeuwarden	1:03:00	1:00:55
192	Peter de Haan	Nes Ameland	1:03:01	58:04
193	Theo Metz	Leeuwarden	1:03:02	1:00:39
194	Johan Teeninga	Drachten	1:03:10	1:01:51
195	Anton Keizer	Leeuwarden	1:03:13	1:01:16
196	Jos Roffel	Zuidvelde	1:03:30	59:10
197	Ben Dijk	Oosterwolde Fr	1:03:37	1:00:51
198	Marijn Meijberg	Baard	1:03:38	1:00:40
199	Lieuwe Kingma	Leeuwarden	1:03:50	1:00:19
200	Jitse de Vries	Hoogeveen	1:04:00	59:24
201	Michael Schiering	Broek Fr	1:04:07	1:01:41
202	Holger Wiegand	Solms (GER)	1:04:21	59:33
203	Jens Kruizinga	Sappemeer	1:05:15	1:03:44
204	Marinus Looijenga	Groningen	1:05:22	1:02:44
205	Simon Valk	Hijum	1:05:37	1:00:28
206	Sven Heslinga	Hijum	1:05:38	1:00:28
207	Andalasto Koppe	Frieschepalen	1:05:40	1:02:27
208	Richard Kamps	Den Helder	1:05:56	1:03:40
209	Koos van der Ploeg	Kollumerzwaag	1:06:06	1:01:46
210	Hans Zijlstra	Leeuwarden	1:06:26	1:03:26
211	Patrick Dijkhuizen	Sneek	1:06:36	1:05:54
212	Boudewijn Boogaard	Leeuwarden	1:07:03	1:05:36
213	Florian de Vries	Dronrijp	1:07:05	1:03:19
214	Marnix Roosjen	Sneek	1:07:15	1:03:10
215	Halbe Huitema	Dearsum	1:07:20	1:03:21
216	Koen Kluessien	Volendam	1:07:41	1:02:13

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
217	Arnold Klijnstra	Oudehorne	1:08:31	1:05:40
218	Olaf Kerstholt	Burgum	1:10:23	1:05:06
219	Durk Weidenaar	Burgum	1:10:29	1:04:52
220	D. Snoodijk	Leeuwarden	1:11:30	1:07:38
221	Millosch van der Sande	Zwolle	1:12:43	1:07:32
222	Erryn de Vries	Broek Fr	1:12:45	1:07:29
223	Jan Harm Nutters	Heerenveen	1:13:43	1:11:07
224	Edward Plantinga	Leeuwarden	1:18:15	1:10:50

M40, 10 KM				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Hero Polet	Sneek	37:11	37:10
2	Jacco Schipperen	Dussen	37:45	37:44
3	Douwe Peter Rijpstra	Oentsjerk	38:04	38:02
4	Henk Hoekman	Leeuwarden	38:19	38:17
5	Joost ter Doest	Beetsterzwaag	38:48	38:46
6	Adwin de Kluyver	Leeuwarden	40:01	40:00
7	John Slood	Leeuwarden	40:25	40:22
8	Hans Hendrik Westra	Zwaagwesteinde	41:38	41:32
9	Simon Regnerus	Marrum	41:54	41:36
10	Hilko Doesburg	Rekken	42:37	42:34
11	Pieter Visser	Driesum	42:38	42:29
12	Jaap van de Vliert	Dwingeloo	43:27	42:54
13	Harrie Wetterhahn	Leeuwarden	44:00	43:51
14	Feiko de Boer	Leeuwarden	44:03	43:53
15	Marnix de Witte	De Koog	44:41	44:27
16	Gerard Jansma	Goutum	45:09	43:49
17	Robert van der Wal	Burgum	45:45	45:15
18	Jan Castelein	Zwaagwesteinde	45:48	45:30
19	Tjipke Joustra	Ryptsjerk	45:58	45:55
20	Wiebe Haisma	Damwoude	46:37	46:32
21	Elko Knoop	Tolbert	46:41	44:35
22	Henk Jan Rijpstra	Stiens	46:47	46:38
23	Patrick Musters	Leeuwarden	46:49	46:30
24	Ben Davenschot	Vroomshoop	47:08	46:59
25	David Beernink	Roden	47:09	46:54
26	Jan Hiemstra	Eelde	47:20	46:16
27	Bas Stroeken	Driebergen-Rijsenbur	48:05	47:04
28	Jelle Pama	Roden	48:21	47:08
29	Harry Pechler	Leeuwarden	48:44	48:33
30	Rene Wijnstra	Dokkum	48:52	48:44
31	Eco Wagendorp	Stiens	49:18	49:03
32	Geert Dijkstra	Zwolle	49:33	46:00
33	William Teinsma	Stiens	49:52	49:40
34	Minne Schiphof	Berlikum Fr	49:56	49:33
35	Erik van der Veen	Menaldum	49:59	49:28
36	Michiel Schouwink	Zwolle	50:22	48:42
37	Ferdinand Kits	Drachten	50:30	50:07
38	Tom Mollinga	Makkum Fr	50:45	50:35
39	Peter Visch	Scharnegoutum	50:56	50:17
40	Ruud Breuker	Baarn	50:57	47:04
41	Theo de Jager	Beetgumermolen	51:05	50:03
42	Gerrie Boersma	Twijzel	51:12	50:20
43	Luuk Reigersberg	Groningen	51:37	49:31
44	Mark de Vries	Haarlem	51:42	51:05
45	Wiebe Bijker	De Knipe	52:05	50:36
46	Klaas Jan van der Kooi	Burgum	52:11	49:09
47	Theo Zijlstra	Sneek	52:22	49:36
48	Erik Tausch	Drunen	52:28	51:30

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
49	Eelke van der Meer	Sumar	52:28	50:23
50	Erjan Kikkert	Daarlerveen	52:39	51:36
51	Fokke de Boer	Boornbergum	52:45	51:33
52	Bart van der Gaag	Amsterdam	52:58	51:02
53	Tieme ten Berge	Leeuwarden	53:06	52:08
54	H.J. Kingma	Ferwert	53:08	52:20
55	Joop Beijgaard	Nes Ameland	53:19	53:01
56	Tonnis Bolks	Hardenberg	53:27	52:20
57	Martin Post	Dreumel	53:35	49:39
58	Doede van der Bij	Drachten	53:43	52:30
59	Sjon de Haan	Ballum	53:47	53:26
60	Rint van der Meulen	Heerenveen	53:52	53:08
61	Jan Rinze van der Scho	Utrecht	53:56	51:02
62	Anne Jaap Woudwijk	Dokkum	54:16	51:37
63	Leeuwe Oostr	Zuidlaren	54:34	50:15
64	Nico Wagenaar	Oosterblokker	54:49	52:11
65	Jan-Jelle Renkema	Oldekerk	55:06	52:26
66	Stienus Nomden	Midwolda	55:08	51:37
67	Gritinus van Es	Eelde	55:11	54:05
68	Hans Nagtegaal	Hollum	55:14	54:30
69	Mark Vreijling	Alphen aan den Rijn	55:16	50:38
70	Jeroen Florijn	Volendam	55:19	50:17
71	Arie Staal	Leeuwarden	55:32	54:34
72	Marten Klok	Appingedam	55:45	54:55
73	Gerrit Hellema	Wanswert	55:48	51:59
74	Tjisse Oosterhof	Stiens	55:49	54:21
75	Robin Rispens	Gorredijk	55:55	50:50
76	Michael Hämel	Moers (GER)	55:55	54:00
77	Siard Aal	Beetsterzwaag	55:56	52:30
78	Tjeerd Volbeda	Krommenie	56:10	50:40
79	Joop Stienstra	Slappeterp	56:14	56:06
80	Douwe Oppewal	Groningen	56:20	55:02
81	Henk de Groot	Burgum	56:31	53:31
82	Henk Schaap	Heerenveen	56:38	54:17
83	Jouke Peters	Lekkum	56:46	55:01
84	Edwin Herber	Utrecht	56:56	51:50
85	Pieter Rooda	Heiligerlee	56:56	52:47
86	Auke Peringa	Goutum	56:57	55:44
87	Siebe Visser	Hollum	57:08	56:25
88	Stijn van Gijssel	Drachten	57:12	54:29
89	Martin Boomgaardt	Terschelling Hoon	57:13	53:27
90	Pier van der Sluis	Leeuwarden	57:18	56:00
91	Tjeerd Yedema	Leeuwarden	57:19	54:28
92	Ronald Beukers	Sneek	57:21	52:49
93	Henk van Dijken	Groningen	57:25	53:05
94	Kees Ton	's-Gravenhage	57:26	55:21
95	Klaas van Kalsbeek	Sneek	57:34	52:52
96	Tjeerd Broersma	Gorredijk	57:41	52:38
97	Sytze de Graaf	Doezum	57:43	53:02
98	Henk Baarda	Stiens	57:44	52:34
99	Jos Meeuwssen	Burgum	57:46	55:04
100	Hilbrand Rustema	Harkstede	58:06	56:57
101	Harry Bruining	Lekkum	58:13	53:04
102	Hindrik Drenth	Sneek	58:18	54:20
103	Marcel van der Horst	Leeuwarden	58:20	56:32
104	Jan Bruggink	Groningen	58:29	55:48
105	Lammert Vlieg	Groningen	58:29	55:22
106	Henk Bakkema	Warns	58:35	55:38
107	Rinze Nieuwhof	Franeker	58:36	56:56

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
108	Lammert Beuneker	Leeuwarden	58:41	53:02
109	Jelle Post	Sneek	58:41	55:58
110	Tjalling Hielkema	Leeuwarden	58:43	55:30
111	Johan de Vries	Aldtsjerk	58:48	53:03
112	Albert Schootstra	Drachten	58:54	57:58
113	Tjerk de Jong	Buitenpost	58:59	58:12
114	Rene Heemstra	Winschoten	59:18	57:24
115	Lukas de Vries	Harkstede	59:30	57:39
116	Anne Zijlstra	Leeuwarden	59:35	56:34
117	Sjouke de Vries	Delfzijl	59:36	57:45
118	Richard Konijn	Wijnjewoude	59:42	55:58
119	Harry van der Beek	Kollumerzwaag	59:43	57:58
120	Jan Enno de Jong	Groningen	59:44	55:14
121	Rieks van den Berg	Veldhoven	59:50	57:38
122	Peter van der Wijk	Surhuisterveen	1:00:04	59:33
123	Paul Jongbloets	De Bilt	1:00:12	59:54
124	Johan Planting	Leeuwarden	1:00:13	57:44
125	Pieter Nijmeijer	Haren Gn	1:00:14	59:08
126	Robert Vledderman	Groningen	1:00:15	56:52
127	Hero Bruinsma	Rolde	1:00:23	56:32
128	Sipke de Vries	Dokkum	1:00:23	57:26
129	Lars van Tuin	Oostzaan	1:00:33	55:54
130	Anton Sjerp	Elburg	1:00:42	58:08
131	Theo Smits	Cuijk	1:00:43	57:56
132	Hendrik Hammenga	Harkstede	1:00:44	58:37
133	Doeke Schippers	Witmarsum	1:00:48	55:44
134	René Arninkhof	Beetgum	1:00:49	57:56
135	Ruben van Noordennen	Drachten	1:00:55	59:38
136	Bernie Korten	Winterswijk Kotten	1:00:56	55:31
137	Eelco Griep	Jutrijp	1:00:57	57:26
138	Cees Visser	Drachten	1:00:57	1:00:02
139	Jan Heida	Groningen	1:01:11	57:49
140	Klaas-Jan Beers	Stiens	1:01:12	58:53
141	Jaap Ridder	Dokkum	1:01:19	56:49
142	Edwin Brand	Stiens	1:01:27	59:07
143	Nico Verweij	Elburg	1:01:30	58:44
144	Will de Haan	Zeist	1:01:38	1:00:35
145	Rene Lont	Burgum	1:01:44	58:38
146	Gertjan Hijstek	Berlikum Fr	1:01:48	57:42
147	Sjoerd Terpstra	Berlikum Fr	1:01:49	57:45
148	Michel Witmer	Den Hoorn Zh	1:01:52	57:23
149	Tonnie Pruis	Hoogezand	1:01:57	56:47
150	Eddy Bodde	Leeuwarden	1:02:04	1:00:53
151	Paul Boekweg	Harkstede	1:02:19	1:01:10
152	Fokko Dam	Zuidlaren	1:02:51	59:13
153	G. Haites	Stiens	1:02:58	1:02:45
154	Johan Troelstra	Oldeouwer	1:03:04	1:00:46
155	Ray Lebert	Leeuwarden	1:03:14	58:16
156	Bolt Roelof	Hoogeveen	1:03:28	1:00:10
157	Dik de Graaf	Zwolle	1:04:05	58:38
158	Gert-Jan Veenstra	Leeuwarden	1:04:10	1:00:51
159	Martin Walstra	Nijeveen	1:04:18	58:29
160	Theo Jagersma	Doesburg	1:04:38	1:02:25
161	Wiebe Jan Cazemier	Grijpskerk	1:04:51	1:01:12
162	Hessel Joustra	Doornspijk	1:05:29	1:03:05
163	Ronald Swaneveld	Schoonhoven	1:05:36	1:00:31
164	Matthias Beckmann	Rheine (GER)	1:05:38	1:03:12
165	Wiep Visser	De Knipe	1:05:42	1:04:17
166	Martin Schollema	Zuidlaren	1:05:45	1:01:24

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
167	Jan Vulkers	Zwolle	1:05:52	1:01:04
168	Ed van Beelen	Monster	1:06:09	1:01:42
169	Robin Dool	Schoonhoven	1:06:36	1:01:32
170	Frank Kenning	Rheine (GER)	1:06:50	1:04:24
171	R.A. Hardonk	Delft	1:06:56	1:01:49
172	Henk de Bruin	Achlum	1:06:57	1:03:32
173	Andries Hamstra	Lemmer	1:07:30	1:03:42
174	Remco Postma	Amsterdam Zuidoost	1:07:41	1:04:46
175	Aldert van der Werk	Stiens	1:07:43	1:06:11
176	Udo Koerselman	Elburg	1:07:44	1:05:10
177	Rob Knijff	Soest	1:07:54	1:05:10
178	Wiltje Bakker	Dronrijp	1:08:10	1:05:49
179	Wim Molema	Sappemeer	1:08:20	1:07:35
180	Arend Dijkstra	Hurdegaryp	1:08:21	1:06:31
181	Johan Luinstra	Leeuwarden	1:08:56	1:05:36
182	Willem Schokker	Beetgumermolen	1:09:12	1:07:56
183	Wopke Anton Scholte	Tytsjerk	1:09:30	1:05:19
184	Sije van der Meulen	Grou	1:09:53	1:06:33
185	Pyt Roorda	Groningen	1:11:32	1:05:45
186	Marc Mentink	Montfoort	1:11:39	1:07:38
187	Hans Bakker	Heerenveen	1:13:54	1:11:17
188	Sybren van der Goot	Heerenveen	1:14:12	1:11:42
189	René Vlassenrood	Vlaardingenvla	1:14:21	1:08:56
190	Peter Brugge	Stiens	1:19:37	1:14:26

M50, 10 KM				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Theo Westra	Oentsjerk	44:02	43:56
2	Duco Zijlstra	Lekkum	44:22	44:18
3	Andries Koenen	Heeg	45:11	45:11
4	Evert Berkelaar	Wilnis	46:03	45:48
5	Cor Appelman	Wirdum Fr	46:51	46:45
6	Jos De Schutter	Zeist	47:03	46:46
7	Johan van Rooij	Doetinchem	48:31	45:44
8	Frits Hoogteijling	Dokkum	49:11	47:27
9	Gijs van Loef	Zeist	49:35	49:17
10	Hendrik Koen	De Knipe	49:52	48:27
11	Frank Gerritsen	Amsterdam	50:49	49:03
12	Sjouke Touber	Stiens	50:51	49:46
13	Wim Mercuur	Baarn	50:57	47:03
14	Maarten Papegaaij	Kampen	51:31	49:08
15	Egbert Smit	Stiens	51:40	51:28
16	Hasn van Egmond	Drachten	51:44	51:20
17	Rudolf Land	Eelde	52:18	51:12
18	Frederik Kaman	Heiligerlee	52:33	51:59
19	Rene van Baal	Leeuwarden	52:59	51:10
20	Jelke Visser	Twijzelerheide	52:59	52:42
21	Cor Steenstra	Dokkum	53:07	51:40
22	Jan Pezy	Vriezenveen	53:15	52:45
23	Henk Wiersma	Leeuwarden	53:44	53:23
24	Bert Woltjer	Spier	54:02	53:22
25	Ewoud Kraaij	Oegstgeest	54:17	51:08
26	Henk Koet	Buitenpost	54:17	53:32
27	Jan van der Linde	Delfzijl	54:22	49:08
28	Piet Streefkerk	Boelenslaan	54:24	51:22
29	Arjen Spijkstra	Leeuwarden	54:40	52:52
30	Rense Zwerver	Leeuwarden	54:52	54:48
31	Djurre J van der Schaa	Oentsjerk	55:16	54:14
32	Leendert Brijs	Amsterdam	55:59	53:03

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
33	Paul IJsselmuiden	Leeuwarden	56:09	53:38
34	Jan van der Sluis	Beetsterzwaag	56:11	52:09
35	Jaap van der Linde	Delfzijl	56:23	51:08
36	Jaap Kienstra	Nes Ameland	56:26	56:07
37	Huibert Muller	Dokkum	57:19	55:48
38	Theo Hazelaar	Burgum	57:21	54:39
39	Dantuma Wk	Gytsjerk	57:36	55:36
40	Rob Wessel	Weesp	57:41	56:25
41	Ulbe van der Wal	Zwagerbosch	57:49	57:05
42	Willem Veldhuizen	Zeist	58:03	54:00
43	Marten Wijma	Sneek	58:04	57:38
44	Gerard Rietdijk	Leeuwarden	58:29	56:39
45	Gerard de Groot	Drachten	58:34	55:28
46	Hugo Veenker	Damwoude	58:34	57:26
47	Jilles Bijlstra	Dokkum	58:53	55:41
48	Paul Visser	Oldebroek	58:56	55:43
49	Johan Lettink	Leeuwarden	59:03	54:49
50	Rutger Fopma	Hilaard	59:07	58:24
51	Douwe Brouwer	Nes Ameland	59:09	54:54
52	Wim van Es	's-Gravenhage	59:12	54:12
53	Theo de Bruin	Nijmegen	59:12	54:13
54	Gerard Fasel	Malden	59:14	54:15
55	Ids Feenstra	Zwagerbosch	59:22	54:22
56	Henk Nauta	Heerenveen	59:28	56:32
57	Franc de Roos	Gouda	59:40	57:03
58	Tinus Klomparends	Vries	59:41	53:53
59	Jan Leijstra	Witmarsum	59:41	54:37
60	Jelle Hagen	Drachten	59:41	57:24
61	Harry Meijer	Leeuwarden	59:53	59:18
62	Hein Messchendorp	Winschoten	59:54	58:44
63	Simon van Wieren	Dieren	1:00:04	56:21
64	Piet van Dijk	Nes gem Boarnsterhim	1:00:10	56:36
65	Wob van den Bosch	Zuidlaren	1:00:29	56:08
66	Eric Tuinman	Heerenveen	1:00:31	58:09
67	Johan van Kammen	Leeuwarden	1:00:43	58:11
68	Arie van der Ham	Zevenhuizen Zh	1:00:56	58:04
69	Dick Lenting	Hendrik Ido Ambacht	1:01:14	57:03
70	Wierd Bethlehem	Dokkum	1:01:24	58:25
71	Herman Hoekstra	Leeuwarden	1:01:42	1:00:59
72	Jaap van Dalen	Wergea	1:01:52	59:09
73	Johan Wijnsma	Warfstermolen	1:01:58	1:01:33
74	Wessel Bouman	Dokkum	1:02:09	57:17
75	John Melein	Joure	1:02:12	1:01:57
76	Siebe Annema	Leeuwarden	1:02:25	59:10
77	John Kluessien	Volendam	1:02:27	56:57
78	Jan Groenewold	Zuidlaren	1:02:52	59:14
79	Bouke Jan Glazenborg	Winschoten	1:03:08	59:06
80	Henri Willems	Wiuwert	1:03:28	1:01:07
81	Rob Toman	Beverwijk	1:03:49	1:01:39
82	Roel Zaal	Amsterdam	1:03:53	1:00:18
83	Wybrand de Groot	Veenwouden	1:04:02	1:00:22
84	Meindert Schroor	Leeuwarden	1:04:08	58:59
85	Winfried Arentz	Rheinbach (GER)	1:04:11	59:32
86	Hessel Hansma	Burgum	1:04:23	59:52
87	Jan Steenmeijer	Anjum	1:04:33	1:02:34
88	Gerard van Amstel	Rotterdam	1:04:40	1:01:11
89	Durk Brouwer	Sneek	1:04:57	1:04:30
90	Gerben Heidstra	Twijzel	1:05:08	1:00:32
91	Reinder Sinnema	Leeuwarden	1:05:23	1:04:22

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
92	Landheer	Goutum	1:05:28	1:03:44
93	J. Steeman	De Westereen	1:05:31	59:52
94	Pieter Oosterhof	Gytsjerk	1:05:42	1:04:41
95	Willem Maasland	's-Gravenhage	1:05:48	1:03:55
96	Dirk Mandemaker	Almere	1:06:11	1:01:49
97	Roelof Reiling	Daarlerveen	1:06:21	1:02:41
98	Wil Wijte	Beverwijk	1:06:24	1:03:10
99	Willem Sirag	Leeuwarden	1:06:39	1:06:19
100	Dries Kalsbeek	Damwoude	1:06:55	1:02:54
101	Gerben Huizinga	Damwoude	1:06:57	1:04:19
102	Jos Lenting	Lemmer	1:07:25	1:04:24
103	Pieter Jaarsma	Stiens	1:07:43	1:05:59
104	Lex Gall	Leeuwarden	1:08:05	1:04:47
105	Harry van Goor	Assen	1:08:28	1:05:01
106	Johan Link	Almere	1:08:58	1:04:22
107	Douwe Spoelstra	Zwolle	1:09:04	1:03:35
108	Dick Postma	Stiens	1:09:24	1:07:27
109	Clemens Lutz	Wehe den Hoorn	1:09:30	1:04:06
110	Murk Buwalda	Stiens	1:10:00	1:08:06
111	Tjeerd Kloosterman	Siegerswoude	1:10:17	1:05:45
112	Hermann Kwiecinski	Rheine (GER)	1:10:58	1:05:12
113	Leo de Lange	Nieuwerkerk ad IJssse	1:11:04	1:07:34
114	Willem van Veen	Nes gem Boarnsterhim	1:11:10	1:07:37
115	Roland Pool	Zwolle	1:11:20	1:10:39
116	Richard Hoogeveen	Leeuwarden	1:12:05	1:08:10
117	Kees Meijer	Groningen	1:12:07	1:08:09
118	Wieger Grijpstra	Burgum	1:12:35	1:12:06
119	Appie de Vries	Broek Fr	1:12:48	1:07:31
120	Roger Sorel	Bilthoven	1:12:57	1:09:21
121	Hans van Oostrom	Zwolle	1:14:22	1:09:01
122	Bert Beukema	Groningen	1:17:49	1:12:22
123	Hans van der Meer	Wilnis	1:28:03	1:24:11

M60, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Keimpe Jager	Dronrijp	42:54	42:51
2	Dries Wedzinga	Drachten	44:45	44:32
3	Simon Andringa	Tytsjerk	49:55	48:02
4	Harry Dusseljee	Westerlee Gn	50:24	50:15
5	Bouke van der Hem	Groningen	51:48	51:09
6	Jan Zwerver	Dronrijp	52:59	51:11
7	Jelte de Jager	Dokkum	54:44	54:20
8	Hijiko van der Woude	Drachten	55:39	55:12
9	Klaas Duits	Sneek	56:09	56:01
10	Piet Noordenbos	Terschelling Hoorn	56:52	56:23
11	Kees Plugge	Muntendam	57:30	57:08
12	Gerard Jager	Veendam	57:56	53:46
13	Hans Goris	Mijdrecht	58:01	54:09
14	Albert Dijkstra	Wergea	58:45	56:01
15	Kees Rijn	De Wilgen	58:46	54:30
16	Jur Lamers	Ee	58:48	56:34
17	Gjalt Klijnstra	De Knipe	58:51	56:00
18	Paul Schut	Lopik	58:52	54:48
19	Sytse Sipkema	Akkrum	1:00:01	59:09
20	Frank Alberts	Leeuwarden	1:01:15	58:07
21	Pieter Lont	Burgum	1:01:46	57:05
22	Henk Mandemaker	Assen	1:01:49	57:27
23	Rinze Kootstra	Harlingen	1:02:20	58:39
24	Hans Berkhof	Veenwouden	1:02:39	57:46

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
25	Chris Reizevoort	Nieuwegein	1:03:29	1:01:37
26	Andre Fonteijn	Leeuwarden	1:03:31	1:02:09
27	Bert Toet	's-Gravenhage	1:04:34	1:02:31
28	Thijs Hofstra	Wijngaard	1:05:09	1:02:34
29	Loef Bravenboer	Lochem	1:05:22	1:01:18
30	Geert Koetje	Winschoten	1:10:06	1:06:56
31	Cees van der Lee	Groningen	1:15:17	1:09:37
32	JanCarel van der Valk	Zeist	1:18:44	1:14:29
33	Ge van de Belt	Zwolle	1:23:06	1:20:31

V.SEN, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Danne Boterenbrood	Sittard	38:50	38:45
2	Marieke van der Vegt	Groningen	43:53	43:03
3	Charissa Zijlstra	Lekkum	44:16	44:12
4	Marieke van Hunen	Groningen	45:57	45:05
5	Jantien Hoekstra	Berlikum Fr	47:02	46:58
6	Jelly van der Kloet	Drachten	47:12	46:21
7	Sarah Freytag	Groningen	47:33	47:20
8	Arianne Verburg	Amsterdam	48:23	48:07
9	Eloise Bouma	Hilversum	48:27	46:19
10	Miranda Hornstra	Wergea	49:18	49:10
11	Jorien Kuijk	Zwolle	49:33	48:17
12	Ouderkerken Marijke	Hieslum	49:38	47:01
13	Marjolein den Breejen	Groningen	49:54	49:00
14	Tessa Boot	Sneek	49:59	49:26
15	Judith Ris	Amsterdam	51:14	51:00
16	Suzanne de Roos	Utrecht	52:00	49:29
17	Jellie Corbee	Sneek	52:16	50:58
18	Marije Jasper	Leeuwarden	52:35	51:22
19	Femke Dijkstra	Hurdegaryp	53:22	52:16
20	Frouke Rullmann	Leeuwarden	53:51	53:04
21	Trienke Zijlstra	Berlikum Fr	53:53	53:45
22	Van den Berg	Harlingen	53:58	53:16
23	Birgitte Refvem	Brussels (BEL)	55:03	52:41
24	Nynke Sijtsma	De Knipe	56:03	54:06
25	Marissa Kienstra	Nes Ameland	56:26	56:06
26	Onbekend	Berlikum Fr	56:27	56:22
27	Hester Adema	Franeker	56:28	55:08
28	Margriet Feenstra	Leeuwarden	56:33	55:06
29	Aukje Boersma	Amsterdam	56:39	56:20
30	Birgit Zonderland	Zeist	57:24	53:38
31	Jacqueline Brouwer	Buren Fr	57:24	57:05
32	Wytske Vermeulen	Mantgum	57:27	56:07
33	Berber Akkerman	Leeuwarden	57:34	55:18
34	Margriet van der Woude	Drachten	57:35	57:07
35	Froukje Bijma-Striesen	Leeuwarden	57:44	56:00
36	Marianne Hofman	Groningen	57:44	53:10
37	Marlies Hoogvliet	Amsterdam	57:51	55:26
38	Pauline vd Zee	Sneek	58:04	57:38
39	Annie Smid	Groningen	58:06	57:53
40	Marissa Bleeker	Dokkum	58:07	57:00
41	Lianne Bruggink	Groningen	58:18	55:37
42	Nienke Hoogteijling	Haarlem	58:27	56:44
43	Sigrid van der Heij	Doesburg	59:11	56:57
44	Ilse Nieuwhof	Groningen	59:37	58:01
45	Catrien Claassen	's-Gravenhage	1:00:03	58:05
46	Detty Feenstra	Franeker	1:00:19	58:16
47	Hinke Flonk	Houtgehage	1:00:20	55:48

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
48	Nathalie Ottink	Hengelo Ov	1:00:34	1:00:18
49	Matty Hondema	Goutum	1:00:42	58:53
50	Cindy Verdegaaal	Amsterdam	1:00:44	55:31
51	Douwes Sjoukje	Surhuisterveen	1:00:46	56:35
52	Eva Klok	Leeuwarden	1:00:52	58:45
53	Marike Postma	Leeuwarden	1:00:54	59:10
54	Marleen Veenstra	Leeuwarden	1:01:02	59:13
55	Jori Kreule	Amsterdam	1:01:09	58:44
56	Simone Toepper	Haltern am See (GER)	1:01:14	58:29
57	Jenneke Hamminga	Groningen	1:01:14	56:40
58	Yvonne Bruinsma	Leeuwarden	1:01:18	1:00:03
59	Jellie Tolsma	Leeuwarden	1:01:30	59:55
60	Tjarda Bouma	Minnertsga	1:01:37	1:00:12
61	Hanneke Verhelst	Amsterdam	1:01:40	59:16
62	Roelie de Vlas	Leeuwarden	1:01:41	1:00:05
63	Johanna Hoekstra	Hoornsterzwaag	1:01:41	58:02
64	Gretha Span	Groningen	1:01:53	58:52
65	Danieke Bijlsma	Gorredijk	1:01:56	1:00:18
66	Welmoed Haisma	Zwaagwesteinde	1:01:59	59:00
67	Marleen Blok	Zwolle	1:02:08	57:04
68	Nieske Witteveen	Burgum	1:02:21	59:11
69	Agnita Heun	Groningen	1:02:22	59:11
70	Aster van Loef	Zeist	1:02:27	58:50
71	Thamar Haak	Drachten	1:02:33	1:00:09
72	Helene Wiegerinck	Utrecht	1:02:33	1:00:08
73	Lisette van Harselaar	Beverwijk	1:02:51	57:16
74	Marthe Sorel	Utrecht	1:02:54	59:18
75	Mieke Metz-de Boer	Leeuwarden	1:02:58	1:00:35
76	Marlous van Zutphen	Stiens	1:03:07	1:00:46
77	Mentink Mireille	Montfoort	1:03:31	59:26
78	Marieta Kooistra	Wergea	1:03:31	59:24
79	Tjitske Besselink	Drachten	1:03:55	1:02:58
80	Karin Goeree	Oosterwolde Fr	1:03:58	1:03:01
81	Annemarie de Jong	Leeuwarden	1:04:06	1:02:09
82	Veerle de Vries	Broek Fr	1:04:08	1:01:41
83	Linda Bruinsma	Leeuwarden	1:04:08	1:02:55
84	Minke Schouten	Kollumerpomp	1:04:23	58:52
85	Yvonne Cazemier	Meeden	1:04:31	1:01:01
86	Doetie van der Lijn	Feanwalden	1:04:34	1:02:01
87	Monique Kaper	Vries	1:04:45	1:00:03
88	Louise Nicolaï	Dokkum	1:04:53	1:03:46
89	Lise Hacquebord	Dokkum	1:04:54	1:03:47
90	Marjan Ottema	Groningen	1:04:54	1:01:49
91	Mireille Hassemer	Lent	1:05:10	1:02:33
92	Antonella Gill	Jirnsum	1:05:23	1:02:25
93	Treeske Zonderland	Amsterdam	1:05:25	1:01:43
94	Martine Kienstra	Nes Ameland	1:05:30	1:02:33
95	Romana Kramer	Dokkum	1:05:33	1:00:41
96	Aly Hilboezen	Dokkum	1:05:37	1:00:46
97	Van Driel-van Staveren	Breukelen Ut	1:05:38	1:00:55
98	Jeanet Braaksmā	Burgum	1:05:40	1:02:28
99	Jildou Oosterhof	Leeuwarden	1:05:42	1:04:39
100	Liza Arends	Franeker	1:05:50	1:05:05
101	Jantje van der Werff	Dokkum	1:05:56	1:05:50
102	Grytsje Oosterhof	Gytsjerk	1:06:11	1:05:08
103	Helge Kalkdijk	Leeuwarden	1:06:16	1:05:06
104	Danielle Gerssen	's-Gravenhage	1:06:27	1:04:33
105	Ellen Bakker	Hurdegaryp	1:06:28	1:00:53
106	Sonja Ooms	Groningen	1:06:28	1:00:52

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
107	Corine Zaal	Leeuwarden	1:07:04	1:05:37
108	Djoanna Papma	Blije	1:07:05	1:03:19
109	Marieke Cruiming	Leeuwarden	1:07:06	1:06:06
110	Fardau de Vries	Drachten	1:07:08	1:06:12
111	Anna Marijke Posthuma	Wommels	1:07:36	1:06:18
112	Janneke van de Polder	Gytsjerk	1:07:42	1:06:18
113	Celia Vink	Scherpenzeel Gld	1:07:53	1:04:53
114	Froukje Locher	Hollum	1:08:05	1:03:17
115	Anneke Regnerus	Marrum	1:08:16	1:06:54
116	Tamara Laskowski	Utrecht	1:08:21	1:03:16
117	Esmée Broer	Eesveen	1:08:34	1:04:11
118	Kirsten Bruin	Winkel	1:09:14	1:07:57
119	Jolanda Zwaagstra	Burgum	1:09:35	1:03:58
120	Inge Wijnja	Heerenveen	1:09:36	1:09:30
121	Celine Rusman	Leeuwarden	1:09:56	1:07:34
122	Ilse Verloove	Groningen	1:09:57	1:04:15
123	Willeke van der Weij	Bears Fr	1:09:58	1:06:48
124	Femke Boersma	Leeuwarden	1:10:27	1:09:53
125	Mirjam Corporaal	IJsselstein Ut	1:10:31	1:06:52
126	Ingrid van de Ven	Arnhem	1:10:35	1:05:22
127	Marieke van Londen	Utrecht	1:10:38	1:06:56
128	Harma de Groot	Wagenborgen	1:10:43	1:05:47
129	Elske Huitema	Ureterp	1:11:28	1:06:54
130	Grietje Huitema	Ureterp	1:11:28	1:06:54
131	Tineke Groendijk	Berlikum Fr	1:11:29	1:06:15
132	Saskia Slood	Groningen	1:11:30	1:09:58
133	Krista Visser	Leeuwarden	1:11:30	1:07:38
134	Monique Brands	Drachten	1:11:32	1:10:33
135	Judith Borger	Doezum	1:12:16	1:08:59
136	Gerda Woudstra	Groningen	1:12:26	1:08:09
137	Sabine Bomas	Leeuwarden	1:12:50	1:08:26
138	Hilda Hut	Veenhuizen	1:13:04	1:09:17
139	Marlies Moerman	Monster	1:13:28	1:08:38
140	Lisa Oktaviani	Zeist	1:14:25	1:10:46
141	Sabiene van Beersum	Duiven	1:14:35	1:12:10
142	Esther Klootra	Nij Altoenae	1:15:36	1:12:41
143	Patricia Sneekes-Hoep	Den Oever	1:16:57	1:15:46
144	Irene Gatsonides	Drachten	1:16:59	1:13:09
145	Ilse van Doorenmalen	Bilthoven	1:17:32	1:12:48
146	Annisa Manurung	Groningen	1:20:01	1:14:23
147	Betty Koonstra	Wouterswoude	1:21:41	1:16:48
148	Petra Iedema	Dokkum	1:21:42	1:16:48
149	Bianca Wildervank	Leeuwarden	1:25:57	1:22:00

V35, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Maaïke Hornstra	Jellum	42:40	42:34
2	Baudien de Boer	Sneek	44:26	44:23
3	Foekje van der Zee	Kollum	50:51	50:19
4	Jeanet Reekers	Daarlerveen	51:31	50:29
5	Gerdina-J Brouwer	Burgum	51:57	51:47
6	Joke Ritsma-van der Le	Burgum	52:42	51:21
7	Sonja Hogerhuis	Berlikum Fr	52:47	52:41
8	Lea Venneker	Deinum	52:54	51:27
9	Pietie Visser	IJlst	53:17	51:26
10	Gonda Prosje-Hondema	Deinum	53:30	53:19
11	Douwina Postma	Idsegahuizum	53:37	53:26
12	Yvonne Hoekstra	Kollumerzwaag	53:51	53:37
13	Joke de Vries	Ureterp	53:56	53:18

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
14	Dorinda Verhoeven	Leersum	54:11	51:23
15	Lucia van der Bijl	Bolsward	54:35	53:47
16	Marion Groeneweg	Dieren	54:43	54:28
17	Ellen Biemond	De Knipe	55:18	53:49
18	Tabitha Dijkman	Leeuwarden	55:24	53:44
19	Janet Osinga	Berlikum Fr	55:30	55:22
20	Afke Hellema	Wanswert	55:47	51:57
21	Hinke Tjalma	Slappeterp	56:14	56:07
22	Martine Oosterloo	Beetsterzwaag	56:35	54:31
23	Annet Kienstra-Feenstr	Nes Ameland	56:39	55:18
24	Henriette Post	Den Burg	57:00	56:23
25	Anne den Herder	Menaldum	57:18	56:00
26	Monique Pascha	Leeuwarden	57:22	55:29
27	Geertje Visser	Arum	57:27	54:44
28	Veerle van der Helm	Zeewolde	57:52	53:39
29	Ingrid Giezen	Leeuwarden	57:55	57:16
30	Jessica Toman	Limmen	58:00	56:56
31	Lyze Feitsma	Beetgum	58:06	57:59
32	Debbie Schroder	's-Gravenhage	58:28	55:59
33	Olga Appelo	Zwolle	58:34	56:41
34	Jannet Heerma	Mijdrecht	58:34	53:36
35	Joanneke Holtrup	Leeuwarden	58:41	58:10
36	Naomi Sirag	Leeuwarden	58:43	58:24
37	Jantina van der Woude	Drachten	58:47	58:19
38	Tiny Muntendam	Nes gem Boarnsterhim	58:54	57:02
39	Martha Ament	Leeuwarden	59:07	58:48
40	Carolien de Vries	Heerenveen	59:10	59:06
41	Carla Onsmann	Sneek	59:15	58:51
42	Geke Driesprong	Earnewald	59:22	55:08
43	Masja Zwart	Groningen	59:22	59:22
44	Henny Veenstra	Drachten	59:29	54:56
45	Janet Bijl	Leeuwarden	59:35	56:34
46	Elsbeth Rispen	Gorredijk	59:55	54:23
47	Yvonne Verboeket	Emmen	59:59	59:27
48	J. vd Akker	Nes gem Boarnsterhim	1:00:09	56:36
49	Marjan Bakker	Laag-Soeren	1:00:15	58:05
50	Renate Siebert	Franeker	1:00:19	58:15
51	Lucinda Sjoerdsma	Leeuwarden	1:00:20	59:41
52	Wytske van der Kooi-Po	Burgum	1:00:24	57:22
53	Jannechien Vreeling	De Knipe	1:00:28	59:05
54	Cora-Yfke Sikkema	Haarlem	1:00:34	59:57
55	Erna Dalemans	Goutum	1:00:38	59:16
56	Annalies Rosier	Leeuwarden	1:00:39	1:00:01
57	Willie Evertse	Harkstede	1:00:43	58:39
58	Grace Fukur	Lippenhuizen	1:00:45	57:56
59	Astrid den Hartog	De Meern	1:00:54	59:52
60	Ria Broersma	Zuidlaren	1:01:07	1:00:20
61	Wendy Kuperus	Franeker	1:01:14	59:36
62	Willeke Rooda	Heiligerlee	1:01:14	57:05
63	Heidi te Slaa	Goutum	1:01:17	1:00:43
64	Manon Gerding	Harderwijk	1:01:29	56:18
65	Iepie Kroese	Snakkerburen	1:01:29	1:00:03
66	Feikje Brouwer	Midlum	1:01:30	1:00:50
67	Renske de Boer	Dokkum	1:01:31	1:01:07
68	Yka van der Veen	Sumar	1:01:40	59:27
69	Lenie Wilms	Ureterp	1:01:44	57:30
70	Cynthia Dijkstra	Damwoude	1:01:51	58:29
71	Ingeborg Wouters	Amstelveen	1:01:51	1:00:30
72	Hinke de Vries	Utrecht	1:01:52	57:41

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
73	Marlies de Groot	Bunnik	1:01:52	57:43
74	Mirjam van der Meer	Hoogeveen	1:01:57	58:41
75	Thea Feenstra - Wijnsma	Damwoude	1:01:58	1:01:34
76	Ellen Harkema	Groningen	1:02:08	1:00:32
77	Monique Roukema	Harlingen	1:02:19	56:52
78	Anita Florijn	Volendam	1:02:26	56:56
79	Dulcy Kromodipo	Lemmer	1:02:31	58:42
80	Lucia Hollander	Leeuwarden	1:02:33	1:00:04
81	Liesbeth Faber	Drachten	1:02:44	1:01:47
82	Fiona Post	Dreumel	1:02:53	58:57
83	Bernadette van Zuijlen	Doorn	1:03:02	1:00:14
84	Nel Schoehuijs	Almere	1:03:11	58:48
85	Dovie van der Wielen	Lent	1:03:16	58:22
86	Houkje Heida	Sneek	1:03:28	1:00:34
87	Irene Kriele	Sneek	1:03:28	1:00:33
88	Jolanda Visser	Winterswijk Woold	1:03:29	58:04
89	Yvonne Volbeda	Leeuwarden	1:03:39	1:03:06
90	Monique Dijkstra	Leeuwarden	1:03:43	1:01:21
91	Petra Moll	Gorredijk	1:03:50	58:17
92	Greetje van der Kamp	Nij Beets	1:03:56	1:03:00
93	Aulina Luinstra-de Jon	Leeuwarden	1:04:01	1:01:32
94	Monique Jager	Leeuwarden	1:04:02	1:01:32
95	Martine Ploeger	Zuidhorn	1:04:02	1:00:45
96	Ineke van den Berg	Groningen	1:04:10	1:01:31
97	Elisabeth Post	Broeksterwoude	1:04:11	1:00:39
98	Miranda Posthumus	Leeuwarden	1:04:12	1:01:45
99	Angelique Blekkink	Nij Beets	1:04:13	1:03:16
100	Ykje Brouwer	Surhuizum	1:04:23	58:51
101	Rebekka Zeilstra	Aldtsjerk	1:04:28	1:03:16
102	Sandra Gielesen	Beetsterzwaag	1:04:41	1:00:57
103	Carla Koopmansc	Leeuwarden	1:04:58	1:02:46
104	Nancy Appelo	Beilen	1:05:09	1:03:59
105	Ans Roffel	Zuidvelde	1:05:19	1:01:00
106	Werdina Brandsma	Wergea	1:05:23	1:02:27
107	Akkie Feenstra	Leeuwarden	1:05:35	1:03:23
108	Karin Woldringh	Leeuwarden	1:05:36	1:02:14
109	Gerdien Bolt	Hoogeveen	1:05:45	1:02:29
110	Rieneke Kooistra-Jansma	Kortehemmen	1:05:47	1:02:08
111	Frederika Krottje	Dokkum	1:05:58	1:01:06
112	Kalinka Darwinkel	Beilen	1:06:03	1:04:54
113	Daphne Kellerman	Amstelveen	1:06:05	1:04:44
114	Jetty Tromp	Ferwert	1:06:06	1:05:18
115	Els Postma	Leeuwarden	1:06:07	1:05:34
116	Jacqueline Davenschot	Vroomshoop	1:06:13	1:05:09
117	Reina Dijkstra	Opende	1:06:39	1:02:26
118	De Vries	Groningen	1:06:47	1:02:04
119	Anita de Boer	Nes gem Boarnsterhim	1:06:53	1:03:19
120	Danielle de Bruin	Achlum	1:06:57	1:03:32
121	Astrid de Bruin	Leeuwarden	1:07:02	1:04:30
122	Annet Stam	Leeuwarden	1:07:02	1:04:30
123	Alice Dijkstra	Leeuwarden	1:07:03	1:05:30
124	Martina Mak	Groningen	1:07:12	1:05:01
125	Karen de Kruif	Blauwhuis	1:07:25	1:02:46
126	Ank Cusiel	Heerenveen	1:07:31	1:03:19
127	Elly Onclin	Leeuwarden	1:07:43	1:05:59
128	Miranda Senegal	Groningen	1:07:46	1:03:03
129	Alet Hoeksma	Berlikum Fr	1:07:49	1:04:19
130	Annalies van der Veen	Grou	1:07:52	1:03:52
131	Margreet Stienstra	Leeuwarden	1:07:54	1:03:56

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
132	Jantina Bremer-Hooivel	Zuidlaren	1:07:59	1:07:10
133	Hester van Delft	Aldtsjerk	1:08:00	1:06:49
134	Trijntje de Jong	Leeuwarden	1:08:09	1:05:50
135	Alie Hoekstra	Gorredijk	1:08:09	1:05:50
136	Charlotte Boonstra	Leeuwarden	1:08:15	1:06:38
137	Mariska van Asselt	Zwolle	1:08:26	1:05:14
138	Vanessa van Baasbank	Amsterdam	1:08:38	1:00:12
139	Pietsje Sipma-Tillema	Eastermar	1:08:53	1:06:41
140	Ria Luinstra	Leeuwarden	1:08:56	1:05:44
141	Tjitske Anema	Sint Annaparochie	1:08:59	1:03:58
142	Gerda Enting	Buinen	1:09:24	1:07:14
143	Jetty Riemeyer	Buinen	1:09:24	1:07:14
144	Anneke Kiewiet	Leeuwarden	1:09:30	1:04:07
145	Mascha de Hek	Buitenpost	1:09:32	1:04:00
146	José Kram-Tobben	Zuidlaren	1:09:56	1:09:07
147	Kobi Bosma	Groningen	1:09:57	1:04:15
148	Sonja Schepel	Hijum	1:10:06	1:06:21
149	Judith Zijlstra	Warstiens	1:10:17	1:07:19
150	Paula Groenewoud	Leeuwarden	1:10:20	1:08:24
151	Nynke Sibma	Burgum	1:10:23	1:05:09
152	Treja Ley	Snakkerburen	1:10:34	1:05:34
153	Harmke de Vries	Heerenveen	1:10:35	1:05:23
154	Gerarda Teinsma-Diekma	Stiens	1:11:11	1:10:59
155	Maud Huppes	Wilhelminaoord	1:11:11	1:05:37
156	Tineke Mellema-Hoving	Den Helder	1:11:16	1:09:01
157	Bettie Bloemsma	Franeker	1:11:20	1:09:46
158	Margien Kiestra	Drachten	1:11:32	1:10:33
159	Jolanda Boonstra	Harlingen	1:12:07	1:12:01
160	Anja Landskroon	Leeuwarden	1:12:19	1:07:12
161	Marcella Ensel-Boonstr	Dokkum	1:12:33	1:07:42
162	De Boer J H	Groningen	1:12:43	1:07:36
163	Titia Terpstra	Boornbergum	1:12:43	1:10:47
164	Edith Wouda	De Wilp Gn	1:13:04	1:09:17
165	Anita Dijker	Terschelling West	1:13:31	1:12:51
166	Marlon Bosch -den Hout	Ede Gld	1:13:55	1:12:16
167	Mariska Vandervelt	Vlaardingen	1:14:22	1:08:58
168	Laura van der Schaaf	Amsterdam	1:14:25	1:09:40
169	Hilda Tiezema	Leeuwarden	1:15:30	1:11:32
170	Margreet de Jong	Boornbergum	1:16:16	1:14:17
171	Petra Vellinga	Groningen	1:16:19	1:14:42
172	Danielle Maussen	Groningen	1:17:07	1:15:00
173	Anna Kuperus van Houte	Beetsterzwaag	1:17:08	1:13:22
174	Agnes Spanhoff- Bos	Zuidlaren	1:17:41	1:16:50
175	Annemiek Cigdem	Zuidlaren	1:17:41	1:16:50
176	Zuzana van der Meulen	Woudsend	1:18:00	1:15:58
177	Alma Hiemstra	Boornbergum	1:20:22	1:18:25
178	Sonja Konijn	Wijnjewoude	1:21:15	1:17:30
179	Elly Bessembinder	Zwolle	1:21:31	1:16:14
180	Miranda Berkhout	Bemmel	1:29:01	1:26:47

V45, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Antoinet Gessel	Roden	47:09	46:55
2	Anneke Breidenbach	Zwolle	47:36	47:15
3	Janet Werkema	Sneek	47:59	47:54
4	Tiny Wouda	Kollum	51:12	50:26
5	Annemiek Toman	Beverwijk	51:18	50:53
6	Marian van der Schaaf	Oentsjerk	52:40	51:59
7	Minke Kooistra	Dokkum	53:05	50:50

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
8	Hilda Brouwer	Leeuwarden	53:09	52:59
9	Heep Gall	Sint Nicolaasga	53:10	52:54
10	Regina Dijkstra	Harlingen	53:15	52:35
11	Grietje Dijkstra	Joure	53:18	53:02
12	Esther Leewis	Dieren	53:29	50:28
13	Carla Vaessen	Dokkum	55:32	53:16
14	Gabi Ebbers	Dreierwalde (GER)	55:34	53:17
15	Josan Tielen	Arnhem	55:36	52:42
16	Karin Roeper	De Knipe	56:26	54:57
17	Ina van Es	Eelde	56:32	55:27
18	Gabrie Metz	Nes Ameland	56:39	51:12
19	Bernadien Bakhuis	Daarle	56:42	55:13
20	Alie Albronda-Dijkstra	Eelderwolde	56:49	53:28
21	Barbara Flür	Hollum	57:08	55:55
22	Nina Veninga	Wijnjewoude	57:31	54:23
23	Jetty Taal	Deinum	57:47	56:49
24	Evelien de Kam	Leeuwarden	57:50	54:22
25	Astrid Hijlkema	Zeist	57:50	56:47
26	Anneke Zijlstra	Leeuwarden	57:54	56:34
27	Janny Yntema	Witmarsum	57:55	56:15
28	Kim Postma	Amsterdam	58:10	57:01
29	Geiske Zijlstra	Leeuwarden	58:30	56:38
30	IJ Scholten	Arnhem	58:32	56:19
31	Dora Ronde	Assen	58:32	56:31
32	Jenna Bottema	Oudwoude	58:36	58:10
33	Kiki Boomgaard	De Knipe	58:46	57:30
34	Marijke de Boer	Sneek	59:01	57:12
35	Marianne kokshoorn van	Stiens	59:16	55:08
36	Wilma Klarenbeek	Leeuwarden	59:47	59:13
37	Hanny Laskewitz	Drachten	59:55	59:28
38	Annijje Meester	Joure	1:00:09	57:16
39	Marja Bruin	Gytsjerk	1:00:14	56:31
40	Jacque vd Zee-Diekstra	Sneek	1:00:44	1:00:19
41	Marijke Röwer-Lowes	Enschede	1:00:50	59:15
42	Liesbeth Lagerwey	Terschelling Midslan	1:00:55	59:53
43	Vera Casteleijn	Zeewolde	1:00:55	57:48
44	Fokje Grijpstra	Burgum	1:01:19	1:00:51
45	Aukje Bijlsma	Cornjum	1:01:35	1:00:53
46	Pietsje Bijlsma	Gorredijk	1:01:37	59:57
47	Karin Korte	Nieuwleusen	1:01:46	58:24
48	Linda Mud	Leeuwarden	1:01:48	59:59
49	Agnes Miedema	Dokkum	1:01:48	56:22
50	Ank Verhoeff	Heerenveen	1:01:54	1:00:07
51	Els Zijlstra	Groningen	1:02:22	59:11
52	Anne ten Hof	Den Burg	1:02:24	1:01:47
53	Marjolein Staal	Weidum	1:02:26	1:00:25
54	Joke Bouma	Sint Annaparochie	1:02:50	59:58
55	Caroline Wijte	Beverwijk	1:02:53	59:50
56	Hoogeveen Nienke	Norg	1:03:00	59:22
57	Wies Bloemsma	's-Gravenhage	1:03:02	1:01:29
58	Fokje van der Meer	Tytsjerk	1:03:03	1:01:26
59	Mieke van Duinen	Amsterdam	1:03:05	1:01:19
60	Nelleke Rozendal	Groningen	1:03:31	1:02:01
61	Wil Pijl	Dronrijp	1:03:50	1:02:31
62	Lia Zonneveld-Graaman	Monster	1:03:52	59:03
63	Trijn Kijf	Oldekerk	1:03:53	1:00:36
64	Inge Rosendaal	Nijmegen	1:03:58	59:03
65	Ettha Huisman	Buitenpost	1:04:04	1:03:17
66	Reina Gerlofsma	Tijnje	1:04:10	1:02:33

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
67	Ingrid Hoekstra	Akkrum	1:04:25	1:02:33
68	Cora van Zwol	Leeuwarden	1:04:30	59:33
69	Pytsje Melein	Joure	1:04:32	1:04:16
70	Everdina Faber	Leeuwarden	1:04:32	1:04:22
71	Carla Ettema	Nieuwerkerk ad IJssse	1:04:33	59:57
72	Margriet Postmus	Leeuwarden	1:04:39	1:04:00
73	Ingrid Landsmeer	Dordrecht	1:04:45	1:02:16
74	Griet Rijpstra	Stiens	1:04:53	1:01:28
75	Grietje Marinus	Grijpskerk	1:05:07	1:02:28
76	Doetie Scherjon	Twijzel	1:05:08	1:00:32
77	Gerry Kamphuis	Sappemeer	1:05:15	1:03:45
78	Loes Domen	Heemskerk	1:05:20	1:00:22
79	Joke Helsloot	Deventer	1:05:46	1:03:20
80	Marga Gjaltema	Stiens	1:06:00	1:03:40
81	Mathilda Rypma	Workum	1:06:13	1:03:25
82	Greet Hettema	Dokkum	1:06:28	1:02:29
83	Annet Hensums	Noordhorn	1:06:29	1:02:29
84	Jitty Nieuwland	Buitenpost	1:06:32	1:00:59
85	Janet Roerink	Groningen	1:06:34	1:02:04
86	Simone Nieuwenhuyzen	Parrega	1:06:51	1:05:24
87	Frouwke Bruinsma	Rolde	1:06:59	1:03:08
88	Marleen Bos	Groningen	1:07:12	1:05:01
89	Gepke Huizinga	Damwoude	1:07:34	1:05:01
90	Marjolein Renker	Groningen	1:07:40	1:06:10
91	Henriëtte van der Zee	Dokkum	1:07:49	1:05:31
92	Marjolein Rijnders	Amersfoort	1:07:53	1:04:53
93	Wietske van Veen	Nes gem Boarnsterhim	1:07:54	1:04:20
94	Petra Geenen	Soest	1:07:54	1:05:09
95	Josee Huisman	Meppel	1:07:59	1:06:26
96	Joke Moleman	Meppel	1:08:00	1:06:26
97	Tineke Smit	Zwaagwesteinde	1:08:04	1:03:00
98	Fokeltje Feenstra	Zwagerbosch	1:08:04	1:03:02
99	Marijke de Jager	Nes gem Boarnsterhim	1:08:18	1:06:26
100	Wilma van der Meer	Wilnis	1:08:22	1:03:32
101	Grietje van der Molen	Dokkum	1:08:27	1:06:59
102	Trien de Vries	Kollum	1:08:28	1:03:26
103	Wiedeke Hoekstra	Buitenpost	1:08:32	1:07:45
104	Jolanda Huijzer	Elst Gld	1:08:42	1:07:26
105	Jenneke Span	Nieuweroord	1:08:53	1:05:49
106	Marjan De Vries	Leeuwarden	1:08:59	1:03:58
107	Sonja Theissens	Beetgumermolen	1:09:12	1:07:57
108	Tineke Roest	Slappeterp	1:09:14	1:07:37
109	Nel van den Hoeven	Amsterdam	1:09:16	1:06:42
110	Esther Rebers	Utrecht	1:09:16	1:04:24
111	Joyce van Velzen	Leeuwarden	1:09:20	1:05:26
112	Akke Steenstra	Delfzijl	1:09:21	1:05:09
113	Dea Borst van Wengerde	Almere	1:09:22	1:05:26
114	Trijnie Spanjer	Scheemda	1:09:23	1:08:11
115	Jeanet van Slooten	Oude Bildtzijl	1:09:24	1:07:43
116	Marjan Postma	Stiens	1:09:25	1:07:43
117	Mieke Morssinkhof	Stiens	1:09:26	1:07:53
118	Ineke Bloemsma	Franeke	1:09:34	1:08:01
119	Johanna K Buwalda-Scho	Stiens	1:10:00	1:08:08
120	Pauline Roozen-Everts	Leeuwarden	1:10:06	1:09:06
121	Folkje Dijkstra	Amsterdam	1:10:08	1:06:44
122	Maggie Kluessien	Volendam	1:10:16	1:04:45
123	Auktje Renkema	Oldekerk	1:10:17	1:05:45
124	Monique van Kessel	Zwolle	1:10:24	1:04:51
125	Corrie Meijer	Leeuwarden	1:10:27	1:09:53

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
126	Wilma Buwalda	Zwolle	1:10:29	1:05:08
127	Anja Bijlsma- Temming	Bolsward	1:10:33	1:08:33
128	Femke Postma	Leeuwarden	1:10:35	1:05:35
129	Marja van Harselaar	Beverwijk	1:10:41	1:05:06
130	Henny Harlaar	Wergea	1:10:46	1:05:57
131	Paola Diekstra	Sneek	1:11:01	1:10:35
132	Rosalie de Konink	Stiens	1:11:48	1:07:32
133	Martina Onderstijn	Stiens	1:11:49	1:07:32
134	Thera Lulf	Leeuwarden	1:11:52	1:10:20
135	Cora Duijndam	Franeker	1:12:08	1:08:13
136	Jitske Visser	Leeuwarden	1:12:46	1:07:44
137	Corrie Twijnstra	Leeuwarden	1:12:49	1:08:25
138	Petra Hut	Wergea	1:13:27	1:08:38
139	Angela Mentink	Montfoort	1:13:30	1:09:26
140	Annemiek Oterdoom	Groningen	1:13:34	1:08:55
141	Caroline Vlasssenrood	Vlaardingen	1:14:22	1:08:57
142	Erna van Ewijk	Ressen	1:14:44	1:09:49
143	Trudy Lamers vd Wielen	Nijmegen	1:14:44	1:09:50
144	Alie Honderd	Steggerda	1:16:13	1:16:00
145	Afke Bouwer	Sneek	1:16:24	1:15:59
146	Jeanne Slob	Amsterdam	1:16:28	1:12:53
147	Evertje Gatsonides	Buitenpost	1:17:00	1:13:09
148	Gerda Warrink	Leeuwarden	1:17:07	1:16:21
149	Dina Zuidema	Groningen	1:17:08	1:14:57
150	Lammie van der Meulen	Grou	1:17:40	1:14:25

V55, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Afien Toering	Earnewald	52:47	52:26
2	Hylli Wiersma	Goutum	53:21	53:07
3	Ria van der Schoot	Goutum	55:14	55:10
4	Anneke Sijtsma	Leeuwarden	57:26	57:21
5	Nelie Schut	Drachten	58:13	57:13
6	Imie Canter Visscher	Beetsterzwaag	58:17	57:18
7	Joke Kuipers	Zoetermeer	58:41	57:44
8	Inge Wiersma	Dokkum	58:59	54:36
9	Mieke Velzeboer	Beverwijk	59:15	58:48
10	Tineke Messchendorp	Winschoten	59:54	58:45
11	Barbara Heemskerk	's-Gravenhage	1:00:23	58:23
12	Cilia Marra	Dronrijp	1:01:13	59:42
13	Lina Pol	Leeuwarden	1:01:32	57:05
14	Freney Rõfekamp	's-Gravenhage	1:01:34	59:33
15	F. van Welie-Swart	Leeuwarden	1:01:37	1:00:18
16	Lieneke Luijt	Hurdegaryp	1:03:06	1:01:16
17	Anneke Kleijn	Monster	1:03:15	57:29
18	Anne Kroonenberghs	Naarden	1:03:15	1:01:16
19	Ines van Grootel	Leeuwarden	1:03:38	1:03:07
20	Hetty Koopmanschap	Amsterdam	1:03:56	58:33
21	Lisl Koch	Rheinbach (GER)	1:04:12	59:34
22	Joke de Vries	Purmerend	1:04:23	1:03:48
23	Greet van Rijn	Eelde	1:05:19	1:01:00
24	Annette Timmerman	Heino	1:05:23	1:01:01
25	Knut Fuhri Snethlage	Amsterdam	1:05:37	1:02:00
26	Gerrie ten Cate	Leeuwarden	1:05:40	1:02:17
27	Riek van der Meulen	Leeuwarden	1:06:12	1:05:40
28	Dineke van den Hoeven	Gouda	1:06:15	1:03:46
29	Cobie Malcorps	Kampen	1:07:44	1:04:42
30	Thea van Dalen	Zwolle	1:08:00	1:02:39
31	Ada Albers	Aalsmeer	1:08:17	1:05:49

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
32	Maria Mombarg	Buren Gld	1:08:39	1:06:59
33	Betty Bleijenberg	Leeuwarden	1:08:52	1:05:38
34	Francy Pleij	Groningen	1:09:19	1:07:09
35	Hannie Gerritsen	Wehe den Hoorn	1:09:29	1:04:06
36	Ineke Martijn-Guicheri	Dronrijp	1:09:35	1:07:37
37	Tine Visser-Groenhof	Leeuwarden	1:10:28	1:09:03
38	Anneke van Oord	Zuidlaren	1:10:28	1:05:50
39	Berta de Groot	Wagenborgen	1:10:45	1:05:49
40	Ankie Galama	Munein	1:11:07	1:07:25
41	Ineke van der Hoek	Ursem	1:11:08	1:10:33
42	Margje van der Meulen	Reitsum	1:12:38	1:09:01
43	AnneMarie Buschers	Zeist	1:14:25	1:10:41
44	Emmie Goris	Mijdrecht	1:14:27	1:09:37
45	Geertruid Kortmann	Zeist	1:19:24	1:15:39
46	Richtsje Appelman-DeGr	Wirdum Fr	1:29:16	1:28:46

M.JGD, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Wouter Doesburg	Rekken	18:22	18:20
2	Thomas Doesburg	Rekken	20:16	20:14
3	Pieter Bult	Arnhem	21:01	20:59
4	Alger Hiemstra	Sijbrandahuis	21:14	21:12
5	Jelmer S Buit	Hoogeveen	22:09	22:07
6	Dennis Molenaar	Nes Ameland	22:59	22:55
7	Joost Bult	Arnhem	23:26	23:23
8	Folkert Visser	Burgum	25:32	25:30
9	Mark de Witte	Makkum Fr	25:54	25:52
10	Danny tho Bockholt	Beetgum	26:07	25:49
11	Niels Rosmalen	Zwolle	26:32	26:12
12	Tijn van de Kamp	Nes Ameland	26:36	26:34
13	Marco Leeveerink	Bolsward	26:57	26:35
14	Pim Verboeket	Emmen	27:01	26:05
15	Daan Lingeman	Zeewolde	27:37	26:50
16	Ivo Rosmalen	Zwolle	28:08	27:48
17	Rik Verboeket	Emmen	30:04	29:08
18	Angel P Hotcheston	Groningen	30:19	28:44
19	Max Heijnen	Emmen	31:37	30:37
20	Rense van der Veen	Drachten	31:50	30:25
21	Tuzo de Haan	Ballum	32:15	32:12
22	Jarin Hedzer van der K	Burgum	32:38	31:47
23	Hoeksema H T	Zeewolde	33:59	33:11
24	Noah P Hotcheston	Groningen	34:21	32:45
25	Bram ten Hof	Groningen	34:37	34:29
26	Kjeld Heslinga	Hijum	35:10	34:33
27	Ruben Korte	Leeuwarden	35:23	34:14
28	Mark Wiggers	Leeuwarden	35:33	34:23
29	Sander de Vries	Bedum	36:39	34:49
30	Lion Kalma	Haskerhorne	37:37	36:25
31	Toon Helmer	Zeewolde	39:42	38:54
32	Martijn Broer	Eesveen	39:58	38:24

V.JGD, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Telma van de Kamp	Nes Ameland	27:47	27:45
2	Jildou Haijma	Berlikum Fr	28:03	27:55
3	Mireille Gouw	Zeewolde	28:08	26:54
4	Mayke Smelt	Vriezenveen	28:59	27:18
5	Lea Tost	Pheize (GER)	32:54	32:46
6	Ingrid Woudwijk	Dokkum	34:49	34:08

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
7	Lysanne Roersma	Sint Annaparochie	35:56	34:04
8	Gonneke van Iwaarden	Smilde	36:27	35:06
9	Daniëlle van Veen	Nes gem Boarnsterhim	37:40	35:49
10	Hester Anjema	Dokkum	38:32	37:13
11	Irene Reiling	Daarlerveen	38:54	37:11
12	Carola Assink	Daarlerveen	38:54	37:11
13	Kim Reekers	Daarlerveen	38:54	37:12
14	Mariska Flapper	Leeuwarden	38:59	37:41
15	Nicole Slotegraaf	Leeuwarden	38:59	37:42
16	Hannah Schroor	Leeuwarden	40:24	40:15

M.SEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Sebastiaan Boertien	's-Gravenhage	19:22	19:20
2	Emiel Harder	Groningen	19:35	19:34
3	Frank Aanstoot	Groningen	20:03	20:01
4	Jelle Talsma	Warten	21:10	21:05
5	Emiel Kienstra	Buren Fr	23:33	23:28
6	Jerry Duinkerken	Assen	26:13	25:08
7	Rommert Politiek	Wommels	26:49	26:33
8	Fedde de Boer	Zuidhorn	26:54	26:51
9	Bas van der Werf	Winkel	26:59	26:43
10	Jacob Hansma	Hurdegaryp	27:01	25:32
11	Wieger Hansma	Wouterswoude	27:24	25:56
12	Dimitri Dewolf	Oudenaarde (BEL)	27:35	27:28
13	Wilko Hoekstra	Hoornsterzwaag	27:51	27:18
14	Jurgen Maassen	Nijmegen	28:04	27:14
15	Knillis van der Burg	Easterlittens	28:56	27:11
16	Paul Bilderbeek	Sint Jacobiparochie	29:20	29:16
17	Arjan Eerhart	Leeuwarden	29:24	28:47
18	Nick Wierckx	Delft	29:35	29:24
19	Martijn Reurink	Vriezenveen	30:00	28:16
20	Richard Stillebroer	Goutum	30:18	30:10
21	Harmen Klamer	Niekerk Grootegast	30:34	28:54
22	Jos Postma	Leeuwarden	30:46	30:17
23	Frank Dokter	Heerde	30:52	29:53
24	Bas Peter	Groningen	31:01	30:11
25	Bart de Witte	Bolsward	31:45	31:01
26	Bartjan van der Velde	Sint Jacobiparochie	31:54	30:15
27	Arjen Haijma	Britsum	32:01	31:52
28	Sipke van der Ploeg	Dronrijp	32:20	30:56
29	Lieuwe Visser	Dokkum	32:29	32:17
30	Zwier Dijkhuis	Stiens	33:05	31:34
31	Dirk Fredriks	Elst Gld	33:34	32:36
32	Cor Dijkstra	Nij Altoenae	33:35	33:19
33	Chris Broersma	Groningen	33:41	32:20
34	Marc Fennema	Leeuwarden	34:17	33:31
35	Michel Kiewied	Nes Ameland	34:25	33:04
36	Christiaan Woltjer	Groningen	34:59	33:31
37	Albert-Jan Kamphuis	Ryptsjerk	35:12	33:38
38	Jaap de Jong	Leeuwarden	35:15	33:49
39	Marc van Heeringen	Zwolle	36:29	36:00
40	Gert-Jan Prins	Beerta	36:40	35:10
41	Johan van der Haak	Groningen	36:54	36:44
42	Eddy Goldstein	Leeuwarden	38:51	38:06
43	Michel Postma	Nijland	40:32	38:59

M40, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Albert Molenaar	Nes Ameland	23:12	22:38

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Hielke A Verbree	Eelde	25:11	25:08
3	Dirk Jan Rijpstra	Burgum	26:52	26:40
4	Sikke Hoekstra	Kollumerzwaag	27:29	27:22
5	Erik Lingeman	Zeewolde	27:50	26:51
6	Richard van 't Lam	Wildervank	29:56	29:52
7	Arjen Bruinsma	Engelum	30:26	30:07
8	Mark de Jager	Kollumerzwaag	30:33	29:55
9	De Witte	Nes Ameland	30:46	29:46
10	Marco Veldman	Stiens	31:38	30:21
11	Robbert Reijers	Leeuwarden	32:22	32:07
12	Roland Jeelof	Nes Ameland	32:49	31:49
13	Justus van der Feen	Burgum	32:53	32:29
14	Marcel van der Wal	Leeuwarden	33:05	32:44
15	Dick Hamers	Leeuwarden	33:26	33:06
16	Sipke vd Bos	Damwoude	33:50	33:04
17	Gooitzen Zijlstra	Sneek	33:51	33:45
18	Wim Legger	Franeker	34:19	34:07
19	Jacob Haijma	Berlikum Fr	34:39	34:29
20	Sietsche Atsma	Hollum	34:54	33:51
21	Mikael Jaspers	Nij Beets	34:54	33:55
22	Herman Bakhuis	Daarle	35:02	34:12
23	Hotze Haijma	Balk	35:22	35:13
24	Jan Brinksma	Stiens	36:20	35:07
25	Gert Klooster	Tolbert	36:44	35:07
26	Pieter de Leeuw	Tjalleberd	37:04	35:32
27	Klaas Kalma	Haskerhorne	37:38	36:26
28	Onno Eskes	Leiden	37:52	36:50
29	Jaap de Haan	Bolsward	38:19	37:00
30	Harald Buit	Hoogeveen	39:40	39:29

M50, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Anne Braaksma	Burgum	33:15	32:25
2	Elmar Büsing	Bochum (GER)	33:46	32:25
3	Jaap Aagtjes	Dokkum	36:43	35:29
4	Jan Dijkgraaf	Emmen	37:58	37:19
5	Piet Sjonger	Bakkeveen	42:39	40:58
6	Simon de Boer	Scharsterbrug	44:28	44:06

M60, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Ed Oldeman	Borger	36:22	35:56
2	Anton Nagtegaal	Ballum	38:25	37:21
3	Eddy Meijer	IJsselstein Ut	39:49	39:26

V.SEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Meta Schouten	Groningen	25:24	24:24
2	Sietske Talsma	Warten	28:29	28:24
3	Jolyn Klamer	Leeuwarden	29:24	28:47
4	Lybrich Schakel	Oranjewoud	30:42	30:39
5	Alida Liewes	Wirdum Gn	30:44	29:51
6	Liesbeth van den Berg	Jouswier	31:02	30:58
7	Kristel Akkermans	Zwolle	31:05	30:35
8	Lisette Leeverink	Bolsward	31:40	31:18
9	Jojanneke Giele	Groningen	31:49	31:20
10	Gerdien Kamphuis	Deventer	32:16	30:40
11	Astrid Swalue	Groningen	32:20	31:52
12	Marion Visser	Nes Ameland	32:21	32:17

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
13	Karin Lemmens	Norg	32:26	31:16
14	Joanne Bronsing	Haarlem	33:03	32:31
15	Yvonne Mencke	Amsterdam	33:22	32:25
16	Paula Kulhan	Sneek	33:23	32:39
17	Carolien de Jong	Nes Ameland	33:27	32:22
18	Ivonne van der Waard	Leeuwarden	33:29	33:11
19	Marja de Vries	Leeuwarden	33:31	32:37
20	Heleen Hanje	Leeuwarden	33:36	32:16
21	Ida Greydanus	Nij Altoenae	33:37	33:20
22	Yvonne Veenma	Delfzijl	33:38	33:35
23	Yvonne Birkenholz	Leeuwarden	33:47	33:02
24	Carolien Dijkstra	Holwerd	33:51	33:13
25	Akke de Jong	Heeg	34:04	33:52
26	Anneke de Valk	Witmarsum	34:04	33:52
27	Nynke de Vries	Leeuwarden	34:06	33:09
28	Monique Kobus	Leeuwarden	34:06	33:10
29	Marrit Burghoorn	Wijtgaard	34:07	33:47
30	Leonore Birkenholz	Leeuwarden	34:16	33:30
31	Hanna Pragt	De Wilgen	34:40	33:18
32	Wendy de Haan	Drogeham	34:44	34:10
33	Sandra Sipkema	Sneek	34:44	34:39
34	Roelie Bekkema	Drachten	34:55	34:23
35	Simone Wiersma	Surhuisterveen	34:56	34:05
36	Liesbeth Kooi	Burgum	34:57	33:50
37	Rian Oosterhoff	Groningen	35:10	33:43
38	Netty Kamphuis	Ryptsjerk	35:12	33:37
39	Wilma Visser	Opeinde	35:16	33:48
40	Selie van der Meulen	Hurdegaryp	35:17	33:49
41	Joke Anna Haisma-Loons	Damwoude	35:25	34:28
42	Jolanda Haven	Leeuwarden	35:26	35:08
43	Marieke Hogeboom-Wiers	Bleiswijk	35:30	34:38
44	ILse Sjonger	Amsterdam	35:35	33:54
45	Baukje Groen	Drachten	35:53	34:51
46	Mirjam Braaksma	Groningen	35:55	35:04
47	Mirjam de Frel	Drachten	36:04	35:02
48	Kirsten Eijer	Boksum	36:16	34:42
49	Sjoukje Hiemstra	Burgum	36:35	36:13
50	Sawani Kuipers	Groningen	36:35	35:28
51	Herma Anna Pool	Leeuwarden	36:38	35:44
52	Jitske Stegenga	Delft	36:44	36:33
53	Sandra de Vries	Ballum	36:45	34:59
54	Margriet Prins	Assen	36:50	36:39
55	Nynke Eerligh	Goutum	36:55	35:58
56	Hinke Huismans	Leeuwarden	37:11	36:42
57	Irene Ypma	Oosterbierum	37:26	35:40
58	Susanne van der Ploeg	Franeker	37:29	35:42
59	Marleen Jansen	Leeuwarden	37:43	37:24
60	Lisbeth Harteveld	Drachten	37:53	36:53
61	Afina van der Galien	Aldtsjerk	38:08	36:09
62	Marrit Klat	Franeker	38:17	36:29
63	Titia Tjalma	Schalsum	38:18	36:31
64	Ymkje Hoekstra	Stiens	38:47	37:23
65	Judith Verveen	Kropswolde	39:40	38:19
66	Anke van de Lageweg	Grou	40:05	38:31
67	Tessa van Dijk	Hurdegaryp	40:15	39:54
68	Alie Woudstra	Drachten	40:27	38:55
69	Pauline Vrieling	Leeuwarden	41:08	40:13
70	Martje vd Merk	Stroobos	41:11	40:01
71	Claudia Dijkstra	Leeuwarden	41:27	40:40

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
72	Judith Dijkgraaf	Emmen	42:10	41:31
73	Ilse Postma	Peins	42:26	42:13
74	Afke Lourens	Oudwoude	42:31	40:42
75	Bianca Hendriksen	Vroomshoop	44:59	43:03
76	Dina Pompstra	Grijpskerk	48:26	47:20
77	Anna Teitsma	Beetgum	48:26	46:35

V35, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Mireille Winkelmolen	Someren	26:29	25:59
2	Muriel Lecomte	Oudenaarde (BEL)	26:37	26:30
3	Hester marijke de Jong	Vrouwenparochie	28:30	27:58
4	Jeanet Kikkert	Daarlerveen	29:55	29:08
5	Edith Wennink	Leeuwarden	29:56	29:52
6	Evelien Schroder	Wildervank	30:09	30:04
7	Jantina Dijkstra	Beetgumermolen	31:01	30:45
8	Ineke Adema	Kollumerzwaag	31:57	31:09
9	Gonny Bruinsma	Drachten	32:04	30:48
10	Wietske de Bruin	Drachten	32:05	30:49
11	Anneke Postma	Hempens	32:17	31:06
12	Sanne Kooiker	Nes Ameland	32:45	31:39
13	Gerby de Boer	Hollum	33:02	31:57
14	Jeanet Roorda - Schutt	Ten Post	33:03	32:24
15	Francoise Baudoin	Nes Ameland	33:05	31:59
16	José Kooiker	Hollum	33:16	32:10
17	Anca Meijer	Hurdegaryp	33:17	32:57
18	Antje Hoeksma	Drachten	33:21	32:05
19	Liesbeth van Ham	Drachten	33:22	32:05
20	Brigitta Bruinsma	Engelum	33:24	33:07
21	Greta van Beek	Hall	33:33	31:36
22	Mirjam Potjewijd-Nauta	Goutum	33:34	32:53
23	Ineke Kijlstra	Drachten	33:43	32:26
24	Anita van Asperen	Dronrijp	33:46	33:28
25	Karin Wieringa	Harkstede	33:47	32:54
26	Monica de Vast	Heerde	33:56	32:00
27	Bina Joustra	Ryptsjerk	33:57	33:44
28	Janny de Jager - Hoeks	Beetgumermolen	34:00	33:45
29	Greetje Buitenwerf	Harlingen	34:07	33:13
30	Margaret Wagenaar	Nes Ameland	34:07	33:02
31	Hoeksema C M	Zeewolde	34:13	33:23
32	Geertje de Vries	Niekerk Grootegast	34:31	33:52
33	Elma Meijer	Zuidhorn	34:32	33:52
34	Barbara Visser	Leeuwarden	34:33	34:20
35	Nienke Doodkorte	Sneek	34:45	33:59
36	Yvette van Dijk	Leeuwarden	34:46	33:08
37	Jellie de Vries	Hollum	34:54	33:50
38	Joke Kiewiet	Buren Fr	35:02	33:17
39	De Jong	Driebergen-Rijsenbur	35:06	33:28
40	Jeanine Meertens	Hurdegaryp	35:15	34:12
41	Margrit de Jong	Leeuwarden	35:15	33:50
42	Jetty van der Geest	Nes Ameland	35:18	34:12
43	Suzan van Ulzen	Leeuwarden	35:25	34:13
44	Reina Frietema	Damwoude	35:31	34:57
45	Anneke Korte	Leeuwarden	35:37	34:28
46	IJda Arendz	Nijega	36:11	34:24
47	Sandra Wagenaar	Schoonhoven	36:18	35:51
48	Monique Wels	Amersfoort	36:18	35:20
49	Sandra Wiggers	Leeuwarden	36:33	35:23
50	Carla Heemstra	Groningen	36:39	35:10

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
51	Wilma DeVreeze	Witmarsum	36:48	35:25
52	Rika Uilenberg	Groningen	36:55	36:45
53	Petra Kerkstra	Goutum	37:00	35:49
54	Tineke Willems	Groningen	37:06	35:33
55	Inge Zijlstra	Leeuwarden	37:18	35:45
56	Anneke Kuperus	Wirdum Fr	37:48	36:51
57	Anuska Schiphof	Berlikum Fr	37:48	36:26
58	Marijke Land	Buitenpost	37:49	37:17
59	Sabrine Swaneveld-Vonk	Schoonhoven	37:56	37:30
60	Ingrid walta-Kuipers	Stiens	37:56	36:18
61	Renate Westdijk	Leeuwarden	37:57	36:45
62	Griet de Jager	Kollumerzwaag	38:06	37:18
63	Carien Zwaga	Zwolle	38:16	37:50
64	Alie van der Veen	Drachten	38:20	36:56
65	Anita van der Ven	Leeuwarden	38:26	36:50
66	Marian Born	Leeuwarden	38:27	36:50
67	Karin de Jong	Goutum	38:27	36:53
68	Karla Dijkstra	Dokkum	38:30	37:07
69	Aukje de Hoop	Wirdum Fr	38:37	37:22
70	Sieka Heemstra	Delfzijl	38:47	38:33
71	Hinke van der Ploeg	Kollumerzwaag	38:48	37:00
72	Petra Roerig	Drachten	38:49	37:29
73	Gea Kimsma	Goutum	39:06	38:35
74	Anja Schluter	Groningen	39:35	38:27
75	Elke Tost	Rheine (GER)	40:24	40:16
76	Antje Nijboer	Rottevalle	40:27	38:55
77	Rosa van den Biggelaar	Anerveen	40:55	40:40
78	Betty van der Bij	Stroobos	41:11	40:01
79	Louise Boersma	Stiens	41:55	40:05
80	Saskia Gaastra	Sneek	41:59	40:09
81	Marita Braaksma	Stiens	43:11	41:53
82	Connie bot-van de Graa	Slidrecht	44:31	42:37
83	Jolanda Hubers	Slidrecht	44:31	42:37
84	Astrid Jonker	Tijnje	55:21	53:36

V45, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Martsje Mud	Eastermar	30:32	30:19
2	Ilse Vernet-de Graaf	Groningen	30:38	30:34
3	Wiesje Kloosterman	Burgum	32:07	31:20
4	Ingrid Wildenborg	Amstelveen	32:35	32:16
5	Anke Harmsen	Nijmegen	32:47	32:42
6	Tannie Peters	Lekkum	33:08	33:03
7	Evelien Schotanus	Leeuwarden	33:17	32:57
8	Jackeline Runia	Goutum	33:18	33:01
9	Ansje Thomas	Amsterdam	33:28	31:48
10	Annemarie van der Stee	Burgum	33:28	32:41
11	Maaïke Holwerda	Dokkum	33:40	33:07
12	Harma de Vries-Steenhu	Harkstede	33:49	32:57
13	Nynke Schaafsma	Gorredijk	33:52	32:32
14	Greet Wissink	Zwolle	33:52	33:27
15	Adelien van Beek	Heerde	34:33	32:35
16	Tineke Hooijsma	Sneek	34:45	34:00
17	Jeltsje Ottema	Easterlittens	34:47	33:04
18	Rita Croezen	Westerhaar-Vriezenv	35:01	34:20
19	Janny Visser	Sint Annaparochie	35:05	34:40
20	Seke Haijma	Hurdegaryp	35:16	34:13
21	Boukje van der Meer	Leeuwarden	35:19	33:26
22	J. Palma	Stiens	35:24	34:59

Uitslagenlijst Ameland Adventurerun

Nes Ameland - Zaterdag 12 december 2009

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
23	Wiesje van der Wal	Franeker	35:33	35:22
24	Liesbeth de Leeuw	Wolvega	36:01	34:30
25	Elske Riemersma	Leeuwarden	36:42	34:50
26	Janet Medendorp	Assen	36:50	36:40
27	Janet Hendriksma	Sneek	36:51	36:14
28	Aagje Waterlander	Witmarsum	36:56	35:33
29	Clarie Waterlander	Witmarsum	37:31	36:08
30	Jette Kiestra	Amsterdam	37:45	36:05
31	Wiepie Fopma-Miedema	Hilaard	37:45	36:53
32	Janny Steen	Leeuwarden	38:06	36:17
33	Fokkelien Terpstra	Leeuwarden	38:09	36:19
34	Ingrid Magre	Nes Ameland	38:43	38:02
35	Walburga Hermes	Vries	38:49	36:54
36	Ingrid Wester	Zuidlaren	38:50	36:55
37	Nettie de Graaf	Terschelling Hoor	38:54	38:00
38	Heleen de Groot	Leeuwarden	38:56	38:50
39	Tanja Dorhout	Surhuizum	38:57	37:43
40	Carolien Haverhoek	Buitenpost	38:58	37:44
41	Gertrud Brouwer	Goutum	39:06	38:35
42	Sjoukje Schonenburg	Leeuwarden	39:14	38:36
43	Esther von Liebenstein	Leeuwarden	39:14	38:36
44	Joke van Beek	Stokkum	39:17	37:19
45	Willeke Bruinsma	Marssum	39:36	39:29
46	Coby Yntema	Witmarsum	39:43	38:19
47	Fimmie Meester	Bakkeveen	39:47	38:05
48	Van der Zwaag	Jellum	40:09	39:15
49	Emmy van der Henne	Dokkum	40:30	39:54
50	Ineke Kooistra	Harkema	40:32	38:59
51	Marijke van Asma	Doetinchem	40:44	40:29
52	Elizabeth Wind	Echtenerbrug	40:45	40:21
53	Astrid Karperien	Hardenberg	40:55	40:40
54	Ria Wiersma	Leeuwarden	41:15	41:09
55	Iera Broer	Eesveen	41:55	40:20
56	Catrien Molenaar	Buren Fr	42:00	41:33
57	Catrien Schade-Melein	Leeuwarden	42:01	41:33
58	Janet Enoch	Den Ham Ov	42:58	41:04
59	Coby Hijstek	Harlingen	43:20	42:45
60	Jolanda Troelstra-Luin	Oldeouwer	43:42	43:18
61	Barry de Waard	Kollum	55:21	54:11

V55, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Heidi Büsing	Bochum (GER)	33:35	32:14
2	Tini vd Ploeg	Kollum	34:47	33:33
3	Jane Hansen	Kollum	34:48	33:35
4	Ria Euverman	Westerhaar-Vriezenv	35:02	34:20
5	Mary Oldeman	Borger	36:22	35:55
6	Gieneke Arnolli	Leeuwarden	38:56	37:59
7	Maria Slobbe	Dokkum	40:30	39:54
8	G. Hoekstra	Volendam	40:36	39:34
9	Klazien Schroor-Dijkst	Leeuwarden	40:44	40:35

www.svfriesland.nl / www.adventurerun.nl