

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

H SEN, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Andre Knol | Ermelo | 1:02:15 | 1:02:13 |
| 2 | Henry Visscher | HAC '63 | 1:02:48 | 1:02:44 |
| 3 | Janoah Bovenhuis | Dronten | 1:10:34 | 1:10:30 |
| 4 | Erik Meijerink | Rotterdam | 1:13:20 | 1:13:17 |
| 5 | Arend Pothof | Spirit Lelystad | 1:20:41 | 1:20:27 |
| 6 | Emile van den Berg | Lelystad | 1:22:14 | 1:22:05 |
| 7 | Peter Visser | P. Bouwman Klussenbe | 1:27:48 | 1:27:44 |

H 35, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Remco Grasman | | 54:45 | 54:45 |
| 2 | Peter Bruinsma | Athletics Nijverdal | 56:30 | 56:28 |
| 3 | Guido van Meeteren | Life Fit Centre 1 | 59:56 | 59:54 |
| 4 | Klaas Hoekstra | AV Heerenveen | 1:12:20 | 1:12:18 |
| 5 | Erwin Noorman | P. Bouwman Klussenbe | 1:20:15 | 1:20:12 |
| 6 | Erik Bezema | Spirit Lelystad | 1:20:48 | 1:20:43 |
| 7 | Marcel Lania-Gigante | Lelystad | 1:21:42 | 1:21:30 |
| 8 | Huib Klaassens | Lelystad | 1:29:12 | 1:29:06 |

H 45, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Theo Stelling | | 57:04 | 57:04 |
| 2 | C Doreleijers | Harderwijk | 58:29 | 58:28 |
| 3 | Ruud Jansen | Athlos | 1:01:25 | 1:01:21 |
| 4 | Hans Lampe | Running2000 | 1:02:07 | 1:02:06 |
| 5 | Kees Tuk | Spirit Lelystad | 1:03:26 | 1:03:23 |
| 6 | Frans Nieboer | Rijswijk Zh | 1:03:55 | 1:03:53 |
| 7 | Ron Gouw | Zeewolde | 1:07:56 | 1:07:52 |
| 8 | Frans Breet | Flevo Delta | 1:08:06 | 1:08:03 |
| 9 | Jan Versteeg | Almere '81 | 1:08:53 | 1:08:51 |
| 10 | Roldano Brunisso | Lelystad | 1:09:25 | 1:09:14 |
| 11 | Paul Smit | Life Fit Centre 1 | 1:11:12 | 1:11:10 |
| 12 | Walter Elfereink | Dronten | 1:16:40 | 1:16:36 |
| 13 | Rob de Swart | P. Bouwman Klussenbe | 1:17:44 | 1:17:43 |
| 14 | Philip Bouwman | P. Bouwman Klussenbe | 1:22:04 | 1:22:00 |
| 15 | Sjaak Meijberg | FlevoPost Runningtea | 1:22:29 | 1:22:16 |
| 16 | Bert van den Belt | Flevo Delta | 1:22:31 | 1:22:26 |
| 17 | René Sijmons | Phanos | 1:22:54 | 1:22:51 |
| 18 | Rene Ikink | P. Bouwman Klussenbe | 1:23:49 | 1:23:44 |
| 19 | Fons Hofmann | Almere '81 | 1:40:20 | 1:40:09 |
| 20 | Loe Leplaa | Lelystad | 1:45:27 | 1:45:13 |

H 55, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Paul Vos | Triathlon | 1:05:02 | 1:05:02 |
| 2 | Gerard Hol | Amersfoort | 1:05:50 | 1:05:49 |
| 3 | Wim Elshout | Hillegom | 1:09:12 | 1:09:09 |
| 4 | Eiltjo Noordman | P. Bouwman Klussenbe | 1:15:13 | 1:15:09 |
| 5 | Wim Bensik | Spirit Lelystad | 1:24:02 | 1:23:48 |
| 6 | Jan Meijerink | Gemeente Lelystad 1 | 1:30:06 | 1:29:59 |
| 7 | Kees van Wijk | P. Bouwman Klussenbe | 1:30:26 | 1:30:21 |
| 8 | Jacques van der Kleij | Lelystad | 1:50:13 | 1:49:57 |

H 60, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Drikus Haalboom | avVN | 1:05:23 | 1:05:20 |
| 2 | Dirk Visser | Hardloopclub Amsterd | 1:06:35 | 1:06:33 |
| 3 | Henk Schaap | Haarlemmermeer | 1:06:46 | 1:06:42 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------|-----------------------|---------|---------|
| 4 | Henk Kooistra | avVN | 1:15:00 | 1:14:56 |
| 5 | Jan Rietvelt | Spirit Lelystad | 1:19:50 | 1:19:46 |
| 6 | Wim Rademaker | Flevo Delta | 1:28:45 | 1:28:40 |
| 7 | Henk Hendriksen | Lelystad | 1:37:44 | 1:37:34 |

V SEN, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|---------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Christine Chepkonga | | 1:00:21 | 1:00:20 |
| 2 | Marleen Flobbe | Dutch Runners Gold | 1:25:16 | 1:25:11 |
| 3 | Valerie Torenstra | Running2000 | 1:39:56 | 1:39:44 |

V 35, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Irma Heeren | Harderwijk | 1:01:24 | 1:01:20 |
| 2 | Wioletta Kryza | | 1:02:35 | 1:02:34 |
| 3 | Fa Adda | AV '23 | 1:03:32 | 1:03:31 |
| 4 | Marleen Vos | Gemeente Lelystad 1 | 1:10:43 | 1:10:42 |
| 5 | Karin Bergmans-Elshof | Dronten | 1:21:45 | 1:21:40 |

V 45, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Maaïke Berkvens | Lelystad | 1:18:45 | 1:18:40 |
| 2 | Marjke Stok | Phanos | 1:19:56 | 1:19:53 |
| 3 | Ria van Weezep | Spirit Lelystad | 1:20:19 | 1:20:15 |
| 4 | Marlies Neefjes | Hoogkarspel | 1:22:23 | 1:22:18 |
| 5 | Tjitske Kooistra | avVN | 1:25:21 | 1:25:14 |
| 6 | Petra Wegman | Spirit Lelystad | 1:27:59 | 1:27:52 |
| 7 | Saskia Smit | Life Fit Centre 1 | 1:32:15 | 1:32:12 |
| 8 | Carmen van Leeuwen | Spirit Lelystad | 1:33:36 | 1:33:30 |
| 9 | Betty de Kloe | Emmeloord | 1:37:41 | 1:37:32 |

REC10, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Abdelkader Benali | Amsterdam | 1:03:34 | 1:03:32 |
| 2 | Joep Emmen | Zwolle | 1:03:46 | 1:03:44 |
| 3 | Gerard Dunnink | Steenwijk | 1:06:11 | 1:06:06 |
| 4 | André Gerth | Lelystad | 1:07:00 | 1:06:59 |
| 5 | Rob van Heerden | Almere | 1:09:52 | 1:09:49 |
| 6 | Ton Kok | Lelystad | 1:13:08 | 1:13:00 |
| 7 | K Reitsma | Almere | 1:14:12 | 1:14:10 |
| 8 | Marcel Sman | Lelystad | 1:14:17 | 1:14:11 |
| 9 | Ruud Disse | Lelystad | 1:14:21 | 1:14:13 |
| 10 | Henk Schraa | Lelystad | 1:15:57 | 1:15:46 |
| 11 | Robin Kroon | Dronten | 1:16:10 | 1:16:04 |
| 12 | Lars van Kammen | Lelystad | 1:16:49 | 1:16:39 |
| 13 | Henk Harmens | Zwolle | 1:18:01 | 1:17:44 |
| 14 | Timo de Graaf | Lelystad | 1:18:19 | 1:18:11 |
| 15 | Klaas Meijer | Spirit Lelystad | 1:18:25 | 1:18:13 |
| 16 | Richard Jongejan | Lelystad | 1:18:57 | 1:18:39 |
| 17 | Fred Sturm | Almere | 1:19:25 | 1:19:12 |
| 18 | Hans Hoijtink | Lelystad | 1:19:57 | 1:19:45 |
| 19 | J Verkuyl | Biddinghuizen | 1:20:02 | 1:19:54 |
| 20 | Joop de Zwaan | Lelystad | 1:20:37 | 1:20:30 |
| 21 | Marc Berghuis | Ermelo | 1:20:56 | 1:20:43 |
| 22 | Henry de Jong | Lelystad | 1:21:27 | 1:21:16 |
| 23 | Mark Freriks | Lelystad | 1:22:35 | 1:22:26 |
| 24 | Peter Wijnands | Lelystad | 1:22:58 | 1:22:43 |
| 25 | Alex Grootveld | Naarden | 1:23:10 | 1:23:05 |
| 26 | Erwin Kok | Lelystad | 1:23:21 | 1:23:12 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 27 | Christiaan Funk | Lelystad | 1:23:38 | 1:23:23 |
| 28 | Erik Mees | Lelystad | 1:23:38 | 1:23:24 |
| 29 | Cees Endevelt | Lelystad | 1:23:53 | 1:23:45 |
| 30 | Gert-Jan Hogeveen | Lelystad | 1:24:40 | 1:24:28 |
| 31 | Martin van der Woude | Lelystad | 1:24:42 | 1:24:32 |
| 32 | Van Barneveld | Lelystad | 1:25:34 | 1:25:23 |
| 33 | Jolande Hendrikse | Lelystad | 1:25:44 | 1:25:33 |
| 34 | Aad Rouw | Lelystad | 1:25:58 | 1:25:47 |
| 35 | Jan wrister Bouwman | Lelystad | 1:26:22 | 1:26:04 |
| 36 | Jupp de Bel | Amsterdam | 1:28:04 | 1:27:51 |
| 37 | Freek de Jong | Lelystad | 1:28:59 | 1:28:44 |
| 38 | Else Ebbelink | Zwolle | 1:29:29 | 1:29:11 |
| 39 | Alijda Fiege | Lelystad | 1:29:52 | 1:29:37 |
| 40 | Peter Velthuis | Almere | 1:30:08 | 1:30:03 |
| 41 | Anke Wiensma | Lelystad | 1:30:46 | 1:30:34 |
| 42 | Peter Kokshoorn | Lelystad | 1:31:43 | 1:31:35 |
| 43 | Christian Agricola | Lelystad | 1:32:34 | 1:32:24 |
| 44 | Piet Groen | Haarlem | 1:33:37 | 1:33:34 |
| 45 | Bastiaan Ebbelaar | Lelystad | 1:33:44 | 1:33:36 |
| 46 | Adriaan van de Schans | Lelystad | 1:33:50 | 1:33:35 |
| 47 | A Schuurman | Amsterdam | 1:35:07 | 1:35:00 |
| 48 | Chris Meijer | Lelystad | 1:35:30 | 1:35:17 |
| 49 | Matthijs Glastra | Lelystad | 1:36:35 | 1:36:27 |
| 50 | Camiel Maenhout | Lelystad | 1:38:20 | 1:38:08 |
| 51 | Mirella Kaats | Amersfoort | 1:41:52 | 1:41:40 |
| 52 | Herre Stegega | Lelystad | 1:41:56 | 1:41:43 |
| 53 | Magne de Kreek | Spirit Lelystad | 1:42:17 | 1:42:04 |
| 54 | Te Stroet | Amersfoort | 1:47:55 | 1:47:42 |

BDR10, 10 EM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 1 | Martijn Quak | Life Fit Centre 1 | 59:39 | 59:37 |
| 2 | Dennis Geerlings | Sportbedrijf Lelysta | 1:01:40 | 1:01:38 |
| 3 | Hans Hoorweg | Life Fit Centre 1 | 1:06:19 | 1:06:18 |
| 4 | Gabor van den Berg | Giant Europe B.V. 1 | 1:07:03 | 1:06:59 |
| 5 | Wim Stegeman | FlevoPost Runningtea | 1:08:59 | 1:08:53 |
| 6 | Manuel Hofman | Giant Europe B.V. 1 | 1:09:37 | 1:09:34 |
| 7 | Frank Werkhoven | Sportbedrijf Lelysta | 1:10:19 | 1:10:11 |
| 8 | Jan van Overbeeke | MC Zuiderzee 1 | 1:10:51 | 1:10:45 |
| 9 | Ramon Hofman | Giant Europe B.V. 1 | 1:12:08 | 1:12:05 |
| 10 | Martijn van Stee | FlevoPost Runningtea | 1:14:47 | 1:14:40 |
| 11 | Jeffrey Zootjes | FlevoPost Runningtea | 1:18:15 | 1:18:09 |
| 12 | Jan Willem Kunst | FlevoPost Runningtea | 1:19:20 | 1:19:12 |
| 13 | Astrid Hoogendijk | Sportbedrijf Lelysta | 1:19:25 | 1:19:20 |
| 14 | Miriam Geerdink | Sportbedrijf Lelysta | 1:19:26 | 1:19:21 |
| 15 | Paul Rientsma | MC Zuiderzee 1 | 1:22:20 | 1:22:14 |
| 16 | Jeffrey van den Berg | Giant Europe B.V. 1 | 1:23:02 | 1:22:53 |
| 17 | Peter Lensselink | MC Zuiderzee 1 | 1:26:07 | 1:26:00 |
| 18 | Robert de Boer | Life Fit Centre 1 | 1:27:33 | 1:27:31 |
| 19 | (K Gerritsen) | Giant Europe B.V. 1 | 1:28:39 | 1:28:29 |
| 20 | Ria Pos | FlevoPost Runningtea | 1:34:02 | 1:33:51 |
| 21 | Mirjam Scholtens | MC Zuiderzee 1 | 1:36:06 | 1:36:00 |
| 22 | Oscar Groen | Life Fit Centre 1 | 1:37:27 | 1:37:24 |
| 23 | Yvonne Hof | FlevoPost Runningtea | 1:38:25 | 1:38:13 |
| 24 | Paula Schoonevelt | FlevoPost Runningtea | 1:42:43 | 1:42:32 |
| 25 | Erwin van Berkel | FlevoPost Runningtea | 1:44:02 | 1:43:56 |
| 26 | Anneke Root | FlevoPost Runningtea | 1:45:54 | 1:45:43 |

REC 8, 8 KM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Murk Falkena | Swifterbant | 28:26 | 28:25 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|------------------------|-----------------------|-------|-------|
| 2 | Hans Straathof | Lelystad | 30:57 | 30:56 |
| 3 | Daniël Gouw | Kampen | 32:15 | 32:15 |
| 4 | Michiel Bronsink | Elburg | 32:24 | 32:23 |
| 5 | Dennis Gijsbers | Lelystad | 32:46 | 32:44 |
| 6 | Henjo de Looper | Zeewolde | 33:05 | 33:02 |
| 7 | Robin Uijt de Boogaard | Hoorn Nh | 33:20 | 33:13 |
| 8 | Martijn Brinkman | Lelystad | 33:44 | 33:27 |
| 9 | Cees Willem Koopman | Enschede | 33:45 | 33:27 |
| 10 | Mirte Leloup | Nijmegen | 33:56 | 33:54 |
| 11 | Remco Geerdink | Lelystad | 34:27 | 34:23 |
| 12 | Patrick Fransman | Lelystad | 34:27 | 34:23 |
| 13 | Paul Smeenk | Spirit Lelystad | 34:28 | 34:26 |
| 14 | M de Bruin | Lelystad | 34:56 | 34:53 |
| 15 | Liana Blom | Lelystad | 35:04 | 35:02 |
| 16 | René de Vries | Dronten | 35:08 | 34:55 |
| 17 | Olav Zuidert | Lelystad | 35:14 | 35:08 |
| 18 | Jan Moggre | RRZ | 35:15 | 35:12 |
| 19 | Jan Meeuwessen | Lelystad | 35:19 | 35:14 |
| 20 | Marcel Meeuwessen | Breda | 35:19 | 35:14 |
| 21 | Roan van Leeuwen | Bussum | 35:58 | 35:45 |
| 22 | Thijs van den Berg | Lelystad | 36:12 | 35:55 |
| 23 | Jurgen Wijnruit | Lelystad | 36:35 | 36:25 |
| 24 | Ron Grootendorst | Lelystad | 36:38 | 36:36 |
| 25 | Agnus Gerringa | Lelystad | 37:17 | 37:14 |
| 26 | Erik Oevering | Nagele | 37:31 | 37:27 |
| 27 | Michel Nouse | Leiden | 37:43 | 37:21 |
| 28 | Niek Leloup | Amersfoort | 37:45 | 36:54 |
| 29 | Richard Kamerman | Spijkenisse | 37:56 | 37:44 |
| 30 | Dewy Stoorvogel | Lelystad | 38:07 | 37:33 |
| 31 | Peter van den Berg | Lelystad | 38:20 | 38:14 |
| 32 | Rob Amende | Almere | 38:23 | 38:18 |
| 33 | Mark Meijerink | Lelystad | 38:31 | 38:16 |
| 34 | Ricardo Sargentini | Lelystad | 38:42 | 38:00 |
| 35 | Arjan Kamphorst | Zeewolde | 38:43 | 37:46 |
| 36 | Arjan Borgstein | Lelystad | 38:48 | 38:32 |
| 37 | Duco Bolhuis | Lelystad | 38:51 | 38:45 |
| 38 | Mustapha Schenkers | Dronten | 38:53 | 38:27 |
| 39 | Theo Hegeman | Lelystad | 38:55 | 38:06 |
| 40 | H Stoorvogel | Lelystad | 39:02 | 38:14 |
| 41 | Roland van Saane | Lelystad | 39:07 | 38:33 |
| 42 | Robin Nadort | Lelystad | 39:14 | 39:09 |
| 43 | Conny Wynands | Zeist | 39:26 | 39:12 |
| 44 | Peter Hersbach | Lelystad | 39:48 | 39:32 |
| 45 | Thijs van der Weijde | Lelystad | 39:51 | 39:47 |
| 46 | Ciska Rob Butter | Amsterdam | 39:51 | 39:48 |
| 47 | Jacky Franken-Mera | Lelystad | 39:55 | 39:52 |
| 48 | Henk Gijzen | Lelystad | 40:08 | 40:04 |
| 49 | Peter Tamboer | Lelystad | 40:13 | 40:02 |
| 50 | Joost Hofman | Lelystad | 40:23 | 39:53 |
| 51 | Maikel Bouwman | Lelystad | 40:53 | 40:47 |
| 52 | Marcel serina Post | Lelystad | 41:02 | 40:33 |
| 53 | Marco Marinus Joosten | Lelystad | 41:22 | 40:51 |
| 54 | Marcel Leloup | Wijhe | 41:26 | 40:42 |
| 55 | Dico van Leeuwen | Bussum | 41:36 | 41:29 |
| 56 | Frans van de Wiel | Lelystad | 41:50 | 41:42 |
| 57 | Vincent ter Weijden | Running2000 | 41:53 | 41:30 |
| 58 | Bauke Lien van Riel | Amsterdam | 41:56 | 41:47 |
| 59 | Peter Maria Hoeijmaker | Lelystad | 42:09 | 41:53 |
| 60 | Jos Proost | Almere | 42:10 | 41:31 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 61 | Fred Ditmar | Lelystad | 42:31 | 42:17 |
| 62 | Rob Looman | Lelystad | 42:37 | 42:27 |
| 63 | Henk Brusselman | Spirit Lelystad | 42:56 | 42:23 |
| 64 | Martin Zwart | Lelystad | 42:58 | 42:36 |
| 65 | Wim Voerman | Lelystad | 43:03 | 42:34 |
| 66 | Cees Hersbach | Amsterdam | 43:05 | 42:49 |
| 67 | Jeannette van Hemert | Almere | 43:16 | 43:08 |
| 68 | Harry Brinkman | Lelystad | 43:30 | 42:54 |
| 69 | Sjakko van Raaijen | Almere | 43:35 | 43:27 |
| 70 | Ineke Roozenburg | Lelystad | 43:36 | 43:02 |
| 71 | Herman vd Meulen | Lelystad | 43:39 | 43:34 |
| 72 | Erik Gerritzen | Lelystad | 43:42 | 43:18 |
| 73 | Lara Leloup | Amsterdam | 44:09 | 43:36 |
| 74 | Chrisjan Pol | Dronten | 44:18 | 44:13 |
| 75 | Rob de Kleijn | Lelystad | 44:22 | 44:00 |
| 76 | Saskia Koppert | Lelystad | 44:22 | 44:00 |
| 77 | Brenda Manenschijn | Haarlem | 44:25 | 43:35 |
| 78 | Nadia Theisen | Lelystad | 44:26 | 44:01 |
| 79 | Jeanine van Andel | Doorn | 44:30 | 44:18 |
| 80 | Joey Cornelissen | Lelystad | 44:32 | 44:27 |
| 81 | JanDirk Prins | Lelystad | 44:42 | 44:25 |
| 82 | Marion Aanstoot | Haarlem | 44:50 | 44:01 |
| 83 | Maikel Mollink | Lelystad | 45:15 | 45:02 |
| 84 | Siha Heidi | Leiden | 45:24 | 45:02 |
| 85 | Jeremy Twigt | Lelystad | 45:25 | 45:19 |
| 86 | Jeroen Bronsveld | Spijkenisse | 45:27 | 45:16 |
| 87 | Mare Jacobs | Huissen | 45:32 | 44:44 |
| 88 | Robin Verhaar | Lelystad | 46:01 | 45:50 |
| 89 | Annette van Andel | Lelystad | 46:04 | 45:51 |
| 90 | Dorith Wielinga | Lelystad | 46:12 | 46:00 |
| 91 | Angela Hecbert | Almere | 46:14 | 45:54 |
| 92 | Denise Leloup | Bussum | 46:22 | 45:35 |
| 93 | Irma Wijnands | Lelystad | 46:27 | 45:49 |
| 94 | Eduard de Vries | Lelystad | 46:36 | 46:22 |
| 95 | Marien van Staalduine | Swifterbant | 46:38 | 46:02 |
| 96 | Osman Tugran | Lelystad | 46:47 | 46:15 |
| 97 | Dik van den Dool | Lelystad | 46:57 | 46:22 |
| 98 | Jan Hakvoort | Urk | 47:16 | 46:28 |
| 99 | Marjolijn van de Wiel | Hoorn Nh | 47:21 | 47:12 |
| 100 | Leo van Lier | Lelystad | 47:28 | 46:48 |
| 101 | Dirk Zuidert | Lelystad | 47:29 | 47:24 |
| 102 | Jola Voerman | Lelystad | 47:29 | 46:59 |
| 103 | Jeanet Rooseman | Lelystad | 47:37 | 47:32 |
| 104 | Lisa Wobma | Lelystad | 47:38 | 47:31 |
| 105 | Eric de Kluijver | Lelystad | 47:54 | 47:11 |
| 106 | Erna Brinkman | Lelystad | 47:56 | 47:26 |
| 107 | Herti Haar | Lelystad | 47:56 | 47:18 |
| 108 | Denise Gehla | Lelystad | 48:01 | 47:49 |
| 109 | Ilse van Zanten | Lelystad | 48:06 | 47:36 |
| 110 | Brenda Stooker | Marken | 48:08 | 47:22 |
| 111 | Jaime van Alfen | Lelystad | 48:10 | 47:35 |
| 112 | Klaas Leffring | Ede Gld | 48:12 | 47:20 |
| 113 | Wouter van Zaanen | Lelystad | 48:15 | 47:43 |
| 114 | Nicky Gehla-Koster | Lelystad | 48:32 | 48:21 |
| 115 | Karel Timmer | Spirit Lelystad | 48:46 | 48:07 |
| 116 | Annet uteen-de Boer | Lelystad | 49:00 | 48:41 |
| 117 | Frank van Putten | Lelystad | 49:04 | 48:36 |
| 118 | Regina Bennink | Haarlem | 49:11 | 48:22 |
| 119 | Ronald Verheijden | Lelystad | 49:16 | 49:06 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|------------------------|-----------------------|---------|---------|
| 120 | Rob Molenaar | Lelystad | 49:24 | 49:02 |
| 121 | Karin Timmermans | Lelystad | 49:30 | 48:50 |
| 122 | Sietske IJsselmuiden | Lelystad | 49:31 | 49:03 |
| 123 | Peter Karper | Lelystad | 49:54 | 49:09 |
| 124 | Marjolein Brandt | Lelystad | 49:57 | 49:34 |
| 125 | Greetje Houwen | Lelystad | 49:58 | 49:35 |
| 126 | Champagne Ford | Lelystad | 50:08 | 49:50 |
| 127 | Hans Broeke | Lelystad | 50:08 | 49:50 |
| 128 | Daniella Carolina | Lelystad | 50:30 | 49:43 |
| 129 | Jan van der Hoeven | Lelystad | 50:49 | 50:32 |
| 130 | Gery van Beek | Lelystad | 50:54 | 50:15 |
| 131 | Yvonne ten Kley | Lelystad | 51:28 | 50:49 |
| 132 | Barbara Westeijn Schar | Lelystad | 51:38 | 50:56 |
| 133 | Johan van Hemert | Almere | 51:49 | 51:40 |
| 134 | Yvonne van Vuure | Den Helder | 51:52 | 51:10 |
| 135 | Sandra van Vuure | Lelystad | 51:52 | 51:10 |
| 136 | Gerda Proost | Almere | 52:10 | 51:33 |
| 137 | Jacqueline Stoorvogel- | Lelystad | 52:13 | 51:26 |
| 138 | Gert Jan Brouwer | Lelystad | 52:36 | 52:13 |
| 139 | Martijn van Iersel | Lelystad | 52:59 | 52:28 |
| 140 | Carlo Anzion | Amersfoort | 53:32 | 52:42 |
| 141 | Susan Postma | victoria (CAN) | 55:36 | 55:10 |
| 142 | Barry van Donk | Lelystad | 55:53 | 55:26 |
| 143 | Tiemen Alink | Lelystad | 55:53 | 55:26 |
| 144 | Judith Kooiker | Lelystad | 56:01 | 55:30 |
| 145 | Maayke Hilster | Lelystad | 56:38 | 56:20 |
| 146 | Margret Volkenhoff | Rotterdam | 57:17 | 57:00 |
| 147 | Petra Hogenbirk | Almere | 57:52 | 57:35 |
| 148 | Mandy Heere | Lelystad | 58:02 | 57:45 |
| 149 | Yolanda Hamersma | Haarlem | 58:30 | 57:47 |
| 150 | Greta Harpe | Haarlem | 59:26 | 58:42 |
| 151 | Petra Fretz | Lelystad | 1:00:14 | 59:48 |
| 152 | Annet van Prooijen | Zwolle | 1:01:15 | 1:01:07 |

BDR08, 8 KM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Jan Priem | Stichting Tikvah | 30:13 | 30:11 |
| 2 | Michel Hageman | Life Fit Centre 2 | 30:51 | 30:50 |
| 3 | Jelle Mojet | Stichting Tikvah | 32:17 | 32:15 |
| 4 | Rob Blaauboer | Life Fit Centre 2 | 32:35 | 32:31 |
| 5 | Thom Ummels | Life Fit Centre 2 | 34:46 | 34:44 |
| 6 | S Dijkstra | Infradijk BV | 34:54 | 34:50 |
| 7 | Renze Huizenga | Gemeente Lelystad 2 | 35:03 | 35:00 |
| 8 | Nils Hartmans | Koldijk | 35:11 | 35:03 |
| 9 | Edwin Ossewold | Life Fit Centre 2 | 35:11 | 34:20 |
| 10 | Peter van Bavel | Merial SAS | 35:26 | 35:17 |
| 11 | Jan Boogaard | RWS Waterdienst | 35:34 | 35:25 |
| 12 | Folkert Brolsma | Life Fit Centre 2 | 35:52 | 35:48 |
| 13 | Paul Wirl | Giant Europe B.V. 2 | 35:58 | 35:56 |
| 14 | Donovan Lingers | MC Zuiderzee 3 | 36:14 | 35:54 |
| 15 | Jan Kragten | Centrada | 36:41 | 36:38 |
| 16 | Joke Admiraal | Merial SAS | 36:42 | 36:33 |
| 17 | S Hengeveld | Infradijk BV | 36:50 | 36:14 |
| 18 | Vincent van Yperen | Merial SAS | 37:03 | 36:56 |
| 19 | Dennis Koehler | Life Fit Centre 2 | 37:47 | 37:44 |
| 20 | Michel Tjeerdsma | MC Zuiderzee 3 | 38:14 | 37:38 |
| 21 | Louw Overbeeke | HAZO Techniek | 38:31 | 38:24 |
| 22 | M Dijkstra | Infradijk BV | 38:35 | 38:31 |
| 23 | Maaike Ruiter | Gemeente Lelystad 4 | 38:37 | 38:27 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 24 | Cees Willems | HAZO Techniek | 38:46 | 38:39 |
| 25 | Stefan Heyna | Gemeente Lelystad 3 | 38:53 | 38:27 |
| 26 | Sander Lentink | Stichting Tikvah | 39:01 | 38:59 |
| 27 | Jan Geert Vedelaar | Prosu Groep | 39:02 | 38:34 |
| 28 | Joost Maasman | HAZO Techniek | 39:06 | 38:45 |
| 29 | Marjolein Garnier | ROC Flevoland | 39:10 | 39:06 |
| 30 | Marcel Warmerdam | Gemeente Lelystad 2 | 39:35 | 39:09 |
| 31 | Udo Goedhart | RWS Waterdienst | 39:43 | 39:10 |
| 32 | Jeffrey de Groot | Gemeente Lelystad 4 | 40:19 | 39:51 |
| 33 | Wim Bergmans | MC Zuiderzee 2 | 40:23 | 39:53 |
| 34 | Edwin Claessens | RWS Waterdienst | 40:24 | 39:51 |
| 35 | Bert Hartman | Life Fit Centre 2 | 40:33 | 40:28 |
| 36 | Gert Jan Holt | Centrada | 40:41 | 40:17 |
| 37 | Marian Jellema | Merial SAS | 40:45 | 40:37 |
| 38 | Richard Monden | RWS Waterdienst | 40:58 | 40:24 |
| 39 | Maurijn Ode | ROC Flevoland | 40:59 | 40:56 |
| 40 | Anne Hessels | FlevoPost Runningtea | 41:36 | 41:06 |
| 41 | Esther Slingerland | Centrada | 41:43 | 41:19 |
| 42 | Nico Hoogendijk | Centrada | 41:43 | 41:19 |
| 43 | Emiel Luten | FlevoPost Runningtea | 41:49 | 41:18 |
| 44 | Richard Balk | Sportbedrijf Lelysta | 41:52 | 41:00 |
| 45 | Theo van den Brink | HAZO Techniek | 41:52 | 41:31 |
| 46 | Gillis Overbeeke | Stichting Tikvah | 42:04 | 41:47 |
| 47 | Jong Teppema | Koldijk | 42:12 | 41:59 |
| 48 | Jeffrey Middel | Giant Europe B.V. 2 | 42:14 | 41:51 |
| 49 | Paul Zuurendonk | Prosu Groep | 42:19 | 41:41 |
| 50 | Pieter Bakker | Giant Europe B.V. 3 | 42:19 | 41:51 |
| 51 | Stephanie Pappot | Sportbedrijf Lelysta | 42:20 | |
| 52 | Marcel Geurtsen | FlevoPost Runningtea | 42:24 | 41:52 |
| 53 | Priscilla Kruk | Sportbedrijf Lelysta | 42:31 | 41:48 |
| 54 | Egbert Voerman | FlevoPost Runningtea | 42:53 | 42:23 |
| 55 | Peter Moonen | Merial SAS | 42:58 | 42:49 |
| 56 | Dennis Orth | FlevoPost Runningtea | 42:59 | 42:13 |
| 57 | Ian Wang | Giant Europe B.V. 3 | 43:04 | 42:35 |
| 58 | Jan Jonker | Gemeente Lelystad 3 | 43:23 | 43:03 |
| 59 | Hendry vd Molen | Stichting Tikvah | 44:02 | 43:46 |
| 60 | W Dijkstra | Infradijk BV | 44:11 | 44:07 |
| 61 | Margret Middel | Giant Europe B.V. 2 | 44:26 | 44:01 |
| 62 | Yvonne Soemowikromo | Gemeente Lelystad 2 | 44:29 | 44:05 |
| 63 | Mira Mul | Gemeente Lelystad 2 | 44:30 | 44:06 |
| 64 | Hans Overbeek | ROC Flevoland | 44:45 | 44:27 |
| 65 | Jolanda de Ridder | RWS Waterdienst | 44:48 | 44:14 |
| 66 | Daniëlle Scheer | MC Zuiderzee 2 | 44:55 | 44:19 |
| 67 | Gina Zwennes | MC Zuiderzee 2 | 44:55 | 44:37 |
| 68 | Gauke Mosselaar | Stichting Tikvah | 45:07 | 44:52 |
| 69 | Fiona Torenvliet | MC Zuiderzee 3 | 45:14 | 44:55 |
| 70 | Frits Appelman | FlevoPost Runningtea | 45:15 | 44:43 |
| 71 | Hotze Attema | Gemeente Lelystad 3 | 45:24 | 45:04 |
| 72 | Robert Hanekamp | MC Zuiderzee 2 | 45:27 | 44:51 |
| 73 | Gerald van den Brink | HAZO Techniek | 45:34 | 45:15 |
| 74 | Rhea Wolffgramm | MC Zuiderzee 3 | 45:38 | 45:31 |
| 75 | Eric Pul | Gemeente Lelystad 3 | 45:38 | 45:10 |
| 76 | Marcel de Block | FlevoPost Runningtea | 45:39 | 45:00 |
| 77 | Hendrik Brink | Stichting Tikvah | 45:46 | 45:31 |
| 78 | Lars Medemblik | FlevoPost Runningtea | 45:57 | 45:25 |
| 79 | Marianne Eelman | MC Zuiderzee 3 | 46:01 | 45:25 |
| 80 | Ilona Zoer | HAZO Techniek | 46:17 | 45:55 |
| 81 | Marieke Post | Gemeente Lelystad 2 | 46:20 | 45:54 |
| 82 | Anouk Mik | ROC Flevoland | 46:26 | 46:08 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|---------|---------|
| 83 | Layla Torenvliet | ROC Flevoland | 46:26 | 46:08 |
| 84 | Fred Scherf | FlevoPost Runningtea | 46:45 | 45:56 |
| 85 | Harry Groen | Koldijk | 46:49 | 46:36 |
| 86 | Diana de Swart | Gemeente Lelystad 3 | 47:18 | 46:51 |
| 87 | Lex Riemersma | FlevoPost Runningtea | 47:34 | 46:54 |
| 88 | Margo van Emmerik | MC Zuiderzee 2 | 47:42 | 47:24 |
| 89 | Piet Stooker | FlevoPost Runningtea | 47:50 | 47:04 |
| 90 | (K Gerritsen) | Giant Europe B.V. 3 | 47:51 | 47:23 |
| 91 | Erik Methorst | FlevoPost Runningtea | 48:26 | 47:41 |
| 92 | Piet Torenvliet | ROC Flevoland | 48:55 | 48:36 |
| 93 | Jan Willem Scholten | FlevoPost Runningtea | 49:00 | 48:22 |
| 94 | Willemijn Kuipers | FlevoPost Runningtea | 49:03 | 48:31 |
| 95 | Bob Boele | FlevoPost Runningtea | 49:12 | 48:28 |
| 96 | Johan IJsselmuiden | Gemeente Lelystad 3 | 49:31 | 49:03 |
| 97 | Alex Andel | FlevoPost Runningtea | 49:34 | 48:50 |
| 98 | Abdoul Bhawani | Giant Europe B.V. 3 | 49:40 | 49:10 |
| 99 | Bianca Dekker | FlevoPost Runningtea | 49:45 | 49:01 |
| 100 | Diana van Beek | Gemeente Lelystad 2 | 49:46 | 49:19 |
| 101 | Sandra Holtrop | Gemeente Lelystad 3 | 49:52 | 49:25 |
| 102 | Saskia Vos | FlevoPost Runningtea | 49:54 | 49:32 |
| 103 | Sorina Khodabaks | FlevoPost Runningtea | 50:54 | 50:09 |
| 104 | Giselijne Wolse | Koldijk | 50:59 | 50:45 |
| 105 | Diane Visser | FlevoPost Runningtea | 51:04 | 50:21 |
| 106 | Ria Zonneveld | FlevoPost Runningtea | 51:08 | 50:47 |
| 107 | Leoni Zuurendonk | Prosu Groep | 51:57 | 51:20 |
| 108 | Jeroen Visser | FlevoPost Runningtea | 52:08 | 51:27 |
| 109 | Marlies Kolkman | Merial SAS | 52:18 | 52:10 |
| 110 | Raymond Honing | FlevoPost Runningtea | 52:26 | 51:45 |
| 111 | Yvonne Edens | FlevoPost Runningtea | 52:39 | 51:53 |
| 112 | Els Pastoor | FlevoPost Runningtea | 52:51 | 52:14 |
| 113 | Vivian Leijen | MC Zuiderzee 2 | 52:55 | 52:17 |
| 114 | Susanne Kok | Sportbedrijf Lelysta | 52:56 | 52:04 |
| 115 | Henrike van Leuveren | FlevoPost Runningtea | 52:56 | 52:14 |
| 116 | Betty van Gelderen | FlevoPost Runningtea | 53:01 | 52:19 |
| 117 | Remko Tuynman | Sportbedrijf Lelysta | 53:02 | 52:10 |
| 118 | Frans Dikkes | FlevoPost Runningtea | 53:05 | 52:20 |
| 119 | Cynthia Dikkes | FlevoPost Runningtea | 53:05 | 52:20 |
| 120 | Lieke Weber | FlevoPost Runningtea | 53:12 | 52:30 |
| 121 | Renske ten Arve | FlevoPost Runningtea | 53:13 | 52:33 |
| 122 | Yehudi Verbeek | Sportbedrijf Lelysta | 53:29 | 52:45 |
| 123 | Ilse Pannekoek | FlevoPost Runningtea | 53:31 | 52:41 |
| 124 | Marianne Appelman | FlevoPost Runningtea | 54:06 | 53:28 |
| 125 | Jet Kant | FlevoPost Runningtea | 54:11 | 53:28 |
| 126 | Marijke Kokshoorn | FlevoPost Runningtea | 54:20 | 53:37 |
| 127 | Tessa van Looij | FlevoPost Runningtea | 54:20 | 53:37 |
| 128 | Rebecca Bruijntjes | FlevoPost Runningtea | 56:37 | 55:46 |
| 129 | Rene Ester | FlevoPost Runningtea | 56:39 | 55:59 |
| 130 | Angela Schuitemaker | FlevoPost Runningtea | 57:02 | 56:09 |
| 131 | Frank Veltman | Giant Europe B.V. 2 | 57:09 | 56:40 |
| 132 | Startnummer 3098 | FlevoPost Runningtea | 58:07 | 57:24 |
| 133 | Mariska Honing | FlevoPost Runningtea | 58:15 | 57:31 |
| 134 | Jacqeline te Stroet | FlevoPost Runningtea | 58:15 | 57:32 |
| 135 | Chantal Marsais | Merial SAS | 58:54 | 58:45 |
| 136 | Patricia Agricola | Giant Europe B.V. 2 | 1:01:56 | 1:01:08 |

REC 4, 4 KM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Stefan Breet | Flevo Delta | 13:09 | 13:09 |
| 2 | Joost Wieleman | Almere '81 | 13:46 | 13:46 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|------------------------|-----------------------|-------|-------|
| 3 | Paul van Veen | Lelystad | 14:36 | 14:34 |
| 4 | Michael Hooper | Spirit Lelystad | 15:27 | 15:25 |
| 5 | Jilles Warmer | Lelystad | 15:28 | 15:27 |
| 6 | Dave de Vries | Lelystad | 15:55 | 15:54 |
| 7 | Richard Houtman | De Bilt | 16:02 | 16:01 |
| 8 | Huseyin Yildirim | Lelystad | 16:13 | 16:12 |
| 9 | Ronald Brouwer | Lelystad | 16:36 | 16:34 |
| 10 | Troy Verheijden | Lelystad | 16:42 | 16:35 |
| 11 | Gerdie van der Veen | Lelystad | 17:58 | 17:52 |
| 12 | Joeri Glastra | Hilversum | 18:09 | 17:36 |
| 13 | Chris Brand | Lelystad | 18:55 | 18:50 |
| 14 | Laura Ferwerda | Lelystad | 18:56 | 18:51 |
| 15 | David de Jong | Lelystad | 19:15 | 19:12 |
| 16 | Twan Leloup | Wijhe | 19:59 | 19:52 |
| 17 | Marjolijn van Aarst | Zwolle | 20:00 | 19:45 |
| 18 | Vincent Ditmar | Lelystad | 20:11 | 19:58 |
| 19 | Hidde de Vries | Lelystad | 20:50 | 20:49 |
| 20 | Hugo de Groen | Hoogland | 20:59 | 20:40 |
| 21 | Yar Verheijden | Lelystad | 21:27 | 21:13 |
| 22 | Enar Zuidert | Lelystad | 21:31 | 21:25 |
| 23 | Miranda van der Kroft | Lelystad | 21:38 | 21:28 |
| 24 | Maryse Leloup | Wijhe | 21:47 | 21:32 |
| 25 | Jolijn van Leeuwen | Bussum | 22:17 | 22:02 |
| 26 | Circe Ouwerker | Lelystad | 22:40 | 22:21 |
| 27 | Fanny Post-Huijben | Alkmaar | 22:51 | 22:39 |
| 28 | Edwin Calis | Lelystad | 23:21 | 22:35 |
| 29 | Helen Kuiper | Lelystad | 23:45 | 23:34 |
| 30 | Michael Klein | Lelystad | 24:00 | 23:24 |
| 31 | Rob Salomonsen | Lelystad | 24:00 | 23:25 |
| 32 | Dingana adriana de Pee | Lelystad | 24:29 | 24:02 |
| 33 | Nathalie van Bladeren | Lelystad | 24:49 | 24:24 |
| 34 | Peter Klooster | Lelystad | 25:07 | 24:47 |
| 35 | Margriet Sebens | Lelystad | 25:07 | 24:43 |
| 36 | Esther Gerritzen | Lelystad | 25:08 | 24:44 |
| 37 | Ingrid Leushuis | Swifterbant | 25:10 | 24:50 |
| 38 | Renata Kolk | Lelystad | 25:22 | 25:04 |
| 39 | Loes Maagdenberg | Lelystad | 25:22 | 25:04 |
| 40 | Chantal Ammerlaan | Lelystad | 26:04 | 25:42 |
| 41 | Lucienne Betz | Lelystad | 26:48 | 26:01 |
| 42 | Jane Middel | Lelystad | 27:20 | 26:57 |
| 43 | Silvia Fokkens | Lelystad | 27:28 | 26:50 |
| 44 | Anouschka Zwigelaar | Lelystad | 27:44 | 27:20 |
| 45 | Kevin Zwarts | Lelystad | 27:44 | 27:21 |
| 46 | Michelle van Empelen | Lelystad | 28:45 | 28:20 |
| 47 | Nanette van Empelen | Lelystad | 28:45 | 28:20 |
| 48 | Nathalie Dussel | Lelystad | 29:33 | 29:18 |
| 49 | Cynthia Bouwman | Lelystad | 30:43 | 30:33 |
| 50 | Yvette Bakker | Lelystad | 31:09 | 30:56 |

SAMEN, 4 KM

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | (G Pouw) | Healthhaftig 3 | 15:03 | 15:01 |
| 2 | Abdelghani Ajjouri | Los Amigos 3 | 15:57 | 15:55 |
| 3 | Ahmed Bourass | Los Amigos 2 | 16:17 | 16:16 |
| 4 | Ahnin Hamid | Los Amigos 1 | 16:25 | 16:23 |
| 5 | Biko Wolly | Perspectieven 1 | 16:31 | 16:24 |
| 6 | Mohammed Acherrat | Los Amigos 1 | 16:35 | 16:32 |
| 7 | Mohammed Larbi | Los Amigos 3 | 17:22 | 17:19 |
| 8 | Said Hasnaoui | Los Amigos 3 | 17:53 | 17:52 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 9 | Dennis van den Belt | OBS De Driemaster | 18:02 | 17:37 |
| 10 | Faisel Bourass | Los Amigos 1 | 18:17 | 18:15 |
| 11 | Ahmed el Faouzi | Los Amigos 1 | 18:47 | 18:46 |
| 12 | Piet Meijer | Healthhaftig 2 | 18:49 | 18:39 |
| 13 | Mohammed Stitou | Los Amigos 2 | 19:01 | 18:55 |
| 14 | Gerben Dam | Vrienden van Tikvah | 19:18 | 19:02 |
| 15 | Mohammed Azriouil | Los Amigos 2 | 19:36 | 19:34 |
| 16 | Jeroen de Vries | Perspectieven 1 | 19:42 | 19:38 |
| 17 | Mohammed el Kaouini | Los Amigos 1 | 19:54 | 19:53 |
| 18 | Ghali El Mhassani | Los Amigos 2 | 20:07 | 20:05 |
| 19 | Fouad El Moujtahid | Perspectieven 2 | 20:17 | 20:10 |
| 20 | Theo Tolsma | Perspectieven 2 | 20:44 | 20:37 |
| 21 | Sandra Middel | OBS De Driemaster | 20:45 | 20:22 |
| 22 | Mimoun Zarhouni | Los Amigos 3 | 20:55 | 20:45 |
| 23 | Omar Bouchhati | Los Amigos 3 | 21:45 | 21:00 |
| 24 | Sandra Hammerle | Healthhaftig 1 | 22:06 | 21:54 |
| 25 | Guzel Dagdevieren | Perspectieven 1 | 22:29 | 22:21 |
| 26 | Ale Olivier | De Doorzetters | 22:37 | 21:57 |
| 27 | Hannie Slob | Healthhaftig 3 | 22:38 | 22:27 |
| 28 | Angela Heuseveld | Healthhaftig 1 | 22:41 | 22:11 |
| 29 | Sandra Helder | Healthhaftig 1 | 23:33 | 23:23 |
| 30 | Birgit Meijer | Healthhaftig 2 | 24:02 | 23:53 |
| 31 | Brigitte Hammerle | Healthhaftig 2 | 24:04 | 23:54 |
| 32 | Hammadi Qurimi | Los Amigos 2 | 24:30 | 24:29 |
| 33 | Inge Overbeeke | Vrienden van Tikvah | 24:52 | 24:17 |
| 34 | Karel Kallenbach | Healthhaftig 2 | 25:19 | 25:08 |
| 35 | Pieter Nieuwkerk | Globetrotters | 25:24 | 24:40 |
| 36 | Marlies Weistra | Healthhaftig 1 | 25:49 | 25:38 |
| 37 | Maria vd Bremer | De Doorzetters | 25:54 | 25:10 |
| 38 | Coby Overbeeke | Vrienden van Tikvah | 25:55 | 25:20 |
| 39 | Evelien Meijer | Healthhaftig 2 | 26:00 | 25:29 |
| 40 | Rob Visser | Globetrotters | 26:47 | 26:07 |
| 41 | Ans van den Eijkel | OBS De Driemaster | 26:52 | 26:28 |
| 42 | Bianca Louwerens | OBS De Driemaster | 27:56 | 27:27 |
| 43 | Brenda Elzenaar | OBS De Driemaster | 27:58 | 27:30 |
| 44 | Deborah de Clerk | Dreamteam | 28:45 | 27:59 |
| 45 | Laura Karper | Dreamteam | 28:50 | 28:04 |
| 46 | Hentiette Proffitius | Perspectieven 2 | 28:59 | 28:52 |
| 47 | Sylvia Jelles | Globetrotters | 29:34 | 28:48 |
| 48 | Ineke de Vries | Dreamteam | 32:31 | 31:45 |
| 49 | Wilma Janssen | Perspectieven 1 | 34:10 | 34:02 |

J 1-7, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Achmed Malhouf | De Vuurtoren | 4:30 | 4:29 |
| 2 | Cedric van de Brink | Lelystad | 5:02 | 5:01 |
| 3 | Daniel Klein | Lelystad | 5:02 | 5:02 |
| 4 | Jelte Falkena | Swifterbant | 5:15 | 5:12 |
| 5 | Mohammad Abdulameer | Lelystad | 5:30 | 5:29 |
| 6 | Lorenzo van der Kley | Lelystad | 5:36 | 5:36 |
| 7 | Jamie Agricola | Lelystad | 5:41 | 5:40 |
| 8 | Ayman El Mhassani | De Optimist | 7:19 | 7:18 |

M 1-7, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Quinty Koning | Lelystad | 4:34 | 4:33 |
| 2 | Lindu van Driest | Swifterbant | 4:37 | 4:35 |
| 3 | Tamar Veltman | Almere | 4:45 | 4:43 |
| 4 | Melana Agricola | Lelystad | 5:11 | 5:09 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-------------------|-----------------------|-------|-------|
| 5 | Brigitte Waalkens | Lelystad | 5:27 | 5:25 |
| 6 | Karin van Driest | Swifterbant | 5:28 | 5:26 |
| 7 | Alexandra Klein | Lelystad | 5:43 | 5:41 |
| 8 | Nou van Hagen | Lelystad | 5:45 | 5:43 |
| 9 | Iris Louws | Swifterbant | 5:45 | 5:44 |
| 10 | Menel Veltman | Almere | 5:50 | 5:49 |
| 11 | R Guler | Lelystad | 5:54 | 5:54 |
| 12 | Esther Waalkens | Lelystad | 8:00 | 8:00 |
| 13 | Yvette Waalkens | Lelystad | 8:33 | 8:30 |
| 14 | Evi Fullzena | Swifterbant | 8:44 | 8:43 |

J 8, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Viggo Parol | Fit | 3:53 | 3:53 |
| 2 | Sylvano Verweijen | Lelystad | 4:05 | 4:05 |
| 3 | Pepijn Sman | Lelystad | 4:33 | 4:32 |
| 4 | Zobeir Cherrat | De Vuurtoren | 4:56 | 4:55 |
| 5 | Younes El Mhassani | De Optimist | 5:02 | 5:01 |
| 6 | Martijn Joosten | Lelystad | 5:13 | 5:13 |
| 7 | Sander van Hemert | Almere | 5:26 | 5:25 |

M 8, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|---------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Desi van Emmerik | Epe | 3:58 | 3:58 |
| 2 | Sophie van den Berg | NOP | 4:03 | 4:03 |
| 3 | Eva Nieuwstad | Doorwerth | 4:05 | 4:05 |
| 4 | Maya Swierstra | De Tjalk | 4:36 | 4:35 |
| 5 | Emma van Emmerik | Epe | 4:39 | 4:38 |
| 6 | Fah Nacotan | Amsterdam | 4:39 | 4:38 |
| 7 | Shannon Agricola | Lelystad | 4:52 | 4:50 |
| 8 | Daphne Louws | Swifterbant | 5:02 | 5:01 |
| 9 | Amber Pereboom | Lelystad | 5:41 | 5:40 |
| 10 | Ellen Mosselaar | Lelystad | 5:47 | 5:46 |
| 11 | Isabelle Koller | Lelystad | 7:42 | 7:40 |
| 12 | Julia Boon | De Optimist | 8:45 | 8:44 |

J 9, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Julian Jansen | NOP | 3:32 | 3:32 |
| 2 | Yannick Verweijen | Lelystad | 4:15 | 4:14 |
| 3 | Koen Streekstra | Lelystad | 4:15 | 4:14 |
| 4 | Leon van Tooren | Lelystad | 5:12 | 5:11 |
| 5 | Damian Nort | Lelystad | 6:21 | 6:20 |
| 6 | Léon Mak | De Gemzen | 6:54 | 3:54 |
| 7 | First Wongsrila | Amsterdam | 7:16 | 7:06 |
| 8 | Kadir Güler | De Vuurtoren | 8:45 | 8:35 |
| 9 | Enes Bottelier | De Vuurtoren | 8:50 | 8:40 |
| 10 | Tristan Op den Kelder | De Vuurtoren | 8:53 | 8:42 |

M 9, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|---------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Christel Heuseveldt | Climax | 3:34 | 3:34 |
| 2 | Josien Schoonbeek | Dronten | 3:52 | 3:52 |
| 3 | Dorte Heideman | Marathon Pim Mulier | 4:02 | 4:02 |
| 4 | Maureen van Driest | Swifterbant | 4:13 | 4:12 |
| 5 | Nina Hof | Gieterveen | 4:23 | 4:21 |
| 6 | Yesha Priem | Lelystad | 4:34 | 4:33 |
| 7 | Safiena Joelfan | De Optimist | 5:19 | 5:18 |
| 8 | Shavelly Kemp | De Optimist | 5:25 | 5:24 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------|-----------------------|-------|-------|
| 9 | Dianna Wuls | Lelystad | 5:55 | 5:53 |
| 10 | Eva van Hagen | Lelystad | 6:01 | 6:01 |
| 11 | Kaoutar Cherrat | De Optimist | 6:20 | 6:20 |

J 10, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Scott Boon | Flevo Delta | 3:16 | 3:15 |
| 2 | Jeroen de Haan | Leek | 3:21 | 3:20 |
| 3 | Corné Parol | Atverni | 3:35 | 3:34 |
| 4 | Ayoub Salhi | Lelystad | 4:09 | 4:06 |
| 5 | Hassan Abbas | Lelystad | 4:16 | 4:14 |
| 6 | Bart van de Brink | Lelystad | 4:17 | 4:14 |
| 7 | Bram Maasman | Lelystad | 4:17 | 4:14 |
| 8 | Jurien van der Vliet | Lelystad | 4:22 | 4:20 |
| 9 | Troy de Rijk | Lelystad | 4:24 | 4:22 |
| 10 | Remco Klompstra | De Sluis | 4:26 | 4:23 |
| 11 | Dwayne Hertroys | Lelystad | 4:28 | 4:25 |
| 12 | Mathijs Hoijtkink | Lelystad | 4:28 | 4:25 |
| 13 | Daan Bergmans | Dronten | 4:29 | 4:27 |
| 14 | Andele Swierstra | De Tjalk | 4:29 | 4:26 |
| 15 | Lars van de Beek | Dronten | 4:39 | 4:38 |
| 16 | Tim Meijer | Lelystad | 4:41 | 4:38 |
| 17 | Jay van Opstal | Lelystad | 5:05 | 5:03 |
| 18 | Roger Rijloord | Lelystad | 5:09 | 5:07 |
| 19 | Mohammed el Mennachi | Lelystad | 5:18 | 5:16 |
| 20 | Ali Al-Malyki | De Vuurtoren | 5:33 | 5:32 |
| 21 | Dean Doelare | Lelystad | 5:33 | 5:32 |
| 22 | Achmed Burnan | Lelystad | 5:36 | 5:35 |
| 23 | Annas Oukrichen | Lelystad | 5:39 | 5:37 |
| 24 | Mourad Benali | De Vuurtoren | 6:17 | 6:15 |
| 25 | Stefan Kok | Lutjebroek | 6:29 | 6:25 |
| 26 | Cain Rutgers | Almere | 6:34 | 6:29 |
| 27 | Jeremy Pach | Lelystad | 6:35 | 6:33 |
| 28 | Enes Ayverdi | De Optimist | 6:36 | 6:34 |
| 29 | Safouan Er-Rifi | De Optimist | 6:37 | 6:35 |
| 30 | Samet Gökce | De Optimist | 6:41 | 6:39 |
| 31 | Yannick Bezema | Lelystad | 6:43 | 6:41 |
| 32 | Koray Avci | De Optimist | 6:50 | 6:47 |
| 33 | Noordin Hammouchi | Lelystad | 7:51 | 7:45 |
| 34 | Farahdin Aaddi | De Vuurtoren | 8:01 | 7:55 |

M 10, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Jasmin Brinkerhof | Noordwijkerhout | 3:38 | 3:38 |
| 2 | Marinde Schuitema | Uithuizen | 3:44 | 3:43 |
| 3 | Daphne Linnekamp | Hellas | 3:50 | 3:49 |
| 4 | Claire Boeijink | De 3sprong | 4:04 | 4:03 |
| 5 | Sarah de Boer | Lelystad | 4:48 | 4:46 |
| 6 | Floor de Vries | Lelystad | 4:49 | 4:47 |
| 7 | Ruth de Vries | Lelystad | 4:49 | 4:48 |
| 8 | Manon Fereboom | Lelystad | 5:02 | 5:00 |
| 9 | Vanity Haynes | De Optimist | 5:17 | 5:16 |
| 10 | Yasmin Demichelis | De Optimist | 5:19 | 5:18 |
| 11 | Jiska van de Molen | Lelystad | 5:24 | 5:22 |
| 12 | Robin van Arnhem | Lelystad | 6:28 | 6:26 |
| 13 | Aya Abdulameer | De Vuurtoren | 6:39 | 6:37 |
| 14 | Merve Capanlar | De Optimist | 7:08 | 7:06 |
| 15 | Habibe Duran | De Optimist | 7:10 | 7:09 |
| 16 | Rumeysa Duran | De Optimist | 7:38 | 7:38 |

Uitslagenlijst Zeebodemoop Lelystad

Lelystad - Zaterdag 5 juni 2010

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|----------------|-----------------------|-------|-------|
| 17 | Souraya Qurimi | De Optimist | 7:53 | 7:52 |
| 18 | Tugba Köklü | De Vuurtoren | 9:15 | 9:08 |

J 12, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|---------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Thijmen Dofferhoff | Lisserbroek | 3:11 | 3:10 |
| 2 | Joost Kok | Lutjebroek | 3:17 | 3:16 |
| 3 | Jeroen Swinkels | NOVA | 3:25 | 3:25 |
| 4 | Sven Folbert | Twenterand | 3:33 | 3:32 |
| 5 | Wilte Nijhuis | Gieterveen | 3:33 | 3:33 |
| 6 | Edwin Richmond | Lelystad | 3:44 | 3:42 |
| 7 | Him de Looper | Zeewolde | 3:47 | 3:46 |
| 8 | Nino amaru Meijaard | Lelystad | 3:54 | 3:52 |
| 9 | Tom Hoijtink | Lelystad | 3:55 | 3:54 |
| 10 | Hidde de Vries | Lelystad | 4:23 | 4:21 |
| 11 | Liridon Islami | De Vuurtoren | 4:34 | 4:33 |
| 12 | Mohammed Tabaouni | Lelystad | 4:51 | 4:50 |
| 13 | Geert-jan Wubs | Lelystad | 5:22 | 5:20 |
| 14 | Murat Halici | De Optimist | 6:09 | 6:07 |

M 12, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|--------------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Danaid Prinsen | Winschoten | 3:19 | 3:18 |
| 2 | Claudia Oosterkamp | Start '78 | 3:20 | 3:20 |
| 3 | Iris van Driest | Swifterbant | 3:26 | 3:26 |
| 4 | Elke Molenaar | Horizon | 3:29 | 3:28 |
| 5 | Anouk Hof | Gieterveen | 3:44 | 3:42 |
| 6 | Judith de Vries | Lelystad | 3:51 | 3:50 |
| 7 | Nienke Streekstra | Lelystad | 3:56 | 3:56 |
| 8 | Meike Heideman | Marathon Pim Mulier | 4:34 | 4:34 |
| 9 | Lisa Langenberg | De Boeier | 6:12 | 6:11 |
| 10 | Hodnik | Lelystad | 9:27 | 9:26 |

J 14, 1K RUNAWAY

| Plaats | Naam | Woonplaats/Vereniging | Bruto | Netto |
|--------|-----------------|-----------------------|-------|-------|
| 1 | Luuk Streekstra | Lelystad | 3:54 | 3:54 |