

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

MPC, 1000 M. PUP ABC			
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Lotha Opara	PEC 1910	4:47
2	Fien Molenberg	Athlos	4:48
3	Norya Fiquerido	Hanzesport	4:52
4	Elisa Nap	De Gemzen	5:07
5	Kyra de Vries	Isala '96	5:11
6	Emma van den Berg	NOP	5:16
7	Emma Beekman	AV '34	5:22
8	Indy Faassen	Flevo Delta	5:30
9	Sterre Kurpershoek	Athlos	5:31
10	Roos Celie	Athlos	5:32
11	Lisa Zoon	Flevo Delta	5:32
12	Sanne Tessemaker	De Gemzen	5:39
13	Julia Telgen	AV '34	5:51

JPC, 1000 M. PUP ABC			
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jim van Emmerik	Cialfo	4:27
2	Robin Hegeman	NOP	4:36
3	Sam van Emmerik	Cialfo	4:37
4	Glenn de Boer	AV '34	4:37
5	Mika van Mierlo	Isala '96	4:56
6	Senna Beuckens	NOP	4:57
7	Thijmen Middelkamp	Athlos	5:03
8	Jesse ten Have	Athlos	5:04
9	Maikel Potkamp	De Gemzen	5:07
10	Melchior Treffers	AV '34	5:12
11	Silvan Jansen	NOP	5:15
12	Tom Edelman	Athlos	5:17
13	Kjell Hulleman	AV '34	5:22
14	Diederik Overeem	Cialfo	5:26
15	Lude Loman	Cialfo	5:27
16	Merijn Renshoff	De Gemzen	5:30
17	Thijs van der Maaten	Athlos	5:33
18	Luuk van der Maaten	Athlos	5:34
19	Jaap Zoon	Flevo Delta	5:39
20	Luc Verbrugh	Athlos	5:48
21	Brendon Noordijk	Athlos	5:56
22	Marijn Atmodimedjo	AV '34	5:58
23	Luuk Loef	Athlos	6:12
24	Bas Oosterhof	De Gemzen	6:22

MPB, 1000 M. PUP ABC			
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Milkayla van den Berg	AV '34	4:32
2	Elle van Kasteren	AV '34	4:36
3	Sara Bloem	Hanzesport	4:41
4	Rosa Molenberg	Athlos	4:44
5	Bente van der Stoel	AV '34	4:47
6	Louise Hooimans	Hanzesport	4:51
7	Rianne Breugem	Athlos	4:56
8	Latifa el Mouhouti	Athlos	5:01
9	Roos Doornbos	PEC 1910	5:02
10	Maureen Wind	Isala '96	5:02
11	Lieke Geerling	Athlos	5:03
12	Nikki Bakker	AV '34	5:04
13	Fabienne ten Klooster	AV '34	5:05
14	Janouk Kroes	Cialfo	5:12
15	Iris Bredewolt	Cialfo	5:15

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
16	Hind el Mouhouti	Athlos	5:20
17	Nienke Houwer	NOP	5:43
18	Romy Koerhuis	PEC 1910	5:44
19	Vera Schonewille	PEC 1910	5:47
20	Nienke van de Beek	De Gemzen	6:01
21	Maud van der Windt	De Gemzen	6:02

JPB, 1000 M. PUP ABC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Quint de Boer	Athlos	4:24
2	Brend Baak	Flevo Delta	4:28
3	Diewert Mul	AV '34	4:33
4	Finne Muilwijk	AV '34	4:45
5	Ike Edelman	Athlos	4:47
6	Bas Gerrits	De Gemzen	4:54
7	Damain van Roemburg	AV '34	4:55
8	David ten Have	Athlos	4:55
9	Bram Lokhorst	Cialfo	4:57
10	Taco Visser	AV '34	5:18
11	Laszlo Doelwijt	AV '34	5:26
12	Boris Vegter	AV '34	5:53
13	Wouter van Amelsvoort	AV '34	6:00
14	Tom Oosterhof	De Gemzen	6:05
15	Teun Slijkhuis	AV '34	6:06

MPA1, 1000 M. PUP ABC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Desi van Emmerik	Cialfo	4:12
2	Sophie van den Berg	NOP	4:19
3	Hester Jara Grootenhui	Isala '96	4:22
4	Aranka de Weerd	Athlos	4:24
5	Minke Nijhuis	PEC 1910	4:25
6	Shari Vollema	Athlos	4:26
7	Sophia Mulder	AV '34	4:27
8	Esther Boekelder	AVA '70	4:27
9	Pien Veld	Athlos	4:32
10	Sanne Flipse	Hanzesport	4:37
11	Milva Baar	Ciko '66	4:38
12	Kirsten Wierda	NOP	4:38
13	Elin Logtenberg	PEC 1910	4:40
14	Emma van Emmerik	Cialfo	4:41
15	Veerle Mol	Hanzesport	4:42
16	Nienke Voesten	NOP	4:44
17	Devon de Lange	AV '34	5:02
18	Ilse Overeem	Athlos	5:03
19	Sterre van der Linden	Athlos	5:04
20	Olivia Greven	Hanzesport	5:05
21	Linde van Ingen	AV '34	5:07
22	Laila Dadou	Athlos	5:07
23	Marieke Maasland	Cialfo	5:08
24	Myrthe Renshoff	De Gemzen	5:09
25	Bo Lemstra	Isala '96	5:10
26	Marlou Oldenburger	AV '34	5:11
27	Esmé Stegeman	De Gemzen	5:17
28	Kirsten Schreurs	AV '34	5:17
29	Lisa Waning	Athlos	5:31
30	Bo van der Lugt	Athlos	5:42
31	Sabien Lievense	Athlos	5:45
32	Nienke Weggeman	Athlos	5:50

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
33	Eva van Alst	Athlos	6:15
34	Tessa Hanekamp	De Gemzen	6:23

MPA2, 1000 M. PUP ABC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Bente Wagenveld	AV Nijkerk	4:06
2	Brynn Wagenveld	AV Nijkerk	4:15
3	Kaylee de Boer	AV '34	4:16
4	Anna Molenberg	Athlos	4:18
5	Lianne Vink	Isala '96	4:22
6	Marjolein Klaren	Athletics Nijverdal	4:27
7	Bea Post	Athletics Nijverdal	4:30
8	Nora Lip	NOP	4:32
9	Hanna Ogink	AV '34	4:35
10	Linde Augustinus	De Gemzen	4:36
11	Lieke Markink	PEC 1910	4:37
12	Chenne van den Berg	Athlos	4:40
13	Rianne Kok	Athlos	4:41
14	Femke Panjer	AV '34	4:45
15	Esmee van de Guchte	NOP	4:46
16	Camilla Pieper	AV '34	4:48
17	Aniek Hegeman	NOP	4:50
18	Eveline Houtman	De Gemzen	4:51
19	Iris Geerling	Athlos	4:54
20	Iris Reurink	De Gemzen	5:02
21	Maartje Berkenbosch	De Gemzen	5:05
22	Ella Bartelds	Cialfo	5:06
23	Anna Sophia Padberg Ev	Athlos	5:15
24	Talitha van den Berg	AV '34	5:32

JPA1, 1000 M. PUP ABC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Dano van Mierlo	Isala '96	3:57
2	David Koning	Athlos	4:01
3	Kjell de Groot	Flevo Delta	4:08
4	Joël van den Brink	Athlos	4:12
5	Jasper van Zaanen	AV '34	4:14
6	Pieter van Wissen	Isala '96	4:16
7	Karma van Riel	AV '34	4:18
8	Fedor de Pagter	Hanzesport	4:20
9	Lex Huther	Athlos	4:21
10	Xander Stegerman	Isala '96	4:22
11	Thijs Zoon	Flevo Delta	4:24
12	Daan van Trier	De Gemzen	4:27
13	Julian ten Hove	Isala '96	4:28
14	Frederik Smits	AV '34	4:29
15	Noud van de Mast	AV '34	4:30
16	Hugo Schouten	Hanzesport	4:32
17	Karsten van Ommen	Isala '96	4:33
18	Stefan Keppels	Hanzesport	4:34
19	Jasper Meijerink	AV '34	4:35
20	Lukas Koppejan	AV '34	4:38
21	Tijn Jonker	Hanzesport	4:52
22	Imce Atmodimedio	AV '34	4:54
23	Toby Opara	PEC 1910	4:57
24	Rick Jansonius	AV '34	5:00
25	Robin van der Stege	Flevo Delta	5:04
26	Lars van der Meer	Athlos	5:06
27	Colin Bruijn	Athlos	5:10

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
28	Leroy Potkamp	De Gemzen	5:18
29	Mervin van Brakel	AV '34	5:28
30	Bram van de Mars	Cialfo	5:45
31	Thijs Coenen	Athlos	5:49

JPA2, 1000 M. PUP ABC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Julian Jansen	NOP	3:46
2	Youri Fransen	AV Zeewolde	3:52
3	Gert Tjihuis	Athletics Nijverdal	3:53
4	Owen Beuckens	NOP	3:59
5	Floris Brinkman	AV '34	4:02
6	Daan Mandemaker	AV '34	4:11
7	Joris Jansen	Isala '96	4:14
8	Jord van der Vinne	Athlos	4:15
9	Jasper Voesten	NOP	4:16
10	Job de Jager	PEC 1910	4:27
11	Juul Ogink	AV '34	4:29
12	Dirk van Dis	Flevo Delta	4:31
13	Toon Grooteboer	Athlos	4:39
14	Patrick de Jong	Athlos	4:39
15	Rick Celie	Athlos	4:41
16	Bas Westerbroek	AV '34	4:42
17	Roel van Maanen	NOP	4:44
18	Daan Homma	Flevo Delta	4:49
19	Mark Lankhaar	Athlos	4:52
20	Bjorn Hoogendoorn	Athlos	4:56
21	Wouter Janssen	Athlos	4:58
22	Robin de Hoop	AV '34	5:06
23	Nick Bohnsack	AV '34	5:09
24	Maarten Roest	De Gemzen	5:18

MD1, 1500 M. MD

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Floor Doornwaard	De Gemzen	5:52
2	Bregje Sloot	De Liemers	5:54
3	Danique de Haan	AV '34	5:57
4	Mila Koster	Isala '96	6:12
5	Sanne Cornelissen	Athletico '73	6:26
6	Charlotte Hummel	AV '34	6:30
7	Ronnee Peterink	AV '34	6:31
8	Elise Maassen	AV '34	6:39
9	Marit Houwer	NOP	6:46
10	Anne Roossink	Isala '96	6:49
11	Marrit Eleveld	AV '34	6:50
12	Mirte Mol	Hanzesport	6:51
13	Naomi Hagen	Athlos	6:52
14	Renske Bos	Athlos	6:55
15	Emma de Lange	Athlos	6:56
16	Anna van der Sluijs	Athlos	7:02
17	Sterre van Beek	AV '34	7:03
18	Eva van der Hulst	Cialfo	7:07
19	Rianne Schonewille	PEC 1910	7:24
20	Juno Ottens	AV '34	7:29
21	Tirza Tessemaker	De Gemzen	7:37
22	Alisa Gelderman	De Gemzen	7:41
23	Quinta de Vries	AV '34	7:45
24	Amber van Brakel	AV '34	7:58
25	Cinthia Hutten	AV '34	8:03

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
26	Meike Vegter	AV '34	8:11
27	Esmeé de Ruiter	De Gemzen	8:37

MD2, 1500 M. MD

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Irene Bijman	Isala '96	5:42
2	Hanna van Aalten	Athletico '73	5:50
3	Isa Vermeulen	De Liemers	5:51
4	Ilhem Tamrouti	Isala '96	5:59
5	Corean Benschop	AV '34	6:27
6	Rianne Beuling	NOP	6:40
7	Meike Roosma	Hanzesport	6:49
8	Linda van Zijst	Athlos	6:50
9	Verena van den Dikkenb	AV '34	6:51
10	Meike Mul	AV '34	6:55
11	Myrthe ten Broeke	De Gemzen	7:04
12	Liset van der Hulst	Cialfo	7:07
13	Rebecca Brink	Athlos	7:08
14	Nynke Flipse	Hanzesport	7:10
15	Isoud Ottens	Hanzesport	7:17
16	Eva de Wilde	Hanzesport	7:18
17	Floor Stefess	Hanzesport	7:19
18	Anne van Jaarsveld	Hanzesport	7:20
19	Carmèl Rozendal	De Gemzen	7:21
20	Renée Bohnsack	AV '34	7:32
21	Yoka Hubers	AV '34	7:33

JD1, 2000 M. MC/JD

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Rutger Molenkamp	Athletico '73	8:05
2	Léon Mak	De Gemzen	8:16
3	Mirko de Pagter	Hanzesport	8:23
4	Jip Steman	Hanzesport	8:31
5	Nick Storm	AV '34	8:39
6	Daan Hollander	Isala '96	8:53
7	Alex van Gemund	AV '34	8:55
8	Nick Bakker	Athlos	9:01
9	Boaz Zandgrond	AV '34	9:02
10	Olav Koning	Athlos	9:10
11	Florian Stout	AV '34	9:13
12	Melle van der Stoel	AV '34	9:15
13	Jarno Wiertsema	Flevo Delta	9:17
14	Noël Butoh	Athlos	9:23
15	Dennis Bovenkerk	PEC 1910	9:31
16	Rutger de Boer	AV '34	9:39
17	Mark Rietvelt	AV '34	9:40
18	Ruben van der Veen	Athlos	9:48
19	Niels van Triest	Cialfo	10:18
20	Sam Koelma	De Gemzen	10:21
21	Samil Sariaslan	Athlos	10:24
22	Gerben Weggeman	Athlos	10:35
23	Hidde Hendriks	Hanzesport	11:00

JD2, 2000 M. MC/JD

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Lauri Hulleman	AV '34	7:41
2	Ruben Boekelder	AVA '70	7:52
3	Stan Prinsen	AVA '70	7:54
4	Luc Beuckens	NOP	8:02

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
5	Mitchell van den Brink	AV '34	8:33
6	Rik van Ingen	AV '34	8:39
7	Ceriel Baar	Ciko '66	8:43
8	Chris Ruisch	NOP	8:56
9	Chiem Berends	AV '34	9:00
10	Rob Maas	Ciko '66	9:00
11	Jacob de Graaf	AV '34	9:02
12	Jurre Jonker	Hanzesport	9:06
13	Jarno de Groot	Flevo Delta	9:17
14	Lars Woudenberg	AV '34	9:24
15	Iska Buwalda	Flevo Delta	9:28
16	Taco van der Werff	AV '34	9:29
17	Merijn Logtenberg	PEC 1910	9:29
18	Jelle Westra	AV '34	9:30
19	Douwe Westra	AV '34	9:30
20	Robert de Jong	Athlos	9:33
21	Kjell Raaijmakers	Athlos	9:33
22	Hugo van den Berg	NOP	9:34
23	Stijn Jansonius	AV '34	9:43
24	Boudewijn Wittenberg	Hanzesport	9:52
25	Wesley de Vroome	Athlos	10:04

MC, 2000 M. MC/JD

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Eline de Jong	De Liemers	7:52
2	Eva Janssen	AV '34	7:59
3	Willemijn ter Avest	De Liemers	8:12
4	Heleen Bruintjes	NOP	8:12
5	Merel Lasschuijt	AV '34	8:13
6	Paula Spoolder	Athletics Nijverdal	8:34
7	Linde Kaspersma	De Liemers	8:35
8	Dionne Sloot	Athletico '73	8:40
9	Lisette Poen	AV '34	8:45
10	Dian Rolf	Isala '96	8:48
11	Gerber Loman	Cialfo	8:49
12	Anne Bijsterbosch	AV '34	8:51
13	Jessie Tijbout	Isala '96	8:58
14	Marit Fiechter	PEC 1910	8:59
15	Maggy Kamara	Athlos	9:02
16	Zoë Francken	PEC 1910	9:07
17	Anne Meiberg	De Gemzen	9:16
18	Hannah Koster	Isala '96	9:25
19	Melissa van Wijhe	PEC 1910	9:39
20	Fijke Timmer	AV '34	9:42
21	Rianne Zwier	AV '34	9:57
22	Charida Righolt	Athlos	10:10
23	Lieneke Stoop	AV '34	10:12
24	Elise Lankhaar	Athlos	10:13
25	Lisanne Maasland	Cialfo	10:17
26	Marye Bosboom	Cialfo	10:25
27	Anne Jansen	Isala '96	10:28
28	Floor Mulder	AV '34	10:33
29	Krista Smit	Athlos	10:48
30	Renee Temmen	Cialfo	10:49
31	Amber Jurriens	Cialfo	11:53

JC, 3500 M. JC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Ivan Feitsma	Athlos	12:54

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
2	Nout Wardenburg	AV '34	12:59
3	Cas Swienink	PEC 1910	13:29
4	Bart Maas	Ciko '66	13:33
5	Thijs van Aalten	Athletico '73	13:51
6	Martijn Pot	Hanzesport	14:02
7	Zowie ter Hove	Athletico '73	14:10
8	Luuk Vos	PEC 1910	14:33
9	Joel Plantinga	Isala '96	14:34
10	Mark van der Meulen	Isala '96	14:35
11	Matthieu van den Broek	De Gemzen	14:39
12	Nick Schreurs	AV '34	14:41
13	Lars van Surksom	PEC 1910	14:55
14	Kylian Klein Hesselink	AVA '70	15:05
15	Bram Laenen	Athlos	15:12
16	Sander Kloosterziel	PEC 1910	15:27
17	Loek Konning	Isala '96	15:40
18	Jelmer Meenhuis	Athletics Nijverdal	15:52
19	Byron de Weerd	Athlos	15:55
20	Tim te Brake	AVA '70	15:58
21	Niels van Lohuizen	De Gemzen	16:08
22	Thijs Grashuis	AV '34	17:05
23	Niek Veen	Athlos	17:05
24	Jeroen Dekker	Athlos	17:06
25	Fernando Bruntink	Hanzesport	17:12
26	Jorg Visser	Athlos	17:23
27	Jeroen Poelert	Athlos	18:20
28	Arnout Mak	De Gemzen	18:28
29	Jesco Streumer	Hanzesport	18:29
30	Wietse Hendriks	Hanzesport	18:29
31	Thijs van Baal	Flevo Delta	19:33

MB, 3500 M. MA MB

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Anouschka Schröder	Flevo Delta	15:17
2	Tessa Poen	AV '34	15:20
3	Tessa Moonen	Flevo Delta	16:13
4	Saskia Lensink	Hanzesport	16:25
5	Emma Hoes	AV '34	17:03
6	Nina Meijerink	De Gemzen	17:10
7	Diewke Slump	AV '34	18:52
8	Chanda van den Brink	AV '34	18:53

MA, 3500 M. MA MB

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Mirthe Overkamp	Hanzesport	15:15
2	Merel van der Maaten	Athlos	19:38

H MA, 5000 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jelmer de Vries	Hanzesport	17:32
2	Wouter Gijsberts	De Liemers	17:42
3	Vincent Maalderink	Hanzesport	18:09
4	Gertin Roke	ACO Van Elderen	18:45
5	Cornelis Snoek	NOP	18:53
6	Raimo Westerhof	Athlos	18:57
7	Stefan Breet	Flevo Delta	19:00
8	Wouter Foppen	Athlos	19:14
9	Rogier Koopman	NOP	19:21
10	Kevin van de Wassenber	Athlos	19:29

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
11	Alfred Rekers	PEC 1910	20:04
12	Menno Koomen	Veluwe	20:15
13	Rob Stuber	Athlos	20:58
14	Marco Gunther	Athlos	21:05
15	Erik Slagt	Loopgroep Aart Stigt	23:10

H REC, 5000 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Dennis Bout	Athlos	27:26

JB, 6000 M. JA JB

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Mark te Brake	AVA '70	21:59
2	Thijs Hubers	De Liemers	22:31
3	Jordy Dikkers	De Sprinter	22:55
4	Rubin Vos	PEC 1910	23:05
5	Thomas van Laar	Cialfo	23:18
6	Jorn Heinst	De Liemers	24:27
7	Bram de Wilde	Hanzesport	25:20
8	Mark Jansonius	AV '34	25:22
9	Jarick Stoop	Flevo Delta	25:25
10	Jurian Onderdijk	De Gemzen	27:30
11	Twan Wildeboer	PEC 1910	27:31
12	Daniël van der Stege	Flevo Delta	30:31
13	Joren Kanis	De Gemzen	31:58

JA, 6000 M. JA JB

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Daan Reintjes	De Liemers	21:16
2	Freek Lier	Daventria	21:34
3	Jens Mathijs Tijbout	Isala '96	23:47
4	Thomas Habing	Flevo Delta	24:29
5	Thomas Wamsteker	Athletics Nijverdal	25:00
6	Jan van der Gaag	AV '34	26:40

DAMES, 6000 M. VR.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Ilse Pullen	ACO Van Elderen	24:43
2	Jacolien Ruizendaal	NOP	25:51
3	Lieve Tollet	BB lopers	25:54
4	Yvonne Meijer	ACO Van Elderen	27:37
5	Fiona Markus	Veluwe	29:32
6	Kirsten Huijgen	Athlos	29:45
7	Susanne Leunk	Veluwe	31:06

D 35+, 6000 M. VR.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jacqueline Rustidge	Isala '96	23:24
2	Irma Heeren	Athlos	24:24
3	Lia Wijnberger	Ciko '66	24:54
4	Esther Tanck	Ciko '66	26:49
5	Adele Smits	LAAC Twente	28:48

D 45+, 6000 M. VR.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Berna van Eerten	Ciko '66	28:23
2	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	31:41
3	Bea Kendziorra-Beijer	Flevo Delta	32:53

D REC, 6000 M. VR.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Heidy Meyer	Harderwijk	27:03

Uitslagenlijst 4e cross Regio IJsseldelta

Harderwijk - Zaterdag 14 januari 2012

H 50+, 7500 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Henk Wolf	Spirit Lelystad	29:32
2	Dick Leseman	Ciko '66	30:32
3	Jaap Vlaming	NOP	31:21
4	Eric Kloosterziel	PEC 1910	31:43
5	Richard van den Brink	Athlos	32:19
6	Willem de Vries	NOP	33:10
7	Henk Jan Kamerbeek	De Gemzen	36:48
8	Evert Leunk	Veluwe	41:32

H REC, 7500 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Leendert-Jan van der E	Ciko '66	32:59
2	Maarten van Alphen	Ciko '66	34:59
3	Maurice Mulder	Tollebeek	36:38
4	Jurian Molenaar	NOP	36:50
5	Jan ten Hove	Isala '96	37:20
6	Rodger Lemstra	Kampen	38:33
7	Cornelis van Slooten	NOP	39:55
8	Lex Scholten	Veluwe	44:41

HEREN, 10000 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Hans Dilling	Seven Hills Running	35:04
2	Joeri Wolf	Cifla	35:43
3	Simon Visser	Isala '96	35:49
4	Ruud van der Wal	AV '34	37:21
5	Gayri Hawery	Spirit Lelystad	37:39
6	Peter Gnodde	NOP	38:45
7	Tjeerd Popkema	NOP	39:58
8	Henry Visscher	BB lopers	40:29
9	Joost Jansen	NOP	40:50
10	Jan Loosman	NOP	41:16
11	Sander Hilferink	Ciko '66	41:45
12	Edwin Boone	Isala '96	41:53
13	Diederik Verhoef	BB lopers	42:03
14	Nico de Vries	Isala '96	42:34
15	Cor van Emmerik	Cialfo	43:33
16	Leroy Olthof	BB lopers	45:10
17	Sjoerd van Hemert	Athlos	45:45

H 40+, 10000 M.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Gaby van Caulil	Ciko '66	38:28
2	Jan van Ommen	Cialfo	38:39
3	Jan Grashuis	Veluwe	39:13
4	Paul de Brie	Phanos	39:26
5	Gerrit Alkema	Athlos	40:26
6	Andre Gerth	Spirit Lelystad	42:49
7	Gerard Kroes	Cialfo	42:57
8	Willem Albers	Isala '96	43:43