

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

MPC, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Fien Molenberg	Athlos	4:42
2	Leida Naber	Flevo Delta	4:59
3	Isabel van Houweling	De Gemzen	5:03
4	Lynn Bunnik	Athlos	5:20
5	Kaylin Wierda	NOP	5:35
6	Fleur Gerrits	De Gemzen	5:38
7	Anna van Lohuizen	AV '34	5:41
8	Guusje Koning	Athlos	5:42
9	Lara van Brummelen	AV '34	5:43
10	Elise Koppejan	AV '34	5:52
11	Lilianne Beishuizen	AV '34	6:16
12	Nienke Kroes	Cialfo	6:50

JPC, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Mika van Mierlo	Isala '96	4:35
2	Silvan Jansen	NOP	4:47
3	Maikel Potkamp	De Gemzen	4:50
4	Thijs van der Maaten	Athlos	4:54
5	Kjell Hulleman	AV '34	5:02
6	Mika Naber	AV '34	5:04
7	Bram Nusmeier	Athlos	5:10
8	Tom Edelman	Athlos	5:12
9	Luuk van der Maaten	Athlos	5:16
10	Robin Timmerman	AV '34	5:18
11	Oscar van de Wetering	Cialfo	5:20
12	Koen Regelink	AV '34	5:27
13	Lars Oostenenk	AV '34	5:29
14	Thijs Oostenenk	AV '34	5:39
15	Marijn Atmodimedjo	AV '34	5:43
16	Twan Boom	AV '34	5:45
17	Timo Hanekamp	De Gemzen	5:57
18	Bas Oosterhof	De Gemzen	6:21

MPB, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Tess van Randtwijk	AV '34	4:42
2	Eva Aalders	AV '34	4:45
3	Elisa Nap	De Gemzen	4:49
4	Norya		4:50
5	Sterre Kurpershoek	Athlos	4:56
6	Indy Faassen	Flevo Delta	4:56
7	Yasmine Bouaziz	AV '34	5:09
8	Lisa Zoon	Flevo Delta	5:19
9	Jasmina Dadou	Athlos	5:19
10	Noa Boschloo	Hanzesport	5:22
11	Emma Beekman	AV '34	5:23
12	Sanne Tessemaker	De Gemzen	5:25
13	Emma van den Berg	NOP	5:34
14	Noeska van Zaanen	AV '34	5:36
15	Moir Henninger	AV '34	5:36
16	Sharon van Lambalgen	AV '34	5:39
17	Julia Telgen	AV '34	5:42
18	Gwendolyn Beishuizen	AV '34	6:04

JPB, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Soufian Tamroui	Isala '96	4:10

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
2	Jim van Emmerik	Cialfo	4:21
3	Glenn de Boer	AV '34	4:24
4	Sam van Emmerik	Cialfo	4:37
5	Timo van den Brink	Athlos	4:41
6	Thijmen Middelkamp	Athlos	4:42
7	Robin Hegeman	NOP	4:44
8	Senna Beuckens	NOP	4:45
9	Melcior Treffers	AV '34	4:52
10	Martijn van der Lecq	AV '34	5:03
11	Mees Kwakkelaar	Hanzesport	5:05
12	Daan Rijkers	Athlos	5:09
13	Jesse ten Have	Athlos	5:12
14	Thijmen Teseling	Flevo Delta	5:13
15	Tom ter Haar	NOP	5:21
16	Diederik Overeem	Cialfo	5:22
17	Lasse van der Boom	Athlos	5:23
18	Fabian Serree	Athlos	5:26
19	Finn Bute	AV '34	5:31
20	Daan Geerling	Athlos	5:35
21	Merijn Renshoff	De Gemzen	5:36
22	Rick Aartsen	Athlos	5:43
23	Robbert Janssen	AV '34	5:58
24	Victor Sauren	AV '34	6:00
25	Luc Verbrugh	Athlos	6:04
26	Bram Ganzevles	AV '34	6:05
27	Perry Breuls	AV '34	6:13
28	Stijn Sauren	AV '34	6:20
29	Koen Radstaake	AV '34	6:23

MPA1, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Estelle Bruins	AV '34	4:24
2	Milkayla van den Berg	AV '34	4:31
3	Elle van Kasteren	AV '34	4:35
4	Lieke Geerling	Athlos	4:36
5	Denise Rijnders	AV '34	4:37
6	Truus Iutolo Ndombaxi	Flevo Delta	4:37
7	Rosa Molenberg	Athlos	4:39
8	Ilse Leeraar	AV '34	4:43
9	Bente van der Stoel	AV '34	4:55
10	Mabel Rab	AV '34	4:57
11	Fabienne ten Klooster	AV '34	4:57
12	Meike van de Steeg	AV '34	4:58
13	Merijn Veltman	AV '34	5:03
14	Isa Komen	Athlos	5:04
15	Tara Brinker	Athlos	5:10
16	Nikki Bakker	AV '34	5:10
17	Tess ter Haar	Athlos	5:11
18	Iris Bredewolt	Cialfo	5:11
19	Nienke houwer	NOP	5:20
20	Merline van den Berg	Athlos	5:28
21	Janouk Kroes	Cialfo	5:30
22	Dena van Hunen	Athlos	5:32
23	Evelien van Houweling	De Gemzen	5:43
24	Eva Snijders	AV '34	5:50
25	Maureen Wind	Isala '96	5:55
26	Susanna van de Weterin	Cialfo	5:57
27	Maureen de Ruiter	De Gemzen	6:44

MPA2, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Sarah Peerik	Hanzesport	4:13

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
2	Desi van Emmerik	Cialfo	4:16
3	Minke Nijhuis	PEC 1910	4:18
4	Pien Veld	Athlos	4:18
5	Shari Vollema	Athlos	4:26
6	Sophia Mulder	AV '34	4:29
7	Veerle Mol	Hanzesport	4:43
8	Olivia Greven	Hanzesport	4:46
9	Devon de Lange	AV '34	4:48
10	Emma van Emmerik	Cialfo	4:49
11	Nienke Voesten	NOP	4:53
12	Bo Lemstra	Isala '96	4:54
13	Sofie Riezebos	AV '34	4:54
14	Laila Dadou	Athlos	4:56
15	Linde van Ingen	AV '34	4:59
16	Kirsten Wierda	NOP	5:00
17	Lois Sluijmers	Cialfo	5:02
18	Lisa Waning	Athlos	5:09
19	Myrthe Renshoff	De Gemzen	5:10
20	Virginia Houben	AV '34	5:10
21	Marieke Maasland	Cialfo	5:11
22	Vera Hakvoort	Athlos	5:14
23	Kirsten Schreurs	AV '34	5:17
24	Nienke Weggeman	Athlos	5:56
25	Tessa Hanekamp	De Gemzen	6:57
26	Eva van Alst	Athlos	7:07

JPA1, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Quint de Boer	Athlos	4:14
2	Brend Baak	Flevo Delta	4:16
3	Niek ter Haar	NOP	4:27
4	Sander Weide	De Sprinter	4:31
5	Diewert Mul	AV '34	4:33
6	Finn Muilwijk	AV '34	4:39
7	Joran Medemblik	Athlos	4:41
8	David ten Have	Athlos	4:44
9	Geert van der Hulst	Epe	4:46
10	Ike Edelman	Athlos	4:50
11	Rens van de Guchte	Athlos	4:53
12	Bas van der Horst	Athlos	4:56
13	Bas Gerrits	De Gemzen	4:57
14	Kyano Visser	Flevo Delta	4:58
15	Olivier de Weerd	Flevo Delta	5:03
16	David de Wilde	Hanzesport	5:05
17	Taco Visser	AV '34	5:14
18	Thomas Maaskant	AV '34	5:16
19	Boris Bergman	AV '34	5:16
20	Stan Drijfhout	NOP	5:22
21	Casper Timmer	Athletics Nijverdal	5:22
22	Bram Lokhorst	Cialfo	5:25
23	Robin Hoeven	Athlos	5:26
24	Laszio Doelwijt	AV '34	5:32
25	Bram Poppe	AV '34	5:34
26	Stef Schuil	Athlos	5:35
27	Jens Hanekamp	De Gemzen	5:38
28	Erik de Bruin	AV '34	5:56
29	Ton Oosterhof	De Gemzen	6:03
30	Tijmen van Bentum	Athlos	6:06
31	Teun Slijkhuis	AV '34	6:16

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
32	Wouter van Amelsvoort	AV '34	6:18
33	Jurriaan Gerresheim	AV '34	6:23
34	Nidal Belga	Athlos	6:29

JPA2, 1.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	David Koning	Athlos	3:59
2	Dano van Mierlo	Phanos	4:01
3	Kjell de Groot	Flevo Delta	4:05
4	Jasper van Zaanen	AV '34	4:12
5	Karma van Riel	AV '34	4:18
6	Noud van de Mast	AV '34	4:20
7	Jasper Meijerink	AV '34	4:22
8	Joël van den Brink	Athlos	4:24
9	Julian ten Hove	Isala '96	4:25
10	Fedor de Pagter	Hanzesport	4:26
11	Yassine Bouaziz	AV '34	4:27
12	Mischa Otten	AV '34	4:28
13	Marc van Engelen	Athlos	4:28
14	Lex Huther	Athlos	4:29
15	Frederik Smits	AV '34	4:32
16	Jonatan Otten	AV '34	4:36
17	Gijs van de Wetering	Cialfo	4:42
18	Karsten van Ommen	Isala '96	4:44
19	Imre Atmodimedio	AV '34	4:45
20	Lukas Koppejan	AV '34	4:49
21	Thijs Zoon	Flevo Delta	4:51
22	Tijn Jonker	Hanzesport	4:52
23	Rick Jansonius	AV '34	5:00
24	Thimon van Hunen	Athlos	5:03
25	Julian van Zijst	Athlos	5:17
26	Colin Bruijn	Athlos	5:17
27	Lars van der Meer	Athlos	5:44
28	Matthijs Slot	Athlos	5:59
29	Thijs Coenen	Athlos	6:52

MD1, 1.500M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Bente Wagenveld	Atverni	6:04
2	Fleur Tijmes	Isala '96	6:14
3	Brynn Wagenveld	Atverni	6:18
4	Kaylee de Boer	AV '34	6:26
5	Iris Hagemeijer	AV '34	6:33
6	Bea Post	Athletics Nijverdal	6:39
7	Anna Molenberg	Athlos	6:43
8	Nora Lip	NOP	6:43
9	Rianne Kok	Athlos	6:44
10	Lianne Vink	Isala '96	6:45
11	Chenne van den Berg	Athlos	6:59
12	Hanna Ogink	AV '34	6:59
13	Femke Panjer	AV '34	7:04
14	Amy Dondorp	Athlos	7:09
15	Iris Geerling	Athlos	7:11
16	Tessa Meesters	Athletics Nijverdal	7:11
17	Moniek Timmer	Athletics Nijverdal	7:12
18	Kiara Derksen	AV '34	7:13
19	Yara Telgenkamp	Athletics Nijverdal	7:15
20	Linde Augustinus	De Gemzen	7:16
21	Jill Ivens	AV '34	7:23

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
22	Eveline Houtman	De Gemzen	7:29
23	Aniek Hegeman	NOP	7:30
24	Madelief Kwakkelaar	Hanzesport	7:49
25	Sabien Lieveense	Athlos	8:04
26	Iris Reurink	De Gemzen	8:08
27	Camilla Pieper	AV '34	8:15
28	Anna van Eijk	AV '34	8:17
29	Talitha van den Berg	AV '34	8:24

MD2, 1.500M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Bregje Slood	De Liemers	5:26
2	Floor Doornwaard	De Gemzen	5:41
3	Kyra Keurentjes	De Liemers	5:47
4	Danique de Haan	AV '34	5:53
5	Elke Pronk	Athletics Nijverdal	5:56
6	Milou Mattijssen	De Liemers	6:23
7	Linde Klein Nibbelink	AVA '70	6:25
8	Mila Koster	Isala '96	6:26
9	Danique Derkx	AV '34	6:33
10	Esmee ten Berk de Boer	AV '34	6:35
11	Sanne Cornelissen	Athletico '73	6:38
12	Maud Lodder	Athlos	6:39
13	Emma de Lange	Athlos	6:41
14	Elise Maassen	AV '34	6:53
15	Renske Bos	Athlos	6:56
16	Jasmijn Kwakkelaar	Hanzesport	7:02
17	Eva van der Hulst	Cialfo	7:21
18	Tirza Tessemaker	De Gemzen	7:38
19	Marit Hanekamp	De Gemzen	7:58
20	Cinthia Hutten	AV '34	8:06
21	Mirte Mol	Hanzesport	8:12
22	Esmeé de Ruiter	De Gemzen	9:23

JD1, 2.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Youri Fransen	Athlos	7:48
2	Gert Tijhuis	Athletics Nijverdal	7:56
3	Floris Brinkman	AV '34	7:57
4	Tijmen Bouw	AV '34	8:02
5	Julian Jansen	NOP	8:04
6	Owen Beuckens	NOP	8:05
7	Robin Boersma	NOP	8:41
8	Mees Veldboom	De Sprinter	8:55
9	Joris Jansen	Isala '96	8:57
10	Juul Ogink	AV '34	9:02
11	Bjorn Rossel	AVA '70	9:10
12	Ivar Gielen	AV '34	9:13
13	Robin de Hoop	AV '34	9:19
14	Jord van der Vinne	Athlos	9:20
15	Toon Grooteboer	Athlos	9:24
16	Nick Bohnsack	AV '34	9:29
17	Bas van Hoeflaken	AV '34	9:33
18	Patrick de Jong	Athlos	9:39
19	Roel van Maanen	NOP	9:40
20	Bas Westerbroek	AV '34	9:42
21	Jasper Voesten	NOP	9:59
22	Steven Hanekamp	De Gemzen	10:00
23	Mees Prinsen	AVA '70	10:17

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
24	Wouter Janssen	Athlos	10:22
25	Ruud Pul	De Gemzen	11:25

JD2, 2.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jippe Lasschuijt	AV '34	7:45
2	Rutger Molenkamp	Athletico '73	7:49
3	Mirko de Pagter	Hanzesport	8:05
4	Jip Steman	Hanzesport	8:06
5	Léon Mak	De Gemzen	8:21
6	Noël Butoh	Athlos	8:24
7	Alex van Gemund	AV '34	8:43
8	Daan Hollander	Isala '96	8:44
9	Rutger de Boer	AV '34	8:45
10	Julian Vos	PEC 1910	8:57
11	Nick Bakker	Athlos	8:59
12	Olav Koning	Athlos	9:02
13	Pepijn Manschot	AV '34	9:03
14	Eric Jan Wind	Isala '96	9:05
15	Boaz Zandgrond	AV '34	9:08
16	Melle van der Stoel	AV '34	9:19
17	Jarno Wiertsema	Flevo Delta	9:23
18	Florian Stout	AV '34	9:24
19	Niels van Triest	Cialfo	9:26
20	Mark Rietvelt	AV '34	9:34
21	Hidde Hendriks	Hanzesport	10:13
22	Samil Sariaslan	Athlos	10:35

MC, 2.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Irene Bijman	Isala '96	7:39
2	Ilhem Tamrouiti	Isala '96	7:51
3	Merel Loomans	Athletics Nijverdal	7:56
4	Heleen Brintjes	NOP	8:27
5	Willemijn Wilms	AV '34	8:33
6	Eva Janssen	AV '34	8:50
7	Dian Rolf	Isala '96	8:52
8	Celine Fluit	AV '34	8:57
9	Lisette Poen	AV '34	9:06
10	Corean Benschop	AV '34	9:06
11	Jethel Bos	De Gemzen	9:06
12	Imre Blijleven	AV '34	9:13
13	Maggy Kamara	Athlos	9:23
14	Nynke Flipse	Hanzesport	9:24
15	Erinn Waanders	De Gemzen	9:38
16	Linda van Zijst	Athlos	9:42
17	Maaïke Past	AV '34	9:42
18	Elise Lankhaar	Athlos	9:42
19	Meike Roosma	Hanzesport	9:43
20	Verena van den Dikkenb	AV '34	9:53
21	Eva de Wilde	Hanzesport	9:56
22	Lisanne Maasland	Cialfo	10:02
23	Norwien Bruinsma	Athletics Nijverdal	10:12
24	Mandy Bagerman	De Gemzen	10:16
25	Femke van Dalßen	De Gemzen	10:19
26	Renee Temmen	Cialfo	11:20

JC, 3.500M JC

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Cas Swienink	PEC 1910	13:18

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
2	Joël Plantinga	Isala '96	13:19
3	Zowie ter Hove	Atletico '73	13:33
4	Stan Prinsen	AVA '70	13:37
5	Lauri Hulleman	AV '34	13:46
6	Nick Schreurs	AV '34	13:56
7	Luc Beuckens	NOP	13:58
8	Roy van Os	Atletics Nijverdal	14:07
9	Rik Reijers	Atletico '73	14:38
10	Mathijs Weijkamp	Atletico '73	14:41
11	Stijn Tromp	De Gemzen	15:20
12	Jeroen Dekker	Athlos	15:26
13	Jurre Jonker	Hanzesport	15:26
14	Jorg Visser	Athlos	15:27
15	Iska Buwalda	Flevo Delta	15:39
16	Thijs Grashuis	AV '34	15:43
17	Chiem Berends	AV '34	15:52
18	Jeroen Poelert	Athlos	15:55
19	Rik van Ingen	AV '34	16:10
20	Jacob de Graaf	AV '34	16:29
21	Jelle Westra	AV '34	16:36
22	Jarno de Groot	Flevo Delta	16:37
23	Wilco Jonker	De Gemzen	16:49
24	Kjell Raaijmakers	Athlos	16:57
25	Jop van Hoeflaken	AV '34	17:09
26	Arnout Mak	De Gemzen	17:12
27	Noah van Stralen	Athlos	17:14
28	Douwe Westra	AV '34	17:17
29	Robert de Jong	Athlos	17:17
30	Jesco Streumer	Hanzesport	18:12
31	Stijn Jansonius	AV '34	18:16

MA, 3.500M MB+MA

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Mirthe Overkamp	Hanzesport	14:48
2	Fleur Baljet	Horror	14:58
3	Saskia Lensink	Hanzesport	15:10
4	Lotus Westerhof	Athlos	15:58
5	Eef Verwey	Athlos	17:31
6	Lane Reckman	Athlos	20:24

MB, 3.500M MB+MA

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Eline de Jong	De Liemers	13:42
2	Marleen Stoel	Isala '96	14:11
3	Marije Dankelman	ACO Van Elderen	14:37
4	Beele Pronk	Atletics Nijverdal	14:43
5	Gerber Loman	Cialfo	15:36
6	Anne Graumans	Flevo Delta	15:46
7	Anne-Wikke Verbaan	Athlos	15:49
8	Nina Meijerink	De Gemzen	15:59
9	Annelies Breet	Flevo Delta	17:04
10	Anne Meiberg	De Gemzen	17:43

MKRT, 5.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Raimo Westerhof	Athlos	18:06
2	Kevin van de Wassenber	Athlos	18:18
3	Stefan Breet	Flevo Delta	18:19
4	Jens Tybout	Isala '96	19:04

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
5	Rob Stuber	Athlos	19:12
6	Jarno Westerhof	Athlos	19:41
7	Marco Gunther	Athlos	20:10
8	Jan van der Gaag	AV '34	20:39
9	René Konings	Flevo Delta	22:51

M35KT, 5.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Gerard Kroes	Cialfo	18:37
2	Joost Jansen	NOP	18:42
3	Nico de Vries	Isala '96	19:00
4	Maurice Mulder	NOP	20:21
5	Eugene Olgers	NOP	21:01
6	Kest Beuckens	Emmeloord	21:04
7	Berthram Mak	De Gemzen	22:16
8	Wilbert Mazereeuw	Urk	24:01

JA, 6.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jordy Dijkers	PEC 1910	21:21
2	Thomas van Laar	PEC 1910	22:12
3	Ronald Warmels	AV '34	22:25
4	Jurian Onderdijk	De Gemzen	25:49

V-35, 6.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Laura Morren	Athlos	28:21
2	Karin Hijmans	Flevo Delta	31:35
3	Denise Mazereeuw	Urk	33:45

V40-9, 6.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jacqueline Rustidge	Isala '96	23:11
2	Giny dunnewind	ACO Van Elderen	27:27
3	Agnes Olgers	NOP	28:55
4	Anna Mazereeuw	Urk	33:45

V50+, 6.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Greet Vrijbloed	Isala '96	28:02
2	Bea Kendziorra-Beijer	Flevo Delta	31:15
3	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	31:43

JB, 6.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Ivan Feitsma	Athlos	21:32
2	Rubin Vos	PEC 1910	21:45
3	Thijs van Aalten	Atletico '73	22:18
4	Jorn Heinst	De Liemers	22:32
5	Dani Kugathanan	AVA '70	22:44
6	Bram Tolkamp	AVA '70	23:31
7	Mark Jansonius	AV '34	24:23
8	Dirk Mulleman	Atletico '73	25:51
9	Twan Wildeboer	PEC 1910	25:53
10	Lars van Surksom	PEC 1910	26:36
11	Nick Marsman	ACO Van Elderen	26:47
12	Joren Kanis	De Gemzen	26:49
13	Niels van Lohuizen	De Gemzen	26:55
14	Tim te Brake	AVA '70	27:52

Uitslagenlijst 3e cross IJsseldelta crosscompetiti

Harderwijk - Zaterdag 12 januari 2013

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
15	Niek Veen	Athlos	28:01
16	Rolf van der Hulst	Cialfo	28:42

H50-9, 7.500M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Jaap Vlamming	NOP	30:37
2	Geert de Lange	Athlos	32:18
3	Paul van den Berg	Athlos	32:27
4	Willem de Vries	NOP	32:30
5	Henk Hagen	Athlos	34:34

H60+, 7.500M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Cees Weeda	Veluwe	30:00
2	Sytse Faber	NOP	38:23

H-35, 10.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Ruud van der Wal	AV '34	35:16
2	Koen Henkes	Running2000	36:37
3	André Knol	Athlos	37:21
4	Jan Willem Hagen	Athlos	38:14
5	Jan Loosman	NOP	39:15
6	Jeroen Celie	Athlos	40:01
7	Jan Sinke	NOP	40:04
8	Sjoerd van Hemert	Athlos	44:13

H35-9, 10.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Shayne Rookhuizen	Veluwe	35:52
2	Janko van Arken	De Gemzen	42:59
3	Bart Verbraak	De Meern	44:19

H40+, 10.000M

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Johan Meijer	Flevo Delta	41:47
2	Gerard van Arendonk	Flevo Delta	43:26
3	Tjeerd de Jong	Lelystad	47:20
4	Paul Lebouille	Almere	47:20
5	Theo Baljon	Ciko '66	50:44