

Uitslagenlijst Mildamcross

Mildam - Zaterdag 3 december 2022

VROUW, 5 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Claudette Ritsema	Mildam	18:55	18:54
2	Aafke soet	Heerenveen	19:25	19:21
3	Lisanne de Jong	Drachten	21:09	21:06
4	Vera Keidel	Impala	21:39	21:33
5	Liesbeth Hiddema	Jirnsum	22:04	22:01
6	Anniek de Jong	Joure	22:23	22:22
7	Simone Westerbeek	Heerenveen	22:49	22:49
8	Mirte van Zessen	Heerenveen	24:00	23:55
9	Eva Brandsma	AV Heerenveen	24:19	24:17
10	Marije van Achteren	Drachten	24:28	24:23
11	Nicole Grondhuis	AV Heerenveen	25:34	25:30
12	Feinette Brouwer	Gorredijk	25:54	25:39
13	Priscilla vlak	Heerenveen	26:07	26:03
14	Larissa Meier	Oranjewoud	26:48	26:35
15	Wendy Jongedijk	AV Heerenveen	27:10	27:03
16	Jolanda van de Graaf	Impala	27:51	27:45
17	Anita Hettinga	Rottum Fr	28:59	28:44
18	Nathalie Wubs-Gerritsen	Impala	29:06	28:52
19	Adri Sluis	Mildam	30:42	30:32
20	Gepke Veenstra	Hoornsterzwaag	32:28	32:16
21	Margriet Nolles - de Boer	Oudehorne	47:40	13:34

MAN, 5 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Siebert Nutma	Loopgroep Hugo Veenker	16:18	16:18
2	Lars van zessen	Heerenveen	16:28	16:28
3	Robin van Onna	Impala	16:30	16:28
4	Romke Wielstra	Loopgroep Hugo Veenker	17:36	17:36
5	Floris Swart	AV Heerenveen	17:50	17:42
6	Rens Koster	Ruinerwold	18:12	18:11
7	Ronnie Jeeninga	AV Heerenveen	18:59	18:59
8	Hidde terpstra	Impala	20:08	20:06
9	Ruben Visser	AV Heerenveen	20:23	20:10
10	Job Hoogteijling	Loopgroep Hugo Veenker	20:26	20:26
11	Hielke Jonker	LSV Invictus	20:27	20:26
12	Jasper Slot	AV Heerenveen	20:28	20:15
13	Sander Vondeling	Drachten	22:14	22:14
14	Jelle Soet	Groningen	22:33	22:29
15	Kobus Jonker	Jubbega	22:37	22:35
16	Arie Van der Steen	Bontebok	22:50	22:44
17	Wytse beetstra	Drachten	23:16	23:12
18	Pieter van der Bij	Friesland	23:39	23:35
19	Lars Veldman	Heerenveen	23:47	23:32
20	Jouke Hilverda	Heerenveen	23:53	23:36
21	Fokke Draaijer	Lionitas	23:56	23:52
22	Marcel Niemeijer	Bolsward	23:57	23:41
23	Durk Bouma	Oppenhuizen	23:58	23:55
24	Wim van der Meulen	Lionitas	24:12	24:01
25	Erik Schokker	Gorredijk	24:22	24:15
26	Robin pryke	AAA	25:01	24:58
27	Henkie Bakker	Nieuwehorne	25:08	24:59
28	Audrius hijlkema	Weidum	26:07	26:03
29	Klaas Jitze van der ploeg	Lemmer	28:02	27:45
30	Edwin Bakker	Nieuwehorne	28:31	28:17
31	Bouke Krist	Heerenveen	28:44	28:37
32	Luuk de Vries	Mildam	37:12	37:10

VROUW, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Evelien van Zwol	Nieuwehorne	43:04	43:02

Uitslagenlijst Mildamcross

Mildam - Zaterdag 3 december 2022

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Ilona Hoeksma	AV Heerenveen	44:53	44:52
3	Suzanne van Gelder	AV Heerenveen	47:07	47:01
4	Anita Talman	Langezwaag	47:09	47:08
5	Dieuwke Blaauw	Oudehaske	47:49	47:46
6	Maartje Roos	AV Heerenveen	47:58	47:54
7	Hellen Boonstra-Drost	AV Heerenveen	48:42	48:37
8	Jikke van den berg	AV Heerenveen	49:28	49:25
9	Marianne Nieuwland	Nieuwehorne	49:38	49:34
10	Sietske Leenstra	AV Heerenveen	49:54	49:51
11	Fardau Anjema	Indijk	49:55	49:38
12	Marion Kanbier	Groningen Atletiek	50:04	50:00
13	Willemien van der Kruijt	Impala	50:08	49:58
14	Tineke van der Meer	Heerenveen	50:50	50:36
15	Judith van Tongeren	Mildam	51:51	51:45
16	Geeske Sterkenburgh	Almere '81	52:12	52:08
17	Britt Veltman	Terkaple	52:28	52:12
18	Gerrie van der Meer	AV Heerenveen	52:52	52:38
19	Renie Plantinga	Heerenveen	53:45	53:32
20	Wilma Stelpstra	Leeuwarden	53:57	53:52
21	Alinda Kombrink	Oudehaske	56:22	56:12
22	Susan de Leeuw	Heerenveen	57:50	57:42
23	Saskia Witteveen	Start '78	57:51	57:42
24	Kiki Boomgaard	De Knipe	58:34	58:27
25	Janny Eringa	Surhuisterveen	59:06	58:59
26	Elles Bolt	AV Heerenveen	59:21	59:16
27	Jetske Oenema	AV Heerenveen	59:29	59:16
28	Inge Helder	AV Heerenveen	1:00:28	1:00:19
29	Tineke van Berkum	AV Heerenveen	1:00:54	1:00:45
30	Jeannette Schram-Moll	Wolvega	1:01:13	1:01:04
31	Monique de Jong	Lionitas	1:01:37	1:01:31
32	Tea Busstra	Lionitas	1:02:26	1:02:18
33	Anja Woudstra	Oudehaske	1:04:02	1:03:50
34	Henriette Keun	Oudehaske	1:04:02	1:03:49
35	Fardouw Oenema	Groningen Atletiek	1:04:04	1:03:51
36	Fardau Buter	Mildam	1:04:04	1:03:48
37	Dieuwke van der Honing	Lionitas	1:05:42	1:05:33
38	Wilma Feenstra	Workum	1:07:50	1:07:36

MAN, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Wilko Bakker	Horror	35:29	35:29
2	Tsjomme Ozinga	AV Heerenveen	36:02	36:02
3	Michiel Hornstra	Gorredijk	37:45	37:45
4	Iwan de Jong	Jirnsum	37:47	37:47
5	Sijbrand Sterkenburgh	Haslev	38:24	38:23
6	Jetze Reijenga	Lippenhuizen	38:30	38:29
7	Wouter Keuning	Heerenveen	38:35	38:34
8	Henri Veldman	AV Heerenveen	38:36	38:36
9	Anne de Jong	Drachten	40:04	40:04
10	Erik Jan Rodenhuis	AV Heerenveen	40:20	40:18
11	Rick van Gerwen	De Knipe	40:22	40:21
12	Sjors Pijlman	Wolvega	41:22	41:18
13	Lammert van der Veen	Drachten	41:39	41:37
14	Leonard Smit	Terwispel	41:44	41:42
15	Paco van der Reijden	Heerenveen	41:45	41:44
16	Gearard Posthumus	AV Heerenveen	42:19	42:18
17	Harmen Jorritsma	AV Heerenveen	42:55	42:53
18	Samme Steenstra	AV Heerenveen	42:55	42:54
19	Ruurd Dijkstra	Heerenveen	43:17	43:16

Uitslagenlijst Mildamcross

Mildam - Zaterdag 3 december 2022

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
20	Andres Faber	AV Heerenveen	44:10	44:06
21	Jan Piet Herder	Nieuwehorne	44:28	44:21
22	Lieuwe Schotanus	Joure	44:31	44:29
23	Remco Klinker	AV Heerenveen	44:58	44:46
24	Sander Kraak	AV Heerenveen	45:04	45:01
25	Sander van Kammen	Boornbergum	45:09	45:02
26	Pieter-Jan Kooi	Loppersum	45:14	45:13
27	Klaas Sietse Van der Wal	Buitenpost	45:16	45:14
28	Erik Mennega	Heerenveen	46:17	46:16
29	Jaap van der Leij	Heerenveen	46:18	46:15
30	Simon Schram	Meppel	46:45	46:36
31	Fedde Steenstra	Joure	47:01	46:59
32	Abe Glazema	AV Heerenveen	47:09	47:04
33	Sander Holterman	AV Heerenveen	47:13	47:08
34	Peter Van der Honing	Oldeberkoop	47:34	47:25
35	Herman Rotteveel	Gorredijk	47:54	47:48
36	Han Postma	AV Heerenveen	47:57	47:53
37	André Kort	Heerenveen	48:04	47:53
38	Meine Hoitsma	Friesland	48:08	48:06
39	René Deems	Wolvega	48:10	48:05
40	Janco van Esch	Heerenveen	48:16	48:09
41	Jildert Heida	Terwispel	48:28	48:14
42	Andrew Guest	Sneek	48:47	48:45
43	Martin de Groot	Joure	48:48	48:45
44	Koen van Wijk	Gorredijk	48:56	48:49
45	Willem Biemolt	Friesland	48:58	48:46
46	Jan Uiterwijk	Mildam	49:01	49:01
47	Daryanto Jongman	Sint Nicolaasga	49:57	49:40
48	Harm Zijlstra	AV Heerenveen	49:58	49:53
49	Wiebe van der Hoek	Heerenveen	50:01	49:48
50	Adrie Hoks	Joure	50:18	50:09
51	Schelte Dirksma	Wolvega	50:29	50:20
52	Sytze Jonker	Terwispel	50:35	50:30
53	Fré Adema	AV Heerenveen	50:39	50:34
54	Johan van Noordenburg	AV Heerenveen	50:43	50:33
55	Michel Heerschop	AV Heerenveen	50:54	50:44
56	Alfons Dooper	AV Heerenveen	51:16	51:12
57	Rudy Miedema	AV Heerenveen	51:17	51:10
58	Cor Wetting	Lionitas	51:52	51:49
59	Eric Bosch	Surhuisterveen	51:59	51:52
60	Siebren Bosma	AV Heerenveen	52:11	52:05
61	Murk Aukema	Heerenveen	52:12	52:09
62	Johan visser	Sint Nicolaasga	52:17	52:00
63	Herman ten Hoor	Ureterp	52:17	52:08
64	Douwe Plantinga	Heerenveen	52:24	52:09
65	Joop Lusthof	Lionitas	52:36	52:18
66	Ronald Staal	Heerenveen	53:16	53:03
67	Marc Hofma	Joure	54:10	54:01
68	Pieter van Dijk	AV Heerenveen	54:32	54:27
69	Johan Beintema	Friesland	54:50	54:35
70	Ed Velderman	Friesland	55:09	54:59
71	Gerrit van der Heide	Terwispel	55:57	55:50
72	Harmen de Boer	AV Heerenveen	56:05	55:55
73	Paul Pultrum	Luxwoude	56:16	56:11
74	Burghard Kombrink	Oudehaske	56:22	56:13
75	Halbe Huitema	AV Heerenveen	56:54	56:40
76	Jacob Visser	AV Heerenveen	56:58	56:50
77	Ronnie Bakker	Heerenveen	57:03	56:53
78	Fedde Veenstra	Hoorsterzwaag	58:08	57:58

Uitslagenlijst Mildamcross

Mildam - Zaterdag 3 december 2022

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
79	Jaap Meijering	Roden	1:00:00	59:54
80	Hans Nagtegaal	Friesland	1:01:38	1:01:23
81	Riekele Heida	AV Heerenveen	1:02:22	1:02:07
82	Nico Sikkes	AV Heerenveen	1:02:22	1:02:14
83	Taeke Boersma	Grootegast	1:04:04	1:03:51
84	Febo Perdok	AV Heerenveen	1:04:48	1:04:37
85	Arjan van den Berg	Workum	1:05:41	1:05:28
86	Jan Feenstra	Workum	1:07:50	1:07:36
87	Wieger G Klijnstra	AV Heerenveen	1:12:31	1:12:13