

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

MAN, 5 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Siebert Nutma	Loopgroep Hugo Veenker	18:53	18:52
2	Martijn Toering	Lionitas	19:29	19:28
3	Daniel Lammers	Lemmer	20:08	20:06
4	Jacob van der Ploeg	Damwald	21:40	21:38
5	Tijmen Groenendal	AV Heerenveen	22:10	22:09
6	Stef Henze	Lemmer	24:14	24:12
7	Wieger Schotanus	Balk	24:18	24:13
8	Jasper Slot	AV Heerenveen	24:37	24:35
9	Remko van der Heide	Heerenveen	24:49	24:46
10	Pieter van der Bij	Athleta	25:51	25:49
11	Liam Buitendijk	AV Heerenveen	26:22	26:20
12	Janco van Esch	Heerenveen	26:34	26:27
13	Arjan Siebers	Groningen	27:25	27:19
14	Gerard Broekema	Drachten	27:57	27:53
15	Gerrit Heerma	Heerenveen	28:03	27:56
16	Bronger Hekkema	Heerenveen	29:18	29:12
17	Carsten Steijsiger	Heerenveen	29:26	29:19
18	Lay Phyu Win	Heerenveen	29:33	29:28
19	Hugo Kramer	Heerenveen	31:21	31:13
20	Minne Dijkstra	AV Heerenveen	34:20	34:16

VROUW, 5 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Liesbeth Steenberg	Horror	24:10	24:09
2	Jildou Hoogland	Oudehaske	25:04	25:01
3	Cornelieke de Jong	Heerenveen	25:41	25:40
4	Robyn Hagenaar	Heerenveen	26:17	26:10
5	Maartje Noordhuis	Heerenveen	27:03	26:59
6	Eline Buitendijk	AV Heerenveen	27:05	27:03
7	Sandra Kalf	Heerenveen	27:17	27:13
8	Lotte Risselada	Dokkum	27:34	27:31
9	Greetje Risselada	Heerenveen	27:46	27:43
10	Ellen Bruins	Heerenveen	28:47	28:41
11	Jelena Otten	Heerenveen	29:37	29:32
12	Deborah Thode	Wolvega	30:27	30:21
13	Renske Van Mossel	Heerenveen	30:28	30:21
14	Evelyn Bosma	Groningen	30:58	30:52
15	Else Ritzema-de Vries	Heerenveen	31:03	30:59
16	Froukje de Graaf	Heerenveen	31:20	31:12
17	Esmee Overwijk	Heerenveen	31:27	31:21
18	Cecilia Veld	Heerenveen	31:27	31:21
19	Bianca Breeuwmsma	Heerenveen	31:30	31:25
20	Jorien de Vries	Heerenveen	31:38	31:35
21	Helen de Lange	Friesland	31:59	31:55
22	Annalize Meindertsma	Heerenveen	32:07	32:04
23	Annemieke Hegie-Dijkstra	Wolvega	32:24	32:21
24	Marijke Stegink	Langezwaag	32:25	32:21
25	Véra Ypma	Bolsward	32:36	32:30
26	Annemieke de Boer	Bolsward	32:38	32:32
27	Fenna Bodewes	Heerenveen	33:35	33:34
28	Julia Klinker	Heerenveen	33:35	33:34
29	Janneke Postma	Heerenveen	34:52	34:49
30	Esther Wolters	Zwolle	35:01	34:56
31	Jente Kallenkoot	Rutten	35:30	35:23
32	Hannah Boonstra	Heerenveen	38:47	38:42
33	Karin Veenhuis	Heerenveen	46:46	46:38

MAN, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Michiel Hornstra	Gorredijk	36:18	36:17

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Steven Oostindie	Nijensleek	36:28	36:26
3	Bram Jochemsen	Eelde	37:39	37:38
4	Jorrit Smid	Gorredijk	38:05	38:02
5	Patrick Postma	AV Heerenveen	38:45	38:43
6	Sipke Schaap	Lemmer	39:14	39:12
7	Kevin de Kroon	Heerenveen	39:41	39:38
8	Eelke de Jong	Heerenveen	40:49	40:47
9	Tom Best	Wolvega	41:55	41:50
10	Feike Dijkstra	Sintjohannesga	42:11	42:03
11	Jaap Broers	Hera	42:37	42:36
12	Harold Brouwer	Heerenveen	43:45	43:40
13	Immanuel van Deenen	Utrecht	44:17	44:12
14	Jasper Rense	Heerenveen	46:13	46:07
15	Jeroen de Graaf	Drachten	46:46	46:38
16	Hielke Kootstra	Steenwijkerwold	48:25	48:00
17	Jan Julius Buwalda	Heerenveen	48:26	48:21
18	Stefan Zijlstra	Lemmer	48:44	48:42
19	Russell Fenwick	Wolvega	48:45	48:37
20	Fré Adema	AV Heerenveen	49:14	49:11
21	Gerard Postma	Nijemirdum	51:16	51:10
22	Johan van Noordenburg	AV Heerenveen	51:24	51:18
23	Ronald Bouma	Heerenveen	51:49	51:35
24	Jan Palma	Oentsjerk	52:00	51:53
25	Ronald Staal	Heerenveen	52:16	52:07
26	Jan Niestijl	Groningen	52:57	52:41
27	Sjef Damhuis	Steenwijkerwold	53:43	53:33
28	René Arntz	Loopgroep Hoorn	53:46	53:32
29	Wytse Beetstra	Drachten	54:02	53:41
30	Pieter van Dijk	AV Heerenveen	54:10	54:04
31	Mathijs Rutten	Beetsterzwaag	55:46	55:41
32	Jort van Ast	Rotsterhaule	57:43	57:35
33	Wiebren Spieker	De Knipe	58:10	57:53
34	Sjoerd Lei	Heerenveen	58:30	58:16
35	Taede Weidenaar	Heerenveen	58:31	58:17
36	Robin Pryke	AAA	58:32	58:11
37	Domien Mulder	Friesland	1:00:08	59:55
38	Bas Bosscher	Heerenveen	1:00:45	1:00:34
39	Chris Vrugink	Buitenpost	1:02:43	1:02:32
40	Wouter Sierdsma	Jubbega	1:03:54	1:03:47
41	Bram Molenaar	AV Heerenveen	1:05:31	1:05:18
42	Arjen Visser	Sneek	1:08:25	1:08:04
43	Anne Visser	Sneek	1:08:25	1:08:05
44	Job Hoogteijling	Loopgroep Hugo Veenker	1:09:37	1:09:17

VROUW, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Ytjanda Sloot	Lionitas	44:21	44:19
2	Dieuwke Blaauw	Heerenveen	48:20	48:17
3	Startnummer 301	Horror	48:58	48:53
4	Sandra Bierma	Heerenveen	49:05	49:02
5	Gerrie van der Meer	AV Heerenveen	51:25	51:17
6	Annika Zijlstra	Langelille	53:17	53:05
7	Tina Veenstra	HUGO Hardloopgroep	54:21	54:10
8	Martha Klarenbeek	Nieuwehorne	55:48	55:40
9	Betty Buist	AV Heerenveen	57:18	57:11
10	Silvia Arntz	Loopgroep Hoorn	57:39	57:25
11	Bea Tiemersma	Joure	57:45	57:32
12	Sandra Postma	Sint Nicolaasga	58:42	58:29
13	Regina Hellinga	Joure	58:43	58:30

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
14	Sippie Roukema	AV Heerenveen	58:52	58:39
15	Henriette Kuiper	Oudehome	58:58	58:42
16	Karin van der Zee	AV Heerenveen	59:09	58:59
17	Marianne Den Boer	Heerenveen	59:21	59:09
18	Jeannette Schram-Moll	Wolvega	1:00:14	59:59
19	Kirsten Eijgenhuijsen	Wolvega	1:01:59	1:01:52
20	Thea Noord	Drachten	1:02:43	1:02:32
21	Karin Raadsveld	Sneek	1:03:27	1:03:17
22	Christine Teijema	AV Heerenveen	1:03:52	1:03:39
23	Alinda Krikke	Wolvega	1:04:09	1:03:54
24	Setske Sauermann	Dokkum	1:08:38	1:08:19
25	Hilde Feenstra	Loopgroep Hugo Veenker	1:09:36	1:09:17

MAN, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Hendrik Oosterhoff	Triathlon	1:07:00	1:06:57
2	Ruurd Dijkstra	Heerenveen	1:09:23	1:09:20
3	Andres Faber	AV Heerenveen	1:14:32	1:14:29

M35, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Riekele Kobes	Friesland	56:09	56:08
2	Jan sytze Jonker	AV Heerenveen	57:23	57:22
3	Vincent Huiting	Valduggia	1:01:15	1:01:13
4	Jan Pieter Lunenburg	Friesland	1:09:55	1:09:53
5	Sander Holterman	AV Heerenveen	1:14:16	1:14:12
6	Bjorn Heutink	Heerenveen	1:15:01	1:14:52
7	Arjen Wassenaar	Dronryp	1:15:58	1:15:43
8	Menne Valk	Snakkerburen	1:15:59	1:15:44
9	Tijn van Esch	Elahuizen	1:21:24	1:21:20
10	Jacob van Dijk	Leeuwarden	1:21:39	1:21:21
11	Gosse Braaksma	Hurdegaryp	1:22:51	1:22:34
12	Stefan ter Wijlen	Emmeloord	1:26:19	1:26:15
13	Jan van der Eijk	's-Gravenhage	1:27:54	1:27:46
14	Bart Sternsdorff	Beetsterzwaag	1:35:02	1:34:46

M45, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Karim Pastoor	Langezwaag	1:04:45	1:04:43
2	Edwin Eijgelaar	AV Heerenveen	1:05:27	1:05:25
3	Wiebe Koopmans	Sneek	1:10:11	1:10:07
4	Carlos Fidalgo	De Knipe	1:10:56	1:10:51
5	Nelis Tang	Langezwaag	1:14:57	1:14:53
6	Frans de Graaf	Nijeveen	1:18:46	1:18:39
7	Jan Van Der Werf	Oentsjerk	1:23:46	1:23:39
8	Johan Feenstra	Horror	1:25:37	1:25:27
9	Bas de Best	Horror	1:26:04	1:25:54
10	Heico Visser	Heerenveen	1:27:36	1:27:22
11	Patrick Born	Bolsward	1:55:42	1:55:26

M55, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Chris Draijer	Impala	1:11:23	1:11:21
2	Wilco Berga	Terwispel	1:11:40	1:11:38
3	Rudy Miedema	AV Heerenveen	1:19:08	1:18:58
4	Jan Koehoorn	Sneek	1:26:03	1:25:53
5	Ronald de Lange	Horror	1:26:03	1:25:55
6	Klaas Jan Wiersma	Oppenhuizen	1:26:03	1:25:54
7	Murk Postma	Oudehaske	1:28:08	1:28:03

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
8	André Bär	Lionitas	1:28:24	1:28:20
9	Frank Eijgenhuijsen	Heerenveen	1:32:04	1:31:57
10	Jacob Terpstra	AV Heerenveen	1:32:18	1:32:08
11	Roelof Kedde	AV Heerenveen	1:33:38	1:33:27
12	Ronald Stoffelsma	Norg	1:33:53	1:33:34
13	Peter Paul Koenders	Heerenveen	1:36:12	1:35:56
14	Alex van Dalen	Heerenveen	1:36:12	1:35:59
15	Frank Klasen	Sneek	1:38:15	1:38:04
16	Jelle de Haan	Haskerhorne	1:41:38	1:41:21
17	Febo Perdok	AV Heerenveen	1:43:06	1:42:58
18	Francisco Oosterbaan	Horror	1:48:03	1:47:51
19	Sjoerd Ijdema	Bolsward	1:55:42	1:55:26

VAN, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Evelien van Zwol	Nieuwehorne	1:12:25	1:12:23
2	Anouk de Jong	Lionitas	1:24:26	1:24:22
3	Silke Sikkema	Heerenveen	1:33:36	1:33:23
4	Simone Mercuur	Warffum	1:39:06	1:38:58
5	Fleur Koenders	Heerenveen	1:42:26	1:42:09
6	Alinde Stelma	Oudehorne	1:43:42	1:43:29

V35, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tineke van der Meer	AV Heerenveen	1:23:59	1:23:52
2	Lidewij van Trignt	's-Gravenhage	1:27:54	1:27:47
3	Jantina Jager	HUGO Hardlooptgroep	1:35:38	1:35:26
4	Chantal Groeneveld	De Sprinter	1:37:35	1:37:31

V45, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Carien Kleibeuker	Mildam	1:12:02	1:11:57
2	Hellen Boonstra-Drost	AV Heerenveen	1:15:36	1:15:34
3	Janet Krooshof	Lionitas	1:19:46	1:19:35
4	Annie Zijlstra	Horror	1:22:05	1:21:56
5	Jeanette Zijlstra	Sint Nicolaasga	1:34:41	1:34:32
6	Henrieta Oosterbaan	Horror	1:36:47	1:36:35
7	Thea de Vries-Altenburg	Doniaga	1:38:16	1:38:07

V55, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Bettie Agricola	AV Heerenveen	1:19:31	1:19:28
2	Jacqueline van Bloois	NOP	1:24:06	1:23:59
3	Wilma van Galen	Start '78	1:27:29	1:27:23
4	Soraya Zander	Horror	1:35:39	1:35:28
5	Corry Buma	Horror	1:38:15	1:38:04
6	Gelie de Boer	Dokkum	1:39:57	1:39:46
7	Jetske Oenema	AV Heerenveen	1:41:11	1:41:03
8	Trees Maatman	Joure	1:42:37	1:42:25
9	Gearstje de Groot	AV Heerenveen	1:43:05	1:42:59
10	Ilse de Winter	Sint Nicolaasga	1:46:48	1:46:38
11	Lidwien Broenink	Joure	1:52:18	1:52:01

MAN, 30 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tsjomme Ozinga	AV Heerenveen		1:49:05
2	Stefan de Nekker	AV Heerenveen		1:58:24
3	Maarten Pals	Groningen		2:02:02
4	Rick van der Zee	Friesland		2:02:51

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
5	Evert Mook	Pijnenburg		2:04:37
6	Sjirk Bijma	Triathlon		2:06:17
7	Hilbert de Haan	AV Heerenveen		2:08:23
8	Teun Ent	Aldeboarn		2:08:53
9	Wout van Dijk	Hellas		2:10:08
10	Ingmar Vink	Noordkop		2:10:55
11	Rob Westenbrink	Wapserveen		2:12:12
12	Erik Wubs	Gorredijk		2:12:22
13	Richard De Graaf	Friesland		2:13:41
14	René Vernooij	NOP		2:14:19
15	Gerald Hoogeveen	Horror		2:14:29
16	Hayco van der Velde	AV Heerenveen		2:18:25
17	Rik de Graaf	Lemmer		2:18:30
18	Remco Klinker	AV Heerenveen		2:22:11
19	Mark Landman	Steenwijk		2:22:30
20	Sjors Pijlman	Wolvega		2:22:38
21	Gerhard Mensink	Tuk		2:23:49
22	Boris Lemereis	Mantgum		2:25:56
23	Robert van Loenen	Emmeloord		2:26:15
24	Ron in 't Veld	De Blesse		2:28:03
25	Eddie van der Tuin	AV Heerenveen		2:29:08
26	Startnummer 273	Horror		2:30:56
27	Jasper Sierdsma	Noordwolde Fr		2:31:50
28	Henrico Timmer	Vledder		2:32:18
29	Jaap Sterken	Nieuwleusen		2:34:21
30	Maurice Vink	Appingedam		2:35:29
31	Han Postma	AV Heerenveen		2:35:25
32	Erik Bakker	Hurdegaryp		2:35:23
33	Han Cornelissen	Heerenveen		2:37:01
34	Meint Span	Lionitas		2:37:11
35	Martin Jan Visser	AV Heerenveen		2:38:16
36	Jeroen Schorning	Heerenveen		2:38:47
37	Dick Tackenkamp	Ruurlo		2:39:04
38	Germ Steensma	St.-Jacobiparochie		2:39:26
39	Theo Zijlstra	Sneek		2:42:45
40	Rutger Klijnstra	Rotstergaast		2:48:29
41	Jeroen Vogelsang	Zwaag		2:49:13
42	Schelte Dirksma	Wolvega		2:50:53
43	Klaas-Pieter (K P) Majoo	Horror		2:53:23
44	Jaap Piek	Heerenveen		2:55:54
45	GERALD Jager	Scharnegoutum		2:59:39
46	Martin Noppert	AV Heerenveen		3:01:01
47	Erwin Knobbe	Leeuwarden		3:02:32
48	André van der Werf	Lionitas		3:02:34
49	Jan Zondag	Sneek		3:16:00

VROUW, 30 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Roxane Knetemann	Terwispel		2:20:07
2	Hilda Wijnja	Horror		2:23:09
3	Lisette ten Wolde	Start '78		2:24:05
4	Anita Bouma	Leeuwarden		2:25:18
5	Alienka Huft	LSV Invictus		2:27:57
6	Nynke de Lange	Start '78		2:37:51
7	Linda Schwering	NOP		2:46:05
8	Gerdi Wicherson	NOP		2:46:05
9	Linda Peereboom	Utrecht		2:51:14
10	Nanda Wobben-de Vries	Start '78		2:53:20
11	Corina Dijkstra	Nijeholtwolde		2:58:36

Uitslagenlijst TigraRondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 18 maart 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
12	Sofia Houwer	Joure		2:59:44
13	Saskia Witteveen	Start '78		3:00:57
14	Hikmet Yigit	Goutum		3:02:33
15	Ingrid Prins	Lionitas		3:02:32
16	Esther van Bergen	Horror		3:08:41
17	Monica Bruggenkamp	Bolsward		3:08:42
18	Suzan Zwaagstra	Bolsward		3:09:03
19	Grietje Palstra	Bolsward		3:09:43
20	Judith Berretty	Heerenveen		3:11:03
21	Hilde Jansen	Heerenveen		3:11:03
22	Jeannette Tijmes	Bolsward		3:15:01