

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

J-7, 900 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Micha Slobben	De Sprinter	3:36	3:36
2	Pieter Dirk de Jong	ACO Van Elderen	3:49	3:48
3	Floris de Jong	ACO Van Elderen	4:30	4:29
4	Cas Duiven	Ruinerwold	4:45	4:43

M-7, 900 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Fenne Wijngaarden	Heerenveen	3:43	3:41
2	Merle Bosman	Hasselt	3:59	3:57
3	Isa Bos	De Sprinter	4:05	4:04
4	Sarah Lindeboom	Hasselt	4:07	4:06
5	Myla Jonkers	Staphorst	4:49	4:47
6	Annelore Talen	Staphorst	4:53	4:51
7	Clasina Jansen	Diffelen	5:04	5:02
8	Yvonn Hokse	Punthorst	5:26	5:24
9	Lize Troost	Staphorst	5:37	5:35
10	Livia Talen	Staphorst	6:52	6:49
11	Berber Talen	Staphorst	6:57	6:54

J-9, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Noud Tissingh	De Sprinter	4:47	4:47
2	Stijn Bogerman	De Sperwers	4:50	4:49
3	Roan Hekman	ACO Van Elderen	4:55	4:55
4	Noud Duiven	Ruinerwold	5:01	5:00
5	Boaz Winters	ACO Van Elderen	5:08	5:06
6	Twan van der Veen	ACO Van Elderen	5:38	5:36
7	Stein Brakke	Staphorst	5:59	5:57
8	Jort Brakke	Staphorst	6:03	6:00
9	Kai Voerman	Hasselt	6:06	6:04
10	Steijn Hendrik	AV Heerenveen	6:11	6:08
11	Jurgen den Boer	Hasselt	6:18	6:15
12	Dezlin de Haan	Rouveen	6:20	6:18
13	Tom Groen	ACO Van Elderen	6:25	6:24
14	Roan van den Berg	Hasselt	7:36	7:34

M-9, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Liv Bulten	AV Rijssen	5:13	5:13
2	Jasmijn Boer	De Sprinter	5:29	5:27
3	Tesse Bos	De Sprinter	5:47	5:44
4	Christa van Zijtveld	Rouveen	5:53	5:51
5	Sarah Buisman	AV Rijssen	6:04	6:02
6	Marit van der Linde	Hasselt	6:05	6:05
7	Viënne van Doorn Verhaar	Veeningen	6:06	6:04
8	Josefien van Eijnsbergen	Hasselt	6:21	6:20
9	Jolein van Eijnsbergen	Hasselt	6:24	6:23
10	Juliëtte Akkerman	Hasselt	6:40	6:38
11	Kyana Dekker	De Sprinter	6:52	6:50
12	Salomé Dokter	ACO Van Elderen	7:02	6:55
13	Lizzy-Rose Rink	De Sprinter	7:18	7:15

J1012, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Bas Hoogakker	Groningen Atletiek	4:36	4:35
2	Kai Boer	ACO Van Elderen	4:44	4:43
3	Jort de Weerd	ACO Van Elderen	4:47	4:46
4	Nout Overbeek	AV Rijssen	4:51	4:49

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
5	Stef Kampman	ACO Van Elderen	4:51	4:50
6	Thomas Krol	Staphorst	5:04	5:02
7	Joas van Wijngaarden	Hasselt	5:04	5:02
8	Lucas Pluim	Trainingsgroep Het Zwartev	5:07	5:06
9	Milan Steenbergen	HAC '63	5:09	5:07
10	Gijs Kosse	ACO Van Elderen	5:15	5:13
11	Koen Boot	ACO Van Elderen	5:18	5:17
12	Sven Bruins	Hasselt	5:27	5:25
13	Naud Kuijers	Staphorst	5:27	5:25
14	Yannick Noorda	PEC 1910	5:31	5:29
15	Lars van den Bos	Trainingsgroep Het Zwartewater	5:38	5:36
16	Jasper Haverkate	Spurt '88	5:39	5:37
17	Sjoerd Becker	Spurt '88	5:41	5:39
18	Vinn Knevel	Emmen	5:48	5:47
19	Joaz den Bakker	ACO Van Elderen	5:50	5:48
20	Sven Voerman	Hasselt	6:07	6:04
21	Jayden Akse	De Sprinter	6:36	6:34
22	Valentijn Aalbers	Hasselt	7:03	7:00

M1012, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Isabelle Euren	AV Rijssen	4:55	4:54
2	Niki Knevel	De Sperwers	4:59	4:58
3	Alicia van Proosdij	ACO Van Elderen	5:00	4:57
4	Hanna Bos	De Sprinter	5:08	5:06
5	Aniek Bakker	De Sprinter	5:09	5:07
6	Bernice Ritsema	Mildam	5:21	5:20
7	Liz Meijer	ACO Van Elderen	5:24	5:22
8	Sara Boldewijn	De Sprinter	5:25	5:23
9	Sarah Pluim	Hasselt	5:33	5:31
10	Julia Bogerman	De Sperwers	5:36	5:35
11	Esmée van Geest	PEC 1910	5:38	5:37
12	Nora Hekman	ACO Van Elderen	5:45	5:44
13	Anne Beeke	Staphorst	5:47	5:45
14	Jasmijn Akkerman	Trainingsgroep Het Zwartev	5:55	5:54
15	Eva den Dikken	Rouveen	5:56	5:54
16	Yentl den Bakker	ACO Van Elderen	6:06	6:05
17	Fleur Bruins	Hasselt	6:23	6:22
18	Gwen Nibourg	Spurt '88	6:38	6:36
19	Jenske Hokse	Punthorst	6:57	6:54
20	Anna-Alecia Rink	De Sprinter	7:55	7:52

J1315, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Lars Hansman	Isala '96	3:50	3:49
2	Nout Meijer	ACO Van Elderen	4:05	4:04
3	Floris Poortier	Hardenberg	4:08	4:06
4	Joris Haverkate	Spurt '88	4:12	4:11
5	Jurre de Weerd	ACO Van Elderen	4:19	4:17
6	Lincoln Martin	ACO Van Elderen	4:25	4:23
7	Sil Marsman	Vroomshoop	4:36	4:34
8	Thijs Dorgelo	Spurt '88	4:45	4:44
9	Rafael Ruisch	HAC '63	4:47	4:46
10	Leroy Dokter	ACO Van Elderen	5:01	5:01
11	Tijn Kampman	ACO Van Elderen	5:46	5:46

M1315, 1250 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Ize Diepman	ACO Van Elderen	4:32	4:30

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Tara Benjamins	HAC '63	4:37	4:35
3	Jip Scholing	HAC '63	4:39	4:38
4	Jole Looms	Eext	4:39	4:39
5	Elsemarijn Grasmeijer	De Sprinter	4:46	4:44
6	Lieke Snoeken	HAC '63	4:53	4:51
7	Wiep Seinen	ACO Van Elderen	4:57	4:56
8	Myrthe Wolting	HAC '63	5:03	5:02
9	Aafje Boorsma	AV Heerenveen	5:03	5:02
10	Daphne Veuger	HAC '63	5:07	5:06
11	Noor Boldewijn	De Sprinter	5:11	5:09
12	Noortje IJspeert	De Sprinter	5:15	5:14
13	Josefien Haverkate	Spurt '88	5:33	5:31
14	Senne De Haan	Rouveen	6:25	6:23

5MSEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Nik Lemmink	Groningen Atletiek	14:47	14:46
2	Peter-Jan de Jong	Horror	17:09	17:08
3	Remco Akse	BB Iopers	17:16	17:15
4	Jordi Dommerholt	AV Heerenveen	17:29	17:28
5	Joep Bisschop	Zwolle	17:43	17:43
6	Dave Hulzebos	ACO Van Elderen	18:02	18:01
7	Matthijs Onink	NOP	18:09	18:07
8	Mink de Jong	Vroomshoop	18:43	18:43
9	Fokke Snoek	Urk	19:07	19:06
10	Jordy Pasman	Nieuwleusen	19:12	19:09
11	Gerben Boneschansker	Loopgroep AG '85	19:13	19:10
12	Jeffrey Gerrits	Loopgroep AG '85	19:14	19:12
13	Cor Nelis	Hardenberg	19:16	19:11
14	Matthieu Huisman	Rouveen	19:30	19:30
15	Thijs ten Caat	De Sperwers	19:43	19:42
16	John Brinkman	Loopgroep AG '85	19:43	19:40
17	Willem Slotman	Hardenberg	19:51	19:45
18	Wilco Jonker	De Gemzen	19:57	19:50
19	Ben Folkers	Hardenberg	20:11	20:05
20	Karlo Hoeve	Loopgroep AG '85	20:16	20:13
21	William Dubbink	Daarle	20:29	20:27
22	Maurits Beeke	Staphorst	20:37	20:29
23	Jaap IJmker	AV '34	20:37	20:37
24	Erik Compagner	Loopgroep AG '85	20:43	20:40
25	Remco Hübner	De Sprinter	20:59	20:52
26	Herjan Lamberink	Hardenberg	21:05	20:57
27	Jeroen Hennekes	Ugchelen	21:16	21:12
28	Joseb Verbaan	NOP	21:27	21:25
29	Dennis Huls	Rouveen	21:32	21:29
30	Mark Bruins	Hasselt	22:10	22:10
31	Daniël Wilbrink	Assen	22:40	22:28
32	Erjan Booi	Genemuiden	23:16	23:07
33	André Mulder	Staphorst	23:20	23:14
34	Rick Bouwmeester	Rouveen	24:42	24:38
35	Stijn de Jong	Genemuiden	24:49	24:44
36	Alwin Visscher	Staphorst	25:01	24:48
37	Harco Homeijer	Gramsbergen	25:09	24:55
38	Hermen Rengers	IJhorst	25:15	25:07
39	Michiel Hotting	ACO Van Elderen	25:32	25:28
40	Wilmard Booi	Blokzijl	25:48	25:38
41	Varun Meinen	Zuidwolde Dr	25:57	25:48
42	Emiel Heerdink	Hardenberg	26:15	25:59
43	Gerard Hulst	Rouveen	26:26	26:11

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
44	Brian Wevers	De Sprinter	26:32	26:22
45	Johannes van Dijken	Zwartsluis	26:33	26:23
46	Tom van Krimpen	Zwolle	26:48	26:41
47	Sandor Exalto	Hoogeveen	29:56	29:41

5M40, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jacob Snoek	NOP	18:14	18:12
2	Merwin Dollison	SV Veendam	18:19	18:17
3	Mark Hakbijl	BB Iopers	18:25	18:24
4	Dennis Brandenburg	ACO Van Elderen	18:53	18:53
5	Jasper Stege	NOP	19:20	19:19
6	Jan Loosman	NOP	19:38	19:37
7	Martin Hekman	ACO Van Elderen	20:32	20:30
8	Erik Akkerman	Hasselt	20:51	20:50
9	Matthijs van Dokkum	Ommen	20:55	20:55
10	Henry de Roo	Klazienaveen	21:57	21:54
11	Marcel Heuver	Spurt '88	22:02	21:56
12	Martin de Haan	ACO Van Elderen	22:15	22:09
13	Freddy de Witte	Staphorst	22:25	22:21
14	Marko de Vos	NOP	22:26	22:24
15	Lambert Put	Loopgroep AG '85	22:36	22:31
16	Jan Talen	Loopgroep AG '85	22:54	22:46
17	Tim van der Monde	ACO Van Elderen	24:42	24:37
18	Marc Noorda	Zwolle	24:43	24:36
19	Arjan Jonker	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	24:44	24:39
20	Gerard Hokse	Punthorst	25:04	24:57
21	Ludo Tissingh	IJhorst	25:12	25:04
22	Wilco Heinhuis	Meppel	26:09	25:52
23	Erik Rijnders	Vroomshoop	26:10	26:07
24	Ronni Schuurman	Loopgroep AG '85	26:36	26:29
25	Harold Voerman	Hasselt	27:20	27:09
26	Paul Arends	Emmeloord	27:31	27:22
27	Denny van der Kolk	Zwolle	28:04	27:54
28	Herman Hulst	Staphorst	29:38	29:25
29	Berend Jan Nijmeijer	HAC '63	29:48	29:40
30	Jaap Koelman	Wolvega	30:15	30:04
31	Anne Aalbers	Hasselt	30:51	30:33

5M50, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Henk Smalbrugge	Trainingsgroep Het Zwartewater	18:53	18:52
2	Lamko Hulzebos	HAC '63	19:10	19:09
3	Gert Berenst	ACO Van Elderen	20:45	20:43
4	Jaap Vermaas	NOP	20:51	20:49
5	Maurice Mulder	NOP	20:52	20:50
6	Roel Westert	Ruinerwold	21:31	21:28
7	Karel Prins	HAC '63	21:45	21:43
8	Ronnie Krul	Loopgroep AG '85	22:44	22:39
9	Anne Marsman	ACO Van Elderen	22:47	22:44
10	Doede Terluin	NOP	22:47	22:43
11	Jan Boeve	ACO Van Elderen	22:48	22:44
12	Peter Visscher	De Wijk	23:56	23:50
13	Wilko Kolkman	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	24:32	24:25
14	Fred Koningstein	Loopgroep AG '85	24:46	24:38
15	Arjan Lamberink	Spurt '88	25:51	25:36
16	Jan van der Molen	Rheezerveen	26:00	25:46
17	Ton Schipper	Zwartsluis	26:05	25:54
18	Arjan Scherphof		26:15	26:09

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
19	Gert Jan Ubels	Staphorst	26:21	26:12
20	Rob Somsen	Hardenberg	26:23	26:20
21	Wim Hulst	Punthorst	26:35	26:19
22	Henri Gerrits	Sibculo	27:06	26:54
23	Henk Fraterman	Slagharen	27:08	26:54
24	Gert Brussee	Nunspeet	27:11	27:08
25	Gerrit Morrenhof	Heino	28:25	28:18
26	Remco Brink	Kampen	29:26	29:12
27	Peter Hulst	Kerkenveld	29:38	29:25

5M60, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Peter Iepma	Marknesse	20:56	20:54
2	Gerard Hesselmanns	Vollenhove	22:30	22:28
3	Marten Bolt	De Sprinter	22:40	22:38
4	HenkJan Meier	Spurt '88	22:54	22:52
5	Jaap Vlaming	NOP	23:26	23:24
6	Luuk Espeldoorn	Hardenberg	24:50	24:48
7	Gerard van de Bovenkamp	Nederlandse Triathlon Bond	25:07	25:04
8	Chris Doldersum	Westerhaar-Vriezen Vijk	26:45	26:39
9	Jan Brinkman	Nieuwleusen	28:24	28:16
10	Lukas Hulzentop	Hoogeveen	28:46	28:39
11	Gerard Arends	Nijmegen	29:34	29:26
12	Kees Ruijter	De Sprinter	29:39	29:32
13	Cor van den Berg	NOP	33:38	33:29
14	Johan Nijland	IJhorst	33:46	33:35
15	Arriën Voerman	Hasselt	34:53	34:41

5VSEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Aline Kootstra	ACO Van Elderen	18:21	18:21
2	Nora Assink	ACO Van Elderen	19:36	19:36
3	Rianne Niewold	BB Iopers	22:05	22:01
4	Linda Marsman-Pielman	ACO Van Elderen	22:45	22:41
5	Bonnette van den Berg	Urk	23:19	23:16
6	Mariska Post	Hardenberg	23:22	23:15
7	Clasina Jansen	Giethmen	23:54	23:51
8	Annelien Laan	Meppel	25:01	24:55
9	Claudi Mulder	Staphorst	25:11	25:05
10	Lieke Brummelenbos	ACO Van Elderen	25:11	25:11
11	Lisanne Dunnink	Rouveen	25:23	25:19
12	Avithal Veerman	Rouveen	25:26	25:21
13	Annika Bloemert	Staphorst	25:58	25:50
14	Myrna Gerrits	Nieuwleusen	26:01	25:55
15	Renate Kuiper	Staphorst	26:24	26:16
16	Marieke Kroes	Staphorst	26:27	26:16
17	Dominiek Hulzebos	Kerkenveld	26:36	26:28
18	Lisanne Berends	Amsterdam	27:10	26:56
19	Madelon Immink	Daarle	27:20	27:12
20	Angela de Boer	Dalfsen	27:40	27:26
21	Marlies Hofman	Vechtdallopers	28:21	28:08
22	Sanne Hulst	Rouveen	28:52	28:38
23	Laure Obelink	Koekange	28:56	28:41
24	Suzanne Liezen	Koekange	28:57	28:41
25	Lydia Hagen	Staphorst	29:22	29:16
26	Femke Aalbers	Zwolle	29:25	29:19
27	Mathilde Mulder	Staphorst	29:25	29:18
28	Larissa Veijer	Staphorst	29:31	29:23
29	Iris Ruiter	Den Ham Ov	29:37	29:25

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
30	Hanneke Oudenaarden	Genemuiden	29:55	29:43
31	Ilse Kreeft	Meppel	29:56	29:40
32	Naomi Troost	Staphorst	30:03	29:50
33	Marjon Compagner	Rouveen	30:05	29:51
34	Rianne van Dijk	Genemuiden	30:11	30:01
35	Marieke Voerman	Hasselt	30:50	30:39
36	Elsje Nieboer	Trainingsgroep Het Zwarte v	30:54	30:39
37	Bertine Schra	Staphorst	32:03	31:50
38	Dianne Post	Spurt '88	32:28	32:15
39	Joanne Wilbrink	Zwolle	32:35	32:23
40	Elise Evers	Genemuiden	32:36	32:26
41	Veerle Braaksma	Hardenberg	33:39	33:23
42	Michelle Brand	Staphorst	37:49	37:35
43	Anne-Marije van der Veen	Langeveen	42:14	41:50

5V40, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Annemiek Dekker	NOP	22:20	22:17
2	Simone Schuitemaker	NOP	23:18	23:16
3	Jaqueline Koets	Emmeloord	23:24	23:18
4	Marlien Hekman	ACO Van Elderen	23:41	23:38
5	Margriet Westrik	HAC '63	24:07	24:02
6	Willeke Tietjens	Vechtdallopers	24:23	24:21
7	Annemiek Klein	BB lopers	24:51	24:47
8	Astrid Grasmeijer-Kwantes	Meppel	25:07	25:02
9	Diana Schaeffer-Elsinga	Lionitas	25:20	25:15
10	Ingrid Korblet	Hardenberg	26:44	26:35
11	Roelien Akkerman	Hasselt	26:50	26:46
12	Anke Bronius	Hoogeveen	27:02	26:49
13	Irin Slot	Sportlust/Loopgroep de Zandstuv	28:11	28:05
14	Gerda de Groot	Loopgroep AG '85	28:35	28:27
15	Roeline Knoll	Rouveen	28:41	28:33
16	Martje Kuiper	Marknesse	29:17	29:01
17	Hillie den Dikken	Rouveen	29:38	29:25
18	Lida Dam-Vervloet	Ommen	29:52	29:33
19	Dianne Zijlstra	Hardenberg	29:54	29:36
20	Bettina Scheper	Emmeloord	30:02	29:55
21	Jennie Buitenhuis	Rouveen	30:26	30:13
22	Miranda Schipper	Zwartsluis	30:48	30:37
23	Emmelien Aalbers	Hasselt	30:49	30:32
24	Marijn Verwer	Ommen	31:08	30:49
25	Marleen de Wit	Hasselt	32:08	31:52
26	Mathanja Pacha Munshi	Genemuiden	41:47	41:40

5V50, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Bertha Bruggenkamp	Lionitas	22:46	22:43
2	Alien Flik	Ruinen	23:11	23:07
3	Agnes Olgers	NOP	25:20	25:16
4	Wil-Inge Hulzebos	HAC '63	26:51	26:42
5	Annemarie Hersevoort	Nieuwleusen	27:08	27:00
6	Sanja Tissingh	Haren Gn	27:25	27:18
7	Helma Bloemert	Loopgroep AG '85	28:18	28:14
8	Jetty Smit	Rouveen	28:23	28:11
9	Sandra Berenst	Sportlust/Loopgroep de Zandstuv	35:10	34:56
10	Lize Bokkers	Nieuwleusen	39:22	39:13
11	Roelien Zwiers	Dalen	42:38	42:14

5V60, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Godelieve Bouwes	Dronten	25:24	25:21

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Mieke Sellis	Loopgroep AG '85	27:25	27:21
3	Dineke Post-Welleweerd	Dedemsvaart	27:51	27:42
4	Reina Kwant	Hattem	33:33	33:29
5	Rommie de Witte	Vollenhove	33:38	33:29

10MSN, 10 KM				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tom Hendrikse	AAC '61	30:01	30:00
2	Job IJtsma	Groningen Atletiek	30:53	30:53
3	Mads Meijer	De Sprinter	31:17	31:16
4	Danny Koppelman	ACO Van Elderen	32:39	32:38
5	Erik Leusink	HAC '63	33:10	33:09
6	Stijn Jansen	Enschede	35:37	35:37
7	Freek Koffeman	NOP	35:47	35:46
8	Bart Veurink	Bruchterveld	37:42	37:41
9	Sjoerd Rosema	Zwolle	38:05	38:04
10	Frans Mussche	Staphorst	38:11	38:10
11	Tim van Schie	Dalfsen	38:56	38:52
12	Jan Willem van Huizen	Zwolle	39:02	38:57
13	Mark Post	Hardenberg	39:03	39:03
14	Erik Slomp	BB lopers	39:05	39:04
15	Hans Nieuwenhuis	Hardenberg	39:07	39:07
16	Johan De Gooijer	Hardenberg	39:39	39:38
17	Remco Kat	HAC '63	39:44	39:43
18	Martin Nijboer	Rouveen	40:32	40:29
19	Justin Liefers	Vollenhove	40:34	40:20
20	Herman Knol	Hardenberg	40:49	40:47
21	Robert Compagner	Staphorst	41:01	40:59
22	Maarten Oosterhuis	BB lopers	41:01	41:00
23	Jochem Ronner	Meppel	41:18	41:17
24	Jelle Reinink	Westerhaar-Vriezenv Wijk	42:05	42:01
25	Jesse Oosterhuis	Trainingsgroep Het Zwartewater	42:09	42:08
26	Wim Russcher	Staphorst	42:23	42:20
27	William Willems	Bergentheim	42:33	42:31
28	Gerran van den Brink	Zwolle	42:44	42:36
29	Harwin Lier	Staphorst	42:52	42:50
30	Kevin Feijth	Ommen	43:10	43:10
31	Tjeerd Getkate	Ommen	43:24	43:21
32	Ruben de Haan	Rouveen	43:29	43:26
33	Rik van Bergen	Groningen	44:27	44:19
34	Harm Post	Harderwijk	44:48	44:35
35	Chris Slotman	Spurt '88	45:36	45:31
36	Anko Driest	Zwolle	45:42	45:24
37	Klaas Brakke	Staphorst	45:44	45:30
38	Arvid Pierik	Ommen	46:09	46:01
39	Leon Post	Ommen	46:20	46:12
40	Corné Smit	Hardenberg	46:21	46:01
41	Lambert Russcher	Loopgroep AG '85	47:04	46:53
42	Melvin Hekman	Gramsbergen	47:08	46:59
43	Gerben Mijnheer	Hasselt	47:34	47:27
44	Paul Hulzentop	Hoogeveen	48:01	47:55
45	Mart Linthorst	Heino	48:05	47:54
46	Jan Zagers	Zwartsluis	48:27	48:14
47	René Naberman	Genemuiden	48:29	48:26
48	Kees van Dijk	Dedemsvaart	48:50	48:42
49	Bernard Welleweerd	Ommen	49:09	49:01
50	Dennis Ophoff	Heino	49:12	49:01
51	Jelle den Reijer	Staphorst	49:26	49:23
52	Peter Kosse	Nederlandse Triathlon Bonc	49:56	49:53

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
53	Roland ten Brinke	Bergentheim	50:08	50:00
54	Jacco van Houwelingen	Harderwijk	50:17	49:59
55	Sonny van Huet	Zwolle	50:59	50:51
56	Herald Huisman	Staphorst	51:56	51:44
57	Michiel Bosman	Hasselt	53:00	52:55
58	Willem Merjenburgh	Bergentheim	54:12	54:01
59	Jarno Nijboer	Rouveen	55:08	54:56
60	Patrick Pullen	Meppel	56:33	56:14
61	Herwin Pullen	Meppel	56:33	56:14
62	Francis Damminga	Zwolle	59:56	59:45
63	Gerro Ten Klooster	Hasselt	1:00:46	1:00:37

10M40, 10 KM				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Harm-Jan Martens	HAC '63	36:11	36:11
2	Erwin Akkerman	HAC '63	36:42	36:40
3	Martijn Croon	HAC '63	39:00	38:59
4	Rudolf Martens	Hardenberg	39:12	39:10
5	Andre Withaar	Zwolle	39:47	39:46
6	Serge Hofkamp	ACO Van Elderen	40:04	40:02
7	Jeroen Doesburg	HAC '63	40:12	40:11
8	Niek Veerman	Rouveen	41:38	41:35
9	Klaas-Jan Kisteman	Rouveen	41:55	41:53
10	Menno Norden	Hardenberg	41:59	41:57
11	Aissa Hajji	Urk	42:03	42:00
12	Tomas Vervloet	ACO Van Elderen	42:26	42:24
13	Rob Rosema	Hardenberg	42:37	42:35
14	Danny Oude Geerdink	Vroomshoop	42:41	42:37
15	Erwin Kreule	BB lopers	42:54	42:52
16	Gerko van den Akker	Spurt '88	43:08	43:02
17	Edwin van den Akker	Hardenberg	43:13	43:08
18	William Oord	De Sprinter	43:41	43:38
19	Bert Jan Hartman	Zwolle	44:41	44:35
20	Wouter Dirk De Jong	Ommen	45:53	45:52
21	Martin Veurink	Spurt '88	46:04	45:57
22	Jannes Janssen	Hardenberg	46:05	45:58
23	Klaas-Jan Hekman	Nieuwleusen	46:12	46:02
24	Martin Grootoonk	Hardenberg	46:51	46:46
25	Jan Willem Hoekman	Zwolle	48:04	48:01
26	Henk den Bakker	ACO Van Elderen	48:08	47:59
27	Wilfred Zijlstra	Rouveen	48:22	48:06
28	Peter Jurjens	Den Ham Ov	48:31	48:21
29	Martijn Dekker	Meppel	48:41	48:21
30	Egbert Meinen	Nijeveen	48:46	48:26
31	Alfred Beens	Genemuiden	49:24	49:20
32	Gerald Lamberink	Hardenberg	49:29	49:22
33	René van Leussen	Loopgroep AG '85	51:19	51:12
34	Nico Mijnheer	Nederlandse Triathlon Bonc	52:06	52:01
35	Joas Vlijm	Meppel	52:26	52:10
36	Albert Bisschop	Rouveen	52:54	52:43
37	Gerjan Riezebosch	PEC 1910	53:05	52:54
38	Jan Derk Bremmer	Bergentheim	53:06	52:55
39	Erik Zagers	Hardenberg	53:49	53:36
40	Vunda Alexandre Lourenço	Hasselt	54:18	54:12
41	Remco van den Akker	Hoogeveen	55:32	55:17
42	Jonathan van den Akker	Hoogeveen	55:52	55:52
43	Ferdinand Dam	Spurt '88	58:03	57:55

10M50, 10 KM				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Klaas van Pijkeren	Dronten	36:46	36:46

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Johan Bloemert	Loopgroep AG '85	38:53	38:52
3	Harold Hofenk	De Sprinter	40:36	40:35
4	Aard van der Vinne	HAC '63	40:39	40:38
5	Edwin Schrik	Zwolle	41:10	41:06
6	Michel Blaauwgeers	BB lopers	41:12	41:10
7	Ronald Martens	Spurt '88	43:54	43:54
8	Bram van de Kam	Zwolle	44:09	44:03
9	Bart Grasmeijer	De Sprinter	46:11	46:06
10	Klaas Brand	Staphorst	46:56	46:53
11	Eize Wind	Radewijk	47:11	47:03
12	Klaas Arkema	Trainingsgroep Het Zwarte v	47:38	47:33
13	Alfred Kuiper	Leek	47:41	47:26
14	Maarten Vos	Zwolle	48:08	47:58
15	Harrie Drost	Zutphen	48:21	48:10
16	Dinand Getkate	ACO Van Elderen	48:23	48:18
17	Harrie Jasper	Sibculo	49:18	49:12
18	Hans Wieltink	Nieuwleusen	49:41	49:31
19	Wout Brinkman	Meppel	50:53	50:44
20	Gerard Wijnsma	Hasselt	51:36	51:20
21	Rene Bosman	Trainingsgroep Het Zwartewater	51:44	51:37
22	Arie van Pelt	Meppel	52:00	51:47
23	Henk Roeberts	Nieuwleusen	52:15	52:09
24	Jan Sjik Rodenboog	Dalfsen	53:33	53:21
25	Harry Prins	HAC '63	55:43	55:40
26	Rudi Gruppen	IJhorst	56:19	56:08

10M60, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Rob van de Graaf	HAC '63	41:04	41:04
2	Douwe Weima	Ommen	44:02	44:01
3	Aje Niks	Westerhaar-Vriezen v Wijk	44:15	44:11
4	Peter Rooseboom	Hardenberg	47:49	47:47
5	Roelof Sondaar	De Sprinter	48:38	48:33
6	Jans Berghuis	Zuidwolde Dr	50:36	50:33
7	Jan Altena	Bruchterveld	54:02	53:53
8	Dick Remmers	ACO Van Elderen	55:00	54:57
9	Jaap den Bakker	ACO Van Elderen	55:19	55:10
10	Herman Euverman	Friesland	1:07:53	1:07:45

10VSN, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Andrea Deelstra	AV Heerenveen	37:57	37:56
2	Laura Prins	HAC '63	39:55	39:54
3	Kyra Brouwer	AV Heerenveen	42:24	42:22
4	Corien Jansen	De Sprinter	43:27	43:26
5	Christina Mulder	Nieuwleusen	44:52	44:50
6	Linda Eektimmerman	PEC 1910	46:29	46:27
7	Marit Wiersma	Climax	48:06	48:01
8	Annemarie Welman	Hardenberg	48:13	48:10
9	Kim Schutte	Lemelerveld	48:15	48:11
10	Dienke Janssen	Hardenberg	50:14	49:59
11	Mariëlle Super-Eikenaar	Zwolle	53:05	52:55
12	Agatha Smith	Zwolle	53:06	52:52
13	Maaïke Bokkers	Nieuwleusen	53:31	53:17
14	Rianne Swiersema	Hasselt	55:13	55:04
15	Kim Bijman	Meppel	58:15	58:09
16	Denise Schulte	Zwolle	1:00:52	1:00:36
17	Carola Sterken	Nieuwleusen	1:04:58	1:04:45

10V40, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Yvonne Meijer	ACO Van Elderen	43:18	43:17

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 18 november 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Janneke Molenhuis	De Sprinter	45:19	45:17
3	Hannelore van der Spek	De Sprinter	50:25	50:20
4	Lianne van den Berg	Genemuiden	53:22	53:19
5	Anouk IJmker	Vroomshoop	54:47	54:33
6	Saskia Kriesch	Hattem	57:03	56:47
7	Kira de Groot	Hattem	57:03	56:47

10V50, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Laura Batterink	HAC '63	43:48	43:46
2	Rianne Boek	ACO Van Elderen	51:25	51:19
3	Betty Piepot	Nieuwegein	55:30	55:21
4	Hilda Paarhuis	Hasselt	55:52	55:52
5	Carla Huisman	Punthorst	56:11	56:06
6	Annemarie Wessels	Zuidwolde Dr	56:34	56:30
7	Marian Booijsink	Fluitenberg	59:31	59:24
8	Jeannette Janssen	Loopgroep Assen '20	1:00:03	59:49
9	Manon Vos	HAC '63	1:00:46	1:00:37

10V60, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Petra Hasper	De Sprinter	45:25	45:23
2	Marry de Lange	ACO Van Elderen	56:34	56:29

Met dank aan alle vrijwilligers en sponsors!