

# Uitslagenlijst Mildamcross

## Mildam - Zaterdag 2 december 2023

VROUW, 5 KILOMETER				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Solene Ritsema	Mildam	21:11	21:10
2	Joli Gunnink	Impala	21:42	21:40
3	Lisanne de Jong	Impala	23:43	23:41
4	Zoey de Vries	Impala	24:05	24:03
5	Sarah de Vries	Impala	25:19	25:17
6	Rosa Robben	Oldeholtgade	25:29	25:27
7	Marije van Achteren	Drachten	26:02	25:56
8	Bernice Ritsema	Mildam	26:41	26:40
9	Jolien Bergsma	Heerenveen	27:14	27:02
10	Cathrien Noppert	Sint Nicolaasga	27:51	27:35
11	Renate Buma	Heerenveen	28:29	28:17
12	Hilde Koopmans	Impala	28:30	28:20
13	Jetske Oenema	AV Heerenveen	28:30	28:21
14	Chantal Hendriks	AV Heerenveen	28:32	28:12
15	Jolanda Smedinga	AV Heerenveen	29:07	29:02
16	Susanne Korsse	Leeuwarden	29:40	29:17
17	Anna Kootstra	Heerenveen	29:45	29:28
18	Lyanne Nijenhuis	Mildam	29:58	29:46
19	Ilse Schrover	Leeuwarden	31:19	30:56
20	Anita Hettinga	Rottum Fr	31:25	31:18
21	Tea Busstra	Lionitas	31:47	31:35
22	Rosanne Rispens	Groningen	32:25	32:07
23	Neel van Mourik	Ravenswoud	35:34	35:17
24	Jildou Abma	Sint Nicolaasga	38:06	37:51
25	Ria Postma	Joure	39:52	39:33
26	Frederika Huisman-Hijlkema	Joure	39:52	39:32
27	Lies de Vries-Groen	AV Heerenveen	39:52	39:33

MAN, 5 KILOMETER				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Riekele Kobes	Friesland	17:37	17:37
2	Thygo de Vries	Heerenveen	17:45	17:44
3	Kieran Schra	Impala	18:27	18:26
4	Rens Koster	Ruinerwold	20:22	20:21
5	Hidde Terpstra	Drachten	20:50	20:49
6	Ronnie Jeeninga	AV Heerenveen	21:44	21:43
7	Wouter den Dekker	Heerenveen	22:18	22:12
8	Jasper Slot	AV Heerenveen	22:19	22:15
9	Frans de Graaf	Nijeveen	22:41	22:36
10	Jelte Ham	Drachten	23:17	23:16
11	Robin van Onna	Impala	23:31	23:23
12	Arie van der Steen	Bontebok	23:34	23:31
13	Sander Vondeling	Drachten	24:07	24:02
14	Luuk Jongsma	Heerenveen	25:13	25:07
15	Ronald Staal	Heerenveen	25:52	25:45
16	Durk Bouma	Friesland	26:59	26:52
17	Frank Visser	Horror	27:06	26:59
18	Kyllian de Boer	Katlijk	27:07	26:54
19	Roelof Kedde	AV Heerenveen	27:41	27:30
20	Harm Zijlstra	AV Heerenveen	28:25	28:04
21	Adeeb Masih	AV Heerenveen	28:33	28:12
22	Sije Visser	AV Heerenveen	28:45	28:28
23	Robin Rispens	Kralendijk	28:48	28:32
24	Jan van der Heide	AV Heerenveen	28:49	28:41
25	Edwin Bakker	Nieuwehorne	30:05	29:56
26	Johan Klijnstra	Gorredijk	30:21	30:14
27	Jouke de Vries	Lionitas	30:29	30:17
28	Jaap Koelman	Woltega	31:30	31:08

# Uitslagenlijst Mildamcross

## Mildam - Zaterdag 2 december 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
29	Jan-Paul van Onna	Gorredijk	32:33	32:23
30	Henk Bakker	Nieuwehorne	35:21	35:13
31	Martin Pool	Start '78	38:08	37:50
32	Luuk de Vries		38:10	38:08

### VROUW, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Lizette van der Vegt	Drachten	42:54	42:53
2	Ytjanda Sloot	Lionitas	45:00	44:55
3	Vera Keidel	Impala	47:27	47:22
4	Jantina Kooistra	Ee	47:41	47:36
5	Marloes Kremer	Oldeholtpade	47:44	47:41
6	Alienka Huft	LSV Invictus	47:44	47:41
7	Hellen Boonstra-Drist	AV Heerenveen	49:18	49:15
8	Nynke van der Velde	AV Heerenveen	49:43	49:38
9	Theresia Offringa	Nijland	51:35	51:29
10	Wilma Posthumus	Oldeberkoop	51:56	51:51
11	Marion Kanbier	Haslev	51:58	51:50
12	Judith van Tongeren	Mildam	51:59	51:53
13	Marlies de Jong	AV Heerenveen	53:16	53:00
14	Marianne Nieuwland	Nieuwehorne	53:16	53:03
15	Cornelieke de Jong	Heerenveen	53:50	53:35
16	Monique Tjeerdema	Heerenveen	54:11	54:02
17	Renie Plantinga	Heerenveen	54:25	54:16
18	Geeske Sterkenburgh	Almere	55:05	54:58
19	Elles Bolt	AV Heerenveen	55:44	55:25
20	Froukje Wijnja	Tjerkgaast	56:20	56:03
21	Britt Veltman	Sint Nicolaasga	56:22	56:05
22	Susan de Leeuw	Heerenveen	56:25	56:11
23	Margreet Osinga	Lichtloper	56:27	56:15
24	Tineke van de Wal	Oudehaske	57:26	57:13
25	Karin van der Zee	AV Heerenveen	58:11	57:56
26	Sybrigt Keizer	Heerenveen	58:32	58:18
27	Susan Monsma	AV Heerenveen	58:33	58:19
28	Marjan van Dijk	Jubbega	59:05	58:54
29	Kiki Boomgaard	De Knipe	59:06	59:00
30	Sippie Roukema	AV Heerenveen	1:00:50	1:00:38
31	Froukje Herder	Ravenswoud	1:01:02	1:00:51
32	Mirjam Ploegsma	Wolvega	1:03:29	1:03:13
33	Carolien de Vries	AV Heerenveen	1:04:16	1:04:11
34	Ilse de Winter	Sint Nicolaasga	1:05:00	1:04:42
35	Berdien Semplonius	Sint Nicolaasga	1:05:00	1:04:42
36	Janneke Postma	Heerenveen	1:05:15	1:05:00
37	Jeannette Schram-Moll	Wolvega	1:06:50	1:06:34
38	Ankie Moll	Gorredijk	1:06:50	1:06:35
39	Sietske Corporaal	Drachten	1:07:52	1:07:28
40	Dieuwke van der Honing	Lionitas	1:08:35	1:08:21
41	Renske Postma	Sint Nicolaasga	1:08:53	1:08:35
42	Jetty Klijnstra	AV Heerenveen	1:09:03	1:08:43

### MAN, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Geart Jorritsma	Lichtloper	35:22	35:21
2	Janco Rijpstra	Lionitas	36:54	36:53
3	Peter-Jan de Jong	Horror	38:02	37:55
4	Bram Kielman	AV Heerenveen	38:02	37:55
5	Jan sytze Jonker	AV Heerenveen	38:02	37:55
6	Jorrit Smid	Gorredijk	38:02	37:55
7	Anne de Jong	Impala	39:56	39:54

# Uitslagenlijst Mildamcross

## Mildam - Zaterdag 2 december 2023

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
8	Tjibbe van der Veen	De Koplopers	40:21	40:20
9	Tieme Jongasma	Heerenveen	40:51	40:43
10	Lars van Zessen	Heerenveen	41:02	41:00
11	Ruurd Dijkstra	Heerenveen	41:04	41:03
12	Edwin Eijgelaar	AV Heerenveen	41:38	41:37
13	Anne Floris	Nijland	41:51	41:48
14	Niek Meibos	Heerenveen	42:25	42:21
15	Leonard Smit	Terwispel	42:46	42:44
16	Kevin de Kroon	Heerenveen	42:54	42:51
17	Hans Hiemstra	AV Heerenveen	43:01	42:58
18	Anton Theo Borger	Boelenslaan	43:09	43:07
19	Henri Veldman	AV Heerenveen	43:12	43:10
20	Jelmer Stoker	AV Heerenveen	43:18	43:15
21	Mark Peereboom	Lionitas	43:19	43:16
22	Pieter Pilot	Nederlandse Triathlon Bonc	43:21	43:18
23	Jetze Reijenga	Lippenhuizen	43:25	43:22
24	Hendrik Falkena	Ysbrechtum	43:27	43:25
25	Bauke Bouwstra	Workum	43:32	43:30
26	Janko van Esch	Groningen	43:37	43:32
27	Ariede Jong	Oosterwolde Fr	43:41	43:38
28	Rick van Gerwen	De Knipe	43:48	43:46
29	Thijmen Bakker	Nieuwehorne	43:51	43:47
30	Jaap Broers	Hera	43:55	43:52
31	Erik Jan Rodenhuis	AV Heerenveen	44:04	44:01
32	Arjan van der Wal	Drachten	44:06	44:01
33	Jan Piet Herder	Nieuwehorne	44:12	44:09
34	Sander Holterman	AV Heerenveen	44:14	44:09
35	Pieter-Jan Kooi	Loppersum	44:17	44:14
36	Albert Bouwstra	Reduzum	44:21	44:18
37	Johan Visser	Sint Nicolaasga	44:29	44:13
38	Stefan Postma	Friesland	44:53	44:52
39	Klaas-Hessel Bijlsma	St.-Annaparochie	45:14	44:52
40	Cor Visser	Lionitas	45:15	45:12
41	Janco van Esch	Heerenveen	45:22	45:18
42	Sytze de Boer	Sneek	45:28	45:18
43	Folkert Visser	Impala	45:32	45:30
44	Redmer Dijkstra	Nieuwehorne	45:36	45:30
45	Jasper Rispens	Amsterdam	46:30	46:14
46	Haryt Dijkman	Burgum	46:42	46:27
47	Henk Jan Dekens	De Knipe	47:05	46:54
48	Jurjen Rozeboom	Tijnje	47:07	46:48
49	Len de Wet	De Knipe	47:08	46:56
50	Jasper de Wit	Luinjeberd	47:23	47:07
51	Henri Reitsma	AV Heerenveen	47:25	47:16
52	GeertJan Slot	AV Heerenveen	47:30	47:26
53	Johan Ijpma	Heerenveen	49:44	49:29
54	Walter Falkena	Ysbrechtum	49:47	49:43
55	Sytze Jonker	Terwispel	50:04	50:03
56	Schelte Dirksma	Wolvega	50:14	49:55
57	Maarten Mulder	Mildam	50:22	50:00
58	Martin Jan Visser	AV Heerenveen	50:28	50:24
59	Aris Leijendekker	Tjalleberd	50:29	50:21
60	Rudy Miedema	AV Heerenveen	50:58	50:51
61	Arjen Terpstra	Drachten	51:06	50:58
62	Michel Heerschop	AV Heerenveen	51:46	51:35
63	Murk Postma	Oudehaske	52:55	52:51
64	Douwe Plantinga	Heerenveen	53:13	53:03
65	Johan van Noordenburg	AV Heerenveen	53:13	53:03
66	Sytse Jansma	Friesland	53:40	53:36

# Uitslagenlijst Mildamcross

## Mildam - Zaterdag 2 december 2023

---

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
67	Adrie Hoks	Joure	53:56	53:45
68	Ronnie Bakker	Heerenveen	53:57	53:42
69	Janco de Vries	Gorredijk	54:08	54:01
70	Wiebe van der Hoek	Heerenveen	55:35	55:10
71	Kees Visser	AV Heerenveen	56:03	55:53
72	Pieter van Dijk	AV Heerenveen	56:39	56:30
73	Wim van der Meulen	Lionitas	56:48	56:34
74	Aalzen Alma	Harkema	57:17	56:54
75	Anne Miedema	Grou	57:33	57:22
76	Gerard Dijkstra	AV Heerenveen	57:35	57:29
77	Jan Russchen	Gorredijk	58:34	58:21
78	Jan Feenstra	Workum	58:58	58:46
79	Harmen de Boer	AV Heerenveen	59:26	59:14
80	Bowe Smit	Heerenveen	1:01:51	1:01:43
81	Riekele Heida	AV Heerenveen	1:05:00	1:04:39
82	Febo Perdok	AV Heerenveen	1:07:52	1:07:33