

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

MAN, 5 KILOMETER				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Yke Zoetendal	Horror	18:22	18:22
2	Martijn Ettema		18:51	18:50
3	Pieter Prins	Marsum	18:57	18:56
4	Patrick postma	AV Heerenveen	19:02	19:02
5	Sander van Tartwijk	Leeuwarden	19:10	19:08
6	Diderick Niehof	Leeuwarden	19:51	19:50
7	Tom Best	Wolvega	22:26	22:24
8	Jelmer Toonstra	Rottum Fr	22:32	22:25
9	Peter Vogelsang	Heerenveen	22:57	22:48
10	GertJan Engberts	Leeuwarden	22:57	22:56
11	Bas Jetten	Gersloot	23:23	23:22
12	Jeroen de Graaf	Drachten	23:24	23:23
13	Wieger Schotanus	Balk	24:53	24:48
14	Frank de Jong	Oudeschoot	25:15	25:10
15	Erik van der kooij	Wolvega	25:42	25:40
16	Wouter Groote Schaarsberg	Zutphen	25:50	25:49
17	Jeroen Boonstra	Heerenveen	25:55	25:51
18	Ronald Staal	Heerenveen	25:56	25:53
19	Joost Damhuis	Steenwijkerwold	26:37	26:33
20	Ronnie Bakker	Heerenveen	26:42	26:37
21	Arjan Zandstra	Ureterp	27:04	27:01
22	Rob Tuin	Heerenveen	27:05	27:01
23	Jesse Toussain	Haarlem	27:06	27:00
24	Pieter van der Bij	Athleta	27:12	27:11
25	Wim Mulder	Bedum	27:26	27:24
26	Sjef Damhuis	Steenwijkerwold	27:45	27:41
27	Marten de Boer	Sumar	28:00	27:58
28	Jelger Haaksma	Metslawier	28:07	27:59
29	Johan de Boer	Opeinde	28:17	28:15
30	Jelmer Ijbema	Heerenveen	28:32	28:29
31	Stefan Douma	Heerenveen	28:45	28:38
32	Robin pryke	Oudehaske	28:59	28:51
33	Bavius Smink	Heerenveen	29:20	29:13
34	Domien Mulder	Friesland	29:48	29:44
35	Rob de Wit	Heerenveen	30:08	30:03
36	Jacob Visser	AV Heerenveen	30:12	30:09
37	Remco van der Veen	Oosterwolde Fr	34:12	34:08
38	Luc Armtz	Bergharen	34:32	34:31
39	Jelle Boorsma	Feanwalden	34:35	34:29
40	Thom Kruyt	Groningen	36:16	36:10
41	Bram van den Berge	Veenhuizen	36:53	36:43

VROUW, 5 KILOMETER				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Anke Zonderland	Groningen	20:22	20:21
2	Claudette Ritsema	Mildam	22:00	22:00
3	Linda Peereboom	Utrecht	24:25	24:23
4	Caroliene van der Heide	Leeuwarden	25:14	25:10
5	Simone Westerbeek	Heerenveen	25:26	25:26
6	Wilma Posthumus	Oldeberkoop	25:37	25:35
7	Helen de Lange	Friesland	27:23	27:20
8	Maaïke ten Have	Heerenveen	27:45	27:41
9	Anna Bremer	Boelenslaan	28:00	27:58
10	Douwine Tolsma	Hidaard	28:09	28:06
11	Else Ritzema- de Vries GZPH	Heerenveen	28:36	28:29
12	Shaan Raghoobar	Heerenveen	28:39	28:38
13	Petra Smink	Haarlem	28:41	28:34
14	Karin van der Zee	AV Heerenveen	28:47	28:42

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
15	Karlijn Meesters	Makkinga	28:56	28:52
16	Christina Sterkenburgh	Oldeholtpade	29:08	29:03
17	Jennie Sterkenburgh	Nijeveen	29:08	29:02
18	Miranda Toonstra	Rottum Fr	29:15	29:08
19	Annehil Popma-de Vries	De Knipe	29:18	29:10
20	Ilse Verbeek	IJlst	29:20	29:16
21	Fenna Sopamena	Peperga	30:07	30:02
22	Tessa de Jong	Joure	30:50	30:44
23	Tineke van Berkum	AV Heerenveen	31:23	31:21
24	Ramonja van der Wal	Meppel	31:29	31:24
25	Sietske Buma	Bolsward	31:32	31:25
26	Femke Braam	Oldeberkoop	31:39	31:33
27	Greetje Krol	Metslawier	31:53	31:44
28	Ineke Dijkstra	Mildam	32:13	32:06
29	Inge Hofman	Makkinga	32:37	32:33
30	Chrissie Koning	Oldeholtpade	32:43	32:37
31	Marijke Stoker	Heerenveen	33:17	33:11
32	Agnes Beerda	Oudeschoot	33:43	33:37
33	Ria Zwanenburg	Wolvega	34:19	34:14
34	Marie de Vries	Nieuwehorne	35:21	35:15
35	Jildou Abma	Langweer	35:37	35:33
36	Lisanne Rozenberg	Heerenveen	36:07	36:06
37	Lisa Hoving	Veenhuizen	36:52	36:42
38	Monique Heidstra	Heerenveen	37:43	37:37
39	Sonja Heida	Oldeholtwolde	38:08	38:01
40	Geertje van Veen	Langelille	39:32	39:24
41	Corry Van den Berg	Sneek	39:32	39:23

MAN, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Kaan Cobanoglu	PEC 1910	37:46	37:43
2	Sjors Pijlman	Wolvega	39:26	39:24
3	Thijs Wijnia	Heerenveen	40:09	40:05
4	Reitze Schotanus	Sloten Fr	40:16	40:09
5	Rens Krijgsman	Atverni	41:12	41:09
6	Adriaan huisman	LSV Invictus	41:22	41:18
7	Ronald Bouma	Heerenveen	42:50	42:46
8	Johan Deinum	Wijckel	43:07	43:00
9	Joost Rozema	Heerenveen	43:54	43:52
10	Jurjen Rozeboom	Tijnje	45:13	45:09
11	Remko Loddema	Oldemarkt	45:16	45:13
12	Redmer Bijlsma	Heerenveen	45:25	45:20
13	Jornt de Vries	Heerenveen	45:44	45:40
14	Marc Jilt Scheerhoorn	Leek	45:52	45:46
15	Jasper Rense	Heerenveen	45:54	45:52
16	Menno van Straten	Leeuwarden	46:05	45:58
17	Pieter Hiemstra	AV Heerenveen	47:14	47:04
18	Johan Ijpma	Heerenveen	47:19	47:15
19	Aris Leijendekker	Tjalleberd	48:09	48:05
20	Wisse De Vries	Oranjewoud	48:27	48:22
21	Pelle Wijnia	Groningen	48:54	48:48
22	Roald Otten	Heerenveen	49:00	48:50
23	Thimon Bos	Oudehaske	49:37	49:28
24	David Schippers	Heerenveen	50:01	49:50
25	Wessel Holwerda	AV Heerenveen	50:09	49:59
26	Guido Blaauw	Groningen	50:22	50:16
27	Peter Kuik	Haulerwijk	52:09	51:58
28	Nykle Prins	Metslawier	52:36	52:29
29	Frank Woord	Emmeloord	52:39	52:30

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
30	Ids klompmaker	AV Heerenveen	52:48	52:38
31	Bas Bosscher	Heerenveen	53:40	53:31
32	Ate Zweering	Joure	53:48	53:45
33	Marcel Bosker	Heerenveen	54:05	53:52
34	Bram Piersma	Groningen	54:08	53:59
35	Thieu Dijkstra	Leeuwarden	55:08	55:01
36	Gerard Dijkstra	AV Heerenveen	55:18	55:13
37	Tycho Konter	Leeuwarden	56:01	55:49
38	Dick Andringa	Impala	59:19	59:14
39	Lieuwe Zijlstra	Terwispel	1:00:46	1:00:40
40	Martijn van der Woude	Gorredijk	1:01:42	1:01:30
41	Kobus Jonker	Jubbega	1:02:39	1:02:31
42	Piet Sijsma	AV Heerenveen	1:03:32	1:03:21
43	Wesley van 't Zand	Kraggenburg	1:04:26	1:04:14
44	Theo Gercama	Sneek	1:05:41	1:05:33

VROUW, 10 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Nynke kramer	Sneek	39:45	39:43
2	Nienke Wolda	Wolvega	47:11	47:08
3	Jelena Otten	Heerenveen	49:00	48:50
4	Sjoukje Heidinga	AV Heerenveen	50:42	50:33
5	Anneke van der Veen	Surhuisterveen	51:28	51:21
6	Margriet Feenstra	Leeuwarden	51:39	51:31
7	Sonja van den Berg	Noordwijk Gn	52:10	52:06
8	Anniek de Jong	Joure	52:32	52:30
9	Valerie Torenstra	NOP	52:36	52:31
10	Arianne Reekers	Joure	52:54	52:46
11	Gerrie vd meer	AV Heerenveen	53:08	52:58
12	Diana de Jong	Surhuisterveen	53:17	53:10
13	Anneke van Dalfsen	St.-Annaparochie	53:24	53:17
14	Karin Schuhmacher	St.-Annaparochie	53:25	53:18
15	Christel Zijlstra	Sint Nicolaasga	54:15	54:09
16	Paulien Koster	Meppel	54:17	54:03
17	Cathrien Noppert	Idskenhuizen	54:34	54:29
18	Liset Hamel	Emmeloord	54:38	54:29
19	Tineke Heida	Gersloot	55:15	55:12
20	Renate Buma	Heerenveen	55:19	55:11
21	Annie Amsterdam-Vogelzang	Hindeloopen	56:21	56:10
22	Clarianne Haarsma	Oranjewoud	56:28	56:22
23	Vivian Hooft	Wolvega	56:56	56:45
24	Franciska Arends	Wolvega	56:57	56:46
25	Henriëtte Haarsma	Oranjewoud	57:13	57:07
26	Irma Faber	Drachten	57:15	57:11
27	Laura Ettema	Oosternijkerk	57:16	57:07
28	Marja van der Werf	Heerenveen	57:25	57:20
29	Linda Muizelaar	Gorredijk	57:26	57:21
30	Corrie Hooghiemstra	Tjerkgaast	57:42	57:37
31	Nicole Grondhuis	AV Heerenveen	58:00	57:55
32	Foekje van der Kooij-Jansen	AV Heerenveen	58:11	58:04
33	Alie Pool	Heerenveen	58:53	58:43
34	Annie Schotanus Bosscha	Joure	58:55	58:43
35	Carla Niens	Heerenveen	58:58	58:48
36	Janet Wijngaarden	Heerenveen	59:27	59:17
37	Alma Douna	Heerenveen	59:28	59:17
38	Jeannette Schram-Moll	Wolvega	59:50	59:42
39	Roos Houtkamp	Heerenveen	1:00:21	1:00:11
40	Alida Haaijer	Langezwaag	1:00:32	1:00:28
41	Coby de Jong	Heerenveen	1:00:33	1:00:28

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
42	Jolanda Dikkerboom	Wolvega	1:00:38	1:00:35
43	Gerrie Algra	Grootegast	1:01:15	1:01:07
44	Alice Bijsterbosch	Zwolle	1:01:41	1:01:34
45	Anita Veltman-Rijpkema	Mildam	1:01:55	1:01:48
46	Jeannette van der Mei	Tjalleberd	1:01:55	1:01:51
47	Maartje Zweering	Joure	1:01:55	1:01:51
48	Aly Leijendekker	Tjalleberd	1:01:56	1:01:51
49	Fetsje Jonker	Jubbega	1:02:40	1:02:32
50	Loltje Minke de Graaf	Heerenveen	1:06:18	1:06:11
51	Simona van den Bergs	Heerenveen	1:06:59	1:06:56
52	Nelline Toutenhoofd	Heerenveen	1:07:52	1:07:45
53	Sanne van der Bij	Tijnje	1:07:58	1:07:47
54	Petra Grondsma	Heeg	1:08:16	1:08:04
55	Sandra Kreuning	Loopgroep Zuidhorn	1:09:55	1:09:52
56	Meike Beuse	Heerenveen	1:09:55	1:09:52
57	Anna Siet Algra	Jubbega	1:15:46	1:15:43
58	Rina Talsma	LSV Invictus	1:17:04	1:16:56

MAN, 10 MIJL.				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Rick de Vries	HAC '63	57:00	56:59
2	Bram Veenboer	HAC '63	57:34	57:33
3	Peter-Jan de Jong	Horror	58:33	58:32
4	Jordi Dommerholt	AV Heerenveen	1:02:43	1:02:42
5	Hendrik Poelstra	Wolvega	1:05:39	1:05:35
6	Jurian Molenaar	Emmeloord	1:11:45	1:11:43
7	Kevin Hommes	Meppel	1:12:13	1:12:09
8	Tom Kurvink	Espel	1:20:35	1:20:25
9	Bert Kruithof	Enschede	1:20:50	1:20:45
10	Edgar Reitsma	AV Heerenveen	1:22:34	1:22:25
11	Kevin Heerema	Heerenveen	1:27:32	1:27:17
12	Aaron Dijkstra	Groningen	1:27:46	1:27:36
13	Pieter de Jager	Gorredijk	1:30:08	1:29:57
14	Wessel Huisman	Oldetrijne	1:30:23	1:30:13

M35, 10 MIJL.				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Wilko Bakker	Horror	56:14	56:14
2	Cees Snoek	Urk	59:13	59:12
3	Riekele Kobes	Friesland	59:46	59:44
4	Richard de Graaf	Friesland	1:05:18	1:05:16
5	Frans Hazekamp	Amersfoort	1:05:51	1:05:42
6	Sander Holterman	AV Heerenveen	1:11:10	1:11:07
7	Anne Wiersma	Lemmer	1:12:34	1:12:32
8	Arno Hofstra	Steenwijk	1:13:58	1:13:54
9	Jeroen Klein	LVA Plantaris	1:14:03	1:13:56
10	Redmer Dijkstra	Nieuwehorne	1:14:46	1:14:40
11	Peter Brouwer	Heerenveen	1:15:16	1:15:08
12	Arjen Wassenaar	Dronryp	1:15:40	1:15:35
13	Jan Woudstra	Heerenveen	1:16:00	1:15:55
14	Van Benthem	AV Heerenveen	1:17:46	1:17:38
15	Schelte Dirksma	Wolvega	1:19:23	1:19:17
16	Peter de Vries	Terschuur	1:22:50	1:22:41
17	Sybren van Breden	Ureterp	1:23:10	1:23:01
18	Peter Abma	Franeker	1:23:25	1:23:11
19	Marco Visser	AV Heerenveen	1:24:11	1:24:01
20	Aalzen Alma	Harkema	1:38:40	1:38:32
21	Chris-Jan Kamminga	Franeker	1:45:12	1:45:04

M45, 10 MIJL.				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tjeerd Popkema		1:01:36	1:01:35

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Erik Jan Rodenhuis	AV Heerenveen	1:04:54	1:04:52
3	Wiebe Koopmans	Sneek	1:07:19	1:07:16
4	Harold Brouwer	Heerenveen	1:07:41	1:07:37
5	Bjorn Heutink	Heerenveen	1:09:40	1:09:31
6	Alwin Deems	Wolvega	1:11:04	1:10:59
7	Russell Fenwick	Wolvega	1:13:07	1:13:03
8	Gerrit Panhuis	Lionitas	1:15:38	1:15:36
9	Pieter Visser	Dokkum	1:16:15	1:16:03
10	Nelis Tang	Langezwaag	1:16:53	1:16:49
11	Piet Hijlkema	Heerenveen	1:18:16	1:18:02
12	Jeroen Overvelde	Wolvega	1:19:27	1:19:19
13	Berend Fekken	Scharsterbrug	1:20:10	1:20:04
14	Jasper van Zellingen	Heerenveen	1:20:38	1:20:25
15	Ronald Kerkhof	Katlijk	1:27:02	1:26:53
16	Jan-Willem Jansen	AV Heerenveen	1:30:04	1:29:58
17	Henri Hofmeijer	Zwolle	1:30:50	1:30:40
18	Michel Gerritsma	Heerenveen	1:32:56	1:32:53
19	Martin Noppert	AV Heerenveen	1:34:57	1:34:45
20	Peter de Winter	Heerenveen	1:36:49	1:36:34

M55, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Gerald Hoogeveen	Horror	1:06:09	1:06:08
2	Jaap Broers	Hera	1:06:27	1:06:25
3	Ton van der Meche	SV Sportlust	1:15:13	1:15:11
4	Bulent Cobanoglu	PEC 1910	1:18:37	1:18:33
5	André Jellema	Lionitas	1:20:47	1:20:44
6	Wennie Brouwer	Sneek	1:24:07	1:24:01
7	Martin van den Burg	Friesland	1:26:25	1:26:12
8	Andre Kerbof	AV Heerenveen	1:27:39	1:27:27
9	Goffe Walsweer	Oranjewoud	1:28:37	1:28:31
10	Benjamins Paul R	Emmeloord	1:28:41	1:28:30
11	Frens Hein	Marknesse	1:30:08	1:30:00
12	Gerard Schade	Lionitas	1:31:34	1:31:26
13	André van der Werf	Lionitas	1:31:34	1:31:27
14	Wolter Jan Fonk	Bontebok	1:31:48	1:31:36
15	Frank Eijgenhuijsen	Heerenveen	1:33:55	1:33:41
16	Jan Nanninga	Leeuwarden	1:36:49	1:36:40
17	Gerjan de Groot	Joure	1:40:43	1:40:28
18	Febo Perdok	AV Heerenveen	1:48:06	1:47:54

VAN, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Anouk de Jong	Lionitas	1:15:54	1:15:50
2	Corina Dijkstra	Nijeholtwolde	1:20:19	1:20:13
3	Esmee Meilink	Groningen	1:27:46	1:27:37
4	Julia Bakker	Groningen	1:27:46	1:27:37
5	Pieta van der Wal	Damwald	1:28:52	1:28:45
6	Wilma de Roo	Emmeloord	1:30:24	1:30:14
7	Femmy Gerritsma	Heerenveen	1:32:56	1:32:53
8	Lotte Bosma	Lekkum	1:41:59	1:41:50
9	Jorissa van den Dool	Heerenveen	1:47:20	1:47:05
10	Sabine Bol	Oosterwolde Fr	1:56:50	1:56:38

V35, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Roxane Knetemann	AV Heerenveen	1:08:33	1:08:33
2	Priscilla Freke	NOP	1:10:15	1:10:13
3	Regine Postma	Horror	1:11:04	1:11:01

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
4	Vera Keidel	Impala	1:13:59	1:13:57
5	Marije van der Kooij	AV Heerenveen	1:14:08	1:14:03
6	Marloes kremer	Oldeholtgade	1:20:18	1:20:12
7	Tineke van der Meer	AV Heerenveen	1:22:43	1:22:34
8	Janneke Feenstra	Horror	1:31:44	1:31:38
9	Deborah Springer-Lelieveld	Oosterwolde Fr	1:32:16	1:32:06
10	Hilda Brandsma	LSV Invictus	1:32:25	1:32:15
11	Anna Kootstra	AV Heerenveen	1:38:22	1:38:09

V45, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Wieja Talman hofstra	AV Heerenveen	1:23:39	1:23:34
2	Marjan Rodenhuis	Wirdum Fr	1:27:58	1:27:53
3	Femke de Groot-Raaijmakers	Loopgroep Dokkum	1:34:57	1:34:44
4	Esther Wijning	Goutum	1:41:58	1:41:45
5	Janneke Postma	Heerenveen	1:47:00	1:46:53

V55, 10 MIJL.

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jacqueline van Bloois	NOP	1:25:16	1:25:06
2	Lucia van der Bijl	Horror	1:25:46	1:25:40
3	Agnes Heida	AV Heerenveen	1:26:14	1:26:05
4	Gé Bouma	Oosterwolde Fr	1:31:18	1:31:07
5	Marja van der Werf- Zoer	AV Heerenveen	1:36:03	1:35:59
6	Ernestine Stipkovits	Sneek	1:40:16	1:40:10
7	Trees Maatman	Joure	1:40:52	1:40:44
8	Inge Helder	Friesland	1:48:59	1:48:46

MAN, 30 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Anton Theo Borger	Nederlandse Triathlon Bond	1:54:18
2	Evert Mook	Pijnenburg	1:57:32
3	Steven Oostindie	Start '78	1:58:43
4	Tyas Visser	AV Edam	1:59:00
5	Ton Koning	AV Edam	1:59:04
6	Jorrit Smid	Gorredijk	1:59:04
7	Rick van der Zee	Friesland	1:59:36
8	René Schaap	NOP	2:00:12
9	Kenny Houtman	Wolvega	2:00:54
10	Bram Kielman	AV Heerenveen	2:02:40
11	Jordi Stam	AV Heerenveen	2:07:54
12	Edwin Eijgelaar	AV Heerenveen	2:10:39
13	Robert van Loenen	NOP	2:14:06
14	Stefan Postma	Friesland	2:15:16
15	Jan Pieter Lunenburg	Nederlandse Triathlon Bond	2:16:08
16	Mark Smit	Start '78	2:18:12
17	Bernard Winsemius	Joure	2:18:20
18	Niels Toonk	Twello	2:18:42
19	Ferdie Witvoet	Loopgroep Astrea	2:19:35
20	Jeroen Vogelsang	Nederlandse Triathlon Bond	2:20:12
21	Jasper Sierdsma	Noordwolde Fr	2:20:18
22	Mark Landman	Steenwijk	2:22:02
23	Peter Van der Honing	Oldeberkoop	2:22:27
24	Janco van Esch	Heerenveen	2:22:29
25	Leonard Smit	Terwispel	2:23:27
26	Daniel hakze	Gorredijk	2:24:00
27	Janko van Esch	Groningen	2:24:42
28	Remco Klinker	AV Heerenveen	2:25:24
29	Ruben de Haan	Ureterp	2:29:27

Uitslagenlijst RondevanOranjewoud

Heerenveen - Zaterdag 16 maart 2024

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
30	Tubbe plantinga	Drachten	2:29:27
31	Freddie Bouma	Start '78	2:30:00
32	Germ Steensma	St.-Jacobiparochie	2:30:19
33	Eddie van der Tuin	AV Heerenveen	2:30:34
34	Andres Faber	AV Heerenveen	2:31:16
35	Abe Glazema	AV Heerenveen	2:33:13
36	Erik Bakker	Lionitas	2:36:31
37	Siebo de Graaf	Heerenveen	2:45:23
38	Stefan Nietzichtbaae	Paasloo	2:46:22
39	Kees van den Belt	IJsselmuiden	2:48:29
40	Jeffrie Jongbloed	Heerenveen	2:48:29
41	Jurrien Keulen	Groningen	2:49:02
42	Geert Bleeksma	Friesland	2:49:13
43	Sietze van der Meer	Surhuisterveen	2:49:25
44	Gauke Postma	Akkrum	2:50:23
45	Edgar Bakker	Groningen	2:52:28
46	Siebren Bosma	AV Heerenveen	3:05:00

VROUW, 30 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Tijd
1	Carien Kleibeuker	Mildam	2:21:12
2	Lisette ten Wolde	Start '78	2:23:15
3	Lisa van Dijk	Start '78	2:30:00
4	Annet Wiegman	Noordwolde Fr	2:31:25
5	Anita Talman Elzinga	Langezwaag	2:31:46
6	Nynke van der Velde	AV Heerenveen	2:33:36
7	Nynke de Lange-Liemburg	Start '78	2:34:05
8	Helga Keijer	Impala	2:39:14
9	Marjolein Delahaye	Leusden	2:52:28
10	Ingrid Prins	Lionitas	2:59:20
11	Eline de Haan	AV Heerenveen	2:59:20
12	Roelie Plantinga	AV Heerenveen	2:59:21
13	Marijke Westerbrink	Heerenveen	3:02:31
14	Maaïke Rodenhuis	AV Heerenveen	3:05:00
15	Ilse Schukking - Nieuwhof	Leeuwarden	3:18:17
16	Rinke van der Veen	LVA Plantaris	3:30:59