

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

12MAN, 12 KILOMETER				
Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Sven Alkema	Leeuwarden	40:41	40:40
2	Dennis Brandenburg	Steenwijk	42:18	42:18
3	Sandor Walinga	Bolsward	44:17	44:16
4	Teun Ent	Aldeboarn	44:58	44:57
5	Erik Bouma	IJlst	45:18	45:17
6	Martijn van Wallinga	Leeuwarden	45:38	45:37
7	Jetze Reijenga	Lippenhuizen	45:49	45:48
8	Koen Dijkman	Aldeboarn	45:55	45:54
9	Jogchum Douma	Grou	46:18	46:17
10	Jan Albert Veenema	Sneek	46:43	46:42
11	Kevin Kroon	Heerenveen	47:43	47:41
12	Feike Dijkstra	Sintjohannesga	48:10	48:07
13	Iwan de Jong	Jirnsum	48:45	48:44
14	Tim Schudde	Zwolle	48:52	48:50
15	Onno Hutten	Rottum	49:00	48:54
16	Lieuwe Wijma	Akkrum	49:28	49:27
17	Niels Boonstra	Wommels	49:34	49:33
18	Jelle Hogenhout	Akkrum	51:19	51:16
19	Amar Gondoer	Akkrum	51:58	51:57
20	Thomas Buijs	Nes	52:05	52:02
21	Chris Draijer	Oudega	52:27	52:24
22	Siebe de Vries	Drachten	53:01	52:58
23	Hendrik Hofstra	Grou	53:22	53:20
24	Dennis Dooren	Drachten	53:35	53:30
25	Roelf Reitsema	Akkrum	53:40	53:33
26	Atse Schotanus	Akkrum	53:52	53:50
27	Tymen Bok	Akkrum	53:58	53:52
28	Tsjerk-Sake Castelein	Grou	54:03	53:58
29	Bert Agricola	Heerenveen	54:08	54:04
30	Ewout Peters	Sneek	54:56	54:47
31	Sibert Reekers	Tjerkgaast	55:59	55:55
32	Willem Biemolt	Utrecht	56:12	56:04
33	Gauke Postma	Akkrum	56:13	56:12
34	Kjeld van Hees	Utrecht	56:18	56:08
35	Jan Yntema	Grou	56:20	56:17
36	Sipke Vellinga	Nes	57:00	56:53
37	Hedzer Uuldriks	Drachten	57:23	57:16
38	Aise Bouma	Kimswerd	57:25	57:18
39	Hidde Riemersma	Nes	57:28	57:25
40	Paul Penneweert	Sneek	57:40	57:17
41	Daniel Engwerda	Grou	57:41	57:37
42	Erik de Jong	Akkrum	57:45	57:37
43	Erben Hof	Akkrum	58:16	58:06
44	Wim Hiemstra	Akkrum	58:17	58:04
45	Robin van Amstel	Akkrum	58:17	58:02
46	Flip van t Riet	Groningen	58:55	58:32
47	Joop Mink	Akkrum	58:57	58:50
48	Dennis Gijsman	Nes	59:30	59:16
49	Peter Jelsma	Oudega	1:01:14	1:01:00
50	Klaas Jan Wiersma	Oppenhuizen	1:01:15	1:01:03
51	Sybren Lijzenga	Nes	1:01:16	1:01:01
52	Johan Feenstra	Sneek	1:01:16	1:01:04
53	Klaas-Hessel Bijlsma	St.-Annaparochie	1:01:18	1:00:57
54	Alle Sterk	St.-Annaparochie	1:01:18	1:00:57
55	Steffen Rorije	Akkrum	1:01:27	1:01:21
56	Niels Koetsier	Hurdegaryp	1:01:38	1:01:16
57	Roy Kalverla	Leeuwarden	1:02:20	1:02:16
58	Julius de Roo	Nes	1:02:36	1:02:20

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
59	Jarno Bouius	Akkrum	1:02:57	1:02:40
60	Christophe Meijer	Nes	1:03:22	1:03:17
61	Rimmer van der Heide	Akkrum	1:03:24	1:03:02
62	Johan Van Noordenburg	Jubbega	1:03:30	1:03:17
63	Jan Bossema	Grou	1:03:35	1:03:28
64	André van der Werf	Leeuwarden	1:03:41	1:03:32
65	Rienk de Vries	Burgum	1:03:42	1:03:32
66	Durk Reinsma	Wergea	1:04:24	1:04:18
67	Bart van den Berg	Nes	1:04:30	1:04:16
68	Adrie de Jong	Akkrum	1:04:43	1:04:28
69	Martijn Govaarts	Drunen	1:04:58	1:04:48
70	Sytse Kroes	Akkrum	1:05:13	1:04:54
71	Siemen Jelsma	Oudega	1:05:32	1:05:18
72	Henk Riepma	Leeuwarden	1:05:38	1:05:24
73	Wolter Jan Fonk	Bontebok	1:05:43	1:05:30
74	Martin Van den Burg	Sneek	1:05:45	1:05:20
75	Wietse Taekema	Suwâld	1:06:18	1:06:13
76	Sjoerd Hijlkema	Drachten	1:06:25	1:06:09
77	Roelof Kedde	Oudehaske	1:07:31	1:07:16
78	Pieter van Dijk	Langezwaag	1:07:44	1:07:31
79	Marco Dijkstra	Heerenveen	1:09:20	1:09:14
80	Remco Jorritsma	Wergea	1:09:52	1:09:40
81	Tom Vellinga	Akkrum	1:10:00	1:09:49
82	Meinte Buwalda	Schettens	1:10:01	1:09:39
83	Siebre Jasper	Hemelum	1:10:21	1:10:16
84	Christiaan Hoff	Aldeboarn	1:10:22	1:10:16
85	Harm Jan Beeuwkes	Aldeboarn	1:10:23	1:10:18
86	Wim Manshande	Harlingen	1:11:01	1:10:37
87	Hendrik Van der Veer	Akkrum	1:11:16	1:11:04
88	Steven Pieksma	Sneek	1:11:25	1:11:19
89	Sander Dooren	Drachten	1:12:41	1:12:17
90	Cees Visser	Sneek	1:13:13	1:13:00
91	Bouke Fennema	Britsum	1:13:43	1:13:25
92	Wilco Dekker	Oudehaske	1:14:15	1:13:57
93	Chris Borsten	Leeuwarden	1:14:25	1:14:19
94	Hielke van der Gaast	Akkrum	1:15:10	1:14:50
95	Franke Wedman	Akkrum	1:15:54	1:15:29
96	Niels Stobbe	Akkrum	1:19:04	1:18:44
97	Clive Tuimaka	Akkrum	1:22:14	1:22:05
98	Frederic Mulder	Zierikzee	1:24:22	1:24:13
99	Rients van Dijk	Akkrum	1:25:06	1:24:45
100	Bart Stobbe	Nes	1:29:02	1:28:43
101	André Tanis	Akkrum	1:32:15	1:32:06
102	Patrick Dirksma	Burdaard	1:50:44	1:50:12
103	Freerk Steenhuizen	Akkrum	1:54:03	1:53:36
104	Hendrik Donga	Akkrum	1:54:50	1:54:12
105	Robert Ruiters	Nes	1:56:01	1:55:21
106	Henk Spijkerman	Akkrum	1:56:01	1:55:21
107	Emiel Huitema	Aldeboarn	2:03:00	2:02:21
108	Sake Kooistra	Akkrum	2:37:17	2:36:35
109	Jeroen Witteveen	Nes	2:45:31	2:44:08
110	Bert Witteveen	Aldeboarn	2:45:31	2:44:10

12VRW, 12 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tsjerkje Poppinga	Aldeboarn	49:49	49:47
2	Sanne Heidinga	Leeuwarden	51:20	51:17
3	Isa Visser	Leeuwarden	54:05	54:02
4	Anita Talman	Langezwaag	57:29	57:21

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
5	Grytsje Huitema	Wommels	57:45	57:41
6	Anniek de Jong	Joure	58:22	58:21
7	Jildou Schotanus	Akkrum	58:27	58:17
8	Lyanne Huitema	Aldeboarn	1:00:08	59:58
9	Antina de Boer	Oostwold	1:01:13	1:01:10
10	Wilma Burg	Grou	1:01:23	1:01:14
11	Eelkje Nicolai	Leeuwarden	1:02:40	1:02:25
12	Nynke Veldman	Akkrum	1:03:15	1:02:57
13	Tessa Walta	Sneek	1:03:19	1:03:07
14	Fardau van der Sluis	Heerenveen	1:03:24	1:03:03
15	Fenny Peters	Sneek	1:03:28	1:03:15
16	Hikmet Yigit	Goutum	1:03:41	1:03:32
17	Jeltje Uldriks	Drachten	1:03:44	1:03:37
18	Frouwkje Lemstra	Akkrum	1:04:13	1:04:08
19	Trynke Mulder	Scharnegoutum	1:04:38	1:04:27
20	Jette de Vos	Grou	1:04:52	1:04:43
21	Rigtsje Planting	Grou	1:04:52	1:04:43
22	Christien de Graaff	Groningen	1:04:53	1:04:35
23	Maartje Verhagen	Akkrum	1:04:58	1:04:48
24	Emma Bouwer	Langelille	1:05:04	1:04:54
25	Sietske Trinks	Akkrum	1:05:12	1:04:53
26	Afke Tadema	Marsum	1:05:14	1:04:58
27	Hilda Brandsma	Oldeberkoop	1:05:14	1:04:59
28	Yolanda vd Vegt	Groningen	1:05:19	1:04:55
29	Margreet Poesiat	Nij Beets	1:05:41	1:05:23
30	Ria Leeverink	Bolsward	1:05:44	1:05:42
31	Ingrid Looijenga	Groningen	1:05:48	1:05:26
32	Anna van der Meulen	Stiens	1:06:15	1:06:10
33	Renske Brokking	Leeuwarden	1:06:15	1:06:11
34	Hilda de Boer	Leons	1:06:30	1:06:26
35	Samira Fennema	Leeuwarden	1:06:37	1:06:21
36	Esmiera Atiev	Heerenveen	1:06:51	1:06:44
37	Marije Kuperus	Nes	1:06:51	1:06:41
38	Rikst Kuperus	Nes	1:06:52	1:06:42
39	Sofia Zijlstra	Sneek	1:07:04	1:06:51
40	Sjoukje de Glee	Oudemirdum	1:07:31	1:07:10
41	Grietje Ouderkerken	Bolsward	1:07:50	1:07:39
42	Ilona Bagerman	Deventer	1:08:36	1:08:32
43	Margje Hoekstra	Terwispel	1:08:50	1:08:42
44	Sylvia de Groot	Wergea	1:09:52	1:09:41
45	Babette van Palmhoven	Harlingen	1:10:04	1:09:47
46	Denise Soolsma	Leeuwarden	1:10:10	1:09:45
47	Lydia Toering	Luxwoude	1:10:38	1:10:32
48	Masja de Boer	Oudeschoot	1:11:52	1:11:29
49	Femke Kuindersma	Akkrum	1:13:15	1:12:55
50	Annelies Hutten	Rottum	1:13:57	1:13:50
51	Frenkie van t Riet	Groningen	1:14:24	1:13:59
52	Berber van der Heide	Akkrum	1:15:34	1:15:13
53	Benthe de Jong	Akkrum	1:15:34	1:15:13
54	Jesca Dekker	Oudehaske	1:16:34	1:16:17
55	Willy de Jong	Leeuwarden	1:18:31	1:18:07
56	Rixt Smit	Nes	1:19:30	1:19:11
57	Marijke van Dongen	Burgum	1:24:22	1:24:13
58	Jenna van der Meer	Leeuwarden	1:25:32	1:25:17
59	Hermine Bakker	Leeuwarden	1:25:32	1:25:16
60	Aritha Vd Gruiter	Akkrum	1:40:50	1:39:56
61	Lisette Leeverink	Nes	1:47:32	1:47:10
62	Elna Eenshuistra	Nes	1:47:32	1:47:09
63	Sanne Nuiten	Grou	2:01:16	2:00:47

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
64	Sanne Schoonhoven	Grou	2:01:18	2:00:50
65	Tsjikke Zandberg	Grou	2:01:18	2:00:51
66	Erika Huitema	Aldeboarn	2:03:00	2:02:22
67	Oukje Wijkstra Kombrink	Akkrum	2:09:49	2:09:04
68	Minke Hobma Wijkstra	Akkrum	2:09:49	2:09:05
69	Anita Veenstra	Nes	2:10:11	2:10:03
70	Ineke Nugteren-van Steen	Jirnsum	2:10:11	2:10:02
71	Aaltsje Nettinga	Akkrum	2:10:47	2:10:34
72	Ekelien Beimers	Jirnsum	2:10:47	2:10:34
73	Petra de Vries	Akkrum	2:10:50	2:09:53
74	Grietje Iden	Akkrum	2:10:51	2:09:54
75	Heleen Jaarsma	Vegelinsoord	2:10:51	2:09:33
76	Dineke Eppinga	Lippenhuizen	2:10:51	2:09:34
77	Sjoerdsje Dam	Luinjeberd	2:10:52	2:09:37
78	Gea Noppert	Beetsterzwaag	2:10:52	2:09:36
79	Hester Postma	Akkrum	2:10:54	2:10:10
80	Nynke Postma	Aldeboarn	2:10:55	2:10:10
81	Lydia Monkelbaan	Coevorden	2:11:08	2:10:54
82	Tineke Hooijsma	Nes	2:11:10	2:10:33
83	Jannie van Vilsteren	Grou	2:11:10	2:10:33
84	Tiety Koonstra	Akkrum	2:14:53	2:14:42
85	Jeanet van Ruiten	Akkrum	2:14:53	2:14:42
86	Ans Bakker	Akkrum	2:17:23	2:16:04
87	Anita Steenstra	Akkrum	2:17:23	2:16:04
88	Marit Oosterhoff	Heerenveen	2:18:29	2:16:02
89	Harmke Kroes	Akkrum	2:18:29	2:16:03
90	Fang Xia	Aldeboarn	2:45:31	2:44:03
91	Irene Witteveen	Munnekeburen	2:45:31	2:44:07
92	Heidi Hoekstra	Jubbega	2:45:31	2:44:07

12JNG, 12 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Bjarne Mulder	Akkrum	47:57	47:55
2	Jari de Jong	Jirnsum	48:44	48:44
3	Johan Steenhuizen	Akkrum	1:54:03	1:53:36

12MSJ, 12 KILOMETER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Silke Donga	Akkrum	1:54:50	1:54:12

7VOLW, 7 KM (GEEN WEDSTRIJD!)

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Rojdar Ali	Akkrum	35:39	35:37
2	Jouke van der Werff	Akkrum	36:13	36:10
3	Flore Klinkert	Nes	39:06	39:00
4	Sverre de Schiffart	Akkrum	39:33	39:23
5	Jopie Mooij	Leeuwarden	40:25	40:19
6	Mart de Vries	Akkrum	40:59	40:48
7	Jasper Wedman	Akkrum	41:00	40:47
8	Marieke Veldkamp	Nes	42:09	42:02
9	Roos Houtkamp	Heerenveen	44:01	43:47
10	Yen Chuong	Leeuwarden	44:16	43:22
11	Jayden Philips	Akkrum	44:40	44:37
12	Hilda Bosma	Easterein	45:15	45:08
13	Femke Zijlstra	Leeuwarden	45:42	45:26
14	Sanne Zijlstra	Leeuwarden	45:42	45:27
15	Erik Kofman	Akkrum	45:49	45:43
16	Nyncke Posthuma	Reahûs	46:12	46:05
17	Judith Rotteveel	Jirnsum	46:19	45:07

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
18	Betty Viersma	Akkrum	46:19	45:06
19	Olga Ter Hart	Akkrum	47:52	47:44
20	Sandra Lettinga	Nes	51:46	51:01
21	Wolter Klijnstra	Nes	52:17	52:05
22	Luuk Visser	Nes	52:18	52:07
23	Yente Soepboer	Akkrum	52:28	51:40
24	Feitze Peenstra	Nes	56:00	55:59
25	Femke Haanstra	Nes	58:44	58:42
26	Bettina Haanstra	Nes	58:44	58:42
27	Sygrid van der Meer	Nijetrijne	59:00	58:41
28	Marrit Pen	Akkrum	59:00	58:43
29	Harm Wiersma	Akkrum	59:47	59:32
30	Martine Sijtsma	Mantgum	1:01:06	1:00:54
31	Reinder Sinnema	Leeuwarden	1:01:06	1:00:54
32	Tineke Dijkstra	Bitgum	1:01:06	1:00:59
33	Harm Postma	Bitgum	1:01:07	1:00:54
34	Jana Ypma	Harlingen	1:01:07	1:00:56
35	Thom Zigterman	Akkrum	1:02:30	1:02:18
36	Herman Geritz	Midlum	1:02:31	1:02:21
37	Peter Scheffer	Nes	1:07:12	1:04:43
38	Stijn van der Weg	Akkrum	1:13:26	1:13:11
39	Senna Blom	Akkrum	1:13:29	1:13:11
40	Amerins de Jong	Akkrum	1:13:29	1:13:13
41	Fenna Riemersma	Nes	1:14:27	1:14:18
42	Annemieke Riemersma	Nes	1:14:27	1:14:19
43	Niek Bijker	Akkrum	1:14:32	1:14:09
44	Gerbrich Akkerman	Akkrum	1:15:51	1:14:48
45	Wendy Bleeker	Akkrum	1:16:07	1:15:31
46	Trevin Nettinga	Akkrum	1:16:34	1:16:30
47	Hiske de Schiffart	Akkrum	1:16:39	1:16:06
48	Armanda Spijkerman	Akkrum	1:16:39	1:16:05
49	Farry Lezwijn	Terherne	1:16:47	1:16:17
50	Fim Sybesma	Akkrum	1:17:12	1:16:32
51	Kirsten Rorije	Akkrum	1:17:28	1:16:46
52	Frieda Kleefstra	Akkrum	1:17:29	1:16:47
53	Wietse Lemstra	Akkrum	1:17:38	1:17:06
54	Silke Nora Zwart	Akkrum	1:17:40	1:17:34
55	Goitske Tolsma-Biesma	Akkrum	1:17:40	1:17:35
56	Menno Boerhof	Akkrum	1:17:51	1:17:14
57	Geert Heerschop	Akkrum	1:17:51	1:17:10
58	Linda Hof	Akkrum	1:18:02	1:17:20
59	Jelmer Hof	Akkrum	1:18:04	1:17:22
60	Henk Feenstra	Groningen	1:18:34	1:17:47
61	Natasja Derksen	Nes	1:18:50	1:18:32
62	Joke Krist	Nes	1:18:51	1:18:33
63	Patricia Zwartenkot	Akkrum	1:19:00	1:18:50
64	Renske Hallema	Akkrum	1:19:03	1:18:46
65	Sylvia Beekhuizen	Akkrum	1:19:03	1:19:03
66	Saapke Postma	Akkrum	1:19:14	1:18:21
67	Mieke IJtsma	Nes	1:19:15	1:18:58
68	Rianne van der Veen	Nes	1:19:24	1:19:08
69	Laura Nieman	Leeuwarden	1:19:24	1:19:08
70	Maartje Kooistra	Akkrum	1:20:31	1:20:00
71	Sabine Heerschop	Akkrum	1:20:32	1:20:03
72	Leonie van der Vuurst	Akkrum	1:20:35	1:19:23
73	Mike Cronenberg	Akkrum	1:20:35	1:19:23
74	Angela Nijdam	Akkrum	1:20:42	1:20:26
75	Rosalie van Amstel-Eier	Akkrum	1:22:18	1:21:49
76	Leentje Zwarts	Nes	1:22:43	1:22:19

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
77	Anne-Marie Verhaar Aqualux Yac	Jirnsum	1:22:45	1:22:38
78	Wilma Hooghiemster	Akkrum	1:22:45	1:22:38
79	Bettina Riemersma-Boersma	Boornbergum	1:22:47	1:22:27
80	Joke Boersma	Akkrum	1:22:47	1:22:26
81	Jacomien Witteveen	Akkrum	1:24:27	1:23:23
82	Sjouke Pieter Visser	Nes	1:25:21	1:24:25
83	Maike Oosterhof	Surhuisterveen	1:25:30	1:25:30
84	Lisanne van 't Blik	Aldeboarn	1:25:30	1:25:30
85	Renate Ziel	Nes	1:26:19	1:25:30
86	Anne Agema	Nes	1:26:19	1:25:31
87	Marit Strikwerda	Haskerdijken	1:26:20	1:25:33
88	Linda Biegel	Akkrum	1:26:32	1:25:43
89	Annie Biegel	Akkrum	1:26:33	1:25:43
90	Jitcia De Jong	Nes	1:26:46	1:25:47
91	Hendrik De Jong	Nes	1:26:47	1:25:51
92	Sietske Hof	Akkrum	1:27:45	1:27:39
93	Jeltsje Veldman	Akkrum	1:27:46	1:26:55
94	Monique Bakker	Heerenveen	1:27:55	1:26:40
95	Marleen Elsinga	Heerenveen	1:27:55	1:26:42
96	Gerben vd Berg	Akkrum	1:28:18	1:27:28
97	Hindrik Boonstra	Akkrum	1:29:24	1:26:59
98	Lisanne Bakker	Akkrum	1:29:25	1:26:58
99	Joke Wijnen	De Wilgen	1:29:36	1:29:14
100	Djoke Monkelbaan	Haskerdijken	1:29:36	1:29:13
101	Janna Bouwer	Akkrum	1:29:44	1:28:58
102	Petie de Vries	Akkrum	1:29:44	1:28:56
103	Auke Brouwer	Akkrum	1:30:51	1:30:51
104	Onno Woudstra	Akkrum	1:31:06	1:30:13
105	Anneroos Visser	Akkrum	1:31:46	1:31:07
106	Jelle Geel	Akkrum	1:31:46	1:31:04
107	Lotte Visser	Akkrum	1:31:47	1:31:12
108	Esther Tjeerdema	Akkrum	1:31:56	1:31:33
109	Elziena Taute	Akkrum	1:31:56	1:31:33
110	Moniek Wester	Akkrum	1:32:02	1:31:10
111	Marit Adema	Akkrum	1:32:02	1:31:11
112	Leonie Flinterman	Nes	1:32:04	1:30:35
113	Esther Wester-Buiting	Akkrum	1:32:04	1:30:38
114	Fenna Meester	Akkrum	1:32:08	1:32:03
115	Martine Reitsma	Akkrum	1:32:09	1:29:36
116	Esmée Terng	Akkrum	1:32:16	1:32:12
117	Marante Bijker	Akkrum	1:32:18	1:32:13
118	Jan Jaap Tuinstra	Nes	1:32:22	1:31:20
119	Tjitske de Boer	Nes	1:32:25	1:31:19
120	Karin Poortman	Nes	1:32:25	1:31:23
121	Karin Willekes	Nes	1:32:31	1:31:54
122	Daan Spijkerman	Akkrum	1:32:32	1:31:56
123	Baukje Hemrica	Wommels	1:32:34	1:31:57
124	Pytrik Bokma	Akkrum	1:32:34	1:31:58
125	Ditty Jacobi	Nes	1:32:35	1:31:34
126	Lydia De Jong	Grou	1:32:35	1:31:35
127	Jannie Kleefstra	Akkrum	1:32:35	1:31:36
128	Henk Hooiveld	Raerd	1:32:35	1:31:38
129	Karin Hof van der Horst	Akkrum	1:32:36	1:31:35
130	Ingrid van der Weide	Akkrum	1:32:57	1:32:26
131	Jitske Popkema	Nes	1:33:40	1:32:52
132	Arjen Tulner	Akkrum	1:34:05	1:32:42
133	Baukje de Groot	Gauw	1:35:20	1:34:36
134	Hilde Anne de Groot	Gauw	1:35:20	1:34:35
135	Hendrik Wijkstra	Akkrum	1:36:04	1:35:38

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
136	Fokke Wijkstra	Akkrum	1:36:06	1:35:38
137	Bjorn van der Heide	Akkrum	1:36:10	1:35:00
138	Moetske Charalabidis	Akkrum	1:36:11	1:35:04
139	Kristian van der Heide	Nes	1:36:11	1:35:03
140	Hester Kuipers	Nes	1:36:12	1:35:09
141	Reina Bosma	Nes	1:36:13	1:35:09
142	Nynke Vlietstra	Stiens	1:36:25	1:36:25
143	Froukje Nutters	Akkrum	1:38:18	1:37:16
144	Grietje Wouda	Tjalleberd	1:38:18	1:37:17
145	Marlies Sevinga	Nes	1:38:48	1:37:30
146	Elske Sevinga	Nes	1:38:50	1:37:31
147	Ant Oostra	Nes	1:38:50	1:37:41
148	Zanne Schors	Akkrum	1:38:56	1:37:48
149	Mirre Oost	Utrecht	1:38:56	1:37:48
150	Steven Gehner	Utrecht	1:38:56	1:37:47
151	Tess Weiland	Nes	1:41:45	1:40:18
152	Roelina Watzema	Akkrum	1:41:48	1:40:55
153	Hennie Jonker	Akkrum	1:41:48	1:40:55
154	Dieuwke de Boer	Marsum	1:42:36	1:41:44
155	Hilde Veenstra	Akkrum	1:42:56	1:42:00
156	Yvette Westerhof	Nes	1:43:26	1:42:19
157	Meline Herrema	Akkrum	1:43:27	1:42:18
158	Kim Boeijinga-Kallenkoot	Nes	1:43:44	1:42:38
159	Patricia van Dolder	Akkrum	1:43:45	1:42:48
160	Wouter Boeijinga	Nes	1:43:46	1:42:37
161	Marieke van der Haar	Akkrum	1:43:51	1:42:52
162	Arjen Bergsma	Akkrum	1:43:53	1:42:07
163	Lysbert Bergsma	Akkrum	1:43:55	1:42:09
164	Thiadlinde Boelstra	Akkrum	1:43:56	1:41:38
165	Piet Boelstra	Stiens	1:43:56	1:41:36
166	Joop Terpstra	Grou	1:44:27	1:44:27
167	Marcel Hoekstra	Akkrum	1:44:31	1:43:13
168	Femke Terpstra	Akkrum	1:44:31	1:43:11
169	Wietske Terpstra	Grou	1:44:31	1:43:10
170	Stefan Buikema	Akkrum	1:44:39	1:43:27
171	Karin Drost	Akkrum	1:45:58	1:44:54
172	Jantyne Boetes	Burdaard	1:50:43	1:50:14
173	Trudy vd Hoek	Hijum	1:50:48	1:50:14
174	Sanne Boetes	Grou	1:50:48	1:50:13
175	Roelie Boetes	Akkrum	1:50:48	1:50:11
176	Germ van den Akker	Nes	2:04:40	2:03:25
177	Dimas de Vries	Leeuwarden	2:04:45	2:03:29
178	Stiny Monkelbaan	Akkrum	2:04:46	2:04:31
179	Annelien Siebenga	Akkrum	2:11:57	2:10:34
180	Henk Dam	Akkrum	2:11:57	2:10:34

7JGD, 7 KM (GEEN WEDSTRIJD!)

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Cas Renema	Nes	35:03	35:01
2	Ids Sybesms	Akkrum	35:30	35:30
3	Dedmer Goerres	Akkrum	36:21	36:20
4	Lucas Pen	Nes	36:47	36:46
5	Olav Mulder	Akkrum	37:11	37:10
6	Alrik Goerres	Akkrum	37:23	37:22
7	Thomas Lemstra	Akkrum	38:24	38:21
8	Gijs van den Berg	Nes	38:42	38:41
9	Djurre Akkerman	Akkrum	39:29	39:28
10	Tymen Peenstra	Nes	39:32	39:31
11	Djurre de Jong	Nes	40:57	40:47

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
12	Milan Spijkerman	Akkrum	41:22	41:13
13	Roan Boerhof	Akkrum	44:53	44:52
14	Jurre Poortman	Nes	44:54	44:53
15	Kai Kofman	Akkrum	45:49	45:43
16	Thieme Hooghiemster	Akkrum	50:11	50:10
17	Luc Renema	Nes	50:12	50:11
18	Ids vd Berg	Akkrum	50:13	50:12
19	Florian van Amstel	Akkrum	50:17	50:17
20	Feline Sijperda	Akkrum	52:49	52:30
21	Tiny Oosterhof	Akkrum	52:49	52:30
22	Julian Brouwer	Akkrum	53:37	53:18
23	Lars Wester	Akkrum	53:37	53:18
24	Hilco Dam	Akkrum	53:37	53:19
25	Mark Lemstra	Akkrum	53:38	53:17
26	Wei-Sheng Witteveen	Akkrum	54:31	54:28
27	Rinke Blankestijn	Nes	54:31	54:29
28	Hylke Monkelbaan	Haskerdijken	54:32	54:30
29	Jayden Jonker	Akkrum	54:46	54:46
30	Morris Kleefstra	Nes	54:47	54:45
31	Levi Spijkerman	Akkrum	54:48	54:47
32	Hidde Gehner	Akkrum	55:10	55:07
33	Jehannes Monkelbaan	Haskerdijken	55:10	55:09
34	Lennon Kleefstra	Nes	55:16	55:15
35	Lyon Hof	Akkrum	55:16	55:16
36	Thijn van Dijk	Nes	55:28	55:27
37	Mila Elien Selvius	Nes	55:33	55:25
38	Diann Kai Selvius	Nes	55:34	55:26
39	Roan Westra	Nes	56:00	55:59
40	Joris Bloothoofd	Akkrum	56:04	56:03
41	Stijn Houwink	Nes	58:35	58:03
42	Anna-Maj de Jong	Nijetrijne	59:00	58:42
43	Elin Adema	Akkrum	1:00:25	1:00:06
44	Inez Hof	Akkrum	1:00:25	1:00:06
45	Ilse Houwink	Nes	1:02:43	1:02:12
46	Hanna de Vries	Nes	1:03:29	1:02:39
47	Marieke van der Sluis	Akkrum	1:03:29	1:02:39
48	Else de Wit	Akkrum	1:03:30	1:02:40
49	Jonne Scheffer	Nes	1:03:30	1:01:01
50	Jan-ties van der Meer	Akkrum	1:04:11	1:04:10
51	Bas Nijsingh	Bontebok	1:04:13	1:04:09
52	Watse (Hylke) van der Gaast	Akkrum	1:04:13	1:04:10
53	Elin de Vries	Nes	1:04:37	1:04:21
54	Aaron Heerschop	Akkrum	1:05:01	1:04:34
55	Tsjidsgar van der Gaast	Akkrum	1:07:33	1:07:07
56	Yri Broerse	Akkrum	1:07:33	1:07:33
57	Janne Blankestijn	Nes	1:08:11	1:07:50
58	Wouter Sijperda	Akkrum	1:08:14	1:08:11
59	Jip de Vries	Akkrum	1:08:14	1:08:11
60	Homme Tulner	Akkrum	1:08:14	1:08:12
61	Jeldau van der Meer	Akkrum	1:09:59	1:09:28
62	Sanne rixt Akkerman	Akkrum	1:10:00	1:09:06
63	Jamie Hanema	Nes	1:10:02	1:09:53
64	Lieke Brouwer	Akkrum	1:10:02	1:09:08
65	Luna Swiersema	Akkrum	1:10:03	1:09:53
66	Luna Nettinga	Akkrum	1:10:47	1:10:43
67	Maylin Kofman	Akkrum	1:10:48	1:10:46
68	Lana Nettinga	Akkrum	1:10:51	1:10:49
69	Liene Dijkstra	Akkrum	1:10:53	1:10:50
70	Sophie de Boer	Nes	1:11:20	1:11:18

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
71	Johanna Taute	Akkrum	1:11:21	1:11:18
72	Tjalle Taute	Akkrum	1:12:28	1:12:15
73	Gerrianne de Jong	Nes	1:12:57	1:12:42
74	Sophie Yousef	Rotsterhaule	1:12:57	1:12:42
75	Stan van Mourik	Akkrum	1:13:22	1:12:57
76	Hidde Zeilstra	Akkrum	1:13:23	1:12:59
77	Bo Witteveen	Akkrum	1:13:25	1:13:04
78	Roan Pater	Nes	1:13:36	1:13:11
79	Anouk Wester	Akkrum	1:13:41	1:12:49
80	Jeska Tuinstra	Nes	1:13:42	1:12:48
81	Jitte Sixma	Akkrum	1:13:44	1:13:32
82	Bente Riemersma	Nes	1:13:44	1:13:32
83	Silke Mulder	Akkrum	1:13:44	1:13:30
84	Lynn Bouknecht	Akkrum	1:13:45	1:13:31
85	Dex van den Berg	Akkrum	1:13:59	1:13:35
86	Jorn Efdé	Nes	1:15:29	1:15:29
87	Feiko Gehner	Akkrum	1:15:29	1:15:27
88	Bernd Brouwer	Akkrum	1:15:30	1:15:28
89	Gabriël de Vries	Akkrum	1:15:32	1:15:32
90	Nils Lemstra	Akkrum	1:15:46	1:15:20
91	Hedwig Akkerman	Nes	1:15:47	1:15:20
92	Britt van der Sluis	Akkrum	1:15:47	1:15:20
93	Oscar Derksen	Nes	1:16:03	1:15:44
94	Ilse Akkerman	Nes	1:16:07	1:15:40
95	Fayèn Otten	Nes	1:16:07	1:15:40
96	Olivier van Amstel	Akkrum	1:16:15	1:15:48
97	Janna de Jong	Nes	1:16:18	1:15:40
98	Elin Zeilstra	Akkrum	1:16:20	1:15:39
99	Rens Efdé	Nes	1:17:45	1:17:21
100	Simme Weidenaar	Nes	1:18:51	1:18:33
101	Xem Herre Boerhof	Akkrum	1:18:56	1:18:21
102	Lara ten Hoeve	Akkrum	1:19:00	1:18:49
103	Feline Wiersma	Nes	1:19:16	1:18:58
104	Jorno Heerschop	Akkrum	1:20:02	1:19:32
105	Ayden Nijdam	Akkrum	1:20:41	1:20:26
106	Josephine van Amstel	Akkrum	1:21:57	1:21:30
107	Renske Hooghiemster	Akkrum	1:22:21	1:22:16
108	Sophie van	Jirnsom	1:22:22	1:22:18
109	Fenna van den Berg	Akkrum	1:23:06	1:22:41
110	Fokelien Wijma	Akkrum	1:24:15	1:23:41
111	June Jongbloed	Akkrum	1:24:15	1:23:41
112	Ingmar Brouwer	Akkrum	1:24:38	1:24:18
113	Kaj Taute	Akkrum	1:24:40	1:24:20
114	Bram Nuchelmans	De Wilgen	1:24:45	1:24:23
115	Byke De Jong	Nes	1:25:22	1:24:27
116	Vigo Visser	Nes	1:26:47	1:25:49
117	Femke de Jong	Akkrum	1:27:19	1:27:14
118	Janne Kooistra	Akkrum	1:27:19	1:27:15
119	Linde de Wit	Akkrum	1:27:20	1:26:30
120	Sterre Nettinga	Akkrum	1:27:43	1:27:39
121	Thys Dijkstra	Akkrum	1:27:44	1:27:39
122	Ritske Tulner	Akkrum	1:27:45	1:27:41
123	Joep Gijsman	Nes	1:27:45	1:27:42
124	Danique van Amstel	Nes	1:27:50	1:26:06
125	Doutzen Monkelbaan	Haskerdijken	1:29:32	1:29:09
126	Fiene Nuchelmans	De Wilgen	1:29:32	1:29:10
127	Irene Bouwer	Akkrum	1:29:43	1:28:57
128	Zoë-Lynn Geertsma	Akkrum	1:29:43	1:28:56
129	Femke Bouwer	Akkrum	1:29:43	1:28:58

Uitslagenlijst De Lus van Akkrum

Akkrum - Woensdag 4 juni 2025

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
130	Veerle Brouwer	Akkrum	1:31:05	1:31:05
131	Sybren Tuinstra	Nes	1:31:37	1:30:36
132	Jorrit Poortman	Nes	1:31:39	1:30:40
133	Amerins vd Berg	Akkrum	1:31:51	1:30:27
134	Esmee Wester	Akkrum	1:31:51	1:30:27
135	Feliene Philips	Akkrum	1:32:08	1:32:03
136	Amarins Bosgra	Nes	1:32:10	1:31:36
137	Roos van Mourik	Akkrum	1:32:10	1:31:35
138	Yinthe Marij van der Wal	Akkrum	1:32:11	1:31:37
139	Lieke Spijkerman	Akkrum	1:32:32	1:31:55
140	Sanne Koopmans	Haskerdijken	1:32:57	1:32:25
141	Jinte Koopmans	Haskerdijken	1:32:58	1:32:26
142	Eline van Kampen	Akkrum	1:32:58	1:32:28
143	Ruben Popkema	Nes	1:33:38	1:32:49
144	Marcel Wijkstra	Akkrum	1:35:33	1:35:08
145	Ewann van der Heide	Akkrum	1:35:34	1:34:27
146	Boaz van der Heide	Akkrum	1:35:34	1:34:29
147	Sverre van der Heide	Nes	1:35:34	1:34:31
148	Fabian van der Heide	Nes	1:36:09	1:35:07
149	Lotte Gijsman	Nes	1:38:48	1:37:42
150	Eke Tilstra	Nes	1:38:49	1:37:41
151	Sanne Hoogendoorn	Nes	1:38:49	1:37:42
152	Silke Watzema	Akkrum	1:40:48	1:39:57
153	Jorrit Westra	Nes	1:42:21	1:41:15
154	Marre Buikema	Akkrum	1:42:21	1:41:13
155	Emma De Jong	Akkrum	1:42:34	1:41:43
156	Lize Boeijinga	Nes	1:42:34	1:41:30
157	Kaeleigh Jonker	Akkrum	1:42:38	1:41:45
158	Marijke de Boer	Marsum	1:42:56	1:42:01
159	Hero Bekkema	Akkrum	1:42:58	1:41:59
160	Benthe Bekkema	Akkrum	1:42:58	1:42:11
161	Rinse Dijkstra	Akkrum	1:43:02	1:41:56
162	Kaj Boeijinga	Nes	1:43:07	1:42:02
163	Tara Elin Oosterhaven	Akkrum	1:43:08	1:42:10
164	Mayra Van Der Steeg	Akkrum	1:43:12	1:42:14
165	Jelmer Sybe Bergsma	Akkrum	1:43:30	1:41:43
166	Dieke Hoekstra	Akkrum	1:43:57	1:42:40
167	Marrit Kooistra	Akkrum	1:43:58	1:42:41
168	Idwer Buikema	Akkrum	1:44:39	1:43:29
169	Jace Zwaan	Akkrum	1:45:59	1:44:56
170	Sophie Boetes	Burdaard	1:50:43	1:50:13
171	Roan Boetes	Burdaard	1:50:44	1:50:14