Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

J-9, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Kris Nijzink	Rijssen	6:55	6:55
2	Lincoln Martin	ACO Van Elderen	7:09	7:09
3	Brian Pastoor	Hasselt	7:15	7:15
4	Stef Nijzink	Rijssen	7:19	7:19
5	Jip Seinen	ACO Van Elderen	7:38	7:36
6	Delano Thielman	Isala '96	7:45	7:45
7	Sem Eenkhoorn	Isala '96	8:29	8:28
8	Gijs de Lange	ACO Van Elderen	8:45	8:44
9	Maro Fokke	Vroomshoop	9:30	9:27
10	Yu-Shan Reedijk	ACO Van Elderen	10:48	10:45

M-9, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Julia Seppenwoolde	Rijssen	7:20	7:20
2	Elsemarijn Grasmeijer	Meppel	7:37	7:35
3	Noor Boldewijn	De Sprinter	7:57	7:55
4	Mirre van den Anker	Zwolle	8:33	8:30
5	Yinthe Buitenkamp	ACO Van Elderen	8:34	8:32
6	Saline Waninge	Ruinerwold	8:36	8:34
7	Noortje IJspeert	De Sprinter	8:37	8:35
8	Valerie de Vries	Zwolle	8:56	8:54
9	Jill van Herk	Hasselt	9:36	9:34
10	Maud Brakke	Staphorst	9:56	9:55
11	Eva Slabbekoorn	Zwolle	10:02	9:59
12	Amber Rodenburg	Meppel	10:57	10:55

J1012, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Juri Heppener	Bolsward	6:35	6:34
2	Jorn Smalbrugge	Hasselt	6:41	6:41
3	Roy Veldman	Rouveen	7:06	7:04
4	Jack Fakkert	Zwartsluis	7:06	7:04
5	Wessel Koekkoek	ACO Van Elderen	7:06	7:05
6	Jefta Pierik	Hasselt	7:18	7:18
7	Nout Meijer	ACO Van Elderen	7:19	7:18
8	Silvan ter Bruggen	Hasselt	7:29	7:29
9	Thijs Dorgelo	Spurt '88	7:29	7:28
10	Robin Dunnink	Hasselt	7:32	7:32
11	Ruben Volkerink	Hasselt	7:33	7:31
12	Jurre de Weerd	Ommen	7:41	7:41
13	Laurens Huls	Staphorst	7:44	7:44
14	Roan de Lange	Staphorst	7:45	7:42
15	Thies Koekkoek	ACO Van Elderen	7:45	7:43
16	Jaron Huls	Staphorst	7:52	7:49
17	Corné Hulst	Punthorst	7:53	7:50
18	Stijn Veerman	Hasselt	7:54	7:51
19	Matthias Alexandre Louren	Hasselt	8:00	7:58
20	Figo Mussche	PEC 1910	8:30	8:28
21	Jelle Siemensma	Zwartsluis	8:53	8:50
22	Ferran Troost	Punthorst	8:54	8:51
23	Gerron Hokse	Punthorst	9:09	9:06
24	Alwin Troost	Punthorst	9:39	9:36
25	Daan Hutten	Bergentheim	10:46	10:43

M1012, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Marit Versfeld	Meppel	6:54	6:54
2	Jill Horné	De Sprinter	7:00	7:00

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
3	Jasmijn Lamberink	Spurt '88	7:10	7:10
4	Floor Willems	ACO Van Elderen	7:21	7:20
5	Elise Martens	HAC '63	7:25	7:25
6	Wiep Seinen	ACO Van Elderen	7:34	7:34
7	Carmen Bruinsma	Atletics Nijverdal	7:36	7:35
8	Emma Duval	ACO Van Elderen	8:00	7:59
9	Liza Smalbrugge	Hasselt	8:59	8:59
10	Pien Doosje	ACO Van Elderen	9:28	9:26

J1315, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Sam van der Werf	Horror	5:44	5:43
2	Wouter Seppenwoolde	Rijssen	6:15	6:14
3	Maikel Potkamp	Heerde	6:33	6:32
4	Bjorn Bruinsma	Atletics Nijverdal	6:49	6:48
5	Lamiek Dawit	Rouveen	6:59	6:59

M1315, 1800 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Tess Jaarsma	Horror	6:30	6:30
2	Laura Boers	AV Rijssen	6:37	6:36
3	Janne Nijhof	Marathon Pim Mulier	6:53	6:53
4	Janneke Meinen	ACO Van Elderen	7:12	7:10
5	Anouk Fakkert	Zwartsluis	7:17	7:15
6	Mariëlle Lensen	HAC '63	7:17	7:17
7	Esmee Mulder	Atletics Nijverdal	7:36	7:34
8	Judith Tiemens	Dwingeloo	8:48	8:45
9	Rilana Lamberink	Hardenberg	9:25	9:23
10	Noor van den Enk	ACO Van Elderen	10:36	10:34

5MSEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Erik Leusink	Punthorst	16:07	16:07
2	Bart van Adrichem	De Sperwers	16:36	16:36
3	Harm-Jan Martens	HAC '63	17:16	17:16
4	Gertin Roke	ACO Van Elderen	17:23	17:23
5	Michiel Veldman	ACO Van Elderen	17:25	17:25
6	Bram Rouwen	BB lopers	17:39	17:39
7	Niek Nijenhuis	ACO Van Elderen	17:48	17:47
8	Jacob van der Galiën	Dokkum	17:53	17:53
9	Arne te Nijenhuis	BB lopers	18:12	18:11
10	Maarten Koggel	ACO Van Elderen	18:30	18:30
11	Martijn Dijkstra	Hoogeveen	18:37	18:33
12	Marnix Wieringa	Zwolle	19:07	19:06
13	Wilbert Knol	HAC '63	19:34	19:34
14	Matthieu Huisman	Rouveen	19:36	19:34
15	Henri Slabbekoorn	Zwolle	20:01	19:58
16	Evert Teunis	ACO Van Elderen	20:03	20:01
17	Juan Oldehinkel	Spurt '88	20:12	20:12
18	Thomas Wieringa	Zwolle	20:16	20:14
19	Joris Dwars	Dalfsen	20:17	20:13
20	Gerard Veyer	Staphorst	20:21	20:18
21	Diederick Smit	Staphorst	20:38	20:35
22	Marco Lindenholz	Rouveen	20:57	20:53
23	Sander Dijkstra	De Sperwers	20:59	20:59
24	Hugo Bouwmeester	Rouveen	21:33	21:25
25	Gerben Mijnheer	Hasselt	21:54	21:52
26	Klaas Slager	Rouveen	21:59	21:55
27	Remco Eenkhoorn	IJsselmuiden	22:00	21:55

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
28	Ferry van Laar	BB lopers	22:05	22:03
29	Peter Galenkamp	Hasselt	22:07	22:01
30	Soufiyan Akherraz	Marokko	22:10	22:08
31	Erik Akkerman	Hasselt	22:19	22:16
32	Johan Kooiker	Rouveen	22:32	22:29
33	Joop Dekker	Kraggenburg	22:34	22:24
34	Stijn Hutten	Bergentheim	22:41	22:32
35	Henco Pullen	Zwolle	22:46	22:43
36	Nicklas Brakke	Staphorst	22:51	22:47
37	Sander Alberts	HAC '63	23:16	23:13
38	Jaap Sterken	Nieuwleusen	23:23	23:11
39	Karsten Knol	Nieuwleusen	23:43	23:43
40	René van Leussen	AG '85	23:50	23:47
41	Anne Smelt	HAC '63	23:52	23:50
42	Rik Horné	De Sprinter	24:13	24:07
43	Louis Ceuppens	Staphorst	24:30	24:21
44	G. Hulst	Rouveen	25:32	25:17
45	Herjan Lamberink	Hardenberg	25:35	25:29
46	Bart Kuiers	Rouveen	25:38	25:29
47	Frank Overweg	Nijeveen	25:42	25:37
48	Mark Jan Logtenberg	Staphorst	25:48	25:33
49	Tom van Krimpen	Zwolle	27:33	27:24
50	Denny van der Kolk	Zwolle	28:17	28:05
51	Joris Rietveld	Zwolle	29:48	29:38
52	Bernd Palland	Meppel	29:54	29:39
53	Jurgen Palland	Tuk	30:53	30:39

5M40, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Henry Rutgers	Noordscheschut	16:59	16:59
2	Maarten Nieuwenhuis	BB lopers	18:47	18:47
3	Bennie Thunker	Isala '96	18:55	18:54
4	Erik Fokke	Sportlust/Loopgroep de Zar	19:11	19:10
5	Dennis Brandenburg	Steenwijk	19:29	19:28
6	Arjan de Haan	Rouveen	20:23	20:18
7	Edwin van Laar	Loopgroep PK	20:35	20:34
8	Karel Prins	Veeningen	21:15	21:13
9	Harro Veerman	Hasselt	21:28	21:27
10	Arjan Veldman	Rouveen	21:42	21:39
11	Bert Krale	Punthorst	21:50	21:47
12	Udo Waanders	Hellendoorn	22:02	22:01
13	Alexander Weideman	Nederlandse Triathlonbond	22:10	22:05
14	Freddy de Witte	Staphorst	22:55	22:51
15	Arjan Lamberink	Hardenberg	23:24	23:19
16	Johan van Leussen	AG '85	23:37	23:34
17	Gerard Hokse	Punthorst	23:56	23:49
18	Bert Post	Dedemsvaart	23:59	23:54
19	Marc Wekamp	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	24:35	24:27
20	Benny Hulst	Rouveen	24:39	24:35
21	Ferdinand Dam	Daarlerveen	25:37	25:31
22	Gert Hutten	Bergentheim	25:58	25:48
23	Anton Klijn	Ruinen	26:27	26:12
24	Wim Hulst	Punthorst	28:28	28:13
25	Gerard Haan	Dedemsvaart	30:00	29:54
26	Nico Schonewille	Hoogeveen	31:53	31:40
27	Arjan Marissen	Slagharen	31:53	31:40

5M50, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Fred Sluijs	ACO Van Elderen	18:58	18:58

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Arjen Driesen	Sint Jansklooster	19:04	19:03
3	Melchior van de Pol	AV '34	19:17	19:16
4	Gert Berenst	Sportlust/Loopgroep de Zar	20:07	20:05
5	Harm Kooiker	Rouveen	20:38	20:36
6	Klaas Arkema	Nederlandse Triathlonbond	21:29	21:28
7	Nico Staal	Hasselt	21:56	21:52
8	Wilko Kolkman	Sportlust/Loopgroep de Zar	22:04	22:00
9	Berrie Schipper	Steenwijkerwold	22:14	22:13
10	Henk Kruidhof	Hasselt	22:27	22:25
11	Marcel Hofman	De Sperwers	22:35	22:34
12	Alfred Ubels	Steggerda	22:56	22:56
13	Ferdinand Hemme	De Sperwers	23:04	23:02
14	Theo Oldehinkel	Spurt '88	23:22	23:17
15	Anne Marsman	ACO Van Elderen	23:22	23:18
16	Jan Pieter de Vries	Marathon Pim Mulier	23:31	23:26
17	Rob Somsen	Vechtdallopers	23:37	23:34
18	Berend Akkerman	Staphorst	23:55	23:52
19	Jan Russchen	Hoogeveen	23:58	23:55
20	Harrie Poll	Zwolle	24:00	23:57
21	Harrie Bloeming	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	24:57	24:49
22	Jaap Pielman	Dedemsvaart	25:11	25:04
23	Jan van der Molen	Rheezerveen	25:13	25:05
24	Nico Leussink	SISU	25:16	25:11
25	Chris Heetebrij	Sint Jansklooster	26:30	26:13
26	Kees Ruijter	Meppel	26:34	26:29
27	Martin Tempelman	Meppel	26:56	26:45
28	Roelof Pepping	avVN	27:00	26:58
29	Anne Bartelds	Start '78	27:23	27:21
30	Klaas Vos	AG '85	27:28	27:18
31	Berend Jan Sterken	Nieuwleusen	27:31	27:25
32	Henny Berends	Spurt '88	27:57	27:47
33	Kees de Jonge	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	28:07	27:58
34	Gert-Jan Ubels	Staphorst	28:52	28:41
35	Jan Fobbe	Drogteropslagen	28:59	28:42
36	Evert Evertsen	Nieuwleusen	29:08	28:56
37	Henk Visscher	Rouveen	29:39	29:33
38	Marcel van Waas	Zwolle	29:39	29:32
39	Mans Veldsink	Dedemsvaart	29:59	29:45
40	Henk Haasjes	Staphorst	30:07	29:50
41	Alfred Schuman	Dalfsen	30:16	30:10
42	Gerrit Zweers	Hardenberg	30:23	30:14
43	Cor van den Berg	Kraggenburg	30:24	30:07
44	Johan Nijland	IJhorst	32:38	32:24
45	Nico Swart	PEC 1910	34:08	33:57
46	Peter de Roo	Pesse	34:34	34:20
47	Herman Hogenbirk	Luttelgeest	35:04	34:59

5VSEN, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Aline Kootstra	ACO Van Elderen	18:19	18:19
2	Naomi Heidema	ACO Van Elderen	19:47	19:46
3	Harriët van 't Oever	ACO Van Elderen	20:52	20:51
4	Kyra Brouwer	Nes Ameland	21:52	21:49
5	Annemiek Klein	BB lopers	22:21	22:19
6	Linda Pielman	ACO Van Elderen	22:24	22:23
7	Wianne Schipper	Steenwijkerwold	22:26	22:26
8	Irena van Houten	Schokland	23:19	23:17
9	Nienke van der Woude	Hasselt	23:27	23:25
10	Leandra Troost	AG '85	23:50	23:41

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
11	Irene Pielman	Dedemsvaart	24:40	24:33
12	Heleen de Boer	AG '85	24:43	24:34
13	Lisanne Berends	Utrecht	25:45	25:34
14	Seline Hutten	Bergentheim	26:05	25:55
15	Esther Burgman	Zwolle	26:45	26:39
16	Tamara Joosten	Ruinen	27:16	27:01
17	Jalisa Rozendal	Kraggenburg	27:18	27:07
18	Thirza Veijer	Staphorst	27:25	27:14
19	Sabine Mulder	Staphorst	27:25	27:16
20	Alette de Boer	Rouveen	27:27	27:18
21	Elvira Veijer	's-Gravenhage	27:27	27:17
22	Chantal van der Molen	Rheezerveen	27:42	27:33
23	Lubertha Hofstede	Hasselt	27:52	27:44
24	Annika Bloemert	Rouveen	28:02	27:53
25	Annemieke Wursten	Hasselt	28:03	27:56
26	Iris Sellies	Hasselt	28:31	28:23
27	Gerdienke Zielman	Hasselt	28:53	28:46
28	Hester Arkema	Hasselt	29:12	29:05
29	Susan Otter	Hardenberg	29:18	29:06
30	Marleen Hegeman	Hasselt	29:22	29:14
31	Aafke Veerman	Rouveen	29:33	29:17
32	Sanne Pullen	Staphorst	29:37	29:21
33	Mirjam Dam	Zwolle	29:45	29:38
34	Mirjam Nijboer	AG '85	29:50	29:35
35	Kim Poolman	Rouveen	30:24	30:10
36	Irene Schunselaar	ACO Van Elderen	30:28	30:24
37	Eline Voerman	Zwolle	30:40	30:29
38	Leonie Sterken	Nieuwleusen	30:41	30:30
39	Aline Vos	Zwolle	30:47	30:37
40	Jettie Veerman	Rouveen	30:52	30:35
41	Janneke Binnendijk	Rouveen	31:27	31:13
42	Maaike Petrusma	Zwolle	33:42	33:39

5V40, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Yvonne Meijer	ACO Van Elderen	19:37	19:37
2	Fiona Grootoonk	Hardenberg	23:25	23:22
3	Astrid Grasmeijer	Meppel	24:34	24:24
4	Margreet van der Vecht	Hasselt	26:55	26:48
5	Jolanda Tempelman	Meppel	27:34	27:24
6	Carola van Dijk	Kampen	28:37	28:25
7	Natasja Scholten Mooiweer	Kampen	28:38	28:26
8	Emmy ten Brink	Hoogeveen	29:05	28:52
9	Ria Smalbrugge	Hasselt	29:23	29:17
10	Ageeth van der Lee	ACO Van Elderen	29:39	29:25
11	Margriet Korterink	Rouveen	29:47	29:32
12	Arina Holterman	Hoogeveen	31:02	30:57
13	Ingrid Stoffer	Koekange	32:01	31:47
14	Annet Bos	Wijster	32:56	32:44
15	Kirsten Nijhuis-Hunnersen	Zwolle	33:42	33:40
16	Diana Stoffer	Koekange	33:55	33:41
17	Anzhelika de Haas	Zwolle	34:02	33:47
18	Josiana Gerritsen	Nieuweroord	34:35	34:22
19	Monica Scheper	Ruinen	37:05	36:47

5V50, 5 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Bertha Bruggenkamp	Lionitas	22:37	22:35
2	Bea Wieringa-Schilder	Hasselt	26:58	26:51

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
3	Annelies Schipper	Steenwijkerwold	27:21	27:18
4	Hannie Pielman	Dedemsvaart	27:37	27:31
5	Ada Folio	De Sprinter	27:45	27:41
6	Gea Tiemens	AG '85	27:47	27:36
7	Henriette Hooge	Zuidwolde Dr	28:22	28:10
8	Rianne Hogenkamp	Dalfsen	28:38	28:38
9	Anneke Mooy	De Sprinter	29:12	29:08
10	Antoinette Wilmot	Dalfsen	29:26	29:15
11	Alie Botter	Spurt '88	29:43	29:34
12	Ina Koops	Elim	29:51	29:47
13	Hedda van der Veen	Hoogeveen	30:43	30:30
14	Karin de Vries-Kamping	Marathon Pim Mulier	31:35	31:28
15	Rita Jakobs	Hoogeveen	31:45	31:31
16	Grietje Klomp	De Wijk	34:32	34:16
17	Marja Perfors	Pesse	34:34	34:21
18	Lies van Zanten	De Wijk	35:50	35:34
19	Aletta Staats	Meppel	37:06	36:48
20	Laura Nysingh	Dwingeloo	37:06	36:48
21	Carolien Nijenhuis	Ansen	37:06	36:48
22	Erna van Bezoen	Ruinen	37:06	36:48
23	Hennie Reurink	Koekange	37:17	37:01

10MSN, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Danny Koppelman	ACO Van Elderen	31:44	31:44
2	Mohammed Koula	Marokko	34:23	34:23
3	Menco Schuurman	Delft	34:27	34:26
4	Erik Slomp	BB lopers	35:09	35:08
5	Joep Emmen	BB lopers	35:36	35:36
6	Richie Azombo	AV Heerenveen	35:42	35:42
7	Willard Bredewold	BB lopers	36:03	36:03
8	Bert de Boer	BB lopers	36:35	36:33
9	Henry Visscher	AG '85	36:38	36:37
10	Remco Akse	BB lopers	36:55	36:54
11	Pascal Dankelman	ACO Van Elderen	37:05	37:04
12	Machiel Haasjes	Staphorst	37:12	37:10
13	André Brakke	AG '85	37:44	37:42
14	Kasper Bisschop	BB lopers	37:54	37:53
15	Henk Bloemert	Rouveen	38:08	38:06
16	Arjan Bruins	Hasselt	39:10	39:07
17	Mark Lubberts	Emmen	39:16	39:13
18	Ernst van Bergen	Nederlandse Triathlonbond	39:27	39:25
19	Maarten Oosterhuis	Hasselt	39:31	39:29
20	Alwin Penninkhof	IJsselmuiden	39:33	39:28
21	Rick Harmsen	Rijssen	39:46	39:46
22	Henk-Jan Dolsma	HAC '63	39:57	39:55
23	Mark de Leeuw	Ruinerwold	40:12	40:11
24	Rolf van der Graaf	Hasselt	40:26	40:25
25	Matthijs van der Graaf	Hasselt	40:34	40:31
26	John Brinkman	Nieuwleusen	41:41	41:36
27	Herman Knol	Hardenberg	41:59	41:56
28	Klaas-Jan Kisteman	Rouveen	42:08	42:05
29	Sonny Marsman	Daarlerveen	42:11	42:04
30	Milco Winters	Meppel	42:16	42:13
31	Henk Tamminga	Hardenberg	42:38	42:34
32	Robin Brands	Brucht	42:55	42:52
33	Jesse Oosterhuis	Hasselt	43:01	42:58
34	Martijn Drost	Dedemsvaart	44:00	43:51
35	Gerrit Pruim	Rouveen	44:26	44:22

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
36	André Brakke	Meppel	44:57	44:42
37	Theo Sikkema	Zwolle	45:37	45:24
38	Tim Strampel	Dedemsvaart	46:03	45:54
39	Jarno Nijboer	Rouveen	47:26	47:17
40	Jan Talen	AG '85	47:46	47:40
41	Jaap Sterken	Nieuwleusen	47:48	47:38
42	Peter Dominé	Staphorst	47:52	47:46
43	Ronny de Boer	Rouveen	48:39	48:31
44	Ruud Huisman	Staphorst	49:08	49:01
45	Andres Faber	Beilen	49:17	49:13
46	Frank Steenbergen	Veeningen	49:19	49:15
47	Herman Hulst	Staphorst	49:24	49:16
48	Jos Hekman	Wierden	50:10	50:00
49	Peter Kosse	Geerdijk	50:51	50:37
50	Simon Kosse	Geerdijk	52:44	52:30
51	Berny Koekoek	Zuidwolde Dr	52:51	52:42
52	Charbel Kanaan	Hasselt	54:24	54:13
53	Daniël Groen	De Blesse	55:17	55:07
54	Dennie ter Bruggen	Hasselt	56:57	56:47

10M40, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Henk Smalbrugge	ACO Van Elderen	34:51	34:51
2	Klaas van Pijkeren	Dronten	37:14	37:13
3	Rudolf Martens	Hardenberg	39:30	39:30
4	Aard van der Vinne	HAC '63	39:41	39:38
5	Arie Stuurman	Hoogeveen	40:38	40:37
6	Frankwin Mussche	BB lopers	40:47	40:45
7	Michiel Huzen	AG '85	41:26	41:23
8	Arno Kruidhof	Rouveen	43:11	43:02
9	Ben Smith	Spurt '88	45:49	45:42
10	Robert van der Meulen	Isala '96	45:57	45:52
11	Wouter Dirk de Jong	Ommen	46:04	45:59
12	Alfred Beens	Genemuiden	46:17	46:13
13	Remco Broekhuijsen	Zwolle	47:31	47:23
14	Lambert Put	Nieuwleusen	47:53	47:48
15	Gerrit Veurink	Rheezerveen	48:31	48:25
16	Arjen-Jan Hummelen	Zwolle	49:14	49:00
17	Jannes Janssen	Hardenberg	49:20	49:13
18	Henk Salomons	Emmeloord	49:41	49:35
19	Jeroen Beutick	Zwolle	50:44	50:31
20	Siert Meijer	Zwolle	50:59	50:46
21	Vunda Alexandre Lourenço	Hasselt	51:32	51:24
22	Bort Hartog	Nijeveen	52:28	52:19
23	Jaap Oosterhuis	Hasselt	52:53	52:51
24	Michel Wenting	Meppel	56:41	56:30

10M50, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Jan Verwoert	Aquilo	40:06	40:06
2	Erik Dambrink	De Sprinter	40:15	40:15
3	Wilco Mars	ACO Van Elderen	40:28	40:26
4	Nanne Jagersma	Lichtlopen	41:19	41:19
5	Bennie Akkerman	AG '85	42:02	42:00
6	René van Weezep	ACO Van Elderen	42:21	42:19
7	Peter Iepsma	Marknesse	43:15	43:09
8	Bart Grasmeijer	De Sprinter	43:48	43:44
9	Jan Eikelboom	ACO Van Elderen	43:54	43:52
10	Olaf Prins	Hasselt	44:03	43:59

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
11	Wim Matel	Spurt '88	44:06	44:02
12	Roel Westert	Ruinerwold	44:27	44:23
13	Eddy Geesink	Hardenberg	45:13	45:09
14	René Bosman	Hasselt	45:22	45:18
15	Reinder Jan Steenbeck	Wolvega	45:30	45:23
16	Eize Wind	Radewijk	46:08	46:03
17	Fred Koningstein	Dalfsen	47:01	46:50
18	Gert Goos	Dalfsen	48:53	48:46
19	Henk Korterink	Hasselt	49:12	49:09
20	Marcus Rietveld	Zwolle	49:15	49:08
21	Jan Salomons	Zwolle	50:22	50:16
22	Dick Remmers	ACO Van Elderen	50:49	50:41
23	Henk Frakerman	Slagharen	50:54	50:42
24	Benno Braamhaar	AV Rijssen	51:06	51:02
25	Jan de Vries	Meppel	51:13	51:05
26	Jaco Schrauwen	Meppel	51:25	51:22
27	Jan Boschman	Hasselt	51:33	51:27
28	Peter Rooseboom	Hardenberg	51:34	51:28
29	Klaas Wijnberger	Dalfsen	51:35	51:27
30	Gert Dunning	Veeningen	52:00	51:56
31	Johan Witte	Meppel	52:55	52:43
32	Evert Dekker	Ruinen	52:57	52:49
33	Jannes Heijnen	Hoogeveen	54:59	54:55
34	Jan Hein van der Bruggen	Dwingeloo	55:16	55:06
35	Wim de Pruis	Meppel	55:16	55:06
36	Sjoerd Koelmans	Meppel	55:24	55:12
37	Klaas Jansen	Hasselt	55:53	55:42
38	Frits Lautenbag	De Gemzen	57:00	56:53
39	Jan Witte	Meppel	57:00	56:49
40	Henri Fredriks	De Sprinter	59:17	59:02
41	Gerrit Harmsen	De Sprinter	1:13:20	1:13:07

10VSN, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Corien Jansen	De Sprinter	42:32	42:29
2	Tamara de Vries	HAC '63	44:43	44:39
3	Christina Mulder	Nieuwleusen	45:07	45:04
4	Marit Nijdam	Nijmegen	46:27	46:21
5	Jolien Jansen	Vechtdallopers	46:43	46:34
6	Linda Eektimmerman	Zwolle	46:51	46:46
7	Leonie Eenkhoorn	Isala '96	47:37	47:33
8	Nardie Mulder	BB lopers	47:46	47:41
9	Rianne Niewold	BB lopers	47:56	47:51
10	Edith Rooseboom	Zwolle	49:11	49:05
11	Marleen van Heerde	Cialfo	49:33	49:29
12	Babs Jansen	Dedemsvaart	50:13	50:03
13	Natascha Kroek	Meppel	51:03	50:55
14	Kim Kalter	Zwolle	52:48	52:29
15	Nikki Geesink	Hardenberg	54:39	54:26
16	Chantal Winters	Meppel	56:41	56:29
17	Anke Jansen	Zwolle	57:44	57:32
18	Marloes Snel	Genemuiden	58:38	58:30
19	Wobke IJmker	Den Ham Ov	1:00:05	59:59
20	Geesje Ubak	Nieuwleusen	1:00:11	1:00:04
21	Angelique Engel	De Wijk	1:05:30	1:05:18
22	Joke ´t Hart	IJhorst	1:07:05	1:06:53

10V40, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Saskia Schutte	Cialfo	41:26	41:24

Uitslagenlijst Zwarte Dennen Cross

Punthorst - Zaterdag 16 november 2019

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
2	Janneke Molenhuis	De Sprinter	43:59	43:57
3	Geke Tempelman	Vechtdallopers	48:44	48:39
4	Imke Vrieswijk	IJsselmuiden	51:08	50:48
5	Ellen Dragt	De Wijk	52:53	52:41
6	Dayen Spijker	DUITSLAND	56:15	56:12
7	Alida de Graaf	De Wijk	58:13	58:01
8	Supattra Wilamas	De Sprinter	58:41	58:28
9	Corina Fijn	Hattemerbroek	58:57	58:41
10	Karin Witteveen	Hattemerbroek	1:01:53	1:01:38
11	Sandra Berenst	Sportlust/Loopgroep de Zandstuve	1:03:28	1:03:22
12	Petra van Lente	IJsselmuiden	1:05:30	1:05:10
13	Supattra Wilamas	De Sprinter	1:05:30	58:28

10V50, 10 KM

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Petra Hasper	De Sprinter	45:53	45:50
2	Gerda Akkerman	AG '85	49:36	49:32
3	Hilda Paarhuis	Hasselt	51:39	51:35
4	Sylvia Talen	De Sprinter	52:36	52:29
5	Carla Geesink	Hardenberg	52:38	52:25
6	Marry de Lange	ACO Van Elderen	54:25	54:20
7	Jacqueline t Brummelhuis	HAC '63	55:00	54:54
8	Astrid van Utteren	De Sprinter	1:03:11	1:02:56

J-7, 900 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Kai Boer	ACO Van Elderen	3:38	3:38
2	Jesper Wieten	Isala '96	3:48	3:48
3	Lenn Poel	Zwolle	3:54	3:54
4	Jort de Weerd	Ommen	3:57	3:56
5	Teun IJspeert	De Wijk	3:57	3:56
6	Thijs Burgman	Zwolle	4:00	4:00
7	Naud Kuijers	Staphorst	4:05	4:05
8	Thom Pullen	Zwolle	4:43	4:43
9	Steijn Hoeve	Punthorst	5:49	5:49
10	Ralf Pullen	Zwolle	6:56	6:56

M-7, 900 METER

Plaats	Naam	Woonplaats/Vereniging	Bruto	Netto
1	Sara Slabbekoorn	Zwolle	3:53	3:53
2	Puck Seinen	Ommen	4:03	4:02
3	Liz Meijer	Witharen	4:07	4:07
4	Jamila Thielman	Zwolle	4:33	4:33
5	Jasmijn Akkerman	Hasselt	4:49	4:49
6	Vera Hoeve	Punthorst	4:55	4:55
7	Jenske Hokse	Punthorst	4:59	4:58
8	Julia de Lange	Arrien	5:55	5:55
9	Silja Fokke	Vroomshoop	6:47	6:47

Met dank aan de sponsors en de vele vrijwilligers