



Uitslag 3-Plassenloop Road Runners Zoetermeer

28 april 2013

5 km Trimloop

Plaats	Naam	m/v	Leeftijd	Tijd	Snelheid	Vereniging
1	Patrick Palsgraaf	m	25	0:17:16	17,4 km/u	Gouda
2	Victor Geraedts	m	21	0:18:11	16,5 km/u	ARV Ilion
3	Richard Lelieveld	m	40	0:18:36	16,1 km/u	de Kieviten
4	Matthijs van der Beek	m	24	0:18:46	16,0 km/u	de Kieviten
5	Pascal Verbeek	m	35	0:18:46	16,0 km/u	
6	Sam Brinkers	m	13	0:20:33	14,6 km/u	de Kieviten
7	Edwin Sierat	m	46	0:20:50	14,4 km/u	ARV Ilion
8	Marco de Brouwer	m	45	0:21:03	14,3 km/u	
9	Wai Luk	m	40	0:21:39	13,9 km/u	
10	Mariska Oskam	v	40	0:21:47	13,8 km/u	AV 47
11	Richard Pijpers	m	30	0:21:51	13,7 km/u	ARV Ilion
12	Norbert van den Hemel	m	44	0:21:54	13,7 km/u	
13	Johan van Doesum	m	52	0:21:55	13,7 km/u	RRZ
14	Martin Füss	m	34	0:22:19	13,4 km/u	Rotterdam atletiek
15	Jacques van Male	m	49	0:22:22	13,4 km/u	RRZ
16	Rien de Wolff	m	59	0:22:33	13,3 km/u	
17	Peter Zoetmulder	m	53	0:22:40	13,2 km/u	
18	Frans Mulder	m	66	0:22:40	13,2 km/u	
19	Teun van der Vorm	m	46	0:22:57	13,1 km/u	ARV Ilion
20	Ben van Wijnsberge	m	61	0:23:21	12,8 km/u	Voorschoten
21	Manita Overweg	v	48	0:23:43	12,6 km/u	MHCZ
22	Menno de Rijke	m	49	0:23:43	12,6 km/u	MHCZ
23	Froukje Visser	v	53	0:24:20	12,3 km/u	PAC
24	Tamara van Kleef	v	25	0:24:28	12,3 km/u	ARV Ilion
25	Dapne van Kleef	v	25	0:24:30	12,2 km/u	
26	Leon Scholte	m	50	0:24:36	12,2 km/u	RRZ
27	Renske van Putten	v	23	0:25:10	11,9 km/u	
28	Marja Verhoef	v	55	0:25:41	11,7 km/u	RRZ
29	Willy Schutte	m	52	0:25:45	11,7 km/u	ARV Ilion
30	Richard Gregoire	m	45	0:25:52	11,6 km/u	
31	John Heemskerck	m	45	0:25:52	11,6 km/u	
32	Erik Pennekamp	m	14	0:25:55	11,6 km/u	
33	Wai Cheung	m	45	0:26:16	11,4 km/u	
34	Monica van der Meer	v	52	0:26:22	11,4 km/u	ARV Ilion
35	Désirée van Duijvenbode	v	45	0:26:23	11,4 km/u	
36	Miranda Kramer	v	45	0:26:24	11,4 km/u	ARV Ilion
37	Luis De Aguiar Homem	m	15	0:26:25	11,4 km/u	
38	Helen Gordijn	v	45	0:26:31	11,3 km/u	RRZ
39	Priscilla Deijs	v	36	0:26:34	11,3 km/u	RRZ
40	Wim Holleman	m	74	0:26:39	11,3 km/u	avVN
41	David van Boheemen	m	25	0:27:13	11,0 km/u	
42	Edith Sierat	v	47	0:27:25	10,9 km/u	ARV Ilion
43	Cynthia Sierat	v	13	0:27:25	10,9 km/u	ARV Ilion
44	Dafne Elshout	v	33	0:27:27	10,9 km/u	
45	Mayke Nijenhuis	v	23	0:27:32	10,9 km/u	
46	Frank Pennekamp	m	46	0:27:56	10,7 km/u	
47	Wai Shan Tse	v	39	0:28:11	10,6 km/u	
48	Arjan Knollema	m	56	0:28:27	10,5 km/u	ARV Ilion
49	Jack Pronk	m	50	0:28:28	10,5 km/u	RRZ
50	Remco de Mik	m	36	0:28:30	10,5 km/u	Ijsvereniging Z'meer
51	Bianca van der Maas	v	27	0:28:30	10,5 km/u	
52	Ron Budding	m	49	0:28:40	10,5 km/u	Run For Kika
53	Shirley Bakker	v	32	0:29:28	10,2 km/u	
54	Marcel Boheemen	m	54	0:29:40	10,1 km/u	ARV Ilion
55	Wai Hung Luk	m	38	0:29:45	10,1 km/u	
56	Dennis van Koppen	m	42	0:30:27	9,9 km/u	
57	Michelle Dest	v	46	0:30:35	9,8 km/u	Koppen Runners
58	Priscilla Dest	v	29	0:31:55	9,4 km/u	
59	Karin Wiltenburg	v	42	0:32:21	9,3 km/u	
60	Erik Wiltenburg	m	9	0:32:21	9,3 km/u	
61	Wendie Kouwenhoven	v	42	0:32:24	9,3 km/u	
62	Sandra Kouwenhoven	v	44	0:32:25	9,3 km/u	
63	Koen Slomp	m	11	0:34:03	8,8 km/u	

1 km Kinderloop						
Plaats	Naam	m/v	Leeftijd	Tijd	Snelheid	Vereniging
1	Renée Kuijf	v	11	0:03:52	15,5 km/u	AAV 36
2	Jonas Schutte	m	10	0:03:53	15,5 km/u	ARV Ilion
3	Dion Ruijter	m	10	0:03:57	15,2 km/u	ARV Ilion
4	Nigel Steenwinkel	m	10	0:04:05	14,7 km/u	ARV Ilion
5	Koen Slomp	m	11	0:04:07	14,6 km/u	
6	Iva de Rijke	v	11	0:04:13	14,2 km/u	MHCZ
7	Jonas van den Hemel	m	8	0:04:16	14,1 km/u	FC Zoetermeer
8	Mara van den Hemel	v	11	0:04:29	13,4 km/u	Pro Patria
9	Fabian Ruijter	m	8	0:04:33	13,2 km/u	ARV Ilion
10	Eva Gregoire	v	12	0:04:34	13,1 km/u	
11	Quinten Mooy	m	8	0:04:42	12,8 km/u	
12	Kent Freriks	m	7	0:05:23	11,1 km/u	Pro Patria
13	Robin Vrielink	m	8	0:05:47	10,4 km/u	
14	Lara de Bruin	v	8	0:06:15	9,6 km/u	ARV Ilion
15	Sidney de Rijk	m	7	0:06:24	9,4 km/u	
16	Merlijn Elshout	m	4	0:06:31	9,2 km/u	
17	Liv Mooy	v	4	0:06:39	9,0 km/u	
18	Jada Rensen	v	6	0:07:03	8,5 km/u	
19	Thomas van Leest	m	5	0:07:04	8,5 km/u	
20	Leanne Vrielink	v	5	0:07:07	8,4 km/u	
21	Rutger van Leest	m	4	DNF		