



# 28-7-2019

## 5 km 3Plassenloop

Plaats	Naam	Tijd	man / vrouw	Leeftijd	Vereniging
1	Guido de Graaf	17:14	m	26	Leiden Atletiek
2	Patrick van Ooijen	17:23	m	29	
3	Henk Bregman	17:55	m	26	ARV Ilion
4	Matthijs van der Beek	18:28	m	30	PAC
5	Jan-Willem de Mol	19:13	m	22	AV Rijnsoever
6	Bram Kasteel	19:51	m	30	
7	Thomas Kemper	20:05	m	34	
8	Richard Lelieveld	20:15	m	46	AV de Kieviten
9	Gerrie Vlak	20:20	m	38	AVA Aalsmeer
10	Karsten Achthoven	20:43	m	41	RRZ
11	Gijs van Male	20:43	m	19	ARV Ilion
12	Richard Nauta	20:48	m	44	
13	Marcel Maurits	21:02	m	47	AV'47
14	Andreas de Graaf	21:04	m	43	RRZ
15	Luuk den Toom	21:04	m	13	ARV Ilion
16	Jacques van Male	21:15	m	55	RRZ
17	Hans Overbeek	21:17	m	55	Polsbroek
18	Etienne den Toom	21:27	m	53	RRZ
19	Lisa Meuwissen	21:29	v	27	ARV Ilion
20	Jeroen van Amelsvoort	21:35	m	51	
21	Lianne Heijboer	21:36	v	27	
22	Famke Mölenberg	21:41	v	27	RRRZ
23	Gonny Verschoor	21:48	v	44	RRZ
24	Jan de Jong	21:58	m	58	AV '47
25	Wim Verkleij	22:14	m	56	sc Reeuwijk
26	Hans de Rooter	24:27	m	54	AV '47
27	Kees de Koning	24:31	m	49	Rohda 76
28	Charles van den Berg	25:11	m	49	
29	Annelies van Katwijk	25:15	v	38	LoopLekker
30	Demas v/d Boogaart	25:21	m	30	
31	Dick van der Kaaij	25:22	m	56	AV VN
32	Manita Overweg	25:28	v	54	MHCZ
33	Bernadet Bemmelen	25:32	v	39	AAV'36
34	Jacob-Jan de Koning	25:43	m	50	Rohda 76
35	Menno de Rijke	25:45	m	55	MHCZ
36	Aswin Verhoeven	25:59	m	45	
37	Wout Hoevenaar	26:11	m	47	PAC Rotterdam

38	Xander Nauta	26:57	m	14	
39	Petra Maurits	27:07	v	54	AV 47
40	Remko Telgt	27:55	m	62	
41	Kimberly Nijholt	27:57	v	23	
42	Danielle Stam	28:23	v	30	
43	Jeff Heijstek	28:24	m	47	
44	Cock Groenheijde	28:49	m	74	Haaglanden
45	Nanna de Ruiter	28:53	v	48	AV '47
46	Remco Vermeulen	29:29	m	31	Runnersworld
47	Nelleke Vaassen	29:31	v	73	RRZ
48	Arjan Knollema	29:50	m	63	ARV Ilion
49	Marielle van Maanen	31:02	v	47	
50	Regina Romeijn	31:20	v	53	
51	Peter de Valois	31:48	m	66	
52	Alex Scheel	32:02	m	48	LG NOVA
53	Irma den Toom	32:13	v	50	RRZ
54	Robert Siekmann	32:35	m	72	
55	Jan Poot	32:42	m	62	SC Antilope
56	Angelique Nihot	33:15	v	42	
57	Albert Waasdorp	36:00	m	59	RRZ