

Alle aanwezige trainers van de 300 mtr. worden verzocht samen de blokjes  
in de baan te leggen

### 1. Draw 300 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
1	wt	119 Casper Hekkert	HPC	36.63	36.63	
	rd	103 Merel Bos	DA1	31.82	33.25	
2	yw	36 Myrthe Kuiper	DPA	29.93	29.93	
	bl	1 Noëmi de Boer	DC1	30.22	30.22	
3	wt	118 Lauren van den Brink	DPF	38.67	38.67	
	rd	12 Just Klunder	HPE	38.93	38.93	
4	yw	75 Noortje Kappers	DPE	39.49	39.49	
	bl	144 Caspian Alexander	HPE	37.49	37.49	
5	wt	79 Luca Batterink	HPD	40.24	40.24	
	rd	113 Jitske van de Hel	DPC	43.46	43.46	
6	yw	8 Noor Klunder	DPF	42.80	42.80	
	bl	126 Paul de Leeuw	HPD	41.75	41.75	

### 2. Draw 300 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
7	wt	37 Maud Salomons	DC1	29.05	29.05	
	rd					
8	yw	138 Foma Komarov	HC2	28.36	28.36	
	bl	41 Guido Loonstra	HB1	28.91	28.91	
9	wt	69 Lente Strijtveen	DB2	28.11	28.11	
	rd	95 Elke ten Have	DC2	29.80	29.80	
10	yw	39 Tijn Berghenhenegouwen	HB1	29.18	29.18	
	bl	29 Suze Egbring	DC2	29.78	29.78	
11	wt	15 Chantal Rietman-Herms	D45	29.80		
	rd	40 Amber Loonstra	DPA	30.53	30.53	
12	yw	6 Lesley Bartelds	HC2	30.71	30.71	
	bl	5 Demi Bartelds	DA1	30.91	30.91	
13	wt	67 Bodhi Smeele	HPA	29.90	29.90	
	rd	14 Veerle Friso	DPC	32.27	32.27	
14	yw	30 Beau Kappers	HPA	31.95	31.95	
	bl	53 Anna Grotentraast	DB1	30.99		
15	wt	26 Lenneke Groot Koerkamp	DC1	30.99	31.26	
	rd	94 Denice Burgmeijer	DC1	32.62	32.62	
16	yw	23 Janneke Bos	DPA	32.92	32.92	
	bl	51 Annabel Weteringe	DPB	33.41	33.41	
17	wt	42 Huub Smeets	HPA	33.65	33.65	
	rd	56 Imre ten Have	DPA	33.65	33.65	
18	yw	88 Niels Bakker	HPC	34.82	34.82	
	bl	127 Yfke Raadveld	DPD	35.87	35.87	
19	wt	10 Mees Klunder	HPC	34.37	34.37	
	rd	110 Eva Weultjes	DPB	34.16	34.16	
20	yw	74 Tobi Kiers	HPB	36.37	36.37	
	bl	2 Diede Salomons	DPD	35.77	35.77	
21	wt	62 Carice Boekema	DPA	36.01	36.01	
	rd	64 Tristan Swenne	HPA	38.30	38.30	
22	yw	57 Marlin Schouwstra	DPA	37.05	37.05	
	bl	47 Marthe Schalkwijk	DPC	37.83	37.83	

23	wt	125	<b>Imme Ooijman</b>	DPC	38.17	38.17
	rd	44	<b>Joost Smeets</b>	HPC	40.22	40.22
24	yw	131	<b>Sven Heemskerk</b>	HPA	39.52	39.52
	bl	46	<b>Ming Neutel</b>	HPC	40.19	40.19
25	wt	129	<b>Herre Mak</b>	HPD	39.49	39.49
	rd	99	<b>Jits Sinke</b>	HPB	40.49	40.49
26	yw	52	<b>Sjoerd de Haan</b>	HPD	39.52	39.52
	bl	68	<b>Sven Bosman</b>	HPC	41.36	41.36
27	wt	35	<b>Veerle Zunnabeld</b>	DPE	40.25	40.25
	rd	145	<b>Marit Noordman</b>	DPB	40.03	40.03
28	yw	142	<b>Senne Jorna</b>	DPB	43.49	43.49
	bl	111	<b>Isabel van der Meché</b>	DPA	41.42	41.42
29	wt	80	<b>Hilde Klok</b>	DPC	40.11	42.52
	rd	100	<b>Coosje Sinke</b>	DPE	49.37	49.37
30	yw	134	<b>Famke Aukema</b>	DPD	46.88	46.88
	bl	132	<b>Iris Heemskerk</b>	DPE	47.00	47.00
31	wt	124	<b>Blom Ooijman</b>	DPD	44.91	44.91
	rd	78	<b>Marit Uiterlinden</b>	DB2		
32	yw	3	<b>Olle Klunder</b>	HPF	50.99	50.99
	bl	135	<b>Elin Mak</b>	DPF	52.86	52.86

#### 4. Draw 300 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
33	wt	103	<b>Merel Bos</b>	DA1	31.82	33.25
	rd	119	<b>Casper Hekkert</b>	HPC	36.63	36.63
34	yw	1	<b>Noëmi de Boer</b>	DC1	30.22	30.22
	bl	36	<b>Myrthe Kuiper</b>	DPA	29.93	29.93
35	wt	12	<b>Just Klunder</b>	HPE	38.93	38.93
	rd	118	<b>Lauren van den Brink</b>	DPF	38.67	38.67
36	yw	144	<b>Caspian Alexander</b>	HPE	37.49	37.49
	bl	75	<b>Noortje Kappers</b>	DPE	39.49	39.49
37	wt	113	<b>Jitske van de Hel</b>	DPC	43.46	43.46
	rd	79	<b>Luca Batterink</b>	HPD	40.24	40.24
38	yw	126	<b>Paul de Leeuw</b>	HPD	41.75	41.75
	bl	8	<b>Noor Klunder</b>	DPF	42.80	42.80

baanverzorging

#### 5. Draw 100 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
39	wt	26	<b>Lenneke Groot Koerkamp</b>	DC1	12.45	12.73
	rd	109	<b>Mervin Maatman</b>	HA1	10.34	10.36
40	yw	138	<b>Foma Komarov</b>	HC2	11.39	11.39
	bl	95	<b>Elke ten Have</b>	DC2	12.34	12.34
41	wt	23	<b>Janneke Bos</b>	DPA	13.12	13.12
	rd	94	<b>Denice Burgmeijer</b>	DC1	12.97	12.97
42	yw	14	<b>Veerle Friso</b>	DPC	12.81	12.81
	bl	18	<b>Joris Mulder</b>	HPB	12.88	12.88
43	wt	91	<b>Eline Jansen</b>	DC1	14.00	14.00
	rd	46	<b>Ming Neutel</b>	HPC	14.10	14.10
44	yw	126	<b>Paul de Leeuw</b>	HPD	14.34	14.34
	bl	57	<b>Marlin Schouwstra</b>	DPA	14.46	14.46
45	wt	125	<b>Imme Ooijman</b>	DPC	14.62	14.62
	rd	145	<b>Marit Noordman</b>	DPB	15.20	15.20

46	yw	99 <b>Jits Sinke</b>	HPB	14.90	
	bl	44 <b>Joost Smeets</b>	HPC	15.02	15.02
47	wt	134 <b>Famke Aukema</b>	DPD	16.20	16.20
	rd	140 <b>Iris Noordman</b>	DPE	16.39	16.39
48	yw	141 <b>Isa van der Weerd</b>	DPE	15.43	15.43
	bl	80 <b>Hilde Klok</b>	DPC	15.13	15.90
49	wt	3 <b>Olle Klunder</b>	HPF	16.91	16.91
	rd	100 <b>Coosje Sinke</b>	DPE	17.12	17.12
50	yw	124 <b>Blom Ooijman</b>	DPD	16.86	16.86
	bl	132 <b>Iris Heemskerk</b>	DPE	16.63	16.63
51	wt	135 <b>Elin Mak</b>	DPF	19.39	19.39
	rd	111 <b>Isabel van der Meché</b>	DPA		
52	yw	78 <b>Marit Uiterlinden</b>	DB2		
	bl	71 <b>Minke Nijenhuis</b>	DPE	17.99	17.99

### 7. Draw 500 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
53	wt	130 <b>Klaas Jan van der Veen</b>	H50	41.97	44.64	
	rd	39 <b>Tijn Bergenhenegouwen</b>	HB1	43.81	43.81	
54	yw	41 <b>Guido Loonstra</b>	HB1	43.34	43.34	
	bl	69 <b>Lente Strijtveen</b>	DB2	44.32	44.32	
55	wt	29 <b>Suze Egbring</b>	DC2	46.53	46.53	
	rd	67 <b>Bodhi Smeele</b>	HPA	46.43	46.43	
56	yw	37 <b>Maud Salomons</b>	DC1	46.52	46.52	
	bl	6 <b>Lesley Bartelds</b>	HC2	47.06	47.06	
57	wt	40 <b>Amber Loonstra</b>	DPA	48.76	48.76	
	rd	34 <b>Jonah van de Koppel</b>	HC2	48.43	48.43	
58	yw	53 <b>Anna Grotentraast</b>	DB1	47.39		
	bl	5 <b>Demi Bartelds</b>	DA1	48.87	48.87	
59	wt	120 <b>Joris Jansen</b>	HC2	49.49	49.49	
	rd	114 <b>Etienne Tournier</b>	HPA	49.44	49.44	
60	yw	115 <b>Mathieu Tournier</b>	HC2	51.26	51.26	
	bl	30 <b>Beau Kappers</b>	HPA	50.91	50.91	
61	wt	97 <b>Ties Sinke</b>	HC1	53.43	53.43	
	rd	51 <b>Annabel Weteringe</b>	DPB	52.61	52.61	
62	yw	42 <b>Huub Smeets</b>	HPA	52.97	52.97	
	bl	110 <b>Eva Weultjes</b>	DPB	53.32	53.32	
63	wt	107 <b>Nienke Krabbendam</b>	DPB	55.11	55.11	
	rd	56 <b>Imre ten Have</b>	DPA	53.60	53.60	
64	yw	10 <b>Mees Klunder</b>	HPC	56.16	56.16	
	bl	2 <b>Diede Salomons</b>	DPD	56.08	56.08	
65	wt	127 <b>Yfke Raadveld</b>	DPD	1:00.57	1:00.57	
	rd	62 <b>Carice Boekema</b>	DPA	57.35	57.35	
66	yw	47 <b>Marthe Schalkwijk</b>	DPC	1:01.20	1:01.20	
	bl	74 <b>Tobi Kiers</b>	HPB	58.11	58.11	
67	wt	131 <b>Sven Heemskerk</b>	HPA	1:04.15	1:04.15	
	rd	88 <b>Niels Bakker</b>	HPC	1:01.52	1:01.52	
68	yw	66 <b>Charley Boekema</b>	DPF	1:03.00	1:03.00	
	bl	64 <b>Tristan Swenne</b>	HPA	1:02.11	1:02.11	
69	wt	35 <b>Veerle Zunnabeld</b>	DPE	1:06.77	1:06.77	
	rd	129 <b>Herre Mak</b>	HPD	1:06.30	1:06.30	
70	yw	52 <b>Sjoerd de Haan</b>	HPD	1:05.18	1:05.18	
	bl	68 <b>Sven Bosman</b>	HPC	1:09.67	1:09.67	

71	wt	126 Paul de Leeuw	HPD	1:09.69	1:09.69
	rd	75 Noortje Kappers	DPE	1:09.72	1:09.72
72	yw	142 Senne Jorna	DPB	1:12.56	1:12.56
	bl	123 Guido Vos	HPC		

### 9. Draw 100 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
73	wt	18 Joris Mulder	HPB	12.88	12.88	
	rd	126 Paul de Leeuw	HPD	14.34	14.34	
74	yw	91 Eline Jansen	DC1	14.00	14.00	
	bl	109 Mervin Maatman	HA1	10.34	10.36	
75	wt	134 Famke Aukema	DPD	16.20	16.20	
	rd	140 Iris Noordman	DPE	16.39	16.39	
76	yw	141 Isa van der Weerd	DPE	15.43	15.43	
	bl	71 Minke Nijenhuis	DPE	17.99	17.99	

baanverzorging

### 10. Draw 400 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
77	wt	7 Wiebe de Rijk	HC2	39.69		
	rd	109 Mervin Maatman	HA1	31.95		
78	wt	9 Ruben de Rijk	HPA	39.67		
	rd	4 Bo Meijer	DB1	38.76		
79	wt	33 Quinty Vos	DB2			
	rd	22 Britt van der Linden	DPA	40.55		
80	wt	14 Veerle Friso	DPC			
	rd	78 Marit Uiterlinden	DB2			

### 11. Draw 1000 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
81	wt	60 Jitte Gjaltema	DN3	1:23.95	1:23.95	
	rd					
82	yw	86 Joep Hofstede	HB2	1:18.60	1:18.60	
	bl	121 Wester Landman	HB2	1:18.88	1:18.88	
83	wt	87 Luca Heesen	HA1	1:18.36	1:18.36	
	rd	50 Floris van Velsen	HC1	1:24.06	1:24.06	
84	yw	45 Rens Hiddink	HB2	1:25.52	1:26.79	
	bl	49 Daniël van Velsen	HB1	1:24.16	1:24.16	
85	wt	83 Corné van Dooren	HC2	1:24.46	1:24.46	
	rd	17 Rudie Assink	H50	1:28.75	1:28.97	
86	yw	48 Jan-Willem van Velsen	H45	1:29.34	1:30.97	
	bl	38 Dirk Gjaltema	H50	1:27.46	1:27.46	
87	wt	27 Koen Bos	HB1	1:29.27	1:29.27	
	rd	55 Zefina de Bruin	DA1	1:29.34	1:32.29	
88	yw	84 Lex de Boom	HSB	1:31.71	1:35.85	
	bl	25 Joanne Spliethof	DSA	1:34.41	1:36.16	
89	wt	58 Danique Dellink	DN1	1:35.09	1:38.73	
	rd	96 Cheryl Buitenhuis	DB1	1:41.86	1:43.51	
90	yw	54 Minke Schipper	DA2	1:36.47	1:43.71	
	bl	34 Jonah van de Koppel	HC2	1:38.99	1:38.99	
91	wt	98 Marick Tonnaer	HC2	1:38.94	1:38.94	
	rd	93 Noa Handelzalts	DPB	1:51.02	1:51.02	

92	yw	81 Ymke Welgraven	DB1	1:52.71	1:53.37
	bl	26 Lenneke Groot Koerkamp	DC1	1:42.27	1:44.94
93	wt	61 Linda van Oosterom - Garritsen	DSB	1:36.14	1:44.94
	rd	11 Iris Rietman	DPB		
94	yw	82 Zelda Welgraven	DN1	1:50.68	1:54.65
	bl	105 Noam van de Koppel	HPB		

baanverzorging

### 12. Draw 700 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
95	wt	65 Jack Boekema	HPC	1:05.68	1:05.68	
	rd	15 Chantal Rietman-Herms	D45	1:05.31		
96	yw	76 Hans ten Hag	H70	1:05.72		
	bl	136 Adriaan de Kluiver	HN2	54.10		
97	wt	89 Jonas Bakker	HPA	1:09.55	1:09.55	
	rd	120 Joris Jansen	HC2	1:12.88	1:12.88	
98	yw	137 Céline Hagen	DC1	1:12.46	1:12.46	
	bl	110 Eva Weultjes	DPB	1:16.96	1:16.96	
99	wt	107 Nienke Krabbendam	DPB	1:18.83	1:18.83	
	rd	142 Senne Jorna	DPB			
100	yw	146 Anna Keijzer	DB2	1:19.70	1:19.70	
	bl	117 Djem Smeele	HPC			

### 13. Draw 1500 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
101	wt	59 Rianne Gemmink	DSB	2:20.83	2:27.75	
	rd	24 Alex van Gelderen	H45	2:19.35	2:23.45	
102	yw					
	bl					
103	wt	77 Arjen Esselink	H50	2:26.39	2:26.39	
	rd	108 charlene schreuder	DA1	2:22.89	2:26.90	
104	yw	122 Noor Hettinga	DB1	2:29.66	2:29.66	
	bl	116 Ewald van Bussel	HSA	2:46.29		
105	wt	63 Fleur Krimp	DB1	2:50.54	2:50.54	
	rd	112 Jurjen van Dijk	HSB	2:30.95	2:30.95	
106	yw	102 Mirjam Hulsebos	D50	2:39.44	2:52.79	
	bl	101 Rianne Joolink	DSB			

**baanverzorging (rijders 10 km allen vooraf boven de transponders ophalen)**

### 14. Draw 10000 meter

		Name	Cat	Personal Best	Season Time	Time
107	wt	20 Bas Hagen	H50	18:14.35		
	rd					
108	yw	16 Jasmijn Egers	DN1			
	bl	28 Kurt van de Nes	H50	15:43.03		
109	wt	128 Arne Alphenaar	H60	17:28.23		
	rd	133 Hans Meijer	H55			
110	yw	21 Henk Liefink	H45			
	bl	32 Gerwin Boschloo	H45			