A.V. Rijssen - Clubkampioenschappen Senioren en Junioren A

Jaargang: 2019
Datum gewijzigd: 14-4-2019
Uitslagverwerking: **Herman Kreijkes**
Opmerking: **na Engelse Mijl april 2019**

plts	Naam	Gemiddelde uitgevoerde onderdelen	Aantal onderdelen =te weinig	Gemiddelde 6 onderdelen	Onderdeel 1a: Coopertest voorjaar afst.	punten	Onderdeel 1b: Coopertest Najaar afst.	punten	Onderdeel 9a: Cross Holten pnt	Afstand	tijd	punten	Onderdeel 9b: Cross Rijssen Afstand	tijd	punten	Onderdeel 2a: Engelse Mijl pnt	tijd	punten	Onderdeel 2b: Engelse Mijl tijd	punten	pnt	Onderdeel 3: Baaninstuif onderd.	prestatie	punten	Onderdeel 4: Clubrecordwedstrijd onderdeel	tijd	punten	Onderdeel 5: Rijsserbergloop onderd.	tijd	punten	5 km baan tijd	punten	Onderdeel 7: a Bevrijdingsloop onderd.	tijd	punten	7b LadiesParkRun onderd.	tijd	punten	Best	Onderdeel 8: 100 en 1000 m onderd.	tijd	punten	Onderdeel 10: Eigen wedstrijd onderd.	tijd	punten
									best							best				best																									
1	Benno Braamhaar	**69,55**	5	**57,96**	2697	72,97			72,97	5100	27:42	63,60				63,60	07:22	67,34			67,34									23:51	72,32	5000	24:07	71,52						71,52						
2	Elly Graven	**74,35**	3	**37,17**	2332	78,65			78,65	5100	32:52	65,90				65,90														27:02	78,49													
3	Jan Tijhuis	**66,23**	3	**33,12**						10200	55:35	62,42				62,42	07:11	65,36			65,36									23:01	70,93													
4	Jan van Pijkeren	**63,41**	3	**31,70**	2219	63,73			63,73								08:28	63,29			63,29									29:29	63,20													
5	Inge Homan	**60,65**	3	**30,33**	2708	60,84			60,84								07:07	58,93			58,93									23:48	62,18													
6	William Molenaar	**60,42**	3	**30,21**						5100	23:34	56,18				56,18	06:06	61,11			61,11									20:16	63,96													
7	Carolien Slaghekke	**58,98**	3	**29,49**						5100	29:34	52,80				52,80														24:03	63,59	10000	53:05	59,04	5000	00:25:15	60,56	60,56						
8	Jan Assink	**57,37**	3	**28,69**	2240	60,91			60,91	5100	35:29	50,74				50,74	08:23	60,47			60,47																								
9	Wilco Nijkamp	**54,43**	3	**27,22**	2912	59,43			59,43	5100	28:30	46,35				46,35	06:28	57,51			57,51																								
10	Frans Heering	**54,43**	3	**27,21**	2470	59,60			59,60	10200	1:13:33	44,77				44,77	07:34	58,90			58,90																								
11	Jacob Wietsma	**74,48**	2	**24,83**													06:09	73,09			73,09									20:36	75,87													
12	Ria Roosink	**74,04**	2	**24,68**						5100	27:08	69,04				69,04																					5000	00:23:13	79,04	79,04					
13	Ilse Gerritsen	**68,15**	2	**22,72**																										21:46	67,99						5000	00:21:40	68,31	68,31					
14	Bieuwe Roelofs	**66,78**	2	**22,26**	3217	69,21			69,21	10200	44:44	64,35				64,35																												
15	Rick Slaghekke	**66,26**	2	**22,09**	2855	67,43			67,43																										5000	23:02	65,08			65,08					
16	Bert Baan	**66,23**	2	**22,08**	2995	67,67																									66,05										10000	00:44:47	66,41
17	Jan Haas	**64,63**	2	**21,54**	2533	65,11			65,11								07:23	64,16			64,16																								
18	Edwin Seppenwoolde	**64,50**	2	**21,50**						10200	47:27	61,58				61,58	05:52	67,42			67,42																								
19	Barrie van Heek	**62,04**	2	**20,68**	3099	66,53			66,53	10200	50:01	57,55				57,55																												
20	Hans Jansen	**61,94**	2	**20,65**						10200	44:45	70,03				70,03																		5000	27:23	53,86				53,86					
21	Annefleur Dangremond	**60,13**	2	**20,04**	2665	59,86			59,86																												5000	00:24:30	60,41	60,41					
22	Laura Nijkamp	**55,05**	2	**18,35**													07:42	54,46			54,46																5000	00:26:36	55,64	55,64					
23	Eline Jansen	**50,55**	2	**16,85**						5100	31:29	47,99				47,99																					5000	00:27:52	53,11	53,11					
24	Norbert Nijland	**47,36**	2	**15,79**						5100	31:14	46,01				46,01																		5000	28:53	48,71				48,71					
25	Annuska Strunk	**46,66**	2	**15,55**						5100	37:18	43,08				43,08																					5000	00:31:20	50,24	50,24					
26	Leon Sanderman	**73,33**	1	**12,22**						10200	38:41	73,33				73,33																												
27	Martin Roosink	**71,12**	1	**11,85**	3176	71,45				5100	23:05	62,74																					71,12										
28	Wim Beltman	**70,20**	1	**11,70**													05:54	70,20			70,20																						
29	Mart Rozenkamp	**68,33**	1	**11,39**	3328	68,33			68,33																																		
30	Gerdien Koedijk	**67,04**	1	**11,17**	2570	67,04			67,04																																		
31	Sanne Averesch	**65,74**	1	**10,96**																																5000	00:22:36	65,74	65,74					
32	Henk Wichers	**64,88**	1	**10,81**																														10000	48:29	64,88			64,88					
33	Monique Kroeze	**64,49**	1	**10,75**						5100	27:55	64,49				64,49																												
34	Wolter Prins	**63,38**	1	**10,56**	2369	63,38			63,38																																		
35	Jan Wessels	**62,99**	1	**10,50**																													62,99										
36	Marcel Bouwhuis	**62,25**	1	**10,38**	2824	62,55				5100	27:33	52,16																						5000	22:36	62,25			62,25					
37	Wim Middelesch	**61,60**	1	**10,27**						10200	50:28	61,60				61,60																												
38	Joke Dangremond	**60,84**	1	**10,14**																																5000	00:33:49	60,84	60,84					
39	Ard Baan	**60,61**	1	**10,10**	2970	63,12																										60,61										
40	Jacco Bijpost	**60,33**	1	**10,06**	2692	60,33			60,33																																		
41	Aart Beldman	**60,06**	1	**10,01**						10200	51:21	60,06				60,06																												
42	Rolinde Nijkamp	**58,92**	1	**9,82**						5100	32:01	49,41																								5000	00:26:18	58,92	58,92					
43	Mathijs Nijkamp	**58,51**	1	**9,75**						5100	26:35	49,57					06:30	57,08														58,51												
44	Annelies Nieuwenhuis	**58,43**	1	**9,74**																																5000	00:29:03	58,43	58,43					
45	Hans Stegeman	**57,98**	1	**9,66**																														5000	25:02	57,98			57,98					
46	Lisette Broeze	**57,85**	1	**9,64**																																5000	00:25:35	57,85	57,85					
47	Edith Spoolder	**57,23**	1	**9,54**						5100	32:13	50,32																								5000	00:27:45	57,23	57,23					
48	Harry Meijer	**55,86**	1	**9,31**						5100	30:07	55,86				55,86																												
49	Janet Bekkernens	**55,48**	1	**9,25**																																5000	00:30:59	55,48	55,48					
50	Karina Tjoink	**55,11**	1	**9,18**																																5000	00:28:20	55,11	55,11					
51	Wim Scheppink	**54,59**	1	**9,10**																														5000	27:55	54,59			54,59					
52	Cynthia Vossebelt	**52,86**	1	**8,81**																																5000	00:28:00	52,86	52,86					
53	Ilonie Wessels	**52,81**	1	**8,80**						5100	30:11	52,81				52,81																												
54	Joke Vrugteveen	**52,58**	1	**8,76**																																5000	00:30:48	52,58	52,58					
55	Arinda Bonestroo	**52,46**	1	**8,74**																																5000	00:28:29	52,46	52,46					
56	Lianne Nijkamp	**52,05**	1	**8,68**																																5000	00:28:26	52,05	52,05					
57	André Lankamp	**51,50**	1	**8,58**						10200	57:36	51,50				51,50																												
58	Bert Nijland	**51,34**	1	**8,56**						5100	29:35	51,34				51,34																												
59	Dianne Nieuwenhuis	**51,14**	1	**8,52**																																5000	00:30:47	51,14	51,14					
60	Chris Derksen	**51,06**	1	**8,51**																											51,06												
61	Tonny Kreijkes	**50,51**	1	**8,42**	2238	50,51			50,51																																		
62	Herman Kreijkes	**50,43**	1	**8,40**						5100	30:07	50,43				50,43																												
63	Annemarije Nijhuis	**50,23**	1	**8,37**																																5000	00:29:28	50,23	50,23					
64	Margreet Manenschijn	**49,48**	1	**8,25**																																5000	00:32:06	49,48	49,48					
65	Henk Schulenburg	**47,11**	1	**7,85**						5100	37:47	47,11				47,11																												
66	Petri Slaghekke	**47,00**	1	**7,83**						5100	32:51	47,00				47,00																												
67	Lydia Danneberg	**46,92**	1	**7,82**																																5000	00:31:51	46,92	46,92					
68	Seino Baan	**45,24**	1	**7,54**						5100	33:18	45,24				45,24																												
69	Seino Baan	**45,24**	1	**7,54**						5100	33:18	45,24				45,24																												
70	Karin Kamphuis	**44,08**	1	**7,35**																																5000	00:37:34	44,08	44,08					
71	Jenet Nijkamp	**42,81**	1	**7,13**																																5000	00:37:27	42,81	42,81					
72	Ramona Luby	**40,83**	1	**6,81**																																5000	00:37:27	40,83	40,83					
73	Marleen Steenbergen	**35,66**	1	**5,94**																																5000	00:41:36	35,66	35,66					