

UITSLAGEN WEG EN BAAN						
		WEDSTRIJDEN OKTOBER 2019				
ZONDAG 6 OKTOBER LANGS DE GOUWELOOP WADDINXVEEN						
Elie van Os	2 km	8.21 pr	4e M 8 t/m 12			
Sven de Heer		8.23 pr	9e J 8 t/m 12			
Erik Huisman	5 km	22.06	14e			
Brigit Verkleij		28.55	11e			
Dominika Praska	10 km	44.01 pr	1e			
Wim Verkleij		45.31	18e			
ZONDAG 6 OKTOBER BREDASE SINGELLOOP BREDA						
Loes van den Berg	5 km	21.11	9e Vsen			
Quintus van der Bijl		22.44 pr	243e			
Tirza van der Wolf	1/2 Mar	1.15.50 pr	12e Vsen	4e NL Vsen		
		1.15.50	CR Vsen			
Saïd Kanfaoui		1.18.41 pr	5e HM40			
		1.18.41	CR HM35+45			
Ingrid Vanhorick		1.37.22 pr	3e VM45			
	5 km	10 km	15 km	20 km	1/2 Mar	
Tirza van der Wolf	18.16	36.28	54.20	1.12.05 pr/cr	1.15.50 pr/cr	
				CR Vsen	CR Vsen	
Saïd Kanfaoui	17.37	36.05	55.14 pr	1.14.39 pr/cr	1.18.41 pr/cr	
			CR HM35 + 45	CR HM35 + 45	CR HM35 + 45	
Ingrid Vanhorick	22.24	45.15	1.08.36	1.32.18 pr/cr	1.37.22 pr	
				CR VM45		
ZONDAG 6 OKTOBER TRAIL RUN TERSCHELLING						
Patrick Bouwer	25 km	2.58.53	100e overall			
ZONDAG 13 OKTOBER BERGSEPLASLOOP ROTTERDAM						
Quintus van der Bijl	10 km	48.10	74e			
Diana Jansen	15 km	1.23.23 pr	19e			
ZONDAG 13 OKTOBER GOUDASFALTOOP GOUDA						
Erik Huisman	5 km	21.57	2e			
ZONDAG 13 OKTOBER EINDHOVENMARATHON EINDHOVEN						
Loes van den Berg	5 km	22.01	11e Vsen			
ZONDAG 13 OKTOBER ADO DENHAAG FUNRUN DEN HAAG						
Patrick Bouwer	5 km	21.54				

ZONDAG 20 OKTOBER TCS AMSTERDAM MARATHON AMSTERDAM					
Liesbeth Meershoek	Marathon	3.46.07 pr	10e VM55		
		CR VM50+55			
Liesbeth Meershoek	5 km	10 km	15 km	20 km	1/2 Mar
	25.47 pr	50.40 pr	1.16.26 pr	1.42.35 pr	1.48.10 pr
	25 km	30 km	35 km	40 km	Marathon
	2.08.51 pr/cr	2.37.80 pr/cr	3.05.39 pr	3.34.01 pr	3.46.07 pr/cr
ZATERDAG 26 OKTOBER DIJKLOOP SCHOONHOVEN					
Hans Lok	10 km	53.10	44e		
ZATERDAG 26 OKTOBER HOLLANDSE DUIN TRAIL NOORDWIJK					
Patrick Bouwer	10 km	1.15.01			
ZONDAG 27 OKTOBER 3-PLASSENLOOP ZOETERMEER					
Erik Huisman	5 km	21.55	15e		
Wim Verkleij		22.48	19e		
Robin Droog		24.51	4e		
Brigit Verkleij		29.03	9e		
ZONDAG 27 OKTOBER DIEPE HEL HOLTERBERGLOOP HOLTEN					
Tirza van der Wolf	10 km	34.46	2e		
ZONDAG 27 OKTOBER WERP-3-KAMP EDAM					
Daphne Droog	kogel	6.17			
	discus	14.69			
	speer	13.01			
	k-d-s	857 ptn			