

## Run2Day Trimloop 9 december 2023



pos	Startnr	Naam	M/V	Plaats	Jaar	afstand	Eindtijd	R1	R2	R3	R4	R5	aantal	km/u	min/km
800 meter															
1	9	Stijn Bogerman	m	Ees	2014	800m	02:58	01:29	01:29				2	16.1	3:42
1200 meter															
1	13	Ilias Tammes	m	Assen	2012	1200m	05:13	01:34	01:48	01:52			3	13.8	4:20
2	12	Veerle Maas	v	Assen	2013	1200m	05:54	01:56	02:04	01:54			3	12.2	4:54
3	15	Lynn Kruizinga	v	Assen	2015	1200m	06:42	02:03	02:18	02:22			3	10.7	5:34
3 kilometer															
1	111	Mark Bouma	m	Assen	2006	3 km	12:22	12:22					1	14.5	4:07
2	110	Kyle Inwards	m	Assen	2006	3 km	12:23	12:23					1	14.5	4:07
3	95	Maren Bouwmeester	v	Assen	2010	3 km	12:56	12:56					1	13.9	4:18
4	99	Casper Scholtanus	m	Assen	2012	3 km	13:12	13:12					1	13.6	4:23
5	113	Domeniek Christerus	m	Assen	2008	3 km	13:22	13:22					1	13.4	4:27
6	94	Owen Nijenhuis	m	Assen	2009	3 km	13:53	13:53					1	12.9	4:37
7	106	Noa Venema	v	Assen	2014	3 km	14:12	14:12					1	12.6	4:43
8	93	Bjorn Nijenhuis	m	Assen	2012	3 km	14:19	14:19					1	12.5	4:46
9	107	Jayden Venema	m	Assen	2012	3 km	14:27	14:27					1	12.4	4:48
10	100	Wieger Scholtanus	m	Assen	1981	3 km	14:52	14:52					1	12.1	4:57
11	90	Elin Kok	v	Assen	2010	3 km	14:56	14:56					1	12.0	4:58
12	96	Janouk Bouwmeester	v	Assen	2009	3 km	15:15	15:15					1	11.8	5:04
13	175	Julian Groen	m	Assen	2008	3 km	15:58	15:58					1	11.2	5:19
14	98	Laurens Groen	m	Assen	2012	3 km	15:59	15:59					1	11.2	5:19
15	104	Marina Karperien-Speelman	v	Assen	1988	3 km	16:25	16:25					1	10.9	5:28
16	97	Carmen de Haan	v	Assen	1991	3 km	16:33	16:33					1	10.8	5:30
17	156	Bert Gierveld	m	Assen	1957	3 km	16:38	16:38					1	10.8	5:32
18	92	Daan de Jonge	m	Assen	2011	3 km	17:15	17:15					1	10.4	5:44
19	183	Jaap Franken	m	Assen	1951	3 km	18:25	18:25					1	9.7	6:08
20	91	Arwen van den Bos	v	Leiden	2004	3 km	18:45	18:45					1	9.6	6:14
21	109	Roosmarijn van Strien	v	Assen	2005	3 km	18:45	18:45					1	9.6	6:14
22	88	Janke Grupstra	v	Assen	1966	3 km	23:53	23:53					1	7.5	7:57
23	89	Slava Sokolov	m	Assen	1959	3 km	23:59	23:59					1	7.5	7:59
24	52	Arjan Keuken	m	Kesteren	1975	3 km	29:11	29:11					1	6.1	9:43

pos	Startnr	Naam	M/V	Plaats	Jaar	afstand	Eindtijd	R1	R2	R3	R4	R5	aantal	km/u	min/km
<b>6 kilometer</b>															
1	171	Michiel Ruiter	m	Kampen	1972	6 km	28:32	14:09	14:24				2	12.6	4:45
2	159	Sjoerd Verwaaijen	m	Assen	1983	6 km	29:10	14:38	14:33				2	12.3	4:51
3	182	Luc van Zomeren	m	Groningen	2005	6 km	29:43	15:56	13:48				2	12.1	4:57
4	173	Eva Bos	v	Assen	2005	6 km	29:45	15:55	13:50				2	12.1	4:57
5	179	Paul de Vries	m	Beilen	1971	6 km	30:01	15:27	14:35				2	11.9	5:00
6	158	Ben Andriessen	m	Assen	1984	6 km	31:40	15:18	16:22				2	11.3	5:16
7	180	Jan de Jonge	m	Assen	1959	6 km	32:22	15:51	16:32				2	11.1	5:23
8	169	Siemen Spoelstra	m	Assen	1998	6 km	32:54	17:05	15:50				2	10.9	5:28
9	168	Leon spoelstra	m	Assen	1969	6 km	33:01	17:05	15:56				2	10.9	5:30
10	162	Ingrid de Rijber	v	Assen	1982	6 km	34:03	17:11	16:53				2	10.5	5:40
11	161	Sem Koekoek	m	Assen	2011	6 km	34:03	17:11	16:53				2	10.5	5:40
12	157	Merel Ubels	v	Assen	2009	6 km	36:28	16:53	19:35				2	9.8	6:04
13	165	Piet Kerstholt	m	Groningen	1947	6 km	37:33	18:39	18:54				2	9.5	6:15
14	176	Janny Eissen	v	Blokzijl	1955	6 km	38:47	18:51	19:56				2	9.2	6:27
15	178	Gerard Ijzerman	m	Assen	1948	6 km	39:21	18:54	20:27				2	9.1	6:33
16	177	Norah Huisjes	v	Assen	2009	6 km	39:50	18:44	21:07				2	9.0	6:38
17	160	Geertje Philips	v	Assen	1958	6 km	40:42	20:46	19:57				2	8.8	6:46
18	164	Sander de Vries	m	Groningen	1996	6 km	40:53	20:10	20:44				2	8.8	6:48
19	125	Nina Hovenga	v	Assen	1971	6 km	41:56	22:55	19:02				2	8.5	6:59
20	124	Dieuwertje Schoenmakers	v	Assen	2007	6 km	41:58	22:55	19:04				2	8.5	6:59
21	170	Ingrid Molensky	v	Assen	1948	6 km	42:29	21:38	20:52				2	8.4	7:04
22	167	Sietske Geuzinge	v	Assen	1948	6 km	47:25	23:38	23:48				2	7.5	7:54
23	166	Jannie Betsema	v	Gasteren	1953	6 km	47:26	23:38	23:48				2	7.5	7:54
<b>9 kilometer</b>															
1	138	Erik Dusseljee	m	Bovensmilde	1975	9 km	38:24	12:37	12:51	12:58			3	14.0	4:15
2	51	Hindrik Kruizinga	m	Assen	1987	9 km	40:31	13:20	13:40	13:32			3	13.3	4:30
3	191	Wim Bart Knol	m	Groningen	1963	9 km	44:54	14:33	14:57	15:26			3	12.0	4:59
4	127	Michelle Timmer	v	Assen	2007	9 km	45:35	14:20	15:10	16:07			3	11.8	5:03
5	128	Gert-Jan Nijenhuis	m	Assen	1980	9 km	46:54	15:13	15:54	15:48			3	11.5	5:12
6	123	Martijn Langen	m	Assen	1989	9 km	48:27	16:59	15:25	16:04			3	11.1	5:22
7	133	Michel van Zomeren	m	Assen	1964	9 km	48:50	17:01	16:16	15:33			3	11.0	5:25

# Run2Day Trimloop 9 december 2023



pos	Startnr	Naam	M/V	Plaats	Jaar	afstand	Eindtijd	R1	R2	R3	R4	R5	aantal	km/u	min/km
8	181	Melle Hamstra	m	Assen	1967	9 km	49:17	16:09	16:05	17:04			3	10.9	5:28
9	120	Moniek Dorgelo	v	Assen	1990	9 km	49:26	16:59	16:32	15:55			3	10.9	5:29
10	137	Ilse Nijhuis	v	Assen	1969	9 km	49:32	16:06	16:36	16:51			3	10.9	5:30
11	119	Aukje Meulenaar	v	Assen	1981	9 km	50:49	16:41	16:56	17:14			3	10.6	5:38
12	136	Jildert Visser	m	Assen	1965	9 km	52:27	17:07	17:02	18:19			3	10.2	5:49
13	131	Hanna van Hilten	v	Assen	1961	9 km	54:29	17:56	18:12	18:22			3	9.9	6:03
14	129	Joke Kuntz	v	Assen	1960	9 km	54:30	17:56	18:13	18:22			3	9.9	6:03
15	135	Evelien Kuntz	v	Assen	1965	9 km	54:30	17:57	18:12	18:23			3	9.9	6:03
16	139	Nathan Berenschot	m	Smilde	1969	9 km	55:44	18:29	18:20	18:57			3	9.6	6:11
17	121	Margreet Habes	v	Assen	1960	9 km	56:10	18:44	18:31	18:56			3	9.6	6:14
18	126	Inge Mekkes	v	Assen	1972	9 km	56:11	18:44	18:31	18:56			3	9.6	6:14
<b>12 kilometer</b>															
1	85	Frank Van Strien	m	Assen	2003	12 km	54:30	13:18	13:37	13:46	13:51		4	13.2	4:32
2	82	Sanne Niestijl	v	Groningen	2002	12 km	54:32	13:18	13:37	13:45	13:53		4	13.2	4:32
3	86	Tadesse Kinret	m	Assen	1984	12 km	57:03	14:27	14:23	14:18	13:57		4	12.6	4:45
4	130	AJ Haveman	m	Assen	1987	12 km	57:25	14:01	14:15	14:26	14:44		4	12.5	4:47
5	50	Rianne Beverdam	v	Bovensmilde	1983	12 km	1:01:06	15:42	15:21	15:14	14:51		4	11.7	5:05
6	84	Jetse bakker	m	Assen	1965	12 km	1:01:21	15:36	15:16	15:24	15:07		4	11.7	5:06
7	80	Freddie Kalsbeek	m	Assen	1959	12 km	1:06:19	16:55	16:22	16:04	16:59		4	10.8	5:31
8	83	Leo Muusers	m	Assen	1960	12 km	1:16:41	18:53	19:14	19:07	19:29		4	9.3	6:23
9	81	Genus Geuzinge	m	Assen	1948	12 km	1:16:42	18:54	19:14	19:12	19:24		4	9.3	6:23
<b>15 kilometer</b>															
1	194	Ruben Draaijer	m	Assen	1992	15 km	57:16	11:20	11:19	11:21	11:38	11:40	5	15.7	3:49
2	192	Erik van Deelen	m	Assen	1988	15 km	59:32	11:55	11:46	11:57	11:56	12:00	5	15.1	3:58
3	198	Sjoerd Knoop	m	Assen	1983	15 km	1:10:18	13:33	14:05	14:13	14:08	14:21	5	12.8	4:41
4	196	Kevin Eefting	m	Grolloo	1991	15 km	1:18:53	15:47	16:27	16:20	15:25	14:55	5	11.4	5:15
5	195	Christel de Jong	v	Assen	1977	15 km	1:19:59	16:04	16:05	16:20	15:47	15:45	5	11.2	5:19
6	197	Sanne Scheltes	v	Assen	1994	15 km	1:20:04	16:03	16:11	16:21	15:46	15:45	5	11.2	5:20
7	199	Rosalie Westerveld	m	Assen	1992	15 km	1:20:47	16:04	16:11	16:20	16:24	15:50	5	11.1	5:23
8	190	Folkert Tienkamp	m	Assen	1962	15 km	1:20:56	16:03	16:10	16:20	16:26	15:59	5	11.1	5:23
<b>400 meter</b>															
1	1	Azizi Atrin	m	Assen	2012	400m	01:46	01:46					1	13.5	4:26

# Run2Day Trimloop 9 december 2023



<b>pos</b>	<b>Startnr</b>	<b>Naam</b>	<b>M/V</b>	<b>Plaats</b>	<b>Jaar</b>	<b>afstand</b>	<b>Eindtijd</b>	<b>R1</b>	<b>R2</b>	<b>R3</b>	<b>R4</b>	<b>R5</b>	<b>aantal</b>	<b>km/u</b>	<b>min/km</b>
------------	----------------	-------------	------------	---------------	-------------	----------------	-----------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---------------	-------------	---------------

Aantal gefinished: 87