

FPCFromClipboardUntitled		
Ommen	Ommer Crossloop Festival 27-09-2009 Arnold Vreugdenhil	10km 1.07.31
Utrecht	Singelloop 27-09-2009 Tonnie Stouten Mario Diks Mark Groote Bromhaar Wouter Hagen Rik Plakke Iris Sielias Arline Meijer	10km 33.47 36.52 40.17 42.51 45.16 54.47 1.00.55
Haarlem	Zilveren Kruis Achmealoop 27-09-2009 René van Vliet	21.1km 1.28.44
Den Burg	Halve Marathon 27-09-2009 William Knoeff Bastiaan Mijnheer	21.1km 1.42.00 1.56.39
	Ilse Knoeff	10km 57.02
Velpe 1e M55	Posbankloop 27-09-2009 Ton Smit Alex Koelink Ismail Sarica Jan Dijkstra Rico van Leeuwen	15km 56.58 1.03.26 1.17.50 1.18.10 1.53.58
2e M35	Ton Berghout Rob Paijmans	6km 21.59 25.48
Apeldoorn	Clubk. AV'34 26-09-2009 Jan Grashuis Mynko Peterink Rinus Groen	3000m 10.23,0 10.51,6 11.12,7
Harderwijk	Baanloop 22-09-2009 Maurice Winterman	5000m 17.23
Berlijn	Marathon 20-09-2009 Eric Baten Lex Frentz Ester Warlicht	42.2km 2:43:24 3:06:38 4:21:54
Hoogland	Halve van Hoogland 20-09-2009 Erik Geerdes Wendy Detert Oude Weme Lex van den Brink Berry de Wied	21.1km 1:43:38 1:46:20 1:55:40 1:55:48
	Inge van Ewijk Ronald Bax	10km 53:58 55:53
Amsterdam	Dam Tot Damloop 19/20-09-2009 Jelmer van Leeningen Ronald Derksen Marcel Derksen Jeroen Verheul Eddie Gerritsen Arie Claassen Arno Manschot Rob Petersen Bert Duursma Ed vd Zwaan Roel Nijhof	10 EM 57:28 59:50 1:07:09 1:14:23 1:14:47 1:15:33 1:15:54 1:16:01 1:20:24 1:20:25 1:20:52

FPCFromClipboardUntitled

	Marcel Mars	1:21:38
	Marjan Vermeer	1:21:55
	Bastiaan Mijnheer	1:23:32
	John Benjamins	1:23:37
	Sonja Kerkdijk	1:27:13
	Meindert Oldenburger	1:28:12
	Hans Wichers Schreur	1:28:15
	Cees Bosselaar	1:28:58
	Harry van der Stok	1:31:09
	Jannie de Vries	1:33:19
	Marjon Kleinleugenmors	1:33:33
	Linda Vloedveld	1:33:58
	Paula van Wijk	1:35:21
	Diana Smies	1:35:30
	Marjan van de Kraats	1:35:31
	Aya Rosinda	1:40:33
	Reggy Neijndorff	1:41:10
	Géralda van den Brink	1:42:56
	Richard van den Haak	1:44:51
	Roelina Neijmeijer	1:46:49
	Janneke Bloemendaal	1:55:24
	Rico van Leeuwen	2:05:35
Sydney	Marathon 20-09-2009	42.2km
	Freddie Dooijeweerd	4:38:28
Hattem	Newline Halve marathon 19-09-2009	21.1km
1e M	Shayne Rookhuyzen	1:15:49
2e M40	Maurice Winterman	1:23:19
3e M50	Jan Hollak	1:30:25
	Frank de Graeff	1:32:23
		14km
	Rik Plakke	1:09:09
Wageningen	Wageningse Trackmeeting 18-09-2009	800m
	Iwan van Aken	2.35,30
Eerbeek	Kanaalloop 13-09-2009	6km
2e M	Ben Diks	24.26
Meerssen	Mergeland marathon 13-09-2009	10km
	Paula van Wijk	53.07
	Marjo Wanders	55.25
		5km
	Jan wenmaekers (als haas)	34.26
Rotterdam	Halve marathon 13-09-2009	21.1km
	Nils van Elzelingen	1.22.20
	Walter Stouten	1.41.27
		10km
	Ton Berghout	35.45
	Harold Barmantloo	38.01
Arnhem	Bridge to Bridge 13-09-2009	10EM
3e M	Ronald Derksen	57.22
	Frans Nab	1.21.15
	Ans Dijkstra	1.24.33
	Aya Rosinda	1.36.30
		10km
	Rinus Groen	40.08
	Mynko Peterink	40.23
		5km
	Rob Paijmans	20.35

FPCFromClipboardUntitled

Winschoten 1e M50	Run Winschoten 12-09-2009 Ronald Brouwer	50km 4.37.11
Hoofddorp	Haarlemmermeer-marathon 06-09-2009 Frank de Graeff	21.1km 1.30.55
1e M	Shayne Rookhuyzen	10km 34.54
Tilburg	Tilburg Ten Miles 06-09-2009 Theo van der Schoot	10km 57.08
Bunnik	Bunniks Mooiste 05-09-2009 Eddie Gerritsen	12km 56.18
Warnsveld 3e M35	Hanzeloop 05-09-2009 Eric Baten André Pelgröm Gradus Buitenhuis	21.1km 1.17.08 1.21.50 1.38.43
1e M35	Ronald Derksen	10km 35.24
3e M45	Maurice Winterman Jan Hollak Rinus Groen Dennis van Lohuizen Rik Plakke Nemi van der Reest	36.54 38.32 41.16 41.31 45.42 46.04
	Ruben Robbers Ed van der Zwaan	5km 20.07 22.58
Duitsland	Brockenlauf 05-09-2009 Marcel Derksen	27km 2:05:10
Ermelo	Heidelooop 05-09-2009 Rico Huijsmans Fiona Markus	10km 38.42 50.24
Wenum Wiesel 1e M 3e M	Kroondomeinloop 04-09-2009 Jan Grashuis Elbert Voogt Anneke Prenger Richard van den Haak Diana Smies Paula van Wijk	10EM 1.03.04 1.04.41 1.19.30 1.31.45 1.32.42 1.32.42
1e M	Roland Besselink Martin Helmink Trees Stens	10km 38.03 42.30 58.58
1e M 2e M	Jelmer van Leeningen Mario Diks Ben Diks Jan Wenmaekers Iris Sielias	5km 17.22 18.27 21.27 25.22 27.17
Zevenaar	Sevenaerrun 30-08-2009 Tonnie Stouten Frank de Graeff	10km 33.28 38.52
	Mario Diks Hans van Driel	5km 17.34 18.30

FPCFromClipboardUntitled

	Nelleke Evers	25.49
	Iris Sielias	26.07
Dronten 1e M40	14e Ketelhavenloop 29-08-2009 André Pelgröm	10km 37:34
Apeldoorn	Baaninstuif 28-08-2009 Fiona Markus	Kogel 8.71m
CR!	Fiona Markus	Speer 18.12m
Zwolle	Salverda Berkumloop 25-08-2009 Ton Smit	10km 36.17
Doetinchem 1e M 2e M 1e M40	Triathlon Doetinchem 23-08-2009 Bob de Vries (1km Z-40km F-10km H) Roland Besselink (0.5km Z-20km F-5km H) Peter Timmer (0.5km Z-20km F-5km H)	1.55.50 59.55 1.01.41
Berlijn	Champions Run 22-08-2009 Elbert Voogt Frank de Graeff René van Vliet Erik Geerdes	10km 40.00 43.37 46.42 46.43
Sibculo	Aqua Klimcross 22-08-2009 Fiona Markus	6km 37.54
Nunspeet	1e Nunspeetse Heide loop 22-08-2009 Erik Heidekamp	5km 22.00
Hollandschev. 2e M40	Singelloop 22-08-2009 Tonnie Stouten Jelmer van Leeningen Eric Baten Ton Berghout	10km 33:30 34:36 35:13 36:32
	Nelleke Evers	5km 26:47
Schoorl	Bosloop 18-08-2009 René de Jonge	8.4km 41.05
Groenlo	Dwars door Grolle 16-08-2009 Renco Hatenboer	5km 19.09
Texel	De Krim Strandloop 12-08-2009 Geri Fränzel	4km 19.14
Apeldoorn	Runnersworldloop 08-08-2009 Shayne Rookhuizen Peter Timmer Ronald Besselink Mario Diks Seran Nijkamp Maurice Winterman Jan Hollak Andre Peldrom Marcel Derksen Ronald Derksen Mynko Peterink Henk Jansen Michel Manintveld William Knoef Hans Sielias Esther Derksen Fiona Markus	10km 34:47 35:42 36:10 36:18 36:18 36:21 38:36 38:49 39:36 39:36 42:05 42:46 42:53 43:38 44:31 52:06 52:11

FPCFromClipboardUntitled

		10km
	Alex Koelink	40:52
	Jeroen Verheul	44:29
	Erik Geerdes	44:34
	Walter Stouten	46:29
	Rik Plakke	46:55
	Marcel Mars	47:10
	Frits Reupkes	47:23
	Freddie Dooijeweerd	49:22
	Liesel Feldkamp	52:19
	Geert ter Heerdt	52:32
	Berry de Wied	52:34
	Sonja Kerkdijk	52:54
	Rene Dingemans	54:08
	Evert Klomp	54:10
	Paula van Wijk	54:21
	Margreet Berghuis	54:29
	Bas de Roos	56:30
	Theo van der Schoot	59:04
	Harry Stens	59:04
	Trees Stens	1:02:04
		5km
	Renco Hatenboer	19:12
	Johan Weitenberg	20:07
	Rob Paijmans	20:41
	Arie Claassen	21:32
	Frits de Brouwer	22:01
	Wim van 't Einde	23:48
	Edwin de Wit	24:06
	Jan Wenmaekers	26:00
	Marion Groen	26:01
	Miriam Gazzah	26:05
	Marko Meijerink	27:15
	Wilma van Dorth	29:32
	Michelle de Haan	30:15
	Geraldine Walle	32:45
Dal'fsen	Halve marathon Dal'fsen 07-08-2009	21.1km
	Tonnie Stouten	1.16.18
	Eric Baten	1.20.50
	Lex Frenzt	1.33.22
	Hans Wichers Schreur	1.59.11
	Freddie Dooijeweerd	1.59.35
	Johan Voorhorst	2.05.45
	Astrid Beerten	2.17.38
3e M		10km
	Jelmer van Leeningen	36.04
	Elbert Voogt	39.47
	Nemi van der Reest	47.27
	Bastiaan Mijnheer	49.19
	Iris Sielias	56.34
		5km
	Simone Middelveld	29.13
Westervoort	Midzomerrun 19-07-2009	10km
	Ron Yanse	51.41
Wageningen CR! m40	Trackmeeting 17-07-2009	5000m
	Tonnie Stouten	15.30,65
	Ton Berghout	17.14,09
Putten	Rusthoeveloop Estafetteloop 15-07-2009	5km
	Tonnie Stouten	16.23
	Seran Nijkamp	16.37

FPCFromClipboardUntitled		
	Mario Diks	18.12
	Hans van Driel	18.58
	Elbert Voogt	19.22
	Hans Sielias	21.27
	Nelleke Evers	25.38
	Iris Sielias	25.52
Voorhuizen	Loopfestijn Voorhuizen 15-07-2009	10km
	Rob Detert	31.35
	Ton Smit	37.04
	Frank de Graeff	39.52
	Peter van Sint Annaland	42.25
	Michel Manintveld	43.14
	John Benjamins	45.15
	Wendy Detert	46.14
	Rik Plakke	49.31
		5km
PR!	Inge van Ewijk	24.37
Utrecht	Run2day Trackmeeting 10-07-2009	1EM
CR! M40	Tonnie Stouten	4.42,88
CR! M35	Ton Berghout	5.07,43
Rijkevorse1	Marathon der Noorderkempen 04-07-2009	42.2km
	Marcel Derksen	3.28.35
1e v35	Esther Derksen	4.47.00
Wierden	wiezoloop 04-07-2009	10km
	Ton Smit	37.30
	Johan Voorhorst	48.38
Heerde	Bank tot Bankloop 04-07-2009	15km
	Tonnie Stouten	52.49
	Shayne Rookhuyzen	53.25
	Eric Baten	54.10
	Maurice Winterman	58.27
	Jan Hollak	1.01.27
	Ton Berghout	1.02.51
	Martin van Felius	1.02.55
	Tonnie de Winter	1.05.38
	Rik Plakke	1.14.39
	Marcel Mars	1.20.25
	Liesel Feldkamp	1.21.12
	Sonja Kerkdijk	1.21.12
	Ben Bilderbeek	1.22.43
	Jannie de Vries	1.27.13
	Harry Stens	1.36.37
	Trees Stens	1.36.38
		5km
	Alex Koelink	20.29
	Ronald Bax	26.04
	Iris Sielias	27.00
	Nelleke Evers	27.00
Apeldoorn	Baaninstuif 03-07-2009	800m
CR! M35	Mario Diks	2.17,64
		1500m
	Jelmer van Leeningen	4.35,75
	Ton Berghout	4.43,89
	Hans van Driel	4.52,35
	Mynko Peterink	5.03,31
	Jan Hollak	5.04,71
	Johan Weitenberg	5.17,25

FPCFromClipboardUntitled

Seran Nijkamp	3000m
Roland Besselink	9.06,69
Nils van Elzelingen	10.04,42
Rinus Groen	10.09,34
William Knoeff	11.33,79
	11.56,05

Fiona Markus	Kogel
	9.18

CR! Vsen	Discus	
	Fiona Markus	28.02