

## FPCFromClipboardUntitled

Frankrijk	Trail des Leuques 29-9-2013	25 km
	Sjaak Scholten	3.44.50
	Lex Scholten	4.10.49
	Evert Leunk	4.21.28
Den Burg	Texel Halve Marathon 29-9-2013	21,1 km
	Gerald van den Berg	1.41.20
	William Knoeff	1.47.59
Berlijn	Marathon Berlijn 29-9-2013	42,2km
	Marianne van der Veen	3.20.42
	Marika Robbers	3.48.40
	Marco Betman	3.55.10
Velp 1e M55	Posbankloop 29-9-2013	15km
	Frank Falkmann	59.48
	Alex Koelink	1.04.55
	Cor van den Brink	1.08.57
	Hans Alosery	1.09.02
	Jan Willem van Driehuisen	1.10.28
	Rob Petersen	1.10.46
	Tonny Uppelschoten	1.10.50
	Ron de Kluizenaar	1.13.08
	Henk Diekmann	1.13.17
	Frank Vervoort	1.15.25
	Bert Duursma	1.16.58
	Aart Derickx	1.20.07
	Miriam de Heus	1.24.01
	Jan de Graaf	1.26.45
	Gert van den Brink	1.27.40
	Marjan van den Kraats	1.28.31
Diana Smies	1.28.31	
Ym Dijkstra	1.30.01	
Kim Hillebrandt	1.38.48	
		6 km
	Hans Marsman	26.03
	Klaas Nekeman	34.31
Bussloo 1E V	Rondje Bussloo 29-9-2013	15 km
	Melanie Tjapkes	1.14.44
		7,5 km
	Dennis van Lohuizen	31.36
	Martin Helmink	32.50
	Cuno van Diepen	33.29
	Bianca Buitenhuis	46.50
	Petra Koster	50.35
	Jose Kamstra	59.15
Utrecht PR!	Singelloop 29-9-2013	10 km
	Bas Mekking	33.26

FPCFromClipboardUntitled

	Tonnie Stouten	34.43
	Dick Elzenga	35.36
	Ronald Derksen	37.29
	Frank de Graeff	37.24
	Gertjan Lahuis	37.34
	Ton Berghout	41.19
	Mark Groote Bromhaar	41.20
	Nelleke Evers	54.04
	Fred Schat	1.04.07
's Gravenzande	Rijk Zwaanloop 28-9-2013	10 EM
	Bas de Roos	1.30.55
Zeewolde	Wolderwijdloop 28-9-2013	5km
2E V50	Astrid Beerten	25:47
Amsterdam	Dam Tot Damloop 22-9-2013	16.1 km
	Jelmer van Leeningen	59.15
	Bas Mekking	1.02.17
	Fiona Markus	1.21.29
	Wilbert Besseling	1.28.46
	Jaya Sicco Smit	1.35.09
	Lianne Nab	1.56.19
Amersfoort	Halve van Hoogland 21-9-2013	5km
PR!	Gert Jan Lahuis	18.12
Olst	Appelloop 18-9-2013	5km
	Marc Vastenhout	24.41
Epe	Baanloop Cialfo 17-9-2013	5 km
1E M55	Frank Falkmann	18.49
1E V45	Marijke Dieleman	24.59
Urk-Emmeloord	Fish Potatorun 14-9-2013	8EM
	Hans Alosery	56.18
	Jan-Willem van Driehuisen	58.13
	Nemi van der Reest	1.08.48
	Linda Vloedveld	1.08.48
	Sonja Kerkdijk	1.10.08
	Liesel Feldkamp	1.10.08
	Jan Dijkstra	1.11.56
		4EM
	Paul Kok	32.34
	Astrid Beerten	33.53
Wezep/Hattem	Trailrun 14-9-2013	10 km
	Marijke Dieleman	58.40
	Frank Falkmann	58.40
Duitsland	Brockenlauf	26,2 km

FPCFromClipboardUntitled

	Ronald Derksen	2.06.30
	Marcel Derksen	2.25.45
	Ilsesteinlauf	9.6 km
	Esther Derksen	56.07
Arnhem	Bridge To Bridgeloop 8-9-2013	10EM
	Gerald van den Berg	1.09.22
	Mirjam de Heus	1.26.18
	Rita Busch	1.26.43
Dalfsen	Loopfestijn Dalfsen 7-9-2013	21.1 km
	Bas Mekking	1.15.01
	Dick Elzenga	1.19.35
	Ton Smit	1.23.25
	Theo Hafkamp	1.36.13
	Marco Betman	1.36.34
		10 km
	Frank Falkmann	38.51
	Wilco Schut	44.59
	Melanie Tjapkes	49.31
Ermelo	Heideloop 7-9-2013	5 km
	Joop Bosma	21.14
	Paul Kok	25.35
	Astrid Beerten	28.54
Twello	Klompfeestloop 6-9-2013	10 em
3E M40	Gertjan Lahuis	1.04.12
2E M50	Hans Alosery	1.13.32
3E M50	Cor van den Brink	1.13.32
	Tonny Uppelschoten	1.13.33
	Martin Helmink	1.14.06
	Johan Voorhorst	1.24.31
3E M60	Gert van den Brink	1.34.35
	Chris Willems	1.51.06
		5 em
	Hans Wichers Schreur	43.57
Tilburg	Tilburg Ten Miles 1-9-2013	10 em
	Wilco Schut	1.17.33
Beneden Leeuwen	Dijkenloop 1 september 2013	Marathon
	Willem Kramer	3.59.44
		10 km
	Nelleke Evers	52.37
	Marijke Dielman	53.22
	Frank Falkmann	53.23

FPCFromClipboardUntitled

		5 km
	Tonnie Stouten	16.46
Almere	Just Aap Run 1 september 2013	15 km
	Johan Voorhorst	1.19.04
Ter Apel - Bourtange	Monnikentocht 31 augustus 2013	50 km
	Frenk Rietveld	5.38.00
Berghem	10 van Berghem 30-8-2013	5 km
	Gertjan Lahuis	18.26
Utrecht	Trackmeeting 30 augustus 2013	1500m
	Ceese Weeda	5.05,68
	Rene van Vliet	5.12,64
	Jan Hollak	5.20,13
		200m
	Menno Koomen	31,33
Losser	Losserloop 24 augustus 2013	21,1 km
3E MSen	Ramon Lentink	1.27.59
1E DSen	Marianne van der Veen	1.36.22
	Tonnie de Winter	1.37.22
Nunspeet	Nunspeetse Heide-loop 24-8-2013	10 km
	Marc Vastenhouw	54.54
Sibculo	Aquaklimcross 24 augustus 2013	12 km
	Frank Falkmann	58.22
		6 km
	Fiona Markus	37.18
	Marijke Dielman	42.23
Apeldoorn	Runnersworldloop 17-8-2013	10 km
	Rob Detert Oude Weme	33.43
	Bas Mekking	33.56
	Shane Rookhuizen	34.54
	Jelmer van Leeningen	35.18
	Dick Elzenga	36.13
	Roland Besselink	36.40
	Frank de Graeff	37.25
	Ronald Derksen	37.27
	Ramon Lentink	39.23
	Alex Koelink	41.17
	Cor van den Brink	42.41
	Dik Musch	44.03
	Raymundo van Egmond	44.27
	Theo Hafkamp	44.31
	Tom Langerak	44.33
	William Knoeff	45.37

FPCFromClipboardUntitled

Michel Manintveld	46.25
Wilco Schut	46.27
Henk Janssen	47.36
Walter Stouten	48.17
Frans Nab	48.19
Peter van Neijhof	48.51
Frank Vervoort	49.17
Eddy Wulfesen	49.22
Tim van Heumen	51.01
Gert van den Brink	52.46
Trees Stens	1.02.05
Chris Willems	1.03.22

5km

Cees Weeda	19.10
Jan Hollak	19.11
John Benjamins	20.22
Martin Helmink	21.14
Menno Koomen	22.01
Rinus Groen	22.13
Johan Voorhorst	23.10
Henk van der Schaaf	23.43
Eric Belt	25.36
Paul Kok	25.53
Klaas Nekeman	26.27
Sonja Kerkdijk	27.24
Irma Kleverwal	31.25
Marita Bekker-Gerritsen	31.57
Marinus Jan de Vos	32.22
Marielle Eikelenboom	32.27
Irene Bbaatenburg de Jong	35.33
Louise Nijmeijer	37.38

Pontresina - Davos Irontrail		48,2 km (hoogte +2930)
	Gertjan Lahuis	8.00.06,2
Duiven	Bert Timmer Memorialloop 11-8-2013	5 km
	Marc Vastenhout	24.52
Embrun 1E	Klimloop 1 augustus 2013	6 km
	Ronald Besselink	27.01 parcoursrecord
Utrecht PR!	Trackmeeting 9 augustus2013	3000m
	Bas Mekking	9.19.35
Dublin 1E V	Rock 'n Roll halve marathon 5-8-2013	21,1 km
	Nelleke Evers	1.56.37
Broekland	Broekland kermisloop 21 juli 2013	5500m
	Marc Vastenhout	29.17

FPCFromClipboardUntitled

Voorthuizen	Voorthuizen Loopt 13 juli 2013	10 km
	Gerald van den Berg	44.16
	Hans Wichers Schreur	58.50
		5 km
	Fiona Markus	22.59
	Marc Vastenhout	25.29
Coevorden	Grachtenloop 7 juli 2013	5 km
1E M40	Tonnie Stouten	16.20
	Nelleke Evers	25.59
Assen	50 van Assen 7 juli 2013	50 km estafette
3E	AV Veluwe GauweBlauwe:	(5km rondes)
	Frans Nab	24.00 + 23.56
	Ron de Kluizenaar	22.37 + 23.42
	Henk Diekmann	21.55 + 22.01
	Johan Voorhorst	24.04 + 23.24
	Tim van den Brink	21.59 + 22.49
7E	Pink Veluwe Chickies:	
	Irene Baatenburg de Jong	26.49 + 28.28
	Judith Steegeman	29.19 + 29.52
	Lia van der Meulen	24.10 + 24.59
	Melanie Ttjapkes	24.56 + 24.27
	Marleen Otten	24.05 + 24.38
Apeldoorn	Zuiderparkrun 6 juli 2013	5km
1E Overall	Fiona Markus	26.21
1E Heren	Chris Willems	29.35
Wierden	Wiezoloop 6 juli 2013	10 km
	Tonnie de Winter	43.13
		5 km
	Johan Voorhorst	22.53