

FPCFromClipboardUntitled

5 kilometer mannen
 1 Roland Besselink 17,51
 2 Bas de Kluizenaar 19,02
 3 Erik Westerweel 20.25

5 kilometer dames
 1 Tamara Pleiter 22.09
 2 Miriam Gazzah 22.19

10 kilometer mannen
 1 Alphons van de Heisteeg 42.05
 2 John Benjamins 42.40
 3 Henk Koldenhof 43.00

10 kilometer dames
 1 Anke horstink 51.50
 2 Monique van de Bos 52.01

10 Engelse mijlen mannen
 1 Peter Bakker 1.05.47
 2 John Vonk 1.08.20
 3 Jonathan Koutstaal 1.11.19

10 Engelse mijlen dames
 1 Marjo Negerman 1.18.40
 2 Anneke Prenger 1.19.52