HELMONDSE ATLETIEK CLUB
VOORJAARS Loop 2019

01-04-2019

uitslag 5 km

Plaats	StNr	Naam	Cat	Plaats in Cat	Tijd	km/hr	min/km
1	**299**	**Rik van Laarhoven**	**m**	**1**	**00:17:05**	**17,6**	**03:25**
2	**262**	**Stephan Haans**	**m**	**2**	**00:19:29**	**15,4**	**03:54**
3	**257**	**Rolf van de Wijdeven**	**m**	**3**	**00:22:35**	**13,3**	**04:31**
4	**279**	**Sandra van de Graef**	**v**	**1**	**00:28:15**	**10,6**	**05:39**
5	**281**	**Willeke Sismono-Wirjo**	**v**	**2**	**00:30:04**	**10,0**	**06:01**
6	**261**	**Annette Voortman**	**v**	**3**	**00:30:56**	**9,7**	**06:11**
7	266	Marjan de Greef	v	4	00:31:02	9,7	06:12
8	463	Astrid vd Kruijs	v	5	00:31:23	9,6	06:17
9	282	Jollanda van der Putten	v	6	00:32:13	9,3	06:27
10	260	Annemiek van Hout	v	7	00:32:29	9,2	06:30
11	265	Marlis van der Baan	v	8	00:34:30	8,7	06:54
12	275	Mien van der Linden	v	9	00:36:01	8,3	07:12
13	263	Jos van Hees	m	4	00:37:22	8,0	07:28
14	264	Lorraine McNab	v	10	00:37:22	8,0	07:28

HELMONDSE ATLETIEK CLUB
VOORJAARS Loop 2019

01-04-2019

uitslag 10 km

Plaats	StNr	Naam	Cat	Plaats in Cat	Tijd	km/hr	min/km
1	**438**	**Joost Verver**	**m**	**1**	**00:43:52**	**13,7**	**04:23**
2	**440**	**Johan Kleene**	**m**	**2**	**00:44:20**	**13,5**	**04:26**
3	**445**	**Walther Verhoeven**	**m**	**3**	**00:44:36**	**13,5**	**04:28**
4	450	Jeroen Langenhuijsen	m	4	00:44:46	13,4	04:29
5	442	Cees van Leipsig	m	5	00:48:16	12,4	04:50
6	454	Marc Swinkels	m	6	00:49:20	12,2	04:56
7	**472**	**Regina Faber**	**v**	**1**	**00:49:54**	**12,0**	**04:59**
8	**458**	**Mariëtte van Hooff**	**v**	**2**	**00:51:12**	**11,7**	**05:07**
9	444	Franc van Berkel	m	7	00:52:26	11,4	05:15
10	**467**	**Marie-Antoinette Stee**	**v**	**3**	**00:52:27**	**11,4**	**05:15**
11	446	Erik Wallerbos	m	8	00:55:10	10,9	05:31
12	258	Charles van den Reek	m	9	00:56:39	10,6	05:40
13	447	Berry Bloemers	m	10	00:56:49	10,6	05:41
14	448	Ria Korthuis	v	4	00:56:51	10,6	05:41
15	459	Peter Stassar	m	11	00:56:57	10,5	05:42
16	455	Frank Mulders	m	12	00:56:59	10,5	05:42
17	443	Babette Vugt-Jansen	v	5	00:57:47	10,4	05:47
18	468	Rene van Oosterhout	m	13	01:00:24	9,9	06:02
19	466	Tonnie van Horik	v	6	01:00:31	9,9	06:03
20	473	Evelyn Thomas	v	7	01:00:35	9,9	06:03
21	441	Jolanda Langenwouters	v	8	01:01:34	9,7	06:09
22	471	Dorette de Haas	v	9	01:01:51	9,7	06:11
23	461	Mientje Bos	v	10	01:02:25	9,6	06:14
24	486	Lot Tinga	v	11	01:02:26	9,6	06:15