

indeling RECREATIE BAD (zonder tribune   baan 1 is links bij binnenkomst)							
de Zijl	de Zijl (17.00 u)	de Zijl (17.00 u)	de Zijl	de Zijl	de Zijl	Alphen +	TVB
Loek Schrader Frans Pot Joost Tendeloo Johan Kluivers	Maarten Bouwman (5) Tim van Beelen (5) Hanjo Hoogendoorn (5) Loeka v/d Kooij (5) Miranda Geurts (70x75)	Hans van Zeeland (5) Hans Smits (5) Andy Hoepelman (5) Bram v Rooyen (5) Michael Klaversteijn (5) Hans Blankestijn (5)	Wilbert v/d Post Wim Bergman Jacob Spijker Jesse Spijker David Spijker Dave Geelen Rene Valentijn Ruben Snijder	Peter Harteveld Rolf Toornvliet Hans Poulis Wil Bogers Emiel van Engelen Iris de Graaf Gerard van Egmond Hans Bouwmeester	Suzanne Blankestein Harko Schaafsma Ingmar Kooman Arjan Kramer Lennart Weggewijs Bram ter Borch Bas Meegdes Rianne v/d Poel	Gert Jan Turnhout Willem de Gouw Kees Hollaar Edward Pison Lars van Zijp Iwan Vos Ramon de Bondt Marco Booi	Jos Sneijders Ed Went Walter Andriess Franck van Graas Henri de Bruin Joost Kling Gert Jan Verdegaa Erik Nieuwenhuis
<b>21,1 km.</b> start: <b>17.00 uur</b> einde: <b>00.02 uur</b> <b>baan 1</b>	<b>5 km + divers.</b> start: <b>17.00 uur</b> <b>einde: 19.10 uur</b> <b>baan 2</b>	<b>5 km.</b> start: <b>17.00 uur</b> <b>einde: 19.10 uur</b> <b>baan 3</b>	<b>10 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.50 uur</b> <b>baan 2</b>	<b>10 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.50 uur</b> <b>baan 3</b>	<b>10 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.50 uur</b> <b>baan 4</b>	<b>10 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.50 uur</b> <b>baan 5</b>	<b>10 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.50 uur</b> <b>baan 6</b>

indeling WEDSTRIJD BAD (met tribune   baan 1 is onder scorebord)					
ZVL-4	ZVL-1/2	ZVL-1/2	de Zijl	75x of 50x : 100 meter	100x : 50 of 75 meter
Marianne Groot Marloes Spijker Annelies Nederend Marieke Nederend Esther Koolhaas Iris de Jong Sanne Pool Marloes Kijzers Marlou Muusse Geerte van Vliet	Brenda Weber Jalou Vanhelsuwé Malissa van Rijn Ymke v/d Waal Biurakn Hakverdian Marianne de Groot Isis Keijzer Iefke van Belkum Chrissie Thomlinson Danique Gras	Lizzy Terpstra Yente Bouwmeester Noa Boonstoppel Rozanne Voorvelt Jasmin Entezar Janieke Oosting Roline Schuijt Gina Sjardijn Julia Nieuwendijk Melanie Langejans	Omar Qachach Tom Nederend Tim van der Meer Stan van Ruiten Isa Saveur Meike v/d Windt Rajco de Wit David Postma Mathijs Postma Joeri Valentijn	Darko Jovanovic (7,5) Moniq. v/d Weijden (7,5) Justus Candido (7,5) Mike Blokker (7,5) Paul Langelaan (5) Annemieke Willemz (5) Merel v/d Waal (5) Kiara Schuijt (5) Sterre Bijkerk (5)	Rik Semeijn (5) Belinda v Alphen (7,5) Rene Ydema (7,5) Heleen de Gouw (7,5) Berta Hardeman (7,5) Rene Bos (5) Jacques de Groot (5) Sterre Spijker (5) Paula van Kesteren (5)
<b>5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>21.10 uur</b> <b>baan 1</b>	<b>5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>21.10 uur</b> <b>baan 2</b>	<b>5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>21.10 uur</b> <b>baan 3</b>	<b>5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>21.10 uur</b> <b>baan 4</b>	<b>5 of 7,5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.00 uur</b> <b>baan 5</b>	<b>5 of 7,5 km.</b> start: <b>19.30 uur</b> einde: <b>22.00 uur</b> <b>baan 6</b>