

**Luc ter Linde**

JJC - Kogel 13.00 uur
 JJC - Speer 14.10 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

Floris Smink

JJC - Kogel 13.00 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

Twan Wever

JJC - Ver 12.50 uur
 JJC - Kogel 13.00 uur

Marnix Wilting

JJC - Kogel 13.00 uur
 JJC - Speer 14.10 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

Tim ter Linde

JJD - Kogel 11.35 uur
 JJD - Speer 15.40 uur
 JJD - Discus 12:50 uur

Daan Oosterhuis

JJD - Kogel 11.35 uur
 JJD - 80m 15.10 uur - 16.45 uur
 JJD - 80mH 11:20 uur -13.15 uur

Milan Veenstra

JJD - Kogel 11.35 uur
 JJD - 1000m 13.50 uur
 JJD - 80m 15.10 uur - 16.45 uur

Romee Karselius

MJC - Kogel 10:40 uur
 MJC - Discus 14:20 uur

Idilay Kaymaz

MJC - Ver 15:40 uur
 MJC - 300mH 14.10 uur
 MJC - 80mH 11.35 uur - 13.10 uur

Marleen Baas

MJD - Ver 11:20 uur
 MJD - Hoog 13:30 uur
 MJD - Speer 10:30 uur

Annemarie Gosselink

MJD - Ver 11:20 uur
 MJD - 1000m 13:35 uur
 MJD - 60mH 11:00 uur - 13:00 uur

Almetose Atletiek Vereniging

**Hakim Riadi**

JJC - 800m 16.10 uur

Lisanne Van Es

MJC - Kogel 10.40 uur
 MJC - 80m 14.55 uur-16.40 uur

**Bram Blokhuis**

JJC - Kogel 13.00 uur
 JJC - Speer 14.10 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

Loes Verbeek

MJD - Ver 11:20 uur
 MJD - Hoog 13:30 uur
 MJD - Speer 10:30 uur

**Jory Davids**

JJD - Ver 14.15 uur
 JJD - 80m 15.10 uur-16.45 uur
 JJD - 80mH 11.20 uur- 13.15 uur

**Jochem Nieuwenhuis**

JJC - Kogel 13.00 uur
 JJC - Speer 14.10 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

**Kamiel Nekkers**

JJC - 800m 16.10 uur
 JJC - 100m 15.30 uur-16.55 uur

Jonas Phijffers

JJC - 800m 16.10 uur
 JJC - 100m 15.30 uur-16.55 uur
 JJC - hoog 15.20 uur

Frank Seppenwoolde

JJC - Ver 12.50 uur
 JJC - 800m 16.10 uur
 JJC - Discus 11.05 uur

Wouter Seppenwoolde

JJD - 1000m 13.50 uur

Liselot Nekkers

MJD - 60m 14.35 uur - 16.30 uur

Julia de Vries

MJD - 1000m 13.35 uur

**Tieerd de Vries**

JJD - ver 14.15 uur
 JJD - 80m 15.10 uur-16.45 uur
 JJD - 80 hrd 11.20 uur-13.15 uur

Anouk van Manen

MJC - 600m 15.50 uur
 MJC - speer 12.25 uur

Suzan Schippers

MJC - ver 15.40 uur
 MJC - 600m 15.50 uur
 MJC - 80m 14.55 uur-16.40 uur

Renske de Vries

MJC - hoog 10.45 uur
 MJC - Speer 12.25 uur

Celine Spinder

MJD - ver 11.20 uur
 MJD - 1000 m 13.35 uur
 MJD - speer 10.30 uur

**Niek Niiman**

JJD - 1000m 13.50 uur

Max Swabedissen

JJD - 1000m 13.50 uur

Britt Oplaat

MJC - 1500m 12.15 uur

Milou Oplaat

MJC - 1500m 12.15 uur

Anne Bijpost

MJD - Kogel 14.15 uur
 MJD - Discus 15.45 uur

Julian van den Belt

JJD - 80hrd 11.20 uur-13.15 uur
 JJD - ver 14.15 uur

Suzanne Hiltjesdam

MJD - 1000m 13.35 uur
 MJD - Speer 10.30 uur

Silke Ketting

MJD - 60m 14.35 uur-16.30 uur
 MJD - Hoog 13.30 uur
 MJD - 60mH 11.00 uur-13.00 uur

Lotte Nijkamp

MJD - Kogel 14.15 uur
 MJD - Discus 15.45 uur

Naomi Wessels

MJD - Discus 15.45 uur
 MJD - Kogel 14.15 uur

Niels Dennekamp

JJC - 100 hrd 11.55 uur-13.25 uur
 JJC - 300 hrd 14.25 uur
 JJC - speer 14.10 uur

Twan Ligtenberg

JJD - Kogel 11.35 uur
 JJD - speer 15.40 uur
 JJD - hoog 12:00

PR

GOK

Plaats

10.05

32.04

27.08

11.58

37.08

4.86

9.86

12.87

41.68

32.99

6.96

23.34

19.57

10.12

10.68

14.47

7.13

3.33.1

12.2

8.93

25.45

4.87

x

12.39

4.97

1.50

29.48

4.07

3.32.20

11.27

PR

GOK

Plaats

2.07.64

10.54

11.6

8.38

27.28

22.30

3.67

1.20

16.21

4.41

11.1

15,4

11.01

38.52

30.37

PR

GOK

Plaats

2.25.48

13.3

2.21.1

12.74

1.65

5.33

2.20.7

34.29

3.12.6

8.73

3.44.9

3.86

12

16.6

1.51.17

23.81

4.32

1.50.60

8.90

1.50

24.14

4.06

3.31.72

16.97

PR

GOK

Plaats

3.00.26

3.04.62

5.04.47

5.13.51

10.20

16.03

14.66

4.68

3.38.78

26.44

9.15

1.40

11.37

9.56

19.59

23.16

11.42

16.03

47.50

38.31

10.46

26.28

1.45

