



Triatlon Leeuwarden

Leeuwarden - Zaterdag 22 juli 2023

Uitslagenlijst - Sprint.afstand

Plts	StNr	Naam	Vereniging/Woonplaats	Uitsl	Categ	Zwemm	Wissel 1	Fietsen	Wissel 2	Lopen	Tijd
1	242	Arjan Van Vliet	Groningen	1e	MA-SA	13:21	1:50	28:53	0:44	18:42	1:03:28
2	14	Daniel Nagel	Gauw	2e	MA-SA	11:17	2:07	30:03	0:55	19:17	1:03:38
3	241	Hans Bleijswijk	Groningen	3e	MA-SA	12:23	2:02	32:16	0:54	18:21	1:05:55
4	261	Anne Jong de	Drachten	4e	MA-SA	13:42	2:38	31:05	1:01	19:11	1:07:34
5	269	Erwin De Vries	Stiens	5e	MA-SA	15:19	3:17	30:25	1:30	17:13	1:07:43
6	157	Edser Rijpstra	Stiens	6e	MA-SA	15:51	2:34	30:41	0:46	18:12	1:08:01
7	221	Minne Bus	Groningen	7e	MA-SA	13:31	1:56	32:01	0:39	20:20	1:08:24
8	184	Jurrit Dijkstra	Leeuwarden	8e	MA-SA	12:46	2:28	32:03	1:01	21:08	1:09:24
9	200	Lammert Ploeg van der	De Westereen	9e	MA-SA	13:51	2:37	32:11	1:11	20:11	1:10:00
10	195	Erik Schippers	Leeuwarden	10e	MA-SA	14:50	2:28	31:56	1:05	20:27	1:10:46
11	226	Bennie Hoeksma	Drachten	11e	MA-SA	13:43	2:22	33:47	1:16	19:44	1:10:50
12	205	Jacob van der Ploeg	Damwâld	12e	MA-SA	13:46	2:37	33:02	0:58	21:04	1:11:26
13	262	Jeffrey Nieuwenburg	Harlingen	13e	MA-SA	14:52	2:54	33:01	1:16	19:26	1:11:27
14	133	René Edens	Goutum	14e	MA-SA	16:13	2:24	33:16	1:14	20:46	1:13:51
15	220	John Bolt	Heerenveen	15e	MA-SA	13:37	3:19	32:36	0:59	23:23	1:13:52
16	267	Henk Bouwmeester	Emmen	16e	MA-SA	14:35	3:41	33:12	2:01	20:30	1:13:57
17	188	Arjen Bos	Bolsward	17e	MA-SA	17:14	3:03	30:27	1:00	22:17	1:13:59
18	273	Frank Rotgans	Almere	18e	MA-SA	15:44	3:14	32:06	1:38	22:05	1:14:44
19	223	Marnix Beugel	Bali Indonesia	19e	MA-SA	13:32	3:08	36:30	0:54	21:04	1:15:05
20	179	Len Konings	's-Gravenhage	20e	MA-SA	16:35	2:43	33:16	0:45	21:59	1:15:15
21	224	Rik Beugel	Bali Indonesia	21e	MA-SA	12:38	2:47	38:48	1:08	20:28	1:15:48
22	34	Stan Oudman	Sneek	22e	MA-SA	14:35	3:03	34:25	1:32	22:14	1:15:48
23	131	Almer Top	Eelde	23e	MA-SA	13:01	3:33	34:07	1:05	24:27	1:16:11
24	263	Theunis Wouda	Workum	24e	MA-SA	16:02	4:12	32:40	1:40	21:47	1:16:20
25	255	Audrey Breur	Julianadorp	1e	VR-SA	14:23	2:37	33:56	1:23	24:11	1:16:27
26	170	Mark Annema	Kollum	25e	MA-SA	14:29	2:59	35:51	1:34	21:49	1:16:41
27	129	Corine Visser	Leeuwarden	2e	VR-SA	14:17	2:29	35:33	1:10	23:31	1:16:58
28	291	Tymen Oudman	Sneek	26e	MA-SA	17:31					1:17:20
29	248	Dirk Versluis	Maarn	27e	MA-SA	15:41	2:58	35:30	1:12	22:44	1:18:03
30	134	Erik Wielen	Leeuwarden	28e	MA-SA	15:48	2:24	37:37	1:24	21:13	1:18:25



Triatlon Leeuwarden

Leeuwarden - Zaterdag 22 juli 2023

Uitslagenlijst - Sprint.afstand

Plts	StNr	Naam	Vereniging/Woonplaats	Uitsl	Categ	Zwemm	Wissel 1	Fietsen	Wissel 2	Lopen	Tijd
31	183	Kars Blokker	Ballum	29e	MA-SA	15:11	3:34	34:20	1:17	25:03	1:19:23
32	254	Tiny de Vries-Koffeman	Urk	3e	VR-SA	13:54	3:06	38:47	1:34	22:19	1:19:39
33	165	Natascha Vinke van der Vis	Oudeschild Texel	4e	VR-SA	13:14	2:25	36:27	1:00	27:30	1:20:34
34	180	Richard Reitsma	Leeuwarden	30e	MA-SA	16:45	3:03	35:09	0:56	25:03	1:20:52
35	146	Frank den Hoed	Leeuwarden	31e	MA-SA	18:36	2:53	35:46	1:12	23:32	1:21:57
36	259	Casper van de Kamp	Velp	32e	MA-SA	13:52	3:29	35:53	1:56	27:25	1:22:33
37	225	Huib Willemsen	Wassenaar	33e	MA-SA	13:35	4:33	40:14	0:58	23:32	1:22:51
38	176	Thomas van der Meulen	Drachten	34e	MA-SA	16:12	3:55	36:53	2:03	24:08	1:23:08
39	210	Thijs Brok	Ankeveen	35e	MA-SA	18:42	3:28	37:09	1:34	22:33	1:23:23
40	271	Ben Timmer	Eelde	36e	MA-SA	17:16	4:34	36:33	2:47	22:36	1:23:44
41	191	Julie Ravn	Amsterdam	5e	VR-SA	18:41	3:50	37:18	1:51	22:15	1:23:54
42	237	Johan van Dijk	Veendam	37e	MA-SA	17:08	4:08	35:57	1:45	25:19	1:24:15
43	173	Rein Benno de Jager	Dokkum	38e	MA-SA	15:15	4:46	37:28	2:08	24:49	1:24:23
44	218	Rob Tilma	Groningen	39e	MA-SA	16:18	3:36	37:51	2:15	24:39	1:24:36
45	270	Douwe Woldring	Warffum	40e	MA-SA	17:51	3:45	35:53	1:28	26:05	1:24:59
46	227	Oane Westra	Gytsjerk	41e	MA-SA	18:09	3:15	38:17	1:02	24:21	1:25:02
47	272	Rob Bloemert	Nieuwleusen	42e	MA-SA	16:22	4:11	39:25	1:33	23:39	1:25:06
48	158	Wietse Lolkema	Hollum	43e	MA-SA	18:36	3:36	35:19	1:08	26:32	1:25:10
49	229	Harm Holwerda	Boornbergum	44e	MA-SA	19:19	3:23	34:43	1:58	26:01	1:25:22
50	256	Harry Kraak	Julianadorp	45e	MA-SA	16:53	3:41	36:57	2:29	25:45	1:25:43
51	126	Jenni de Groot	Leeuwarden	6e	VR-SA	17:17	3:25	38:07	1:20	25:57	1:26:05
52	232	Stephanie Gitmans	Belfeld	7e	VR-SA	13:55	3:13	39:42	1:39	27:40	1:26:07
53	182	Willem Hofman	Feanwâlden	46e	MA-SA	17:04	3:30	37:19	1:47	26:29	1:26:08
54	156	Kor Zitteema	Bitgum	47e	MA-SA	18:03	3:17	35:48	1:48	27:39	1:26:33
55	160	Sido Overdijk	Den Burg	48e	MA-SA	16:28	3:51	39:37	1:28	25:29	1:26:50
56	240	Alie Brouwer	Joure	8e	VR-SA	18:55	3:44	38:53	2:05	23:17	1:26:52
57	177	Lennart van der Meulen	Drachten	49e	MA-SA	16:12	3:25	36:49	2:03	28:38	1:27:04
58	171	Ilse Russcher	Groningen	9e	VR-SA	16:36	3:55	37:57	1:30	27:10	1:27:07
59	33	Gerrit Duits	Groningen	50e	MA-SA	19:51	3:46	36:05	2:05	25:35	1:27:19
60	216	Lucienne Van Dongen	Leeuwarden	10e	VR-SA	15:27	4:24	39:22	1:06	27:07	1:27:24



Triatlon Leeuwarden

Leeuwarden - Zaterdag 22 juli 2023

Uitslagenlijst - Sprint.afstand

Plts	StNr	Naam	Vereniging/Woonplaats	Uitsl	Categ	Zwemm	Wissel 1	Fietsen	Wissel 2	Lopen	Tijd
61	239	Ilse ten Dam	Groningen	11e	VR-SA	16:54	3:49	39:20	1:20	26:07	1:27:27
62	208	Ferdie Witvoet	Groningen	51e	MA-SA						1:27:43
63	209	Oscar Rensing	Wijster	52e	MA-SA	20:19	2:30	36:56	1:06	26:54	1:27:43
64	228	Hilly Veenstra-Posthumus	Surhuisterveen	12e	VR-SA	16:08	3:27	38:03	1:50	28:27	1:27:53
65	247	Silke Koehoorn	Bontebok	13e	VR-SA	12:51	3:59	40:07	1:52	29:25	1:28:13
66	127	Sjon De Haan	Ballum	53e	MA-SA	17:34	3:40	39:30	2:19	25:20	1:28:21
67	207	Job Moerings	Leeuwarden	54e	MA-SA	18:24	5:52	38:11	1:07	24:51	1:28:23
68	196	Wieger Romkema	Leeuwarden	55e	MA-SA	19:18	6:00	35:04	2:30	25:40	1:28:30
69	231	Will Van t Hek	Venlo	56e	MA-SA	14:56	4:29	37:28	2:08	31:04	1:30:03
70	204	Mark Switters	Stiens	57e	MA-SA	16:41	3:41	40:23	1:51	27:33	1:30:06
71	246	Lieke Wouda	Dokkum	14e	VR-SA	15:24	4:34	40:50	1:59	27:24	1:30:08
72	153	Griette De hartog	Hempens	15e	VR-SA	18:05	3:19	40:34	1:37	26:37	1:30:09
73	128	Gerard van de Bovenkamp	Ochten	58e	MA-SA	20:42	3:06	39:10	1:42	25:42	1:30:20
74	169	Nathalie Leusink	Dokkum	16e	VR-SA	16:24	3:44	42:17	1:44	26:38	1:30:45
75	266	Gea Geerts	Ruinen	17e	VR-SA	18:50	3:30	38:30	0:52	29:32	1:31:12
76	194	Bastiaan Rijswijk	Vollenhove	59e	MA-SA	16:30	5:13	42:20	2:18	24:57	1:31:16
77	235	Sieger Jan Cuperus	Dokkum	60e	MA-SA	19:48	6:28	37:50	3:08	24:26	1:31:38
78	178	Mark Bijma	Drachten	61e	MA-SA	20:16	3:34	39:01	1:01	27:54	1:31:43
79	230	Coby Westra	Boornbergum	18e	VR-SA	17:18	3:55	38:57	2:12	29:48	1:32:08
80	253	Jose Galeote Lopez	Brussels	62e	MA-SA	16:56	5:49	43:11	2:01	24:29	1:32:24
81	238	Anita Hettinga	Rottum	19e	VR-SA	16:43	4:40	39:04	1:55	30:15	1:32:35
82	172	Martje van der Meer	Dokkum	20e	VR-SA	15:02	4:08	44:17	1:17	27:57	1:32:39
83	250	Libbe Leistra	Gytsjerk	63e	MA-SA	21:01	5:20	37:55	2:51	26:03	1:33:08
84	174	Janneke Braaksma	Dokkum	21e	VR-SA	15:17	6:00	40:54	2:35	28:37	1:33:21
85	213	Meindert Timmerman	Leeuwarden	64e	MA-SA	18:18	4:14	38:35	2:03	30:40	1:33:48
86	260	Jelle Pranger	Sneek	65e	MA-SA	20:08	4:03	39:49	2:19	27:48	1:34:05
87	222	Debby van der Woude	Leeuwarden	22e	VR-SA	21:30	4:00	41:51	0:50	25:55	1:34:06
88	167	Jacko de Boer	Leeuwarden	66e	MA-SA	20:28	6:06	38:36	1:09	27:53	1:34:10
89	189	Thom Adema	Marsum	67e	MA-SA	21:50	4:34	39:39	1:49	26:37	1:34:28
90	203	Jos Ruger	Stiens	68e	MA-SA	19:46	6:51	40:05	2:15	25:43	1:34:39



Triatlon Leeuwarden

Leeuwarden - Zaterdag 22 juli 2023

Uitslagenlijst - Sprint.afstand

Plts	StNr	Naam	Vereniging/Woonplaats	Uitsl	Categ	Zwemm	Wissel 1	Fietsen	Wissel 2	Lopen	Tijd
91	145	Mettje Elzinga	Leeuwarden	23e	VR-SA	17:49	4:16	39:14	2:57	30:37	1:34:50
92	217	Albert Jan De Rooij	Leeuwarden	69e	MA-SA	21:30	5:49	39:02	1:28	27:07	1:34:53
93	190	Quincy Jacobus	Leeuwarden	70e	MA-SA	22:02	4:25	39:39	1:46	27:08	1:34:57
94	142	Monique Pascha	Leeuwarden	24e	VR-SA	19:00	4:39	39:38	3:00	29:00	1:35:16
95	206	Karin van der Zee	Oudeschoot	25e	VR-SA	18:45	4:26	41:07	1:50	29:35	1:35:42
96	147	Marten Bosma	Goutum	71e	MA-SA	19:57	6:09	40:01	3:11	26:43	1:35:59
97	148	Sybren Broekstra	Goutum	72e	MA-SA	20:33	5:37	39:59	3:11	26:43	1:36:01
98	132	Peter Visser	Leeuwarden	73e	MA-SA	22:17	6:00	39:19	2:09	26:21	1:36:04
99	215	Paul Neven	Leeuwarden	74e	MA-SA	20:16	6:00	39:41	2:18	28:40	1:36:54
100	252	Helena Hernnäs	Stockholm	26e	VR-SA	21:21	3:42	46:40	1:10	24:29	1:37:22
101	265	John Adema	Leeuwarden	75e	MA-SA	19:55	7:00	37:34	4:28	28:43	1:37:38
102	249	Saskia Swieringa	Veendam	27e	VR-SA	18:30	4:40	40:44	3:32	30:14	1:37:38
103	199	Otto Haakma	Donkerbroek	76e	MA-SA	14:50	6:06	39:11	2:33	35:28	1:38:06
104	151	Aernout Ottens	Sneek	77e	MA-SA	18:39	4:02	41:15	2:44	31:33	1:38:12
105	264	Jans Berghuis	Zuidwolde	78e	MA-SA	19:42	6:00	44:05	4:00	24:44	1:38:28
106	166	Jeroen Laagland	Gorredijk	79e	MA-SA	18:29	5:01	41:59	1:54	31:18	1:38:39
107	137	Jan Draaisma	Drachten	80e	MA-SA	21:36	5:00	41:56	1:24	29:02	1:38:56
108	201	Hans de Jong	Eastermar	81e	MA-SA	26:51	6:22	36:59	3:15	25:33	1:38:57
109	243	Judith van der vleuten	Wassenaar	28e	VR-SA	22:54	3:45	40:49	3:55	28:18	1:39:39
110	149	Jacqueline Brouwer	Buren	29e	VR-SA	19:25	4:59	43:38	2:03	30:21	1:40:25
111	152	Leo de Hartog	Leersum	82e	MA-SA	21:00	5:00	40:15	2:19	32:07	1:40:41
112	130	Grytine Twijnstra	Leeuwarden	30e	VR-SA	18:35	6:09	46:07	1:54	28:07	1:40:51
113	212	Gerben De vries	Leeuwarden	83e	MA-SA	19:47	5:00	42:33	1:38	31:58	1:40:55
114	244	M van der Meulen	Hurdegaryp	31e	VR-SA	19:03	5:14	46:07	2:05	29:21	1:41:48
115	233	Femina Plantinga-Visser	Goutum	32e	VR-SA	17:12	4:22	43:41	3:15	34:27	1:42:54
116	236	Bert Loof	Emmeloord	84e	MA-SA	19:33	5:08	41:37	3:25	34:01	1:43:41
117	155	Jan-Willem Poelma	Leeuwarden	85e	MA-SA	21:35	5:46	44:44	2:36	29:05	1:43:45
118	139	Jeannet Huitema	Goutum	33e	VR-SA	26:01	4:00	39:45	0:46	33:49	1:44:18
119	258	Edwin Bruinsma	Leeuwarden	86e	MA-SA	21:04	5:40	48:28	7:30	23:51	1:46:31
120	211	Hessel Turkstra	Heerenveen	87e	MA-SA	16:59	6:00	48:34	2:10	35:24	1:49:04



Triatlon Leeuwarden

Leeuwarden - Zaterdag 22 juli 2023

Uitslagenlijst - Sprint.afstand

Plts	StNr	Naam	Vereniging/Woonplaats	Uitsl	Categ	Zwemm	Wissel 1	Fietsen	Wissel 2	Lopen	Tijd
121	198	Inge Kingma	Sneek	34e	VR-SA	19:36	7:33	45:49	2:37	33:45	1:49:18
122	275	Afke Brandenburg	Wirdum	35e	VR-SA	25:52	5:47	45:15	1:41	31:14	1:49:47
123	257	Cynthia Brandt	Terherne	36e	VR-SA	23:05	6:57	46:08	2:05	35:52	1:54:04
124	219	Pauline Everts	Leeuwarden	37e	VR-SA	19:42	8:00	51:28	2:00	33:58	1:55:07
125	143	Simone Schuitema	Groningen	38e	VR-SA	16:44	7:46	48:30	4:09	39:01	1:56:09
126	193	Wiep Wiersma	Wommels	39e	VR-SA	23:00	7:42	48:47	5:49	34:44	2:00:01
127	192	Afke Wiersma	Leeuwarden	40e	VR-SA	22:57	7:46	48:46	5:49	34:44	2:00:01
128	274	Margot Wijma	Heerenveen	41e	VR-SA	20:53	7:00	48:17	6:32	37:35	2:00:15
129	138	Lenny Diepenmaat	Leeuwarden	42e	VR-SA	20:07	7:00	52:40	4:17	41:39	2:05:41
130	136	Reinder Sinnema	Leeuwarden	88e	MA-SA	21:16	7:00	51:31	4:16	41:39	2:05:42
131	161	Wengu Chen	Hengelo	89e	MA-SA	32:18	4:41	53:59	1:06	37:44	2:09:46
132	251	Lies de Vries-Groen	Broek	43e	VR-SA	26:27	8:59	53:46	2:03	40:00	2:11:13