

## 3000m Single Distance M65

Pos	Naam	Cat	Land	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
1	40 Frank Steenkamp	M65	NED	94	I	4:46.07	
2	45 Johan Jonker	M65	NED	94	O	5:33.11	
3	70 Erik Nijland	M65	BOL	93	I	5:36.83 NR	

## 5000m Single Distance L35

Pos	Naam	Cat	Land	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
1	14 Esther Bouman	L35	NED	99	I	8:23.52 PR	

## 5000m Single Distance M45 - M55

Pos	Naam	Cat	Land	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
1	86 Ed de Looze	M55	NED	100	O	7:50.86	
2	43 Stijn Verhagen	M45	NED	100	I	8:10.81 PR	

## 10000m Single Distance M45

Pos	Naam	Cat	Land	Paar	Baan	Tijd Info	Punten
1	46 Arjan Elferink	M45	NED	104	O	14:20.23 PR WR	
2	47 Robert Wierds	M45	NED	103	O	14:30.77 PR	
3	112 Kees Hooft	M45	NED	104	I	15:06.90	
4	44 Edzard Boland	M45	NED	103	I	16:45.30	