

Loopwedstrijdenoverzicht

nr	datum	plaats	afstand	positie	tijd	km tijd	Opmerk
1	18-01-2004	Baarn	10	4	0:32:55	0:03:17	
2	26-12-2003	s'Graveland.	7,7	3	0:24:20	0:03:10	
3	20-12-2003	Linschoten	21,1	8	1:12:27	0:03:26	
4	14-12-2003	Baarn	10	5	0:33:40	0:03:22	
5	07-12-2003	Kromslootpark	15	2	0:52:14	0:03:29	
6	16-11-2003	Huizen	10	5	0:33:31	0:03:21	
7	09-11-2003	Purmerend	21,1	1	1:16:17	0:03:37	
8	01-02-2003	Apeldoorn	42,2	6	2:41:26	0:03:50	
9	26-01-2003	Almere	16,1	1	0:50:29	0:03:08	
10	19-01-2003	Baarn	10	5	0:33:37	0:03:22	
11	26-12-2002	s'Graveland	7,7	1	0:25:40	0:03:20	
12	21-12-2002	linschoten	21,1	4	1:12:38	0:03:27	
13	15-12-2002	Baarn	10	9	0:33:51	0:03:23	
14	24-11-2002	Baarn	10	10	0:35:03	0:03:30	
15	17-07-2002	Comrades (ZA)	86,6		8:15:17	0:05:43	PR
16	02-07-2002	Dronten	10	1	0:34:31	0:03:27	
17	02-06-2002	Zeewolde	21,1	2	1:11:10	0:03:22	
18	06-05-2002	Almere	42,2	20	2:59:41	0:04:15	
19	07-04-2002	Hilversum	10	19	0:32:31	0:03:15	
20	17-03-2002	Almere	20	2	1:06:33	0:03:20	PR
21	26-01-2002	Apeldoorn	42,2	7	2:42:54	0:03:52	
22	20-01-2002	Baarn	10	4	0:33:41	0:03:22	
23	21-12-2001	linschoten	21,1	6	1:11:11	0:03:22	
24	16-12-2001	Baarn	10	7	0:34:01	0:03:24	
25	02-12-2001	kromslootpark	15	4	0:49:01	0:03:16	PR
26	18-11-2001	Baarn	10	5	0:33:58	0:03:24	
27	04-11-2001	Hilversum	9,6	14	0:36:10	0:03:46	
28	06-05-2001	Almere	21,1	7	1:12:26	0:03:26	
29	01-04-2001	Hilversum	10	13	0:31:45	0:03:11	
30	18-02-2001	Almere	8	2	0:31:01	0:03:53	
31	03-02-2001	Apeldoorn	42,2	7	2:41:26	0:03:50	
32	09-12-2000	Linschoten	21,1	8	1:15:22	0:03:34	
33	20-11-2000	Nijmegen	15	6	0:53:58	0:03:36	
34	28-10-2000	Huizen	10	1	0:34:56	0:03:30	
35	17-01-2000	Vondelparkloop	10	3	0:32:58	0:03:18	
36	09-01-2000	Egmond	21,1	1	1:15:47	0:03:35	
37	03-05-1999	Almere	21,1	8	1:09:30	0:03:18	
38	27-03-1999	Curaçao,	10,9	2	0:35:40	0:03:16	
39	07-03-1999	Den Helder-Schage	25	4	1:30:24	0:03:37	
40	07-02-1999	Apeldoorn	42,2	10	2:38:16	0:03:45	PR
41	06-02-1999	Apeldoorn	42,2	10	2:38:42	0:03:46	
42	31-01-1999	Almere	16,1	8	0:58:30	0:03:38	
43	17-01-1999	Vondelparkloop	10	3	0:32:40	0:03:16	
44	10-01-1999	Egmond	21,1	61	1:11:37	0:03:24	
45	18-12-1998	Linschoten	21,1	4	1:12:15	0:03:25	
46	12-12-1998	Houten	21,1	1	1:17:56	0:03:42	
47	06-12-1998	Huizen	10	9	0:33:10	0:03:19	ijs
48	15-11-1998	Lelystad	10,3	1	0:33:47	0:03:17	
49	18-10-1998	Huizen	10	8	0:32:46	0:03:17	
50	20-09-1998	Lelystad	10,3	1	0:34:30	0:03:21	
51	20-06-1998	Huizen (trio)	11	1	0:36:16	0:03:18	
52	05-04-1998	Spanderswoud	10	11	0:31:55	0:03:11	
53	22-02-1998	Kemphaancross	8	2	0:29:04	0:03:38	

54	07-02-1998	Apeldoorn	42,2	13	2:44:20	0:03:54	
55	25-01-1998	Circlboscross	8	1	0:28:46	0:03:36	
56	18-01-1998	Vondelparkloop	10	2	0:31:20	0:03:08	PR
57	11-01-1998	Egmond	21,1	2	1:15:20	0:03:34	
58	04-01-1998	Winterloop,	15	1	0:50:15	0:03:21	
59	07-12-1997	Huizen	10	2	0:33:22	0:03:20	
60	28-11-1997	La Couronneloop	10	1	0:34:21	0:03:26	
61	23-11-1997	Zilverstrand	8	3	0:31:10	0:03:54	
62	16-11-1997	Nijmegen	15	99	0:51:14	0:03:25	
63	09-11-1997	speculaascross	8	2	0:33:50	0:04:14	
64	09-11-1997	7 heuvelen	15	69	0:51:15	0:03:25	
65	26-10-1997	Beginboscross	8	1	0:31:16	0:03:55	
66	19-10-1997	Maliebaanloop (1EM Amersfoort (3km	1,6		0:04:34	0:02:51	PR
67	24-09-1997	steeple)	3	1	0:10:06	0:03:22	PR
68	31-03-1997	De Meern	15	10	0:50:09	0:03:21	
69	23-02-1997	Kemphaancross	8	3	0:29:43	0:03:43	
70	09-02-1997	Trappenberg	15	5	0:51:28	0:03:26	
71	26-01-1997	Circlboscross	10	2	0:33:07	0:03:19	
72	19-01-1997	Vondelparkloop	10	9	0:33:20	0:03:20	
73	15-12-1996	Pretoria	21,1	6	1:09:40	0:03:18	
74	08-12-1996	Pretoria	10	10	0:33:00	0:03:18	
75	01-12-1996	Pretoria	10	22	0:31:30	0:03:09	
76	16-02-1996	Militaire Cross	4,2	2	0:14:24	0:03:26	
77	11-02-1996	Huizen	15	3	0:50:56	0:03:24	
78	05-02-1996	Almere	16,1	1	0:53:46	0:03:20	
79	29-01-1996	Almere	16,1	1	0:53:16	0:03:19	
80	09-04-1995	Almere	20	1	1:09:45	0:03:29	
81	04-03-1995	Los Angeles	16,1	3	0:52:46	0:03:17	
82	04-03-1995	San Diego	16,1	2	0:51:14	0:03:11	
83	25-09-1994	Amsterdam MAR	42,2	34	2:47:44	0:03:58	
84	26-09-1993	Amsterdam	42,2	28	2:42:32	0:03:51	
85	08-08-1993	???	15	3	0:54:22	0:03:37	
86	02-05-1993	Geldrop	10	5	0:33:02	0:03:18	
87	31-01-1993	Duinrelcross	10	10	0:38:25	0:03:50	
88	27-12-1992	???	8		0:32:15	0:04:02	
89	06-11-1992	Etten Leur	42,2	33	2:42:10	0:03:51	
90	25-10-1992	Amsterdam	42,2	22	2:42:33	0:03:51	
91	10-11-1991	Wijk bij Duurstede	10	6			
92	27-10-1991	Zilverstrand	8	1	0:30:11	0:03:46	
93	13-10-1991	???	10	7	0:35:10	0:03:31	
94	24-04-1991	Hilversum	9	10	0:36:11	0:04:01	
95	10-03-1991	Almere	8	3	0:28:01	0:03:30	
96	24-02-1991	Almere	8	1	0:29:55	0:03:44	
97	17-02-1991	Almere	8	5	0:33:01	0:04:08	
98	06-01-1991	Almere	8	3	0:32:04	0:04:01	
99	03-01-1985	Amsterdam	10	37	0:40:15	0:04:01	
tot			1647		100:52:28		
gem				8,7	1:01:46	0:03:32	