

## Wedstrijden AVH 2021

### Enschede 16-05-21 Ready for Takeoff

Dames	10 km		
Carina Slingerland	49.54	V 50	
Mariël Brefeld	50.51	V 45	
José Busch	1.02.19	V 62	
Cathy Roelofs	1.06.20	V 60	
Heren	10 km		
Michel Natter	43.03	M 33	
Henk Jan Baltink	44.43	M 66	CR M 65

### Amersfoort 13-06-21 Nationale Kwalificatie Evenement

J.A.	kogelslingeren 6 kg		
Floris Smink	57.66 n	CR	

### Soest Dld 27-06-21 Hammerwurfmeeting

Dames	kogelslingeren 3 kg		
Anne Smink	35.48 m	V 54	CR
J.A.	kogelslingeren 6 kg		
Floris Smink	53.45 m		

### Hengelo 01-07-21 Avondwedstrijd Laac en MPM

Dames	5000 m		
Lisa Bielevelt	19.34.08		V 23
Heren	400 m	5000 m	
Tom Wouda	56.55		M 26
Boy Foks		16.19.26	M 28

### Haaksbergen 03-07-21 2e Competitiewedstrijd CD Junioren

J.D.			
Chris Doornhegge	80m	12.63	PR
Chris Doornhegge	600 m	2.10.49	PR
Jarno Heijnsdijk	600 m	2.05.94	PR
Chris Doornhegge	Ver	3.72 m	PR
Jarno Heijnsdijk	Hoog	1.20 m	

### Emmen 04-07-21 senioren Competitie Wedstrijd 3e divisie

Heren		5645	8e pl
Koen Brug	4x400 m	3.41.76	M 26
Jelle Knoef	4x400 m	3.41.76	M 20
Tom Klein Poelhuis	4x400 m	3.41.76	M 20
Tom Wouda	4x400 m	3.41.76	M 26

## Emmen 04-07-21 senioren Competitie Wedstrijd 3e divisie vervolg

Koen Brug	100 m	12.03	M 26
Jelle Golbach	110 mh	18.37	J.A.
Jelle Knoef	200 m	26.39	M 20
Ruben van Sark	200 m	26.58	J.A.
Tom Klein Poelhuis	400 m	51.21	M 20
Tom Wouda	400 m	54.76	M 26
Ruben van Sark	800 m	2.26.99	J.A.
Bart Bemthuis	Ver	5.90 m	M 31
Jelle Golbach	Hoog	1.90 m	J.A.
Ruben van Sark	Hoog	1.60 m	J.A.
Bas Reith	Kogel	10.50 m	M 25
Ben van Sark	Kogel	9.80 m	M 55
Bas Reith	Kogelslingeren	31.66 m	M 25

## Hem 29-08-21 Nk 10 km Wegwedstrijd

Heren	5000 m		
André Somhorst	42.13	M 65	CR M 65

## Hengelo 02-09-21 Baaninstuif

Heren	5000 m		
André Somhorst	21.07.16	M 65	

## Almelo 04-09-21 3e medaillewedstrijd

M.P.C.	40 m	Hoog	Bal
Jayda Alkoutobi	8.66 PR	0.75 m PR	10.21 m PR

M.P.B.	40 m	Hoog	Kogel
Nynke Slaa	6.70 CR E.T.	1.05 m PR	5.37 m PR
Ise Ottenschot	8.28 PR	1.00 m PR	4.37 m PR
Lauren Kleijne Snuverink	8.28 PR	0.90 m PR	4.44 m PR

J.P.C.	600 m	Ver	Bal
Guus Bakker	2.54.20 PR	1.98 m PR	10.79 m PR
Mike koenderink	2.26.09 PR	2.74 m PR	18.34 m PR
Luca Molenkamp	2.30.51 PR	2.73 m PR	12.48 m PR
Vesper Schuur	2.45.15 PR	3.27 m PR	13.38 m PR
Sil Ten Berge	2.30.51 PR	2.31 m PR	10.36 m PR
Hugo Ter Haar	DNS	2.11 m PR	12.88 m PR

J.P.B.	1000 m	Ver	Bal
Eli Sniijders	4.09.60 PR	2.94 m PR	16.59 m PR
Ravi Wieskamp	4.50.20 PR	2.82 m PR	9.37 m PR

J.P.A.	60 m	Hoog	Bal
Thijn Molenkamp	10.43 PR	1.05 m PR	14.40 m PR
Valetijn Sak	10.75 PR	1.10 m PR	12.71 m PR
Douwe kasteel	11.67 PR	1.00 m PR	21.15 m PR
Luuk ter Haar	11.66 PR	0.95 m PR	18.93 m PR

J.D.	80 m	Hoog	Speer
Jarno Heijnsdijk	12.94 m PR	1.25 m PR	18.22 m PR

## Hengelo 08-09-21 Johan Knaap Games

Heren	100 m	400 m	Ver	
Tom Klein Poelhuis	11.66	59.33	6.08 m PR	M 20
	1e pl	1e pl	1e pl	
Heren	100 m	Ver		
Tom Wouda	12.68	5.89 m		M 26
		3e pl		

## Vorden 12-09-21 Achtkastelenloop

Heren	10 km			
André Somhorst	43.39	M 65	1e pl	CR M 65

## Enschede 12-09-21 Singelloop

M.P.C.	1000 m			
Jayda Alkoutobi	4.37			
Dames	5 EM			
Lisa Bielevelt	33.14	V 23		
Carina Slingerland	39.49	V 50		
Annemarie Westendorp	51.49	V 57		
Angelique Smeeman	53.26	V 49		
J.P.A.	1000 m			
Valentijn Sak	2.59			
Heren	5 EM			
Boy Foks	28.04	M 28		
Tom Klein Poelhuis	33.57	M 20		
Tonnie Baumeister	39.55	M 58		
Michel Natter	34.38	M 33		
Bas Slotman	40.23	M 25		
Sander Langevoort	43.27	M 37		
Jelle Knoef	44.18	M 20		

## Hengelo 19-09-21 NK Masters

Heren Masters 65	5000 m			
André Somhorst	20.56.22	M 65	3e pl	CR M 65

## Haaksbergen 25-09-21 4e Medaillewedstrijd

M.P.C.	600 m	Ver	Bal	
Jayda Alkoutobi	2.44.58 PR	2.22 m PR	10.45 m PR	
Senna Spanjer	3.21.25 PR	2.10 m PR	11.72 m PR	
M.P.B.	1000 m	Ver	Bal	
Nynke Slaa	4.04.98 CR E.T.	3.50 m PR	20.45 m PR	
Ise Ottenschot	5.01.67 PR	2.64 m PR	11.36 m PR	
Lauren Kleijne Snuverink	4.56.66 PR	2.33 m PR	10.17 m PR	

## Haaksbergen 25-09-21 4e Medaillewedstrijd vervolg

J.P.C.	40 m	Hoog	Bal
Luca Molenkamp	7.47 PR	0.90 m PR	13.08 m PR
Mike koenderink	7.69 PR	0.90 m PR	21.16 m PR
Guus Bakker	9.10 PR	0.65 m PR	15.92 m PR
Hugo Ter Haar	9.90 PR	0.75 m PR	11.66 m

J.P.B.	40 m	Hoog	Kogel
Eli Snijders	7.20 PR	0.90 m PR	4.97 m PR
Lucas Broekhof	7.79 PR	0.95 m PR	3.60 m PR
Mart Van Dorp	7.91 PR	0.95 m PR	3.99 m PR
Jayden Van Herwerden	8.06 PR	0.80 m PR	3.03 m PR
Ravi Wieskamp	8.17 PR	0.90 m PR	3.72 m PR

J.P.A.	1000 m	Ver	Kogel
Valetijn Sak	3.54.38 PR	3.19 m PR	5.64 m PR
Thijn Molenkamp	3.57.92 PR	3.14 m PR	4.68 m PR
Luuk ter Haar	4.57.95 PR	2.57 m PR	5.21 m PR
Douwe kasteel	5.27.52 PR	2.96 m PR	6.20 m PR

J.D.	1000 m	Ver	Kogel
Chris Doornhegge	DNF	3.83 m PR	6.32 m PR
Jarno Heijnsdijk	3.29.86 PR	3.93 m PR	6.32 m PR

## Hengelo 23-09-21 Dubbele Mijl

Dames	2 EM	
Lisa Bielevelt	12.21	V 23
Karin Bielevelt	16.23	V 55
Debby Bouwhuis	18.52	V 47

Heren	2 EM	
Boy Foks	10.21	M 28
Tom Wouda	12.09	M 26

## Nijverdal 26-09-21 Auto Aaltink - City Run

Heren	10 km	
Jan Paul Klein Poelhuis	45.16	M 54

## Berlijn DId 26-09-21 Marathon

Heren	Marathon		
Henk Jan Baltink	3.45.24	M 66	CR M 65

## Zoutelande 02-10-21 Kustmarathon

Dames	5 EM	
Carina Slingerland		V 50

### Oldenzaal 03-10-21 Halve Marathon

Dames	5000 m		
Lisa Bielevelt	19.45	V 23	
Karin Bielevelt	26.10	V 55	CR V 55
Dames	Halve Marathon		
Chantal Lansink	1.59.41	V 53	
Heren	Halve Marathon		
André Somhorst	1.32.30	M 65	CR M 65

### Amsterdam 17-10-21 TCS Marathon

Heren	Halve Marathon		
Vincent Exterkate	1.59.32	M 63	
Wilfried Oldenkotte	2.09.36	M 65	

### Amersfoort 17-10-21 Marathon

Heren	Halve Marathon		
Tom Klein Poelhuis	1.52.35	M 20	
Jan Paul Klein Poelhuis	1.56.12	M 54	