

# VIKINGRACE 2017

## THIALF, HEERENVEEN

FREDAG 3. MARS

LØRDAG 4. MARS



GOD TUR!

Reiseledere/støtteapparat:

Nils Jørgen Hansen	Reiseleder (løperne)	+47 480 93 198
Monica Semb	Reiseleder (løperne)	+47 915 21 749
Gro Sundseth	Reiseleder (voksne)	+47 913 33 330

Kjekke nettadresser: [vikingrace.nl](http://vikingrace.nl) (arrangørens hjemmeside, med resultater)  
[tonsbergsturn.no/hurtiglop/](http://tonsbergsturn.no/hurtiglop/)

**Aller først: Alle må huske pass og bør ha gyldig reiseforsikring og gjerne Europeisk Helsekort.**

Vi har fått låne en del «Norge-trikoter» av NSF, men for å sørge for at så mange som mulig får en som passer, henstiller vi alle som allerede har en eller flere «Norge-trikoter» hjemme om å ta med disse.

**Ta med egen trikot for sikkerhets skyld. Og husk selvfølgelig SKØYTENE!**

Tønsbergs Turn stiller med et slipestativ og sekunderingstavle. Arrangørene i Nederland stiller med en mann som gratis sliper skøyter i hallen, og mange vertsfamilier vil være behjelpelig med skøyteslip. De av dere som er kyndige må allikevel selvfølgelig gjerne ta med eget stativ. Vi ser gjerne at de av dere som vil sekundere har med sekunderingstavle og stoppeklokke.

## **Program:**

For løperne og de som har valgt å bli med på Kiel-fergen:

**Onsdag 1. Mars**

**12.30 Seneste fremmøte ved avgangshallen på Hjortnes fergekai. Her får dere utdelt boardingkort/lugarnøkkel. Vi holder oss samlet i avgangshallen. Utdeling av overtrekksjakke.**

**14.00 Color Magic legger fra kai, vi kan gå om bord i god tid før dette.**

Alle finner lugarene sine.

**Når dere har innlosjert dere i lugaren kan dere gjøre som dere vil ombord, MEN, vi reiser som et lag så:**

Regel nr. 1 **er at INGEN skal gå ALENE.**

Regel nr. 2 det er **ikke tillat** å oppholde seg **utendørs på dekk**

Regel nr. 3 ingen skal på Casino, spar på lommepengene og bruk dem på noe mer fornuftig.

Regel nr. 4 norske aldersgrenser på alkohol gjelder selv om vi er i "internasjonalt farvann" eller i Nederland, så for løperne er det selvsagt ikke et tema. For de som er over 18år oppfordrer vi til måtehold da dette er en tur hvor barn, ungdom og idrett er i fokus.

**17.00 Middagsbuffet inkl. en mineralvann i «Grand Buffet» på dekk 6**

**22.30 Alle løpere går til lugaren**

Reiselederene går en runde og sjekker at alle er på plass i lugaren, hvis dere legger dere før 22.30 sender dere sms til Nils Jørgen (48093198) slik at vi ikke vekker dere unødvendig.

**23.00 Alle løpere i seng**

## Torsdag 2. Mars

**07.00** Opp og hopp!

**07.00-09.00** Frokost i «Grand Buffet» på dekk 6

**09.45** Oppmøte ved utgang, klar med all bagasje før vi går av fergen ca. 10.00. Vi holder oss samlet da det er mye folk og trengsel før ilandstigningen, alle må huske å plukke opp matpakken.

**NB! Alle må ha med boardingkortet/lugarnøkkelen med ut av fergen, de brukes til å sjekke ut av terminalen i Kiel.**

**Ca. 10.15** Vi finner bussen, og straks alle er med, setter vi kurs for Heerenveen.

Turen fra Kiel til Heerenveen tar ca 5 timer, hvis det ikke er for mye trafikk. Vi får med en lunsjbag fra Color-line og tar sikte på å kjøre mest mulig og å stoppe minst mulig, dette for å rekke frem til Heerenveen i god tid slik at vi får trent/prøvd isen. Vi kommer allikevel til å ha minst et "tisse-stopp" og vil da legge dette til rasteplass/bensinstasjon med mulighet for å kjøpe noe spiselig. Anbefaler spesielt løperne å ha med drikke og f.eks nøtteblanding i sekken på bussen.

**Ca. 15.30** Vi ankommer Thialf, de voksne sjekker inn på hotellet (Heidehof).

Løperne skifter, varmer opp og prøver isen. Dette er tidspunkt for å finne Norge-trikot som passer også. Isen er tilgjengelig for trening for Vikingrace deltakere fra 17.45 til 18.45. Vi får oppgitt et klokkeslett for fordeling til vertsfamilier, det blir et sted mellom 19.00 og 20.00. Da går vi alle sammen og får møte vertsfamiliene og løperne blir med disse hjem.

Herfra og til og med avreise til flyplassen på søndag morgen sørger vertsfamiliene for løperne, de får mat og blir transportert til og fra skøytehallen i riktig tid i forhold til løpene. De kjøres også til og fra banketten/premieutdelingen. Litt lomme penger bør løperne allikevel ha, noen vil sikkert handle litt og det er muligheter for å kjøpe ok mat og drikke i hallen.

### Programmet videre frem til banketten lørdag kveld gjelder kun de voksne

Så snart alle er fordelt hos vertsfamiliene går vi tilbake til hotellet (5min til fots)

**Ca. 20.00** Middag på hotellet. Da har forhåpentligvis de fleste som reiser med fly nedover, forhåpentligvis også funnet fram til hotellet. Vi tar en liten pep-talk for å gjøre oss klar til den store dagen i morgen.

## Fredag 3. Mars

**06.15** Frokost.

**07.00** **Må i hvert fall de som er satt opp i garderoben på første vakt være i hallen. Reiseleder Nils Jørgen og Monica vil være der også.**

**08.00-11.15** 1. og 2. distanse for 11, 12 og 13åringene.

**11.15-16.30** 1. og 2. distanse for 14, 15 og 16åringene

**16.45** Tilbake til hotellet. Hvor det blir tid for en dusj og kanskje en cowboy-strekk.

**Ca.18.15** Alle som skal være med på ledertreff rusler bort til Thialf. Middag serveres her kl. 18.30. Vi får en omvisning i «Nye» Thialf ca. 19.15 og kan spise og kose oss igjen etter omvisningen, ca 20.15. Man går tilbake til hotellet når man selv ønsker.

## Lørdag 4. Mars

- 06.15** Frokost.
- 07.00** **Må i hvert fall de som er satt opp i garderoben på første vakt være i hallen. Reiseleder Nils Jørgen og Rasmus vil være der også.**
- 08.00-11.30** 1. og 2. distanse for 11, 12 og 13åringene
- 11.30-16.30** 1. og 2. distanse for 14, 15 og 16åringene
- 16.45** Vi går tilbake til hotellet. Hvor det blir tid for en dusj og kanskje en cowboy-strekk.
- 18.30** Vi går tilbake til Thialf hvor vi deltar på bankett med høytidelig premieutdeling for sammenlagt 1. 2. og 3. plass. Diskotek!!!
- 18.45** Banketten begynner
- 20.15** Premieutdelingen begynner
- 21.15** Disco!!
- 24.00** Festen er over og de voksne går tilbake til hotellet, løperne blir med vertsfamilie ne hjem.

## Søndag 5. Mars

- 07.00** **Frokost på hotellet eventuelt utdeling av frokostpakke som kan tas med på bussen.**
- 07.30** **Bussen kjører fra Hotellet til Thialf**
- 08.00** Seneste fremmøte for løperne ved parkeringsplassen ved Thialf. Løperne bringes hit av vertsfamilie ne.
- 08.15** Avreise til Schipol Amsterdam Airport
- 10.00** Vi er fremme ved flyplassen, her tar vi farvel og sjekker inn på våre respektive flyreiser.

## Til Løperne

Gratulerer med uttak til Viking Race i Heerenveen!

Vi i Tønsbergs Turnforening håper du får en super opplevelse med en fantastisk tur til skøytebyen Heerenveen, og at du får flotte resultater på isen, gjerne med en pers eller fire!

### Litt om hva dere skal gjøre før løpene:

Når dere kommer inn i hallen før løpene deres, vil dere finne noen fra støtteapparatet. Vi henger opp et norsk flagg for angi plassen hvor vi har "base". Her er det viktig at du møter opp senest 45 min før løpet ditt. Da vil du få info om når dere må gjøre dere klare og hvor "din" trener vil være tilgjengelig.

Alle som er i samme klasse varmer opp sammen og samtidig, har du noen spesielle rutiner før løp, skal du selvfølgelig få gjennomføre disse, men bruk også tid til å bygge hverandre opp, og å gjøre hverandre klar for den kommende distansen.

20 min før løpet vil dere bli sendt til indre bane, ha da skøytene i hånda, trikoten på og joggesko på bena, slik at du kan fortsette oppvarmingen her. På indre bane står det to personer fra støtteapparatet som passer på at dere kommer dere på isen i rett tid. Alle får sekundering av de som står på vekslingssiden.

### Litt om selve løpet:

Det er 10-11 land som deltar, og du vil møte de beste løperne fra hvert land. Det er 24 løpere i hver klasse, 6 løpere fra Friesland. 3 løpere fra Norge og Sverige. 2 løpere fra Holland, Italia, Finland, Tyskland. 1 løper fra Polen og Estland. I tillegg til noen innslag fra Sveits, Østerrike, Danmark, Hviterussland, Belgia, Spania og USA

Løpet arrangeres som Vikingløpet i Tønsberg med 4 enkeltdistanser som har hver sin premiering og som et sammenlagtstevne over de samme 4 distansene.

Det er også en nasjonskonkurransen, hvor man sanker poeng for landet sitt, så gi alt for Norge på alle distanser!

Dette er distansene som gâes:

	1	2	3	4		1	2	3	4
J/G 11:	500m	500m	500m	500m	J 15:	500m	1000m	500m	1500m
J/G 12:	500m	500m	500m	1000m	J16:	500m	1500m	1000m	3000m
J/G 13:	500m	1000m	500m	1000m	G15:	500m	3000m	1000m	1500m
J/G 14:	500m	1000m	500m	1500m	G16:	500m	3000m	1000m	1500m

**NB! En viktig ting å merke seg er at startpistolen i Thialf ikke smeller, det er kun et lite pip, vær obs. på dette slik at du ikke står igjen i starten!!! Det vil være mulig å teste noen starter med denne "pipepistolen" når dere prøver isen på torsdag.**

### **Litt annet praktisk:**

Hos vertsfamilien bor det alltid minst to og to norske sammen, og som regel vil det være en eller flere barn/ungdommer rundt deres alder i huset dere bor. Benytt sjansen til å prate litt engelsk og kanskje til og med få noen nye skøytevenner!

Familien dere bor hos vil sørge for mat torsdag og fredag kveld, og fredag, lørdag og søndag morgen. De skal ha fått beskjed om de av dere som har noen allergier. Vertsfamilien passer også på at dere kommer dere til hallen i god tid før dere skal gå løp. Avtal når dere bør stå opp og når dere bør spise frokost (evt. lunsj) slik at forberedelsene til løpene blir slik dere helst vil.

Dere avtaler med vertsfamilien når dere blir med dem tilbake etter at dere er ferdig med løpene deres, fredag og lørdag.

Gi beskjed enten til vertsfamilien eller noen i det norske støtteapparatet om du trenger hjelp, uansett om det er til skøytesliping, hodepinetabletter, brukne fjærer, hjemlengsel, gnagsår eller prestasjonsangst! Telefonnummer til de som er reiseledere på turen finner du på forsidene av dette heftet.

Lykke til med løpene i Thialf, bruk den tøffe internasjonale konkurransen som inspirasjon og kos dere. Alle som har kvalifisert seg til å reise til Heerenveen har allerede all grunn til å være stolte av dere selv.

Så ikke vær nervøs, slipp deg løs, ta Viking Race som en bonus på toppen av en allerede flott sesong, og ikke minst gi alt med NORGE på ryggen!

## Støtteapparat

Støtteapparatet skal være tilgjengelige for løperne før og under og etter løpene deres. Det er anledning til å bytte innbyrdes slik at vi får til at alle ser "sine" løpere. Men det er viktig at alle poster er bemannet til enhver tid.

-De som er satt opp i garderoben sørger for at alle i samme klasse, varmer opp sammen, og går inn på indre bane samtidig.

-De som står på indre bane tar i mot løperne og sender dem ut på isen til riktig tid.

-De som står på isen er ansvarlig for at alle får like god oppfølging og sekundering, husk kun 1 sekundant pr norske løper, og slipp til evt. trenere som vil sekundere egen løper.

### Fredag

	08.00 – 11.00	11.00 – 14.00	14.00-16.30
Sekundanter:	Roar Hoff	Jan Peter Stebergløkken	Monica Semb
	Anne Gerben Wind	Runar Sanderud	Nils Jørgen Hansen
På indre bane:	Jørn Egil Andreassen	Åge Øverjordet	Tore Fløiten
	Gaute Åsebø	Annlaug Mo Norheim	Merete Ulset
Ved garderoben:	Roar Eriksen	Oddny Heian	Heidi B Øiom
	Kjetil Reiss-Jacobsen	Arve Gravdal	Åge Løland

### Lørdag

	08.00 – 11.00	11.00 – 14.00	14.00-16.30
Sekundanter	Anne Gerben Wind	Thor Olav Tveter	Monica Semb
	Roar Hoff	Jonas Haugland	Nils Jørgen Hansen
På indre bane:	May Alice Aannø	Camilla Melgård	Ingrid Finsland
	Eskil Aannø	Nils Einar Aas	Tor Arne Vinslid
Ved garderoben:	Turid Engebråten	Lene Finnstø Gjøgla	Hildegunn Stokke
	Espen Samsonsen	Svein Johansen	Pål Ulset

## Viktig melding!

Til alle voksne som er med på turen:

Ved et par anledninger har vi opplevd uheldige situasjoner blant "støtteapparatet" når det gjelder inntak av alkohol.

Derfor gjelder følgende retningslinjer:

Ingen drikker alkohol når vi er sammen med løperne, spesielt gjelder dette når vi er i hallen og burde ha mer enn nok med å heie frem og å ta vare på de 36 unge løperne vi har med.

Vi oppfordrer også til å vise måtehold på hotellet, fergen og bussen. Det er et tett program på turen og tidlig opp hver morgen. En vin/øl til maten og på bankett/ledertreff har vi selvfølgelig ingen regel mot.

Skulle det oppstå klare brudd på retningslinjene, kan du risikere å bortvises fra skøytehallen. Og vi som arrangerer dette vil ikke nøle med å nekte deltakelse på Viking Race-tur ved en senere anledning.

Ellers setter vi pris på at vi holder sammen, vi som er på tur, ikke minst når vi er i hallen, bør alle norske som ikke har noen oppgave i "støtteapparatet", holde sammen på tribunen å heie på løperne våre til dere blir hese. "Norge-tribunen" har tradisjonelt sett vært rett til høyre når du kommer inn i hallen, vi satser på det i år også.

Vi oppfordrer til å ha med norske flagg, lag heiarop og støtte alle våre 36 unge løpere, det fortjener de!



## Lugarliste løpere

### JENTER

1. Nina Milch Vinslid  
Johanne Øyen Aas  
Stine Finsland  
Oda Marie Øiom
2. Amalie Haugland  
Sarah Marie Sanderud  
Sofie Ulset  
Kari-Celine Reiss-Jacobsen
3. Julie Lu Sæ grov Aske  
Oline Anspach Klippen  
Gina Engebråten  
Malin Øverjordet
4. Marte Bjerkreim Furnee  
Trine Heian  
Vilde Baas
5. Ane By Farstad  
Ragne Wiklund  
Julie Nistad Samsonsen

### GUTTER

6. Ivar Norheim  
Leo Eikeseth Løland  
Sigurd Henriksen  
Emil Pedersen Matre
7. Herman Hoff  
Birk Finnstø Refsaas  
Martin S. Andreassen  
Simon Aannø
8. Sondre Buer Åsebø  
Kasper Tvetter  
Tobias Fløiten  
Henrik Andreassen
9. Stian Gravdal  
Daniel Thuv Eriksen  
Karl Didrik Møller Nordal
10. Isak Høyby  
Hallgeir Engebraaten  
Viktor Krumsvik

# Telefonliste

## Gutter

G11	Sigurd Henriksen	
	Ivar Norheim	+47 901 92 996
	Leo Eikeseth Løland	
G12	Emil Pedersen Matre	
	Herman Hoff	
	Martin S. Andreassen	+47 975 86 310
G13	Birk Finnstø Refsaas	+47 984 51 425
	Simon Aannø	+47 991 12 486
	Sondre Buer Åsebø	
G14	Kasper Tvetter	+47 971 99 705
	Tobias Fløiten	+47 902 50 636
	Henrik Andreassen	+47 954 16 590
G15	Stian Gravdal	+47 986 82 251
	Daniel Thuv Eriksen	+47 901 26 123
	Didrik Møller Nordal	+47 476 45 954
G16	Viktor Krumsvik	+47 908 08 945
	Isak Høiby	+47 980 87 447
	Hallgeir Engebråten	+47 950 03 903

## Jenter

J11	Nina Milch Vinslid	+47 480 33 181
	Stine Finsland	+47 981 23 605
	Oda Marie Øiom	+47 464 45 513
J12	Amalie Haugland	+47 472 76 761
	Johanne Øyen Aas	+47 472 25 440
	Sofie Ulset	+47 954 15 722
J13	Sarah Marie Sanderud	+47 940 57 323
	Julie Lu Sægrov Aske	+47 468 12 732
	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	+47 466 12 891
J14	Oline Anspach Klippen	+47 405 49 101
	Gina Engebråten	+47 960 49 106
	Malin Øverjordet	+47 465 46 819
J15	Vilde Baas	+47 951 37 613
	Marte Bjerkreim Furnee	+47 901 86 850
	Trine Heian	+47 467 97 469
J16	Julie Nistad Samsonsen	+47 472 51 369
	Ragne Wiklund	+47 472 92 123
	Ane By Farstad	+47 932 51 863

## Ledere

Gro Sundseth Reiseleder Voksne	+47 913 33 330
Nils Jørgen Hansen Reiseleder Løpere	+47 480 93 198
Monica Semb Reiseleder Løpere	+47 915 21 749

## Personlige rekorder norges tropp

Navn	Klubb	Klasse	SB 500	SB 1000	SB 1500	SB 3000
Nina Milch Vinlid	Asker SK	J11	54,32			
Stine Finland	Asker SK	J11	56,55			
Oda Marie Øiom	Jevnaker IF	J11	55,97			
Ivar Norheim	Fana IL	G11	51,02			
Leo Eikeseth Løland	Fana IL	G11	46,88			
Sigurd Henriksen	Fana IL	G11	48,37			
Johanne Øyen Aas	Aktiv SK	J12	46,42	1.34,68		
Amalie Haugland	Bergen SK	J12	49,27	1.40,61		
Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	J12	47,01	1.36,82		
Herman Hoff	Sandefjord SK	G12	46,18	1.33,59		
Emil Pedersen Matre	Fana IL	G12	42,83	1.28,04		
Martin S. Andreassen	Sportsklubben Falken	G12	45,21	1.33,40		
Kari-Celine Reiss-Jacobsen	SSK Toten	J13	46,66	1.32,65		
Julie Lu Sægrov Aske	Stavanger Sandnes SK	J13	46,40	1.33,33		
Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	J13	46,49	1.33,66		
Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	G13	43,24	1.26,11		
Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	G13	42,71	1.24,55		
Sondre Buer Åsebø	Fana IL	G13	42,53	1.24,31		
Malin Øverjordet	Sør-Fron IL	J14	45,91	1.31,85	2.20,28	
Oline Anspach Klippen	Fana IL	J14	45,14	1.31,01	2.23,35	
Gina Engebråten	Nord-Odal IL	J14	44,24	1.30,99	2.22,91	
Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	G14	39,61	1.17,59	1.58,79	
Kasper Tvetter	IF Fram	G14	39,38	1.17,81	1.59,69	
Henrik Andreassen	Nord-Odal IL	G14	40,83	1.21,98	2.04,43	
Marte Bjerkreim Furnee	Asker SK	J15	44,19	1.28,58	2.16,51	
Trine Heian	Sandefjord SK	J15	43,55	1.29,20	2.20,39	
Vilde Baas	Dølemo IL	J15	43,40	1.30,09	2.24,45	
Didrik Møller Nordal	IF Fram	G15	39,72	1.17,94	1.58,70	4.10,66
Stian Gravdal	Fana IL	G15	39,56	1.20,18	2.02,57	4.23,26
Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	G15	39,75	1.18,74	2.00,84	4.16,87
Ragne Wiklund	Aktiv SK	J16	41,67	1.22,11	2.06,89	4.26,28
Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	J16	41,04	1.24,02	2.16,19	4.55,97
Ane By Farstad	Sportsklubben Falken	J16	41,24	1.24,10	2.13,13	5.20,95
Isak Høiby	Kongsvinger SK	G16	38,39	1.15,33	1.54,64	3.58,26
Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	G16	38,86	1.15,35	1.53,50	3.55,56
Viktor Krumsvik	Arendal SK	G16	38,02	1.16,03	1.59,07	4.17,82

## Viking Race rekorder

### Meisjes 11 jaar

500 m	Michelle de Jong	Nederland	42.89	17-03-2012
Punten	Michelle de Jong	Nederland	172.180	16/17-03-2012

### Jongens 11 jaar

500 m	Felix Motschann	Duitsland	42.58	27-02-2016
Punten	Paul Galczinsky	Duitsland	173.420	18/19-03-2011

### Meisjes 12 jaar

500 m	Rachelle van de Griek	Nederland	41.71	15-03-2013
1000 m	Rachelle van de Griek	Nederland	1.24.38	16-03-2013
Punten	Rachelle van de Griek	Nederland	167.450	15/16-03-2013

### Jongens 12 jaar

500 m	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	40.73	10-03-2006
1000 m	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	1.20.72	11-03-2006
punten	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	163.590	10/11-03-2006

### Meisjes 13 jaar

500 m	Femke Beuling	G-Fr	40.73	08-03-2014
1000 m	Femke Beuling	G-Fr	1.21.94	08-03-2014
Punten	Femke Beuling	G-Fr	165.065	07/08-02-2014

### Jongens 13 jaar

500 m	Sebas Diniz	Nederland	38.64	27-02-2016
1000 m	Daan Spruit	Nederland	1.16.97	27-02-2016
punten	Daan Spruit	Nederland	155.625	26/27-02-2016

### Meisjes 14 jaar

500 m	Femke Beuling	G-Fr	39.61	30-01-2015
1000 m	Sanneke de Neeling	Nederland	1.20.43	18-03-2011
1500 m	Sanneke de Neeling	Nederland	2.05.18	19-03-2011
Punten	Femke Beuling	G-Fr	161.985	30/31-01-2015

#### Jongens 14 jaar

500 m	Kai Verbij	Nederland	37.75	26-02-2010
1000 m	Kai Verbij	Nederland	1.13.80	26-02-2010
1500 m	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	1.53.02	08-03-2008
punten	Kai Verbij	Nederland	150.756	26/27-02-2010

#### Meisjes 15 jaar

500 m	Vanessa Bittner	Oostenrijk	39.95	16-03-2012
1000 m	Sanneke de Neeling	Nederland	1.19.62	16-03-2012
1500 m	Sanneke de Neeling	Nederland	2.02.29	17-03-2012
punten	Vanessa Bittner	Oostenrijk	161.356	16/17-03-2012

#### Jongens 15 jaar

500 m	Damian Zurek	Poland	37.13	26-02-2016
1000 m	Wesly Dijs	Nederland	1.12.58	17-03-2012
1500 m	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	1.51.97	14-03-2009
3000 m	Koen Verweij	Nederland	3.51.19	09-03-2007
punten	Sverre Lunde Pedersen	Noorwegen	150.601	13/14-03-2009

#### Meisjes 16 jaar

500 m	Antoinette de Jong	Nederland	40.14	16-03-2012
1000 m	Sanneke de Neeling	Nederland	1.19.15	16-03-2013
	Joy Beune	Nederland	1.19,15	27-02-2016
1500 m	Isabella van Elst	Nederland	2.02,17	30-01-2015
3000m	Pien Keulstra	Nederland	4.12.67	18-03-2011
punten	Antoinette de Jong	Nederland	163.439	16/17-03-2012

#### Jongens 16 jaar

500 m	Bjørn Magnussen	Noorwegen	36.82	30-01-2015
1000 m	Koen Verweij	Nederland	1.11.71	08-03-2008
1500 m	Koen Verweij	Nederland	1.50.28	08-03-2008
3000 m	Koen Verweij	Nederland	3.48.89	07-03-2008
punten	Koen Verweij	Nederland	148.163	07/08-03-2008

## Viking Race Vinnere

### MEISJES 11 JAAR

<b>1989</b>	<b>Ellen Kathrine Lie</b>	<b>Nor</b>	<b>50.48</b>	<b>50.08</b>	<b>51.06</b>	<b>50.57</b>	<b>202.190</b>
1990	Daniela Johansson	Swe	51.98	51.56	52.01	50.96	206.510
1991	Josina Liezenga	G-Fr	51.76	50.84	51.21	51.35	205.160
1992	Irene Visser	G-Fr	49.14	49.92	48.95	49.72	197.730
1993	Katja Wüst	Ger	49.82	51.35	50.06	49.98	201.210
1994	Daniela Niederstätter	Ita	47.10	48.14	47.85	47.53	190.620
1995	Sofia Albertsson	Swe	47.70	48.45	47.67	47.94	191.760
<b>1996</b>	<b>Helene Tvester</b>	<b>Nor</b>	<b>47.68</b>	<b>48.44</b>	<b>47.35</b>	<b>47.65</b>	<b>191.120</b>
1997	Agnes Friesinger	Ger	48.44	48.82	47.50	48.00	192.760
1998	Margot Boer	Ned	45.38	45.91	46.00	45.09	182.380
1999	Stefanie Weinzierl	Aut	48.44	48.49	48.62	48.18	193.730
2000	Rita Battisti	Ita	46.63	46.75	46.03	45.63	185.040
2001	Angie Fischer	Ger	47.23	47.44	47.02	47.03	188.720
2002	Elisa Rapisarda	Ita	44.95	44.88	44.62	44.96	179.410
2003	Christin Greyer	Ger	46.81	47.34	46.32	47.15	187.620
2004	Britt van der Star	Ned	45.34	46.12	44.83	44.85	181.140
2005	Mandy Groot	Ned	45.51	45.39	44.52	44.88	180.300
2006	Doreen Lamb	Ger	45.12	45.93	45.74	46.06	182.850
2007	Leeyen Harteveld	Ned	45.83	45.73	44.81	45.04	181.410
2008	Vera Knapp	Ger	44.96	45.45	45.25	44.91	180.570
<b>2009</b>	<b>Martine Lilløy Bruun</b>	<b>Nor</b>	<b>46.09</b>	<b>45.96</b>	<b>45.39</b>	<b>45.52</b>	<b>182.960</b>
2010	Louise Baumann	Ger	45.25	44.80	44.36	44.63	179.040
2011	Alicia Barndt	Ger	44.89	45.45	44.37	44.54	179.250
2012	Michelle de Jong	G-Fr	43.27	43.00	42.89	43.02	172.180
2013	Maud Lugters	Ned	44.24	44.22	44.18	43.73	176.370
2014	Debby Behr	Ned	45.35	45.38	44.95	45.39	181.070
2015	Evelien Vijn	Ned	46.23	46.39	45.84	46.00	184.460
2016	Fabienne Diniz	Ned	45.21	45.39	44.90	44.90	180.400

### JONGENS 11 JAAR

1989	Andre Zonderland	G-Fr	48.36	47.93	47.64	47.96	191.890
1990	Sandrijn Bakker	G-Fr	48.60	48.98	49.01	47.97	194.560
1991	Magnus Nylin	Swe	49.53	49.66	49.18	49.74	198.110
<b>1992</b>	<b>Svein Erik Johansen</b>	<b>Nor</b>	<b>46.29</b>	<b>45.46</b>	<b>45.74</b>	<b>45.78</b>	<b>183.270</b>
1993	Marcin Gralla	Pol	45.85	45.93	45.34	46.23	183.350
1994	Topi Hirvonen	Fin	47.82	48.54	48.46	47.30	192.120
1995	Thorbjörn Ekström	Swe	47.84	48.95	48.15	47.58	192.520
1996	Michael Poot	Ned	47.91	48.01	47.33	47.33	190.580
1997	Matteo Anesi	Ita	45.97	46.40	45.97	45.90	184.240
1998	Guido Berends	G-Fr	47.07	46.21	46.15	45.96	185.390
1999	Daniël Oss	Ita	44.76	44.32	44.60	44.67	178.350
2000	Jildert Boersma	G-Fr	45.78	45.60	45.64	45.37	182.390
2001	Marco Bertoldi	Ita	44.10	43.87	43.91	44.30	176.180
2002	Marco Cignini	Ita	45.17	44.82	44.66	44.34	178.990
2003	Joep Pennartz	Ned	44.66	44.62	44.88	44.63	178.790
2004	Ronald Bakker	G-Fr	45.25	44.83	44.94	44.74	179.760
2005	Sverre Lunde Pedersen	Nor	45.33	44.33	43.70	44.29	177.650
2006	Lennart Velema	Ned	43.83	44.27	43.68	44.14	175.920
2007	Kai Verbij	Ned	44.61	44.04	44.15	44.31	177.110
2008	Tim Dommerich	Ger	44.96	45.15	43.93	44.16	178.200
2009	Andreas Höfer	Ger	43.72	43.92	44.34	44.42	176.400
2010	Joshua Anderson	Ger	44.66	44.49	44.87	44.18	178.200
2011	Paul Galczynsky	Ger	43.83	43.62	43.24	42.73	173.420
2012	Daniel Sawa	Pol	44.22	44.11	43.72	44.00	176.050
2013	Jeremy Overheul	Ned	43.46	43.71	42.88	43.14	173.190
2014	Sebas Diniz	Ned	43.51	43.05	43.73	43.51	173.800
2015	Chris Fredriks	Ned	44.59	44.87	44.72	43.82	177.990
2016	Felix Motschmann	Ger	43.27	43.16	42.92	42.58	171.930

## MEISJES 12 JAAR

1989	Nathalie ten Hoor	G-Fr	46.49	46.51	46.38	45.94	185.320
1990	Esther Visser	G-Fr	48.99	49.59	48.80	47.70	195.080
1991	Mireille Reitsma	G-Fr	49.13	48.60	48.63	1.39.98	196.350
1992	Monika Kuckuck	Ger	48.98	47.38	47.21	1.40.59	193.865
1993	Bettina Krück	Ger	47.31	47.71	46.66	1.36.52	189.940
1994	Helen van Goozen	Ned	47.54	47.76	47.34	1.36.40	190.840
1995	Daniela Niederstätter	Ita	46.64	46.73	46.46	1.37.98	188.820
1996	Sofia Albertsson	Swe	46.36	46.68	45.67	1.36.29	186.855
1997	Susanne Sichtermann	Ger	46.16	46.08	46.62	1.37.87	187.795
1998	Agnes Friesinger	Ger	45.79	46.06	45.82	1.32.78	184.060
1999	Margot Boer	Ned	44.15	44.35	44.51	1.27.68	176.850
2000	Foske Tamar v.d Wal	Ned	46.06	46.85	45.19	1.31.49	183.845
2001	Rianne Stoppels	Ned	44.98	45.20	44.43	1.29.67	179.445
2002	Denise Roth	Ger	44.84	44.83	44.52	1.32.12	180.250
2003	Elisa Rapisarda	Ita	42.31	42.60	42.54	1.27.03	170.965
2004	Nicole Suriani	Ita	44.12	44.05	44.03	1.29.23	176.815
2005	Yvonne Daldossi	Ita	43.38	43.97	43.40	1.30.28	175.890
2006	Mandy Groot	Ned	43.37	43.30	43.01	1.29.42	174.390
2007	Iris Ertugrul	Ned	44.51	44.38	44.62	1.29.71	178.365
2008	Leeyen Harteveld	Ned	44.62	43.84	44.21	1.29.90	177.620
2009	Vanessa Bittner	Aut	43.63	43.61	43.05	1.27.44	174.010
2010	Myron Koops	Ned	43.81	43.86	43.83	1.28.47	175.735
2011	Kaja Ziomek	Pol	44.29	43.98	43.84	1.29.30	176.760
2012	Alicia Barndt	Ger	43.86	43.92	43.15	1.28.41	175.135
2013	Rachelle van de Griek	Ned	41.71	41.81	41.74	1.24.38	167.450
2014	Maud Lugters	Ned	42.58	43.09	42.58	1.25.30	170.900
2015	Debby Behr	Ned	42.74	43.06	43.04	1.26.54	172.110
2016	Evelien Vijn	Ned	44.59	44.17	44.31	1.28.86	177.500

## JONGENS 12 JAAR

<b>1989</b>	<b>Øyvind Giske</b>	<b>Nor</b>	<b>44.26</b>	<b>43.94</b>	<b>43.99</b>	<b>44.06</b>	<b>176.250</b>
1990	Andre Zonderland	G-Fr	44.95	45.82	45.31	45.24	181.320
1991	Atle Skaar	Nor	45.75	46.18	45.95	1.34.33	185.045
1992	Christian Büttner	Ger	45.64	45.71	45.66	1.36.16	185.090
<b>1993</b>	<b>Svein Erik Johansen</b>	<b>Nor</b>	<b>44.87</b>	<b>44.96</b>	<b>44.46</b>	<b>1.32.42</b>	<b>180.500</b>
1994	Eric Zachrisson	Swe	43.87	44.06	44.37	1.28.20	176.400
1995	Bartosz Wilczak	Pol	45.15	44.96	45.48	1.33.97	182.575
1996	Thorbjörn Ekström	Swe	43.84	43.98	43.97	1.29.27	176.425
1997	Remco Olde Heuvel	Ned	45.51	45.65	45.14	1.30.97	181.785
1998	Matteo Anesi	Ita	42.36	42.85	42.84	1.24.75	170.425
1999	Guido Berends	G-Fr	42.15	42.10	42.07	1.26.79	169.715
2000	Daniel Oss	Ita	43.23	42.85	42.92	1.25.49	171.745
2001	Fabian Gneupel	Ger	43.95	43.45	43.23	1.28.36	174.810
2002	Jesper Hospes	G-Fr	41.69	42.18	41.83	1.24.42	167.910
2003	Daniële Berlanda	Ita	42.49	42.80	42.35	1.26.77	171.025
2004	Hubert Hirschbichler	Ger	41.73	41.67	41.42	1.22.48	166.060
2005	Jasper Bovenhuis	Ned	43.00	43.32	42.86	1.23.37	170.865
<b>2006</b>	<b>Sverre Lunde Pedersen</b>	<b>Nor</b>	<b>41.13</b>	<b>40.73</b>	<b>41.37</b>	<b>1.20.72</b>	<b>163.590</b>
2007	Lennart Velema	Ned	41.66	42.04	41.78	1.22.77	166.865
2008	Kai Verbij	Ned	41.34	41.66	41.31	1.22.55	165.585
2009	Linus Heidegger	Aut	42.58	42.87	42.90	1.25.54	171.120
2010	Andreas Höfer	Ger	41.53	41.85	42.08	1.25.44	168.180
2011	Chris Huizinga	Ned	41.83	42.39	41.88	1.22.98	167.590
2012	Daan Baks	Ned	41.74	41.41	41.39	1.21.98	165.530
2013	Thomas van der Hoorn	Ned	42.38	42.23	42.22	1.23.73	168.695
2014	Piotr Nalecki	Pol	41.28	41.39	41.29	1.21.50	164.710
2015	Sebas Diniz	Ned	41.53	41.69	41.13	1.22.29	165.495
2016	Chris Fredriks	Ned	40.93	40.91	40.85	1.22.04	163.710

MEISJES 13 JAAR

1989	Renske Vellinga	G-Fr	44.45	1.31.88	44.25	1.32.29	180.785
1990	Nathalie ten Hoor	G-Fr	46.50	1.31.99	45.57	1.32.39	184.260
1991	Luthilde Buwalda	G-Fr	48.29	1.38.15	47.93	1.37.13	193.860
1992	Doreen Raschke	Ger	45.25	1.34.32	45.01	1.35.04	184.940
1993	Karin Kalex	Ger	46.18	1.35.93	46.30	1.35.96	188.290
1994	Bettina Krück	Ger	45.16	1.34.81	45.65	1.33.72	185.075
1995	Helen van Goozen	Ned	46.65	1.32.17	46.17	1.32.61	185.210
1996	Christiane Lipp	Ger	45.70	1.32.80	45.56	1.32.66	183.990
1997	Judith Hesse	Ger	45.55	1.33.24	45.61	1.33.56	184.560
1998	Mariska Huisman	Ned	45.86	1.30.75	45.16	1.29.86	181.325
1999	Agnes Friesinger	Ger	43.97	1.28.69	44.27	1.27.40	176.285
2000	Margot Boer	Ned	43.00	1.26.51	42.73	1.25.97	171.970
2001	Janneke Ensing	Ned	44.42	1.28.83	44.17	1.26.95	176.480
2002	Rita Battisti	Ita	43.16	1.27.11	42.81	1.27.17	173.110
2003	Stephanie Zillmann	Ger	44.01	1.28.81	44.40	1.28.88	177.255
2004	Elisa Rapisarda	Ita	42.08	1.24.97	42.11	1.25.09	169.220
2005	Roxanne van Hemert	Ned	44.24	1.27.13	43.81	1.26.25	174.740
2006	Inge Bervoets	Ned	42.61	1.25.36	42.82	1.25.66	170.940
2007	Mandy Groot	Ned	41.90	1.24.84	41.98	1.24.28	168.440
2008	Nina van Tol	Ned	43.07	1.27.45	43.09	1.26.63	173.200
2009	Jade van der Molen	Ned	42.78	1.24.98	42.63	1.24.61	170.205
2010	Vanessa Bitner	Aut	41.48	1.24.09	41.16	1.22.74	166.055
2011	Naomi Weeland	Ned	43.65	1.27.10	43.45	1.27.94	174.620
2012	Isabelle van Elst	Ned	42.77	1.24.89	42.96	1.24.46	170.405
2013	Jutta Leerdam	Ned	42.83	1.24.94	42.95	1.25.17	170.835
2014	Femke Beuling	G-Fr	41.31	1.24.11	40.73	1.21.94	165.065
2015	Maud Lugters	Ned	41.64	1.23.95	41.76	1.22.73	166.740
2016	Isabel Grevelt	Ned	42.27	1.25.25	41.98	1.23.54	168.645

JONGENS 13 JAAR

<b>1989</b>	<b>Henning Tollefsen</b>	<b>Nor</b>	<b>43.42</b>	<b>1.28.36</b>	<b>42.90</b>	<b>1.27.69</b>	<b>174.345</b>
<b>1990</b>	<b>Lars Knutsen</b>	<b>Nor</b>	<b>42.79</b>	<b>1.28.54</b>	<b>43.15</b>	<b>1.28.88</b>	<b>174.650</b>
1991	Andre Zonderland	G-Fr	43.14	1.29.77	43.28	1.29.75	176.180
1992	Roald Schuurman	G-Fr	42.57	1.28.31	42.94	1.28.29	173.810
1993	Sven Joesten	Ger	43.88	1.29.75	43.33	1.30.01	177.090
1994	Raymond Barendse	Ned	43.32	1.28.73	43.30	1.27.57	174.770
1995	Marcin Gralla	Pol	41.88	1.25.04	42.01	1.26.25	169.535
1996	Igor Avi	Ita	42.35	1.27.38	42.03	1.26.37	171.255
1997	Simon Kuipers	Ned	42.46	1.24.90	42.88	1.25.64	170.610
1998	Anton Ketellapper	G-Fr	42.08	1.23.28	41.73	1.23.21	167.055
1999	Alessandro Magnabosco	Ita	40.39	1.22.06	40.37	1.21.16	162.370
2000	Nico Ihle	Ger	41.48	1.22.09	40.89	1.20.92	163.875
2001	Daniel Oss	Ita	40.82	1.21.61	40.59	1.21.07	162.750
2002	Eric Rauschenbach	Ger	41.12	1.21.98	40.89	1.23.14	164.570
2003	Jesper Hospes	G-Fr	40.24	1.22.83	40.04	1.21.49	162.440
2004	Daniele Berlanda	Ita	40.26	1.20.97	40.23	1.21.58	161.765
2005	Hubert Hirschbichler	Ger	40.45	1.19.63	39.34	1.18.83	159.020
2006	Jeljer Haarsma	G-Fr	40.12	1.22.51	40.08	1.23.09	163.000
<b>2007</b>	<b>Sverre Lunde Pedersen</b>	<b>Nor</b>	<b>40.16</b>	<b>1.17.72</b>	<b>39.90</b>	<b>1.18.01</b>	<b>157.925</b>
2008	Wesley Lommers	Ned	39.20	1.18.94	39.10	1.19.58	157.560
2009	Kai Verbij	Ned	39.47	1.18.59	38.99	1.18.68	157.095
2010	Wesly Dijis	Ned	39.99	1.17.43	40.15	1.18.35	158.030
2011	Artur Iwaniszyn	Pol	39.93	1.18.61	40.11	1.18.88	158.785
2012	Chris Huizinga	Ned	40.45	1.17.88	40.22	1.18.25	158.735
2013	Daan Baks	Ned	40.09	1.18.71	40.12	1.18.19	158.660
2014	Jesse Stam	Ned	40.50	1.20.88	40.39	1.19.69	161.175
2015	Daan Kool	Ned	39.02	1.18.71	38.95	1.17.68	156.165
2016	Sebas Diniz	Ned	39.05	1.17.80	38.64	1.18.07	155.625



MEISJES 14 JAAR

1989	Bregt Wijnja	G-Fr	46.07	1.33.58	45.24	2.24.23	186.177
1990	Renske Vellinga	G-Fr	44.14	1.31.35	44.33	2.22.66	181.698
1991	Nathalie ten Hoor	G-Fr	44.90	1.30.25	44.58	2.18.27	180.695
1992	Anni Friesinger	Ger	43.75	1.27.26	44.25	2.13.68	176.200
1993	Anja Schneiderheintze	Ger	45.32	1.33.23	45.21	2.26.74	186.091
1994	Monika Kuckuck	Ger	43.81	1.33.51	43.65	2.24.44	182.361
1995	Melanie Klemz	Ger	45.37	1.31.84	45.09	2.22.91	184.016
1996	Helen van Goozen	Ned	44.52	1.28.99	43.93	2.18.62	179.151
1997	Heike Hartmann	Ger	44.16	1.29.39	43.92	2.23.13	180.485
1998	Sofia Albertsson	Swe	43.17	1.27.59	42.86	2.13.04	174.171
1999	Alexandra Lipp	Ger	43.86	1.27.97	43.33	2.14.85	176.125
2000	Agnes Friesinger	Ger	42.68	1.25.65	42.43	2.11.45	171.751
2001	Margot Boer	Ned	42.67	1.23.48	41.31	2.08.49	168.550
2002	Cindy Nedela	Ger	43.56	1.27.40	43.38	2.13.89	175.270
2003	Rita Battisti	Ita	43.06	1.26.13	42.51	2.14.49	173.465
2004	Kirstin Mauersberger	Ger	43.14	1.26.20	43.36	2.14.11	174.303
2005	Katja Franzen	Ger	41.66	1.24.96	41.19	2.13.05	169.680
2006	Nathalie Bruins	Ned	43.15	1.24.50	42.27	2.11.47	171.493
2007	Vivien Fischer	Ger	42.91	1.23.39	42.47	2.10.63	170.618
2008	Letitia de Jong	G-Fr	42.19	1.23.78	41.58	2.10.01	168.996
2009	Reina Anema	G-Fr	41.78	1.23.81	41.76	2.07.99	168.108
2010	Antoinette de Jong	G-Fr	41.43	1.22.13	41.11	2.06.14	165.651
2011	Sanneke de Neeling	Ned	41.39	1.20.43	41.25	2.05.18	164.581
2012	Esther Kiel	Ned	42.90	1.25.29	43.01	2.11.20	172.288
2013	Isabelle van Elst	Ned	42.41	1.22.99	41.56	2.08.41	168.268
2014	Helga Drost	G-Fr	41.85	1.25.45	41.87	2.12.12	170.485
2015	Femke Beuling	G-Fr	39.61	1.20.87	39.62	2.06.96	161.985
2016	Maud Lugters	Ned	41.50	1.21.59	40.72	2.07.84	165.628

JONGENS 14 JAAR

1989	Ids Postma	G-Fr	42.84	1.27.09	41.91	2.12.09	172.325
<b>1990</b>	<b>Henning Tollefsen</b>	<b>Nor</b>	<b>42.29</b>	<b>1.25.65</b>	<b>42.35</b>	<b>2.11.32</b>	<b>171.238</b>
<b>1991</b>	<b>Ola Nybakk</b>	<b>Nor</b>	<b>40.74</b>	<b>1.23.40</b>	<b>41.42</b>	<b>2.12.30</b>	<b>167.960</b>
1992	Jan Nijboer	G-Fr	42.36	1.24.44	41.58	2.08.27	168.916
1993	Christopher Brunsch	Ger	41.82	1.25.11	41.40	2.10.71	169.345
1994	Bjarne Rykkje	Ned	41.21	1.23.19	41.91	2.08.20	167.448
1995	Raymond Barendse	Ned	41.15	1.23.72	41.63	2.07.61	167.176
1996	Marcin Gralla	Pol	40.73	1.21.30	40.13	2.06.55	163.693
1997	Arjan Samplonius	G-Fr	41.02	1.23.38	40.53	2.08.48	166.066
<b>1998</b>	<b>Even Wetten</b>	<b>Nor</b>	<b>39.74</b>	<b>1.21.36</b>	<b>39.67</b>	<b>2.07.59</b>	<b>162.620</b>
1999	Beorn Nijenhuis	Ned	39.70	1.19.26	39.80	2.02.83	160.073
2000	Walter Looijestijn	Ned	40.13	1.21.08	40.06	2.03.61	161.933
2001	Guido Berends	Ned	39.39	1.19.01	38.89	2.02.10	158.485
2002	Christian Bajinski	Ger	39.51	1.19.53	39.12	2.03.21	159.465
2003	Fabian Gneupel	Ger	39.80	1.19.91	39.10	2.03.27	159.945
2004	Jesper Hospes	G-Fr	38.83	1.18.90	38.76	2.00.15	157.090
2005	Kai Bloetjes	Ned	39.79	1.17.38	39.89	1.57.90	157.670
2006	Koen Verweij	Ned	39.09	1.15.69	38.85	1.55.71	154.355
<b>2007</b>	<b>Kjetil Stiansen</b>	<b>Nor</b>	<b>39.55</b>	<b>1.18.01</b>	<b>38.99</b>	<b>1.59.08</b>	<b>157.238</b>
<b>2008</b>	<b>Sverre Lunde Pedersen</b>	<b>Nor</b>	<b>38.97</b>	<b>1.14.72</b>	<b>38.62</b>	<b>1.53.02</b>	<b>152.623</b>
2009	Lennart Velema	Ned	38.63	1.15.55	38.56	1.56.13	153.675
2010	Kai Verbij	Ned	37.75	1.13.80	38.00	1.54.32	150.756
2011	Wesly Dijs	Ned	38.17	1.14.44	38.61	1.55.08	152.360
2012	Marcel Bosker	Ned	39.41	1.16.96	39.79	1.56.67	156.570
2013	Niels Delen	Int	38.44	1.16.51	38.45	1.57.41	154.281
2014	Tjerk de Boer	G-Fr	38.67	1.16.17	38.45	1.58.15	154.588
2015	Damien Zurek	Pol	38.01	1.16.67	37.93	1.59.90	154.241
2016	Daan Kool	Ned	38.38	1.16.35	38.39	1.56.95	153.928

## MEISJES 15 JAAR

1989	Linatha Dijkstra	G-Fr	46.05	1.34.55	45.84	2.24.43	186.642
1990	Bregt Wijnja	G-Fr	45.52	1.34.86	46.23	2.26.60	188.047
1991	Tonny de Jong	G-Fr	43.97	1.30.38	44.12	2.16.72	178.853
1992	Katja Ihme	Ger	43.66	1.27.96	44.08	2.17.66	177.606
1993	Yvonne Rutkowski	Pol	44.55	1.31.21	44.26	2.22.15	181.798
1994	Anja Schneiderheintze	Ger	44.84	1.31.85	43.71	2.22.86	182.095
1995	Suzanne Fischer	Ger	43.39	1.28.38	43.49	2.17.03	176.846
1996	Ilse van der Gaag	Ned	45.11	1.31.33	44.68	2.18.42	181.595
1997	Wieteke Cramer	G-Fr	44.01	1.28.96	43.63	2.16.43	177.596
1998	Heike Hartmann	Ger	43.58	1.27.34	43.61	2.17.12	176.566
1999	Anja Borst	Ned	42.98	1.24.55	42.32	2.09.29	170.671
2000	Alexandra Lipp	Ger	41.97	1.24.26	42.13	2.11.44	170.043
2001	Agnes Friesinger	Ger	42.61	1.25.30	42.74	2.12.53	172.176
2002	Anna Rokita	Aut	41.64	1.24.61	41.91	2.09.20	168.921
2003	Cindy Nedala	Ger	42.85	1.25.90	42.90	2.12.35	172.816
2004	Mayon Kuipers	G-Fr	41.76	1.22.50	41.55	2.09.56	167.746
2005	Marrit Leenstra	G-Fr	42.55	1.23.35	42.60	2.10.21	170.228
2006	Brecht Kramer	G-Fr	41.81	1.22.09	42.33	2.08.78	168.111
2007	Roxanne van Hemert	Ned	41.48	1.21.89	41.44	2.04.47	165.355
2008	Inge Bervoets	Ned	40.85	1.22.50	40.86	2.07.17	165.350
2009	Letitia de Jong	G-Fr	41.31	1.22.69	41.06	2.07.81	166.318
2010	Kaitlyn McGregor	Sui	41.22	1.20.42	40.86	2.03.70	163.523
2011	Antoinette de Jong	G-Fr	41.06	1.21.25	41.03	2.03.67	163.938
2012	Vanessa Bittner	Aut	39.95	1.20.42	40.07	2.03.38	161.356
2013	Lea Dommerich	Ger	41.88	1.24.02	41.76	2.10.27	169.073
2014	Demi van Benthem	G-Fr	41.11	1.22.59	41.18	2.06.51	165.755
2015	Helga Drost	G-Fr	40.77	1.21.31	40.74	2.08.07	164.855
2016	Karolina Bosiek	Pol	40.34	1.20.25	40.54	2.03.33	162.115

## JONGENS 15 JAAR

1989	Sierd Steigenga	G-Fr	41.58	2.06.73	41.54	4.24.98	169.527
1990	Ids Postma	G-Fr	40.74	2.07.69	40.69	4.33.14	169.517
<b>1991</b>	<b>Henning Tollefsen</b>	<b>Nor</b>	<b>41.32</b>	<b>2.06.13</b>	<b>1.21.56</b>	<b>4.27.24</b>	<b>168.683</b>
1992	Janne Hänninen	Fin	39.33	2.02.76	1.19.90	4.22.38	163.930
1993	Jan Nijboer	G-Fr	41.54	2.07.51	1.23.32	4.28.12	170.389
1994	Jelmer Beulenkamp	Ned	41.86	2.06.65	1.21.81	4.23.50	168.897
1995	Bjarne Rykkje	Ned	40.20	4.20.67	1.20.43	2.03.83	165.719
1996	Yuri Solinger	Ned	40.63	4.21.59	1.20.43	2.03.83	165.719
1997	Eric Zachrisson	Swe	39.93	4.28.25	1.21.08	2.05.87	167.134
1998	Lennart van Vliet	Ned	40.23	4.18.80	1.19.61	2.02.78	164.094
1999	Pekka Koskela	Fin	39.58	4.21.26	1.18.32	2.02.15	162.999
2000	Remco Olde Heuvel	Ned	38.25	4.02.35	1.14.42	1.56.84	154.797
2001	Arjen vd Kieft	Ned	40.10	4.01.49	1.17.59	1.57.58	158.336
2002	Guido Berends	Ned	37.88	4.08.58	1.15.57	1.58.54	156.608
2003	Vitali Mikhailov	Bel	39.38	4.09.31	1.17.63	1.58.63	159.289
2004	Stevin Hilbrands	Ned	38.82	4.14.51	1.16.25	1.58.49	158.859
2005	Berden de Vries	Ned	39.03	3.58.93	1.15.20	1.55.10	154.817
2006	Pim Cazemier	Ned	39.04	4.02.11	1.15.85	1.55.66	155.869
2007	Koen Verweij	Ned	38.15	3.51.19	1.13.74	1.52.09	150.914
2008	Maurice Vriend	Ned	38.85	3.59.94	1.13.75	1.53.05	153.398
<b>2009</b>	<b>Sverre Lunde Pedersen</b>	<b>Nor</b>	<b>37.49</b>	<b>3.54.32</b>	<b>1.13.47</b>	<b>1.51.97</b>	<b>150.601</b>
<b>2010</b>	<b>Siemen Spieler Nilsen</b>	<b>Nor</b>	<b>38.22</b>	<b>3.58.31</b>	<b>1.14.53</b>	<b>1.53.69</b>	<b>153.099</b>
2011	Kai Verbij	Ned	37.17	3.56.92	1.13.27	1.52.18	150.684
2012	Wesly Dijs	Ned	37.57	4.00.75	1.12.58	1.52.30	151.418
2013	Marcel Bosker	Ned	38.81	3.59.17	1.14.75	1.54.79	154.309
2014	Chris Huizinga	Ned	39.11	3.58.73	1.16.28	1.54.51	155.208
2015	Louis Hollaar	Ned	38.19	3.56.44	1.14.23	1.53.71	152.614
2016	Jesse Stam	Ned	37.75	4.06.54	1.14.31	1.54.67	154.218

## MEISJES 16 JAAR

1995	Judith Straathof	Ned	43.54	1.27.12	43.83	2.15.72	176.170
1996	Claudia Irrgang	Ger	45.17	1.29.44	45.22	2.16.04	180.456
1997	Bettina Krück	Ger	44.05	1.28.59	43.66	2.15.91	177.308
1998	Mirjam de Jooode	Ned	43.48	1.26.01	43.33	2.11.81	173.751
1999	Frédérique Anconé	Ned	42.19	1.24.99	42.51	2.08.79	170.125
2000	Anja Borst	Ned	41.76	1.23.77	41.69	2.07.65	167.885
2001	Sabine Seidel	Ger	42.13	1.25.44	43.11	2.10.34	172.406
2002	Karolina Ksyt	Pol	42.64	1.24.14	42.83	2.08.46	170.360
2003	Anna Rokita	Aut	41.25	1.22.97	41.08	2.08.46	166.905
2004	Janneke Ensing	Ned	42.41	1.22.80	42.11	2.08.06	168.606
2005	Mayon Kuipers	G-Fr	41.42	1.23.08	41.34	2.09.18	167.360
2006	Marrit Leenstra	G-Fr	42.32	1.22.72	42.28	2.06.53	168.136
2007	Jorieke van der Geest	Ned	42.28	2.06.89	1.21.88	4.29.10	170.366
2008	Roxanne van Hemert	Ned	41.34	2.04.74	1.20.46	4.23.84	167.123
2009	Lotte van Beek	Ned	41.13	2.02.46	1.19.48	4.18.84	164.830
2010	Letitia de Jong	Ned	40.91	2.04.77	1.20.38	4.25.92	167.010
2011	Reina Anema	G-Fr	41.55	2.04.79	1.20.25	4.21.48	166.851
2012	Antoinette de Jong	G-Fr	40.14	2.03.19	1.19.17	4.15.91	163.436
2013	Sanneke de Neeling	Ned	40.76	2.03.35	1.19.15	4.23.42	165.354
2014	Femke Markus	Ned	42.04	2.04.77	1.21.95	4.21.22	168.141
2015	Isabelle van Elst	Ned	40.17	2.02.17	1.19.21	4.27.00	164.998
2016	Joy Beune	Ned	40.50	2.03.59	1.19.15	4.20.99	164.769

## JONGENS 16 JAAR

1995	Andre Vreugdenhil	Ned	39.66	2.03.11	1.20.79	4.22.96	164.917
1996	Eddy Stam	Ned	40.16	1.59.45	1.18.20	4.14.81	161.544
1997	Raymond Barendse	Ned	39.81	4.20.33	1.19.12	2.03.99	164.088
1998	Eeuwoud v.d Heuvel	Ned	39.86	4.15.38	1.18.74	2.02.02	162.466
1999	Johan Røjler	Swe	38.87	3.59.45	1.15.86	1.55.50	155.208
2000	Simon Kuipers	Ned	38.57	4.07.48	1.16.94	1.58.05	157.636
2001	Beorn Nijenhuis	Ned	38.06	4.05.06	1.14.58	1.56.44	155.006
2002	Konrad Niedzwiedzki	Pol	38.31	4.05.22	1.14.20	1.54.94	154.593
2003	Michael Kaatee	Ned	39.18	4.03.92	1.15.59	1.55.63	156.171
2004	Wouter Olde Heuvel	Ned	38.70	4.04.77	1.15.33	1.56.50	155.993
2005	Stevin Hilbrands	Ned	38.31	4.05.05	1.14.32	1.55.06	154.664
2006	Berden de Vries	Ned	38.56	3.57.67	1.14.56	1.54.10	153.484
<b>2007</b>	<b>Frederik van der Horst</b>	<b>Nor</b>	<b>38.71</b>	<b>3.58.37</b>	<b>1.14.84</b>	<b>1.53.92</b>	<b>153.831</b>
2008	Koen Verweij	Ned	37.40	3.48.89	1.11.71	1.50.28	148.163
2009	Maurice Vriend	Ned	37.83	3.51.90	1.13.07	1.51.92	150.321
2010	Tommi Pulli	Fin	37.28	3.57.14	1.12.13	1.50.41	149.671
<b>2011</b>	<b>Siemen Spieler Nilsen</b>	<b>Nor</b>	<b>38.41</b>	<b>3.53.93</b>	<b>1.13.31</b>	<b>1.51.85</b>	<b>151.336</b>
2012	Thijs Roozen	Ned	37.79	3.57.47	1.12.72	1.53.18	151.454
2013	Patrick Roest	Ned	38.18	3.51.02	1.13.05	1.51.36	150.328
2014	Marcel Bosker	Ned	38.64	3.55.61	1.14.23	1.53.30	152.789
2015	Jeroen Janissen	Ned	38.28	3.56.07	1.13.54	1.53.42	152.201
2016	Tjerk de Boer	G-Fr	37.11	3.51.77	1.12.43	1.51.81	149.223