

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Petra	Aangeenbrug	Hardinxveld-Giessendam		33.52 (57)			
Anita	Alblas					23:41 (15)	
Joop	Alblas	H.I. Ambacht	60.48 (66)				
Arjan	Alderliesten	Ridderkerk					50:57 (56)
Marcel	Alderliesten	Ridderkerk					47:56 (38)
Saskia	Alderliesten	Ridderkerk					54:26 (86)
Jan	Andeweg	Ridderkerk	37.40 (1)				38:40 (5)
Leendert	Andeweg						46:39 (152)
Merel	Arendse	Delft			61.12 (82)		
Martin	Augustinus	Oud-Beijerland	48.54 (16)	23.23 (8)		26:06 (35)	
Sven	Aupperlee	Ridderkerk				29:03 (58)	
Ben	Baartman	Hendrik-Ido-Ambacht		25.55 (21)		26:27 (38)	
Quinten	Baartman	Ridderkerk				29:05 (68)	
Ruud	Baartman	Ridderkerk		24.18 (11)		23:55 (18)	
Annelies de	Back	Dordrecht				33:18 (112)	
Johan	Bal	Poortugaal		29.57 (40)		29:30 (78)	
Marleen	Barendrecht	Ridderkerk	55.57 (48)		61.30 (84)		
Marco	Bavelaar	Ridderkerk				29:00 (56)	
Peter	Bavenboer	Ridderkerk	57.22 (53)				
Einar van	Beek	Rotterdam	55.57 (49)		60.39 (81)	28:10 (48)	
Mark van	Beek	Rijsoord			48.41 (18)		45:56 (22)
Cas	Beeke	Rotterdam		26.01 (22)		23:41 (15)	
Tijmen de	Beer	Rijsoord		28.18 (33)		25:55 (34)	
Laurence van den	Berg	Papendrecht				25:03 (27)	
Diana	Berkelouw	Ridderkerk	onbekend				
Eddy	Bestebreurtje	Rijsoord			50.59 (33)		
Gert-Jan	Bestebreurtje	Rotterdam	onbekend		58.20 (74)		51:52 (67)
Martin	Bestebreurtje	Rijsoord	53.07 (31)		55.10 (59)		48:46 (43)
René	Bestebreurtje	Rijsoord	54.47 (38)		51.11 (34)		
Jan van	Beusekom	Sliedrecht	onbekend				
Ramon	Bijkerk	Rijsoord	53.07 (32)		55.10 (60)		
Kennard van der	Bijl	Hendrik-Ido-Ambacht					55:38 (90)
Christel	Blaak	Ridderkerk				35:09 (119)	
Jan	Blaak	Barendrecht					59:55 (113)
Yvonne	Blair	Rijsoord	65.30 (77)			33:00 (104)	
Erwin van	Blijderveen	Rijsoord			54.03 (49)		
Patrick	Bode	Ridderkerk			59.45 (78)		56:00 (93)

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 <i>positie</i>	5KM 2018 <i>positie</i>	10KM 2018 <i>positie</i>	5KM 2019 <i>positie</i>	10KM 2019 <i>positie</i>
Ron	Bode	Ridderkerk	55.45 (46)				
Corine den	Boer	Ridderkerk	60.48 (67)				
Eric-Paul	Boeters	Middelharnis		18.43 (2)			
Marieke	Bol	Barendrecht		33.10 (51)			
Nathasja	Boom	Rijsoord			67.02 (99)	33:00 (104)	
Jan	Bosch	Ridderkerk			56.52 (67)		
Petra	Bouwer	Maassluis				28:34 (52)	
Dick	Brandwijk	Ridderkerk	40.45 (3)		43.40 (7)		46:49 (29)
	Bravenboer			33.23 (52)			
Ad	Bravenboer	Ridderkerk	55.45 (47)				
Edwin	Bravenboer	Rijsoord	48.34 (15)		52.04 (40)	25:20 (28)	
Lennart	Bravenboer	Rijsoord				25:20 (28)	
Mike	Bravenboer	Ridderkerk	69.38 (79)				
Niels	Bravenboer					25:20 (28)	
	Breevaart					26:07 (36)	
Adam	Breevaart	Ridderkerk		28.08 (31)			
Patrick van de	Breevaart	Heerjansdam			57.44 (70)		
	Breevoort					28:45 (54)	
Julian	Breevoort	Ridderkerk		28.28 (34)			
P.J.	Breevoort	Ridderkerk				33:30 (117)	
Barry	Breur	Ridderkerk	55.01 (39)				
Jeffrey	Breur	Schiedam			54.33 (53)		
Robert-Jan	Broere	Rijsoord	48.10 (13)				50:40 (54)
Ton	Broersen	Ridderkerk					51:36 (62)
Jasmijn van	Bruggen	Rijsoord					59:18 (104)
Hans	Brugmans	Rijsoord	63.49 (75)	29.04 (36)			
Raymond	Brugmans	Rijsoord	39.00 (2)		39.45 (3)		37:55 (1)
Cela	Bruins					32:07 (91)	
Bart	Buijs	Barendrecht		17.50 (1)		18:39 (1)	
Martin	Buitendijk	Alblasserdam		22.34 (4)		25:39 (32)	
Anton	Burger	Tilburg					51:12 (57)
Luuk van der	Burgt	Rotterdam					47:49 (35)
Thomas van	Burken	Rijsoord					42:38 (13)
Tamara	Buschgens	Papendrecht					49:00 (44)
Thomas	Commijs	Ridderkerk		24.46 (13)		25:54 (33)	
André van	Dam						47:41 (34)
Peter van	Dam	Rijsoord	onbekend				53:18 (80)

deeknemer	woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Alejandro van Deelen	Ridderkerk				29:05 (68)	
Paulo van Deelen	Ridderkerk				33:00 (104)	
Marcel Dekker	Ridderkerk		30.10 (43)			
Renata Dekker	Vlaardingen				28:41 (53)	
Robin de Deugd	Ridderkerk		35.15 (58)			
Ria van Deursen	Westmaas		32.50 (48)		33:00 (104)	
Daniëlle van Die	Ridderkerk				30:20 (87)	
Remco van Die	Ridderkerk				32:55 (101)	
Sander van Die	Ridderkerk				27:28 (41)	
Tim van Dijk	Ridderkerk		25.08 (17)		23:32 (13)	
Ward Dijkhuizen	Voorburg					51:45 (66)
Bea Donk	Rijsoord				32:37 (96)	
Peter Drent	Zwijndrecht			56.06 (65)		
Sven Duijst	Rotterdam					41:36 (11)
Peter Edinger	Barendrecht					60:20 (115)
Ans Eggen	Dordrecht			65.26 (96)		
Reina van den Enden	Alblasserdam			63.30 (91)		
Rogier van Erk		54.17 (36)				
Ageeth Faasen	Ridderkerk				35:15 (120)	
Lindsey Faken	Barendrecht				22:56 (10)	
Hans de Frel	Alblasserdam					43:00 (16)
Nick van Gameren			24.46 (14)		22:48 (9)	
Wesley van Gameren	Oostendam	55.28 (44)				
Ton Geleijnse	Hendrik-Ido-Ambacht		29.21 (37)			
Jan van Gemert	Rijsoord				32:59 (103)	
Martin van Gemert						50:37 (53)
Jarno Gerritse						onbekend
Ramisj Gai					27:52 (44)	
Ingrid van Giesen	Ridderkerk				29:10 (75)	
Kimi Gobee	Ridderkerk		24.46 (15)		22:04 (4)	
Ronald van der Goes	Barendrecht			49.20 (22)		
Sem van der Goes					29:05 (68)	
Sandra van der Graaff	Rijsoord	onbekend			33:18 (112)	
Karla de Grauw	Zuid-Beijerland				36:53 (122)	
Kees Groenenboom	Hendrik-Ido-Ambacht		27.30 (30)		29:01 (57)	
Marco Groenendijk	Krimpen aan den IJssel					48:03 (39)
Cynthia de Groot	Rotterdam				32:58 (102)	

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 <i>positie</i>	5KM 2018 <i>positie</i>	10KM 2018 <i>positie</i>	5KM 2019 <i>positie</i>	10KM 2019 <i>positie</i>
Arie	Haasdijk	Ridderkerk	50.35 (24)				
Aad	Hagendijk	Ridderkerk			52.03 (39)		
Joffrey	Hagendijk	Rijsoord	55.22 (43)	35.54 (60)		29:05 (68)	
Jolie	Hagendijk	Rijsoord		35.54 (61)		29:30 (78)	
Koen	Hagendijk	Rijsoord				29:05 (68)	
Shiarra	van den Ham	Ridderkerk				28:06 (46)	
Lucas	van der Hammen	Rijsoord				29:03 (58)	
Demi	den Hartigh	Ridderkerk		38.34 (63)			
Angela	den Hartog	H.I. Ambacht				24:10 (21)	
Henk	van der Heide	Heerjansdam		22.04 (3)			
Alain	van der Heiden	Zwijndrecht			64.47 (94)		
Gerard	van der Heijden	Rijsoord	55.02 (41)		58.33 (76)		59:18 (104)
Patrick	Heijkamp	Rotterdam			43.42 (8)		
Hans	Hertog	Barendrecht					67:14 (127)
Michiel	van Heukelom	Oss		35.39 (59)			
Jan	van der Hoek	Ridderkerk	59.20 (59)		62.35 (87)	28:59 (55)	
Jurre	van den Hoek	Ridderkerk		25.07 (16)		22"04 (4)	
Tamara	Hofland	Rijsoord	57.06 (51)		65.05 (95)		52:04 (71)
Barry	Hofland	Ridderkerk			onbekend		
Aad	Hoogendijk	Ridderkerk					47:30 (33)
Jacqueline	Hoogendoorn	Barendrecht		32.50 (49)		32:07 (91)	
Ronald	Hoogerwerf	H.I. Ambacht					57:35 (99)
Ismaël	Hooijmeijer	Ridderkerk			43.45 (9)		
Marjolijn	Hooijmeijer	Ridderkerk		26.57 (26)			
Remko	Hoving	Ridderkerk	onbekend		52.33 (42)	24:49 (25)	
Krijn	Huijzer	Capelle aan den IJssel					42:36 (11)
Harm	Hurenkamp	Rijsoord				29:03 (58)	
Marian	Hurtado Blanco					33:18 (112)	
Brent	IJsselstein	Rijsoord				29:03 (58)	
Heleen	IJsselstein	Alphen aan den Rijn			57.21 (68)		
Jaap	IJsselstein	Rijsoord	onbekend		45.47 (12)		53:08 (77)
Jan	IJsselstein	Rijsoord	49.31 (19)		50.20 (28)	29:05 (68)	
Inge	IJzerman	Barendrecht			58.05 (73)		
Rowdy	Jacobson	Papendrecht	52.44 (29)				59:18 (104)
Sabine	Jansen	Barendrecht				27:18 (41)	
Rob	Janssen	Ridderkerk	50.58 (25)				
Teuni	Janssens	Ridderkerk		33.27 (54)		35:15 (120)	

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie	
Hadi	Jassim	Rotterdam				59:30	(112)	
Sami	Jassim	Ridderkerk				59:18	(104)	
Jimmy	de Jong	Hendrik-Ido-Ambacht				41:21	(9)	
Sem	Jerins	Rijsoord				29:03	(58)	
Anne	de Jong	Rotterdam		26.10	(24)			
Celine	de Jong	Barendrecht				27:09	(39)	
Hans	de Jong					23:36	(14)	
John	de Jong	Hendrik-Ido-Ambacht			53.48	(48)	48:16	(40)
Kelly	de Jong	Ridderkerk		33.23	(53)			
Quinten	de Jong	Ridderkerk		onbekend		22:04	(4)	
Kelly	de Jonge	Ridderkerk				32:45	(98)	
Marco	de Jonge	Ridderkerk	60.48	(68)	48.58	(19)	32:45	(98)
Marian	de Jonge	Ridderkerk	60.48	(69)			65:41	(122)
John	Kaaijen	Barendrecht	49.37	(20)				
John	Kajan	Barendrecht			52.11	41	50:44	(55)
Colin	Kamen	Ridderkerk	45.11	(9)				
Danny	Kanters	Ridderkerk					51:24	(60)
Danielle	Kapiteijn	Ridderkerk		30.17	(44)			
Edwin	Karreman	Alblasserdam	59.58	(63)	25.22	(18)		
Manuel	Kempers	H.I. Ambacht					56:10	(94)
Bianca	Klapwijk	Ridderkerk				29:30	(78)	
Jurgen	Klapwijk	Ridderkerk			49.50	(24)	47:55	(37)
Marleen	Klapwijk	Barendrecht					67:14	(127)
Daniëlle	Van Klaveren	Barendrecht					56:39	(96)
Hans	van Klaveren	Rotterdam					49:10	(45)
Marlyn	van Klaveren	Ridderkerk					56:39	(96)
Melvin	Klok	Zuid-Beijerland				20:00	(2)	
Roy	Klop	Bruinisse					52:54	(75)
Arjan	Klunder	Rijsoord	43.17	(6)				
Arjen	Kocks	Ridderkerk				28:10	(48)	
Elise	Kocks	Ridderkerk	onbekend					
Bastiaan	Kok	Rijsoord	onbekend					
John	Konijnenburg	Ridderkerk			57.44	(71)		
Johan	de Koning	Spijkensisse					50:31	(51)
Monique	de Koning	Ridderkerk	53.28	(33)				
Ton	de Koning	Ridderkerk	58.32	(57)	61.58	(86)	67:12	(126)
Piet	Kooijman	Rijsoord	51.43	(28)			53:53	(83)

deeknemer	woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Sasha	Kooiman	Mijnsheerenland			26:19	(37)
Mark	Kooiman	Hardinxveld-Giessendam		54.49	(56)	
Matthias	Koopmans					47:16 (32)
Emiel	Kop	Ridderkerk	27.23	(28)		
Bart	Korteweg	Ridderkerk		38.09	(1)	
Hans	Kotzem	Ridderkerk		68.05	(103)	59:18 (104)
Quinten	Kraak	Rijsoord			25:25	(31)
Sanne	Kranendonk	Rijsoord			29:10	(75)
Marcel	Kroon					44:40 (20)
Kimi de	Kruijff	Rijsoord			33:18	(112)
Raymon de	Kruijff	Rijsoord	54.37	(37)	54.24	(50)
Carola	Kruithof	Rotterdam	49.51	(21)	23.47	(10)
Niels	Kuiper	Ridderkerk				51:42 (65)
Arie	Kupurus					47:51 (36)
Remko	Lagendijk	Giessenburg				64:36 (121)
Erik	Lameijer		55.07	(42)		
Stefanie	Lans	Heerjansdam		62.56	(89)	
Ronald	Lapaer	Rijsoord	51.35	(27)		
Maurice	Laparliere	Dordrecht			22:24	(7)
Nel	Leenheer	Ridderkerk			30:49	(88)
Pim	Leenheer	Zwijndrecht	49.22	(18)		
Marleen van	Leeuwen	Ridderkerk				47:04 (30)
Anton van	Lieburg	Hendrik-Ido-Ambacht		45.15	(11)	
Demi van	Lier	Alblasserdam		32.19	(45)	
Linda van	Lieshout	Ridderkerk			28:09	(47)
Lucas	Lindhout	Ridderkerk			23:23	(12)
Jill	Lodewijk	Rijsoord			32:37	(96)
Ronald van	Loon	Nieuw-Lekkerland		41.48	(5)	
Henk	Louter	Ridderkerk	onbekend		55.14	(61)
Marc	Lunter	Rijsoord	57.07	(52)	64.30	(92)
Bob	Luyendijk	Numansdorp			59.19	(77)
Patrick	Mastenbroek	Ridderkerk				55:20 (88)
Johan van der	Meide	Ridderkerk		56.07	(66)	
Geert van der	Meide	Ridderkerk	61.27	(70)	60.20	(80)
Hester	Meijden	Barendrecht			33:16	(111)
Piet van der	Meijden	Mijnsheerenland				51:14 (58)
Bart	Mellink	Rotterdam				45:04 (21)

deeknemer	woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Bart	Melsert	Ridderkerk		29.43 (38)		59:18 (104)
Jan-Willem	Mennink	Zwijndrecht				40:19 (6)
Michel van	Meurs	Barendrecht				41:16 (8)
Robert	Moerkerken	Ridderkerk				52:15 (72)
Marian	Mohan	Ridderkerk				66:52 (124)
Diana	Mollers	Rijsoord				58:57 (103)
Ed	Molsbergen	Puttershoek	onbekend			
Emily	Mooij	Rijsoord		69.14 (105)		
Amanda	Mulder	Ridderkerk			27:44 (43)	
Stephan	Mulder	Ridderkerk			32:30 (94)	
Claudia	Murtas	Rijsoord	59.27 (60)			
Fannie van	Nes	Ridderkerk	62.18 (72)	66.44 97	32:50 (100)	
Youri	Niehold	Rijsoord			29:04 (66)	
Heddie	Nieuwdorp	's-Gravendeel				38:23 (4)
F. de	Nijs	Rotterdam			29:30 (78)	
Nicolaas	Noorlander	Rijsoord				56:31 (95)
Frea van	Noorloos	Ridderkerk		37.28 (62)		
A.M.	Noorthoek	Barendrecht			29:30 (78)	
Edwin	Nouwen	Heerjansdam	onbekend			
Dick van	Nugteren	Ridderkerk			32:30 (94)	
Rob	Nugteren	Ridderkerk				48:20 (41)
Danny	Nuis	Ridderkerk		27.23 (29)	29:30 (78)	
Lieke	Nusteling	Ridderkerk		25.23 (19)	23:41 (15)	
Richard	Nusteling	Ridderkerk		43.49 (10)		
Frank	Nusteling	Ridderkerk	43.03 (5)	49.31 (23)		
Annemiek	Nusteling	Ridderkerk	58.50 (58)	54.48 (54)		
Randell	Oldenstam	Ridderkerk		23.26 9		
	Onnink	Hendrik-Ido-Ambacht			56.01 (64)	
Robert van	Ooijen	Rijsoord	onbekend		55.14 (62)	51:57 (70)
Natasja van	Ooijen	Heerjansdam		onbekend		
Deaglan	Ooms	Ridderkerk				51:20 (59)
Dick	Opmeer	Barendrecht				51:40 (64)
Paul	Opmeer	Ridderkerk	53.47 (34)	59.45 (79)		56:42 (98)
Peter	Opmeer	Ridderkerk		52.40 (43)		
Martin den	Ouden	Rijsoord				68:50 (129)
Raymond van den	Ouden	Rotterdam			30:56 (90)	
Ryan van den	Ouden	Rotterdam			24:10 (21)	

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Leon	Oudijn	H.I. Ambacht					42:50 (15)
Christine	Paans - Van Ingen Schenau	Zwijndrecht			68.04 (102)		
Guido	Paffen	H.I. Ambacht					38:00 (2)
Dennis van de	Pavert	Ridderkerk			45.56 (14)		44:22 (18)
Johan	Peekstok	Ridderkerk					53:53 (83)
Jan	Pieterman						62:08 (116)
Maurice	Pieterman	Leiderdorp					38:03 (3)
Carolien	Plaisier	Harderwijk					62:15 (117)
	Plaisier	Ridderkerk			52.48 (44)		
Mitchell	Pol	Ridderkerk				29:58 (86)	
Tudor	Popa	Delft			42.50 (6)		
Johan	Pors	Rijsoord			47.51 (16)		
Robby	Preesman		55.01 (40)				
Kees	Prins	Sliedrecht			46.38 (15)	23:55 (18)	
Leo	Punt	Ridderkerk	46.38 (11)				44:34 (19)
Daisy	Quispel	Barendrecht			69.20 (106)		
Alinda van	Rees	Rijsoord					66:38 (123)
Michel van	Rees	Rijsoord	50.08 (22)				
Nathalie	Reppel	Rijsoord				28:22 (51)	
Marcha de	Reus	Barendrecht		32.19 (46)			
Martin de	Reus	Rijsoord	61.37 (71)		64.30 (93)		55:20 (88)
Ronald	Rietbroek	Ridderkerk					51:52 (67)
Marco	Roestenburg	Rotterdam	51.15 (26)		49.05 (21)		
Isabelle	Roge					29:30 (78)	
Jeanette	Roge					29:30 (78)	
Kevin	Rogova	Alblasserdam			71.20 (107)		
Lisette	Roos	Oud Gastel			54.49 (55)	28:13 (50)	
Paulien de	Roover					33:28 (112)	
Jolanda de	Ruiter	Ridderkerk					63:44 (120)
Dick de	Ruiter		onbekend				
Lucas de	Ruiter	Rijsoord					51:52 (67)
Maureen	Rutjes		onbekend				
Kees	Rutten	Rijsoord	50.22 (23)		55.01 (57)		55:44 (91)
Deza	Sandifort	Ridderkerk		38.34 (64)			
Mendy van	Schanke	Rijsoord					66:58 (125)
Marjan	Schelingerhoudt	Pijnacker					59:18 (104)
Bart	Schipper	Rijsoord			48.22 (17)		

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Elske	Schipper	Rijsoord			uitgevallen		
Ariska	Schippers	Zuid-Beijerland				36:53 (122)	
Jos	Schippers	Ridderkerk					46:20 (26)
Bea	Schmidt	Rijsoord	60.37 (65)				
Casper	Schonenberg	Ridderkerk					46:00 (24)
Miranda	Schonenberg	Ridderkerk				33:00 (104)	
Ronald	Schouten	Ridderkerk			50.39 (30)		45:59 (23)
Jeanine	Schra	Heerjansdam	60.07 (64)				
Brenda	Schutte	Papendrecht				33:00 (104)	
Matin	Shojaai	Rijsoord				29:03 (58)	
Nay	Seddik	Dordrecht					43:50 (17)
Youri	Severin	Almere			38.35 (2)		
Montana	Sik	Alblasserdam		29.52 (39)			
Nadja	Sikkers	Oss			55.08 (58)		
Fred	Sinaij	Ridderkerk				30:49 (88)	
Grzes	Skrzyniecki	Dordrecht					60:19 (114)
Peter	Sliep	Hendrik-Ido-Ambacht	40.59 (4)		41.19 (4)		
Jody	Slikboer	Heerjansdam	48.27 (14)				
Jan	Slingerland	Rijsoord					47:09 (31)
Jaco	Sloot	Zwijndrecht	onbekend				
Patrick	Sluimers			26.01 (23)			
Corine	Smit	Zwijndrecht		24.41 (12)			
Daniël	Soares	Ridderkerk				29:03 (58)	
Paulo	Soares	Ridderkerk				24:52 (26)	
Johan van	Someren	Hendrik-Ido-Ambacht			53.48 (47)		48:33 (42)
José	Spiertz	Dordrecht			62.55 88		
Scott van de	Spoel	Ridderkerk	44.01 (8)				
Stephanie van der	Steen						59:18 (104)
Jeannette van der	Stelt	H.I. Ambacht	59.30 (61)				
Gerben	Stikma	Rijsoord	55.35 (45)				53:05 (76)
Marijke	Stoker	Heerenveen					57:50 (101)
Martijn	Stoop	Hendrik-Ido-Ambacht			50.43 (32)		
Coen	Struijs	Sliedrecht			54.32 (52)		53:25 (81)
Kees	Tak	Zwijndrecht		22.52 (5)			
Naomi	Tempelaar	Dordrecht				27:59 (45)	
Patrick	Tholenaars	Ridderkerk					55:46 (92)
Nicolet	Timmers	's-Gravenhage		23.21 (7)			

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Kitty	Ton	Ridderkerk		29.57 (41)			
Jeroen	Troost	Rijsoord			49.04 (20)	29:04 (66)	
Sjoerd	Troost	Rijsoord				29:03 (58)	
Erik	van der Tuin	Groot-Ammers			61.54 (85)		
Ronald	Tukker	Gorinchem		22.59 (6)		22:36 (8)	
Finny	Tump	Ridderkerk				29:10 (75)	
Remco	Tump	Ridderkerk			49.50 (25)		
Pernilla	van Twist	Zwijndrecht			74.09 (109)		
Ferry	de Valk	Heerjansdam	46.27 (10)		50.03 (27)	21:00 (3)	
Peter	van der Valk	Ridderkerk					46:05 (25)
John	van der Veen	Ridderkerk			49.52 (26)		
Sasja	van Veen	H.I. Ambacht				33:14 (110)	
Dirk	van der Velden	Rotterdam					41:30 (10)
Tanya	Vergun		onbekend				
Kevin	Verkerk	Rotterdam			57.52 (72)		54:31 (87)
Kyra	Verkerk	Zwijndrecht	66.38 (78)		74.09 (108)		
Ivan	Vermeulen	Rijsoord				24:43 (24)	
Kirsten	Vermeulen	Rijsoord	59.50 (62)	28.53 (35)			
Martijn	Vermeulen	Rijsoord	57.39 (56)		57.38 (69)		49:50 (48)
Yvonne	Vermeulen	Rijsoord	64.30 (76)				
Timo	Versteeg	Rijsoord		27.08 (27)			
Vincent	Verstegen						52:42 (74)
Benjamin	Verveer	Ridderkerk		26.39 (25)			
Joy	Verveer	Rijsoord				29:05 (68)	
Marcel	Verveer	Rijsoord	57.30 (55)		58.21 (75)		57:35 (99)
Sander	Verveer	Rijsoord			51.55 (38)		53:14 (79)
Leendert	Verwijs	Hendrik-Ido-Ambacht			50.38 (29)		
Mario	Verwijs	Hendrik-Ido-Ambacht			51.41 (36)		51:28 (61)
Martijn	Verwijs	Barendrecht			54.30 (51)		
Frank	Vissers	Kaatsheuvel	43.26 (7)				
John	Vlasblom	Ridderkerk	55.57 (50)		61.19 (83)		
Jari	Vlasblom	Rijsoord		33.42 (56)			
Jeroen	Vlasblom	Rijsoord	62.18 (73)	33.42 (55)			
John	Vlasblom	Ridderkerk					58:19 (102)
Mick	Vlasblom			25.42 (20)			
Rosanne	Vlasveld	Rotterdam				23:00 (11)	
Anja	de Vlieg	Barendrecht			66.46 (98)		

deeknemer		woonplaats	10KM 2017 positie	5KM 2018 positie	10KM 2018 positie	5KM 2019 positie	10KM 2019 positie
Iwan	Vos	Ridderkerk		30.07 (42)			
Harry	Vos	Ridderkerk		33.03 (50)			
Natascha	Vos	Capelle aan den IJssel				24:24 (23)	
Jan-Jasper	de Vries	Rijsoord	62.18 (74)		55.22 (63)		
Anton	van Vugt	Barendrecht	47.21 (12)				
Peke	Vuik	's-Gravendeel			53.25 (45)		
Roel	van der Waal	Alblasserdam			63.30 (90)		
Anita	van der Wal	H.I. Ambacht					62:38 (118)
P	Walsma	H.I. Ambacht					51:38 (63)
Mark	van der Wardt	Rijsoord	53.58 (35)		53.41 (46)		46:40 (28)
Sander	Weijters	Kaatsheuvel			67.30 (100)		
Linda	Weijters	Kaatsheuvel			67.30 (101)		
Marcel	van der Welle	Heerjansdam				32:07 (91)	
Garreth	Werleman	Ridderkerk			45.49 (13)		
Marcel	Westerveld	Ridderkerk					50:33 (52)
Piet	van de Wetering	Barendrecht			51.45 (37)		
Sander	Wielaart	Rotterdam					42:46 (14)
Nel	van Wijk	Zevenhuizen					62:53 (119)
Carla	Willmes	Rotterdam			69.13 (104)		
Aswin	van Wingerden	Rijsoord	52.54 (30)				49:29 (47)
Ilse	van Wingerden	Rijsoord				35:08 (118)	
Piet	van Wingerden	Rijsoord	49.13 (17)				49:15 (46)
Arno	de Winter	Hendrik-Ido-Ambacht			50.40 (31)		50:13 (50)
Martijn	Wols	Voorburg					53:09 (78)
Umut	Yildiran	Barendrecht		32.19 (47)			
Richard	van Zantvliet	Ridderkerk			51.39 (35)		40:48 (7)
Matthijs	de Zeeuw	Barendrecht				27:10 (40)	
Troy	de Zeeuw	Ridderkerk		28.17 (32)		23:57 (20)	
Daniëlle	van Zoest	Dordrecht					53:30 (82)
Luuk	van Zoest	Dordrecht					54:10 (85)