

Uitleg bij kleuren: de Zevenheuvelenloop staat erom bekend dat je richting finish steeds harder kan lopen omdat het langzaam naar beneden gaat. Als je de 2e 5 km sneller loopt dan de 1e 5 km dan krijg je kleur groen, anders rood. Hetzelfde voor de 3e 5 km ten opzichte van de 2e 5 km.

		eindtijd	1e 5 km	2e 5 km	3e 5 km	
1	Roy van der Voort	1:00:57	21.19	20.29	19.09	De druk was hoog, maar "clubrecord" verpulverd. Laatste km in 3.39!
2	Hans Verheul	1:01:51	20.20	21.02	20.29	Iets te ambitieus vertrokken, maar toch weer hersteld richting finish
3	Ramon van de Schoot	1:07:32	22.27	23.02	22.03	Podiumplek door in laatste meters Robin een mentale dreun te geven
4	Robin van Nieuwkerk	1:07:40	22.23	22.32	22.45	Ondanks 2x rood toch een mooie 4e plek, volgend jaar extra training voor 1.03.54?
5	Rolien Vergouw	1:09:27	24.07	23.09	22.11	Eerste dame, verdient eigenlijk een aparte lijst zodat ze wel bovenaan staat.
6	Edwin Deetman	1:11:18	24.04	23.56	23.18	Niet gezien in trein of café, wel aanwezig en PR met meer dan 5 minuten verbeterd
7	Johan van Soest	1:12:41	24.30	24.23	23.48	Na examenstress eindelijk ruim een uur quality-time met Gerry :-)
8	Gerry Kersbergen	1:12:42	24.32	24.23	23.47	Wilde opgehaast worden, weer een minuut van PR af
9	Rene Verheul	1:14:32	24.25	24.58	25.09	Broertje van Hans, ging voor 1.15, missie geslaagd
10	Eric van Veenendaal	1:14:55	25.14	25.12	24.29	Terug van blessureleed, mooi opgebouwde race
11	Monique de Kever	1:16:34	26.39	25.42	24.13	Versnelde in laatste 5 km meer dan Roy (89 seconden om 80 seconden)
12	Irma van Veenendaal	1:18:02	27.07	25.50	25.05	Vorig jaar nog deels rood, nu wel groen - groen
13	Ilona den Ouden	1:18:51	27.08	26.15	25.28	Lange tijd samen met Yanda, maar op eind er toch vandoor gegaan
14	Yanda van Dijk	1:19:33	27.08	26.16	26.09	Vorig jaar als debutant net onder 1.30, nu onder 1.20, volgend jaar onder 1.10?
15	Perry Bruins	1:20:33	26.54	27.02	26.37	Liep met collega's in bedrijventeam, halverwege dipje, volgend jaar wel weer compleet groen ...
16	Rob Offerbeek	1:21:19	27.28	27.08	26.43	Ingehuurd door Dana als haas, heeft zijn rol tot de finish goed vervuld
17	Dana Pouw	1:21:20	27.28	27.06	26.46	Meest geleidelijke versnelling van allemaal
18	Ilonka Uiterwaal	1:24:44	29.02	28.05	27.37	Hoppa, bijna 7 minuten sneller dan vorig jaar, waar gaat dit eindigen?
19	Maaïke van Leeuwen	1:25:27	29.32	28.26	27.29	Durfde fiets thuis te laten, bevestiging dat hardlopen steeds beter gaat
20	Heidi Neomagus	1:25:30	28.58	28.25	28.07	Mooie tijd voor debutant in Zevenheuvelenloop, en een PR :-)
21	Jeanette Noordhof	1:29:45	29.44	29.59	30.02	Als je 35 seconde sneller was dan 2x groen, uitdaging voor volgend jaar
22	Pauline Deckers	1:31:50	29.51	31.36	30.23	Last van opspelende voet, anders zeker onder de 1.30
23	Sophie Mulder	1:32:15	30.28	30.55	30.52	Komt nog voor proefles, neemt positieve ervaring mee dat laatste 5 km sneller ging dan tussenstuk
24	Mark Beems					Vandaag haas bij ARVAL-lopers, volgend jaar weer voor eigen tijd