

Coopertest Atverni 08-05-2017

	rondes	meters	afstand	conditie
Daniel van Geest	7	300	3100	zeer goed
Frank Heinen	7	101	2901	zeer goed
Gerard Lettinck	7	100	2900	zeer goed
Eddy Spreeuwens	7	75	2875	zeer goed
Irene Enckevort	7	50	2850	zeer goed
Paul Jansen	7	40	2840	zeer goed
Ruchama Brunsveld	7	20	2820	zeer goed
Peter Nibbelke	6	280	2680	zeer goed
Henk Hofman	6	175	2575	zeer goed
Gerard Nafzer	6	150	2550	zeer goed
Djien Kwik	6	110	2510	zeer goed
Katinka Bergmans	6	100	2500	zeer goed
Chiel van Zijl	6	100	2500	zeer goed
Jose Kloosterman	6	20	2420	zeer goed

Coopertest (13-20)						
		Zeer goed	Goed	Redelijk	Slecht	Zeer slecht
13-14	M	2700+ m	2400 - 2700 m	2200 - 2399 m	2100 - 2199 m	2100- m
	V	2000+ m	1900 - 2000 m	1600 - 1899 m	1500 - 1599 m	1500- m
15-16	M	2800+ m	2500 - 2800 m	2300 - 2499 m	2200 - 2299 m	2200- m
	V	2100+ m	2000 - 2100 m	1700 - 1999 m	1600 - 1699 m	1600- m
17-20	M	3000+ m	2700 - 3000 m	2500 - 2699 m	2300 - 2499 m	2300- m
	V	2300+ m	2100 - 2300 m	1800 - 2099 m	1700 - 1799 m	1700- m

Coopertest (20-50+)						
		Zeer goed	Goed	Redelijk	Slecht	Zeer slecht
20-29	M	2800+ m	2400 - 2800 m	2200 - 2399 m	1600 - 2199 m	1600- m
	V	2700+ m	2200 - 2700 m	1800 - 2199 m	1500 - 1799 m	1500- m
30-39	M	2700+ m	2300 - 2700 m	1900 - 2299 m	1500 - 1899 m	1500- m
	V	2500+ m	2000 - 2500 m	1700 - 1999 m	1400 - 1699 m	1400- m
40-49	M	2500+ m	2100 - 2500 m	1700 - 2099 m	1400 - 1699 m	1400- m
	V	2300+ m	1900 - 2300 m	1500 - 1899 m	1200 - 1499 m	1200- m
50	M	2400+ m	2000 - 2400 m	1600 - 1999 m	1300 - 1599 m	1300- m
	V	2200+ m	1700 - 2200 m	1400 - 1699 m	1100 - 1399 m	1100- m
60+	M	2300+ m	1900 - 2300 m	1500 - 1899 m	1200 - 1499 m	1200- m
	V	2100+ m	1600 - 2100 m	1300 - 1599 m	1000 - 1299 m	1000- m

Coopertest (Ervaren lopers)						
		Zeer goed	Goed	Redelijk	Slecht	Zeer slecht
	M	3700+ m	3400 - 3700 m	3100 - 3399 m	2800 - 3099 m	2800- m
	V	3000+ m	2700 - 3000 m	2400 - 2699 m	2100 - 2399 m	2100- m