



DE 4 MIJL VAN GRONINGEN

NATIONALE TOPATLETEN MENZIS 4 MIJL VAN GRONINGEN

14 OKTOBER 2018

VROUWEN:

Susan Krumins NED/1986

Sinds 2002 verdedigt Susan Nederland al op internationale toernooien toen ze haar debuut maakte bij de junioren tijdens de EK Cross. Daarna was Susan nagenoeg ieder jaar aanwezig op verschillende kampioenschappen. Het leverde haar onder andere een scholarship op om in Amerika te gaan studeren aan de Florida State University in Tallahassee. Een avontuur wat een aantal jaar duurde. de laatste jaren draait de Nijmeegse atlete stevast mee in de wereld top op de grote toernooien.

2018	Europees Kampioenschap 10.000m	2 ^{de}	31:52,55
2018	Europees Kampioenschap 5.000m	6 ^{de}	15:09,65
2018	London Diamond League 3.000m	2 ^{de}	8:41,83
2017	Wereld Kampioenschap 10.000m	5 ^{de}	31:20,24
2017	Wereld Kampioenschap 5.000m	8 ^{ste}	14:58,33
2017	Venlo halve marathon	4 ^{de}	70:52
2016	Olympische Spelen 10.000m	14 ^{de}	31:32,43
2016	Europees Kampioenschap 5.000m	4 ^{de}	15:23,87
2016	Zevenheuvelenloop 15km	1 ^{ste}	49:30
2015	Wereld Kampioenschap 10.000m	10 ^{de}	31:54,32
2015	Wereld Kampioenschap 5.000m	8 ^{ste}	15:08,00
2014	Europees Kampioenschap 5.000m	3 ^{de}	15:32,82
2014	4 Mijl van Groningen		20.06
2013	Wereld Kampioenschap 5.000m	8 ^{ste}	15:14,70
2008	Europees Kampioenschap U23 Cross	1 ^{ste}	
2005	Europees Kampioenschap Junioren Cross	3 ^{de}	

Maureen Koster NED/1992

Maureen won reeds meerdere nationale titels in haar carrière en ook internationaal wist ze op het podium te staan. Op 17 jarige leeftijd liep ze haar eerste internationale baantoernooi tijdens de EYOF in Tampere. Daarna kwam Koster meer en meer in actie in het oranje met als hoogtepunt een bronzen medaille bij de EK Indoor in 2015. Ook in Groningen kent Maureen de weg, in 2015 noteerde zij de snelste tijd door een Nederlandse atlete gelopen op deze afstand.

2018	Europees Kampioenschap 5.000m	8 ^{ste}	15:21,64
2018	Parelloop 10km	1 ^{ste}	32:15
2018	Schoorl 10km	1 ^{ste}	32:36
2017	Europees Indoor Kampioenschap 3.000m	4 ^{de}	8:48,99
2017	Birmingham Indoor 3.000m	6 ^{de}	8:44,63
2016	Stanford 5.000m	3 ^{de}	15:07,20
2016	Wereld Indoor Kampioenschap 3.000m	4 ^{de}	8:56,44
2015	4 Mijl van Groningen	3 ^{de}	19:59 (NR)
2015	Europees Indoor Kampioenschap 3.000m	3 ^{de}	8:51,64
2015	Europees Cross Kampioenschap	9 ^{de}	
2014	Europees Kampioenschap Cross U23	5 ^{de}	



DE 4 MIJL VAN GRONINGEN

MANNEN:

Khalid Choukoud NED/1986

2018	Tilburg Ten Miles	8 ^{ste}	47:52
2017	Europees Kampioenschap Cross	22 ^{ste}	

Roy Hoornweg NED/1989

2018	Nederlands Kampioenschap 5.000m	3 ^{de}	14:18,77
2017	Groet uit Schoorl 10km	9 ^{de}	29:38
2017	4 Mijl van Groningen	12 ^{de}	19:09
2016	4 Mijl van Groningen	10 ^{de}	18:17
2015	Huelva 10.000m	4 ^{de}	28:37,39
2015	Groet uit Schoorl 10km	5 ^{de}	28:58
2015	Europees Kampioenschap Cross	32 ^{ste}	
2015	Heusden 5.000m	5 ^{de}	13:31,41

Mohammed Alid NED/1989

2018	Damloop 2 ^{de} Nederlander		
2018	Tilburg Ten Miles 2 ^{de} Nederlander		
2017	Nederlands Kampioen 5000m		
2017	Oordegem 5000m in 13:41		
2016	Nederlands Kampioenschap 5000m 3 ^{de}		
2016	Carquefou 5000m 13:44		
2015	Ninove 5000m 13:31		