

## Wedstrijden

### PLANNING 2015

4 April Ronde van Vlaanderen 245 KM

12 April Marathon Rotterdam ==> 3u39

6 Juni 1/4 Triathlon Meer ==> **2u14:56 (PR Exact dezelfde tijd als vorig jaar)**

13 Juni 1/2 triathlon Terheijden ==> **5u4 (PR)**

**27 Juni CELTMAN extreme triathlon (Schotland) ==> 15u15**

14 September Triathlon Challenge Almere Amsterdam (Hele triathlon) ==> Ingeschreven

24 Oktober - Bear trail - 56KM trail ==> Ingeschreven

Dec Winterduathlon - Hel van Kasterlee

A-Wedstrijd: <http://cxtri.com/>

**27 Juni 2015 Celtman Extreme triathlon - 3,8KM Zwemmen / 202KM fietsen! / 42KM rennen**

2014

## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

April Marathon Rotterdam ==> 3u51

1 Juni 1/4 Triathlon Meer ==> **2u14:56 (PR)**

8 Juni Halve triathlon Terheijden ==> 5u14

22 Juni Halve Marathon Roosendaal ==> 1u39

28 Juni 1/4 Triathlon Oud Gastel ==> 02:20:09 (18e plaats)

4.7.2014 Friday WK BIGMAN terrain triathlon ==> **2u17:55**

5.7.2014 Saturday WK BIGMAN LD triathlon – Czech Iron Man ==> **12:45:01**

6 September Haringvlietoversteek ==> **1u1 (PR)**

13 September Challenge Almere Amsterdam (LD triathlon) ==> 12:32

26 Oktober Halve Marathon Etten-Leur ==> 1u40

9 November Halve marathon A4 run Steenbergen ==> 1u39

13 Dec 2014 Marathon Ommen (Trail) ==> 44,5K (stukje verkeerd gelopen) 4u56

## **BIGMAN WORLD CHAMPIONSHIPS**

**BIGMAN is a combination of terrain triathlon and long distance triathlon in two following day ==> 15e plaats overall/ 4e in mijn leeftijd categorie!**

## 2013

Maart Ultraloop Stein ==> 6 uur - 55,5KM

April Marathon Rotterdam ==> 3u58

2 Juni 1/4 Triathlon Meer ==> 2:21:47

9 Juni Halve triathlon Terheijden ==> DNF Gevallen tijdens fietsen

22 Juni 1/3 Triathlon Oud Gastel ==> Omgezet naar trio tri na val in Terheijden ==> 5KM 21 Min.

23 Juni 10KM wedstrijd Roosendaal ==> 43 Min.

07 Sep 3KM zwemmen open water - Haringvliet oversteek 1u18

**14 Septembe 2013 Challenge Almere Amsterdam (hele triathlon) 12u47**

27 Oktober Marathon Etten-Leur 3u52

~~Nov 2013 Duathlon Reusel~~

Dec 2013 Winterduathlon Kasterlee 11u21 (PR)

Overzicht van de wedstrijden die ik gedaan heb (rood = PR):

## **2013**

03-Mrt-13 Ultraloop Stein Stein 6 uurs loop 55,5KM 55,5KM

## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

14-Apr-13	Marathon R'dam	Rotterdam	42,295KM	3u58
02-jun-13	1/4 triathlon	Meer	1-40-10	2u21:47
22-jun-13	Trio tri	Oud Gastel	5K	21:45
23-jun-13	10K	R'daal	10K	43:46
7-Sep-13	Haringvliet	R'daal	3K Zwemmen	43:46
14-Sep-13	1/1 Triathlon Almere	R'daal	3,8K Zwemmen/184K Fietsen /44K Lopen	12u47
27-Okt-13	Herfst Marathon	Etten Leur	42,295KM	3u52
22-Dec-13	Hel van Kasterlee	Kasterlee	15K/105K/30K	11u21

## 2012

15-Apr-12	Marathon Rotterdam	Rotterdam	Marathon (42,195K)	03:35:55
03-Jun-12	Hele triathlon	Hannover (D)	3,8K/180K/42,195K	12u36:55
15-Jul-12	Powertriathlon	Aarschot (B)	2K/60K/14K	4u13:07
01-Sep-12	Haringvlietoverste ek	Stellendam	3,5K	1u18.19
08-09-12	Hele triathlon	Almere	3,8K/180K/42,195K	11u37.50
21-okt-12	10 van AVR	Rucphen	10K	00:42:56
28-okt-12	Marathon	Etten Leur	Marathon (42,195K)	03:58:26

## 2011

10-apr-11	Marathon Rotterdam	Rotterdam	42,195	03:46:20
5-jun-11	Triathlon	Meer	Kwart	2.16.16
12-jun-11	Triathlon	Terheijden	Halve	5.09:21
26-jun-11	Hele Triathlon	Neerpelt	Hele	12:24:39
10-sep-11	Triathlon	Spijkenisse	Kwart	02:33:00
23-okt-11	10 van AVR	Rucphen	10KM	00:42:24
30-okt-11	Marathon Ettten-L	Etten-Leur	42,195	03:44:35

## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

13-nov-11	Duathlon Reusel	Reusel	15/60/7,5	04:45:18
18-dec-11	Hel van Kasterlee	Kasterlee	15/105/30	12:13:12

2010

21-feb-10	Wildenhoekseloop	Kruisland	21.1	1.35:23
27-feb-10	Zwemloop BopZ	BopZ	1Z/10H	1.11.26
13-jun-10	Triathlon	Terheijden	Kwart	2.26.55
19-jun-10	Triathlon	Meer	1/Achtste	1.17.13
26-jun-10	Triathlon	Gastel	1/Derde	03:29:29
25-jul-10	Triathlon	Antwerpen	Halve	05:31:45
11-sep-10	Triathlon	Spijkenisse	Kwart	02:29:30
19-sep-10	Duathlon	Tilburg	5-40-5	2:27:31
24-okt-10	10 van AVR	Rucphen	10km	41m54
31-okt-10	Marathon	Etten Leur	42KM	3:45:51

2009



4-apr-09	Zwemloop BopZ	BopZ	1Z-10H	01:11:51
19-apr-09	Monumentenloop	BopZ	10	00:44:45
16-mei-09	Triathlon (OD)	Kruiningen	OD	02:37:57
31-mei-09	Rondje Sprundel	Sprundel	16,1	1:12:17
3-jun-09	Pagnevaartloop	Oudenbosch	10	0:42:56
14-jun-09	Triathlon	Terheijden	Kwart	2.26.00
20-jun-08	Triathlon	Meer	Sprint 1/8	1:11:05
27-jun-09	Triathlon	Oud Gastel	Derde1/3	3:29:25
12-sep-09	Triathlon	Spijkenisse	Kwart	2:38:54
13-dec-09	Halve Marathon	Spijkenisse	21,1	1:40:20

## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

2008

13/Apr/2008	Marathon Rotterdam	Rotterdam	42,195	03:47:59
31/may/2008	Rondje Sprundel	Sprundel	16,1	01:15:18
22/jun/2008	Halve Marathon	Roosendaal	21,1	01:45:38
	7-sep-08Tilburg Ten Miles	Roosendaal	16,1	1:13:19
	<b>12-okt-08Marathon</b>	<b>Eindhoven</b>	<b>42,195</b>	<b>3:34:54</b>

2007



25-feb	Wildenhoekloop	Kruisland	21.1	01:40:19
15-apr	Marathon R'dam	R'dam	42.195	04:25:49
26-mei	Rondje Sprundel	Sprundel	16.1	01:14:06
06-jun	Pagnevaartloop	Oudenbosch	16.1	01:14:58
09-jun	Akkermolenloop	Zundert	10	00:44:50
13-jun	Biezenloop	Kruisland	10	00:43:59
17-jun	St-Bavoloop	Rijsbergen	10	00:44:30
24-jun	Halve Roosendaal	Roosendaal	21.1	01:38:33
02-sep	Tilburg 10 miles	Tilburg	16.1	01:15:22
28-okt	Marathon EL	Etten Leur	42.195	03:42:37
09-dec	SPARK Marathon	Spijkenisse	42.195	03:59:37

2006

19-feb	Wilgenhoekloop	Kruisland	21.1	1.45.37
19-mrt	Pagenevaartloop	Oudenbosch	10	45.03
02-apr	10 Halsteren	Halsteren	10	47.20



## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

09-apr	Kidney-run	Roosendaal	10	45.30
30-apr	Oranjeloop	Halsteren	10	43.41
27-mei	Rondje Sprundel	Sprundel	16.2	1.14.21
10-jun	Akkermolenloop	Zundert	10	46.51
13-jun	Biezenloop	Kruisland	10	45.40
25-jun	Halve Roosendaal	Roosendaal	21.1	1.39.43
15-aug	Beemdeloop	Hoeven	10	44.30
03-sep	Tilburg 10 Miles	Tilburg	16.2	1.18.46
29-okt	Marathon EL	Etten Leur	42.195	3.49.45
19-nov	10 Mijl Essen	Essen	16.1	1.11.40

2005



### 1e 10 Mijl's wedstrijd - Tilburg Ten Miles

#### MRECR, HALVE MARATHON 30-10-2005

Plts	Naam	G	Woonplaats/Verenigi	Bruto	Netto	Snelheid	Tempo
541	Hans Schoonen	6	Rucphen	2:01:19	2:00:34	10,49 km/u	5:42 min/km

#### T10M, 10 KM TRIMLOOP 23-10-2005

Plts	Naam	G	Woonplaats/Verenigi	Tijd	Snelheid	Tempo
65	Hans Schoonen	6	Rucphen	48:59	12,24 km/u	4:53 min/km

## Hans triathlon blog

Verslagen van mijn wedstrijden en voorbereidingen.....

<http://triathlon.ict-oke.com>

---

### MRECR, 10 EM TRIMLOOP 04-09-2005

Plts	Naam	G J	Woonplaats/Verenigi ng	Bruto	Netto	Snelheid	Tempo
139	Hans Schoonen	6	Rucphen	1:43:38	1:39:10	9,73 km/u	6:09 min/ km
5		5					