

starttijden 10 KM

09:00 uur	groep 1	10001-10050
09:05 uur	groep 2	10051-10100
09:10 uur	groep 3	10101-10150
09:15 uur	groep 4	10151-10200
09:20 uur	groep 5	10201-10250
09:25 uur	groep 6	10251-10300
09:30 uur	groep 7	10301-10350
09:35 uur	groep 8	10351-10400
09:40 uur	groep 9	10401-10450
09:45 uur	groep 10	10451-10500
09:50 uur	groep 11	10501-10550
09:55 uur	groep 12	10551-10600
10:00 uur	groep 14	10601-10650
10:05 uur	groep 15	10651-10700

starttijden 5 KM

10:10 uur	groep 16	5001-5050
10:15 uur	groep 17	5051-5100
10:20 uur	groep 18	5101-5150
10:25 uur	groep 19	5151-5200
10:30 uur	groep 20	5201-5250