MB 3000 meter - 1-7-2024, 2-2-2025, country : NED

Pos	Naam		Cat	Tijd	Datum	Baan
	Groep 1					
40	Gijs Nolen	10200520	HB2	3:58.33	24-11-2024	HVN
56	Friso van Vliet	10158041	HB2	4:00.84	29-9-2024	HVN
60	Pieter Zijlstra	10195660	HB2	4:00.92	2-2-2025	HVN
15	Stian van Etten	10200832	HB1	4:03.15	27-10-2024	HVN
	Groep 2					
43	Damian Prijs	10225408	HB1	4:04.15	24-11-2024	HVN
8	Zeger Berends	10237857	HB1	4:08.75	2-2-2025	HVN
6	Luke Bavius	10183258	HB2	4:11.12	3-11-2024	HVN
18	Lars Groenheiden	10209899	HB2	4:11.25	25-1-2025	ENS
	Groep 3					
54	Floris Verploeg	10211430	HB2	4:12.13	1-12-2024	HVN
28	Sven Huizinga	10212790	HB2	4:13.13	3-11-2024	LEE
38	Onne van Miltenburg	10205625	HB2	4:13.51	4-10-2024	HVN
36	Lars Mans	10212439	HB2	4:13.80	25-1-2025	HVN
	Groep 4					
2	Kian Baard	10207002	HB2	4:13.89	17-11-2024	LEE
23	Jelte Hellinga	10181420	HB2	4:14.35	3-11-2024	HVN
47	Daan Segers	10180316	HB2	4:14.89	20-10-2024	HVN
39	Joris Mulder	10179514	HB2	4:15.08	1-12-2024	HVN
	Groep 5					
34	Joachim van Laar	10237837	HB1	4:15.76	26-1-2025	HVN
29	Lars van Ipenburg	10204931	HB2	4:16.05	7-12-2024	HVN
61	Jonah Zwaan	10280913	HB2	4:16.09	5-1-2025	HVN
50	Sander Stanneveld	10188497	HB2	4:16.83	24-11-2024	HVN
	Groep 6					
20	Moos van Hall	10216138	HB1	4:16.92	5-1-2025	HVN
52	Anton van der Tol	10216351	HB1	4:16.93	25-1-2025	HVN
7	Kai van Bennekom	10221551	HB2	4:17.34	17-11-2024	ENS
53	Koen Veerman	10217584	HB1	4:18.69	5-1-2025	HVN
	Groep 7					
42	Sven Post	10217832	HB2	4:19.71	24-11-2024	HVN
5	Sam Bauhuis	10166488	HB2	4:20.35	27-10-2024	HVN
1	Huub Adema	10171604	HB2	4:20.92	3-11-2024	HVN
49	Milan Stam	10229921	HB1	4:21.50	26-1-2025	HVN
	Groep 8					
24	Niels Hiddink	10204072	HB1	4:22.00	24-11-2024	HVN
26	Tom van Hofwegen	10227259	HB1	4:22.41	24-11-2024	HVN
51	Mart Sypersma	10206960	HB1	4:23.44	26-1-2025	HVN