

Uitslag dubbele Coopertest 21 maart 2023.

Voor de eerste lentedag van het seizoen stond er een dubbele Coopertest op het programma. Trainer René had nog een extra opgave bedacht want iedereen mocht op zijn of haar manier de warming up doen.

Daarna sprak hij de groep toe en gaf aan dat hij had gezien dat de meesten een warming up hadden gedaan zonder tempoversnellingen en legde uit dat dit niet goed is aangezien je dan moeite hebt om door je eerste adem heen te komen.

Uiteindelijk bleek dit ook te kloppen aangezien alle deelnemers bij de tweede Coopertest een grotere afstand of evenveel meters aflegden dan bij de eerste Coopertest.

Het totaalresultaat was echter wel om trots op te zijn want alle aanwezigen legden een prima afstand af en de conditie bleek goed verzorgd te zijn. Complimenten hiervoor. Helaas moest Wim na de warming up afhaken wegens zijn slepende blessure.

Voor Herman was het zijn debuutavond en de vader van Nikkie bleef goed in het spoor en wist zich de tweede Coopertest zelf nog met 110 meter te verbeteren.

Al met al een lekkere inspanning op deze winderige avond waarbij de thuisblijvers wederom ongelijk hadden.

De uitslag in alfabetische volgorde was als volgt:

Naam	Afstand 1 <sup>e</sup> Coopertest	Afstand 2 <sup>e</sup> Coopertest
Daan	2.060 meter	2.230 meter
Dennis	2.640 meter	2.710 meter
Herman	2.100 meter	2.210 meter
Judith	2.060 meter	2.100 meter
Linda	2.400 meter	2.460 meter
Margreet	2.400 meter	2.460 meter
Mark	2.280 meter	2.330 meter
Marijke	1.830 meter	1.830 meter
Mirjam	2.160 meter	2.210 meter
Nikkie	2.160 meter	2.180 meter
Theo	1.980 meter	1.980 meter
Wim	DNS	DNS