

**19/08/2022 5 KM****Vrouwen:**

1	D'Haen	Stefanie	Hamme	18'43"
2	Bogaert	Niki	Waasmunster	21'06"
3	De Ridder	Thalissa	Waasmunster	24'33"
4	Hofmans	Marita	Dendermonde	26'11"
5	Verschelden	Wendy	Hamme	26'11"

**Mannen:**

1	Roels	Jonas	Hamme	16'09"
2	Roosenboom	Bryan	Zelee	16'44"
3	Van Puyenbroeck	Erwin	Grembergen	18'00"
4	Van Broeck	Gino	Temse	18'29"
5	Van den Eede	Stijn	Sint-Niklaas	18'34"

1e Sombeke: Rita Van Raemdonck en Jens De Schepper

**10 KM****Vrouwen:**

1	Truyens	Daphne	Waasmunster	49'11"
2	De Aguirre	Monique	Sombeke	49'50"
3	Antheunis	Martine	Sombeke	1h01'40"

**Mannen:**

1	Cappaert	Frederik	St.Gillis Waas	33'35"
2	Moesik	Ken	Hamme	35'49"
3	De Grande	Christophe	Sinaai	39'25"
4	Boxstaele	Kristof	Grembergen	39'28"
5	Pauwels	Matthias	Temse	40'33"
6	Goossens	Steven	Belsele	41'07"
7	De Munck	Kenny	Tielrode	42'01"
8	De Clercq	Tom	Hamme	43'31"
9	Lenaerts	Herman	Moerzeke	44'08"
10	De Baere	Rune	Waasmunster	45'00"

1e Sombeke: Monique De Aguirre en Steven Christiaens