

Overzicht limieten Menzis 4 Mijl van Groningen

Limieten - brutotijden

Zodra een atleet kan aantonen aan een van de onderstaande limieten te hebben voldaan, kan hij of zij op uitnodiging aan de 4 Mijl deel te nemen. Graag aanmelden via Info@4Mijl.nl t.a.v. Johan Meijer, projectmanager

Categorie	5 KM	10 KM	4 Mijl
Mannen: junioren (tot 20)	00:16:05	00:33:00	00:21:15
Mannen: senioren (vanaf 20)	00:15:20	00:31:30	00:20:17
Mannen: 35+	00:16:50	00:34:30	00:22:13
Mannen: 45+	00:18:25	00:37:30	00:24:08
Mannen: 55+	00:19:05	00:39:00	00:25:06
Mannen: 65+	00:19:45	00:40:30	00:25:55
Vrouwen: junioren	00:20:30	00:42:00	00:27:02
Vrouwen: senioren	00:18:15	00:37:30	00:24:08
Vrouwen: 35+	00:19:00	00:39:00	00:25:06
Vrouwen: 45+	00:20:30	00:42:00	00:27:02
Vrouwen: 55+	00:21:20	00:43:40	00:28:58
Vrouwen: 65+	00:22:30	00:46:00	00:30:28