

## USATF Northwest Regional Cross Country Championships

Seattle, WA November 19, 2011

### WOMEN 6K

Plc	Name	Club	Team Plc	Time
1	Brie Felnagle*	unatt	-----	20:15
2	Lois Keller	CNW	1	20:59
3	Claudia Copeland	CNW	2	21:00
4	Rose Wetzel	CNW	3	21:22
5	Christina Overbeck	Run P	1	21:25
6	Gwen Lapham**	CNW-M	1	21:25
7	Ruth Perkins	CNW	4	21:28
8	Carrie Heineck	Run P	2	21:34
9	Rebecca Mishler	Gr. Boise	-----	21:47
10	Asher Henry	unatt	-----	21:56
11	Allison Maxson	unatt	-----	22:00
12	Marlene Farrell	SRC	1	22:03
13	Kelsey Owens	Run P	3	22:10
14	Jena Winger	Run P	4	22:17
15	Erica McElrea	ESR	-----	22:21
16	Kristi Houk	CNW	5	22:23
17	Lia Slemons	CNW	6	22:37
18	Karen Steen**	CNW-M	2	22:40
19	Lisa Anderberg	CNW	1	22:45
20	Abby Larson	SRC	2	22:48
21	Laura Mickelson	CNW-	2	23:09
22	Dyan Simon	CNW-M	3	23:14
23	Meghan Lyle	CNW-B		23:19
24	Amber Farthing	CNW-B		23:26
25	Trisha Steidl	SRC	3	23:57
26	Michelle Hartel	Run P	5	23:59
27	Alyssa Tower	CNW-M	4	24:09
28	Sandra Selby	ESR-M	1	24:12
29	Regina Joyce**	CNW-S	1	24:22
30	Mary Hanna	SRC-S	1	24:27
31	Elizabeth Quinley	SRC	4	24:37
32	Becky Backstron	ESR-M	2	24:41
33	Amber Cruzan	SRC-M	1	24:43
34	Mona Deprey	SRC-M	2	24:47
35	Jessican Winter	CNW-B		24:57
36	Miriam Zderic**	CNW-S	2	25:08
37	Shelley Neal	SRC-S	2	25:13
38	Jennifer Bolibol	ESR-M	3	25:23
39	Monica Lloyd	Guerilla	-----	25:36
40	Julie Cassata	SRC	5	25:51
41	Claire Kindley	SRC-S	3	25:57
42	Kris Maraveller	SRC-M	3	26:22

43	Christa Prince	unatt	-----	26:31
44	Jessica Graham	ESR	-----	26:45
45	Danielle Hathaway	SRC	6	27:05
46	Sarah Yardley	Guerilla	-----	28:02
47	Joy Cordell	SRC-S	2	28:05
48	Debra Hafner	SRC-S	3	29:53
49	Ruhama Sosnow	Guerilla	-----	31:15
50	Amy McVee	CNW-S	3	31:43
51	Barb Motteler	CNW-S	4	33:43

\*USATF Open Champion

\*\*USATF Masters Champion

### Open Team Scoring

CNW	21 (1,2,3,5,10, 11, 12, 14)
Run Portland	43 (4,6,8, 9, 16)
Seattle Running Club	70 (7, 13, 15, 17, 18, 19)

### Masters 40 Team Scoring

CNW	6 (1.2, 3, 4)
Eastside Runners	20 (5,6 9)
SRC	25 (7,8 10)

### Masters 50 Team Scoring

SRC	11 (2, 4, 5, 6, 7)
CNW	12 (1,3,8, 9)

### Women 40-44

1	Gwen Lapham	CNW-M	1	21:25
2	Dyan Simon	CNW-M	3	23:14
3	Sandra Selby	ESR-M	1	24:12
4	Amber Cruzan	SRC-M	1	24:43
5	Jennifer Bolibol	ESR-M	3	25:23
6	Kris Maraveller	SRC-M	3	26:22
7	Christa Prince	unatt	-----	26:31

### Women 45-49

1	Karen Steen	CNW-M	2	22:40
2	Alyssa Tower	CNW-M	4	24:09
3	Mona Deprey	SRC-M	2	24:47

### Women 50-54

1	Regina Joyce	CNW-S	1	24:22
2	Mary Hanna	SRC-S	1	24:27
3	Becky Backstron	ESR-M	2	24:41
4	Shelley Neal	SRC-S	2	25:13
5	Claire Kindley	SRC-S	3	25:57
6	Debra Hafner	SRC-S	3	29:53
7	Amy McVee	CNW-S	3	31:43
8	Barb Motteler	CNW-S	4	33:43

### Women 55-59

1	Miriam Zderic	CNW-S	2	25:08
---	---------------	-------	---	-------

2	Joy Cordell	SRC-S	2	28:05
3	Ruhama Sosnow	Guerilla	-----	31:15

### **MEN 8K**

1)	Joe Gray*	CNW	1	24:03
2)	Bennett Grimes	CNW	2	24:08
3)	Kyle King	unatt	---	24:39
4)	Dan McLean	SRC	1	24:43
5)	Teshome Kokebe	CNW	3	24:47
6)	Uli Steidl	SRC	2	24::50
7)	Dallas Henry	US Army	---	24:57
8)	Ben Mangrum	SRC	3	24:59
9)	Justin Culver	Run26	----	25:02
10)	Sean Sundwall	CNW	4	25:10
11)	Kevin Murphy	CNW	5	25:17
12)	Phil Olson	CNW	6	25:22
13)	Luke Leminager	SnoS	1	25:29
14)	Jon Murray	ESR	--	25:35
15)	Nick Mosey	unatt	---	25:36
16)	Brett Winegar	CNW	7	25:41
17)	Chad Trammel	CNW	8	25:45
18)	Spencer Walsh	CNW-B	1	25:47
19)	Ryan Prentice	CNW-B	2	26:08
20)	Dusty Caseria	GBRC	1	26:09
21)	Ryan Johnson	CNW-B	3	26:10
22)	Lance Thompson	SRC	4	26:16
23)	Jesse Stevick	Guerilla	1	26:20
24)	Michael lynes	CNW-M	1	26:30
25)	Jeff Hashimoto	CNW-M	2	26:39
26)	Kris Brown	CNW-B	4	26:41
27)	Ben Sauvage	CNW-M	3	26:43
28)	Eric Taylor	ESR	---	26:45
29)	Dave McCulloch	CNW-M	4	26:46
30)	Tyler VanDooren	GBRC	2	26:46
31)	Max Ferguson	SRC	5	26:47
32)	Jeriah Griswold	CNW-B	5	26:49
33)	Peter Ellis	SnoS	2	26:53
34)	Alex Kurtis	GBRC	3	26:53
35)	Casey Barten	SnoS	3	27:04
36)	Eric Sofen	SRC	6	27:07
37)	Matt Kurtis	GBRC	4	27:08
38)	Mark Bokor	CNW-B	6	27:14
39)	Andrew Moroney	ESR	---	27:16
40)	Mark Donahue	CNW-M	5	27:17
41)	David Whitney	GBRC	5	27:22
42)	Steve Richards	BAC	---	27:25

43)	Mark Davies	SRC-M		27:29
44)	Logan Senrud	SnoS	4	27:33
45)	Mike Smith	CNW-50	1	27:37
46)	John Collins	CNW-M	6	27:38
47)	Sean Messiter	CNW-MB	1	27:41
48)	Kurt Hartmaier	CNW-B	7	27:47
49)	Matt Ellis	unatt		27:54
50)	Joe Bisignano	CNW-50	2	27:55
51)	Paul Davis	unatt	----	28:03
52)	John O'Hearn	CNW-MB	2	28:05
53)	Paul Abdalla	CNW-50	3	28:12
54)	Terry Kegel	CNW-C	----	28:18
55)	David White-Espin	CNW50	4	28:26
56)	Eric Gavelin	unatt	----	28:33
57)	Dominic Batttistella	GBRC	6	28:36
58)	Willie Richardson	CNW-B	8	28:39
59)	Eric Bone	SRC	7	28:42
60)	Greg Beyerlein	CNW-50B	1	28:46
61)	John Berta	CNW-MB	3	28:47
62)	Lance Logan	ESR-M	1	28:53
63)	Craig Dickson	Guer	2	28:54
64)	Rick Becker	CNW-50	5	28:56
65)	Paul Huynh	CNW-C	----	28:59
66)	Ray Prentice	CNW-50	6	29:02
67)	Scott Anson	ESR-M	2	29:03
68)	Bob Brennand	CNW-50	7	29:08
69)	Kevin Olson	GBTC	6	29:11
70)	Brian Rockenbach	SnoS	5	29:14
71)	Rockwell Moulton	CNW-50B	2	29:18
72)	Kendall Townsend	GBRC	7	29:34
73)	Tom Johnson	SnoS	6	29:42
74)	Chris McBride	CNWMB	4	29:50
75)	Dan Kuhlmann	Guer	3	29:52
76)	Bryan Torian	Guer	4	29:53
77)	Robinson Howell	CNW-50B	3	29:55
78)	Charles Purnell	CNWMB	5	29:59
79)	Cliff Richards	SRC-50	1	30:02
80)	Ken Koenig	GB-M	1	30:21
81)	Fred Motteler	CNW50B	4	30:25
82)	Ian Brown	CNWMC	1	30:25
83)	Joel Grossbard	CNW-C	---	30:28
84)	Craig Kenworthy	CNW-MB	6	30:32
85)	Coulter Leslie	CNW-MB	7	31:01
86)	Kent Sizer	SRC-50	2	31:12
87)	Jerry Zyskowski	CNWSB	5	31:15
88)	Russ Otani	ESR-50	1	31:29

89) Michael Allison	CNW-60		31:45
90) Mark Bussell	GB-M		31:58
91) Denis Villeneuve	CNW-50B	6	32:03
92) Jeff Sowards	ESR-M		32:03
93) Mike Ellis	ESR-M		32:15
94) Anthony Cava	GBRC-M		32:15
95) Craig Anderson	ESR-60		32:17
96) Scott Serpa	SRC-50	3	32:25
97) Karl Kunkle	CNW-50B	7	32:40
98) Roy Seliber	ESR-50	2	32:47
99) Erik Heimann	Guerrilla	5	32:48
100) David Longmuir	ESR-60		32:59
101) William Waters	ESR-60		33:03
102) Phil Welch	CNW-60		33:04
103) Mark Drangsholt	SRC-50	4	33:17
104) Tim Oguri	CNW-60		33:39
105) Scott Harvey	CNW-60B		34:04
106) Norbert Greer	ESR-50	3	34:36
107) Frazer Mann	ESR-60		34:43
108) Paul Swenson	ESR		34:47
109) John Swenson	ESR-50	4	34:48
110) Doug Beyerlein	CNW-60		35:39
111) Maury Webber	ESR-40		35:44
112) John Schick	GBRC-40		35:45
113) Glen Mangiantini	SRC-50	5	36:42
114) C.B. Crouse	ESR-60		37:07
115) Jim McGill	CWN60B		37:15
116) Bill Iffrig	CNW60B		37:25
117) Patrick Dwyer	ESR60B	5	37:27
118) Jeff Norman	ESR60B		38:25
119) Peter Marshall	ESR60B		40:34
120) Osamu Yamamoto	ESR60B		40:54
121) Michael Corrone	ESR60B		41:50
122) Roger Dean	STC		44:59

\*USATF Open Regional Champion

\*\*USATF Masters Regional Champion

### Open Team Scoring

CNW	22 (1,2,4,7,8,9,11,12)
SRC	52 (3,5,6,17,21,22,25)
CNW-B	84 (13,14, 16, 19, 22, 28, 31, 33)
GBRC	115 (15, 20, 24, 27, 29, 32, 35)
SnoS	124 (10, 23, 25, 30, 36, 37)
Guerilla	169 (18, 34, 38, 39, 40)

### Masters 40s Team Scoring

CNW-M	15 (1,2,3,4,5,6,)
-------	-------------------

CNW-MB 49 (7,8,9,12,13,14,15)  
ESR-M 72 (10,11,16,17,18)

**Masters 50s Team Scoring**

CNW 16 (1,2,3,4,6,7,8)  
CNW50-B 50 (5, 9, 10, 12, 14,15)  
SRC-50 84 (11, 13, 16, 17, 18)  
ESR-50 101 (15,19,21,22, 24)

**Masters 60s Team Scoring**

ESR 9 (2,3,4,8, 10)  
CNW 12 (1, 5, 6, 9)  
CNW-60B 30 (7, 11, 12)  
ESR-60B 42 (13, 14, 15, 16)

**MENS 40-44**

1) Jeff Hashimoto**	CNW-M	2	26:39
2) Ben Sauvage	CNW-M	3	26:43
3) Dave McCulloch	CNW-M	4	26:46
4) Mark Donahue	CNW-M	5	27:17
5) Steve Richards	BAC-M		27:25
6) Mark Davies	SRC-M		27:29
7) John Collins	CNW-M	6	27:38
8) Matt Ellis	unatt		27:54
9) Paul Davis	unatt	----	28:03
10) John Berta	CNW-MB		28:47
11) Craig Dickson	Guer	2	28:54
12) Scott Anson	ESR-M	2	29:03
13) Coulter Leslie	CNW-MB	7	31:01
14) Mike Ellis	ESR-M		32:15
15) Maury Webber	ESR-40		35:44

**MENS 45-49**

1) Michael Lynes**	CNW-M	1	26:30
2) Sean Messiter	CNW-MB	1	27:41
3) Paul Davis	unatt	----	28:03
4) John O'Hearn	CNW-M	2	28:05
5) Lance Logan	ESR-M	1	28:53
6) Charles Purnell	CNWMB	3	29:59
7) Ken Koenig	GB-M	1	30:21
8) Ian Brown	CNWMC	1	30:25
9) Craig Kenworthy	CNW-MB	6	30:32
10) Jeff Sowards	ESR-M		32:03
11) Paul Swenson	ESR		34:47

**MENS 50-54**

1) Mike Smith**	CNW-50	1	27:37
2) Joe Bisignano	CNW-50	2	27:55
3) Paul Abdalla	CNW-50	3	28:12

4) David White-Espin	CNW-50	4	28:26
5) Ray Prentice	CNW-50	7	29:02
6) Bob Brennand	CNW-50	8	29:08
7) Rockwell Moulton	CNW-50B	9	29:18
8) Kendall Townsend	GBRC		29:34
9) Robinson Howell	CNW-50B	2	29:55
10) Cliff Richards	SRC-M	1	30:02
11) Mark Bussell	GB-M		31:58
12) Anthony Cava	GBRC-M		32:15
13) Scott Serpa	SRC-50	3	32:25
14) Roy Seliber	ESR-50		32:47
15) Mark Drangsholt	SRC-50	4	33:17
16) Glen Mangiantini	SRC-50	5	36:42

### **MENS 55-59**

1) Greg Beyerlein**	CNW-50B	1	28:46
2) Rick Becker	CNW-50	6	28:56
3) Fred Motteler	CNW-50B	3	30:25
4) Kent Sizer	SRC-50	2	31:12
5) Jerry Zyskowski	CNW-50B	5	31:15
6) Denis Villeneuve	CNW-50B`	6	32:03
7) Karl Kunkle	CNW-50B	7	32:28
8) John Schick	GBRC-40		35:45

### **MENS 60-64**

1) Michael Allison**	CNW-60	1	31:45
2) Craig Anderson	ESR-60	1	32:17
3) David Longmuir	ESR-60	2	32:48
4) William Waters	ESR-60	3	32:59
5) Phil Welch	CNW-60	2	33:04
6) Tim Oguri	CNW-60	3	33:14
7) Scott Harvey	CNW-60B	1	33:19
8) Frazer Mann	ESR-60	4	34:05
9) Doug Beyerlein	CNW-60	4	35:39
10) C.B. Crouse	ESR-60	5	37:07
11) Jim McGill	CWN60B	2	37:15
12) Jeff Norman	ESR60B	1	38:25
13) Osamu Yamamoto	ESR60B	2	40:54
14) Michael Corrone	ESR60B	3	41:50

### **MENS 65-69**

1) C.B. Crouse**	ESR-60		37:07
2) Patrick Dwyer	ESR60B		37:27

### **MENS 70-74**

1) Peter Marshall**	ESR60B		40:34
---------------------	--------	--	-------

2) Roger Dean      STC      44:59

**MENS 75—**

1) Bill Iffrig\*\*      CNW60B      37:25