

**Senioren mannen**

laatste wijziging: 20-07-2008

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam		Plaats	Datum
100 meter	<b>10.91</b> sec.	Eric van Zee	U18-M	Uden	05-06-1988
200 meter	<b>22.21</b> sec.	Eric van Zee	U18-M	Uden	05-06-1988
400 meter	<b>48.67</b> sec.	Marius Kranendonk	U18-M	Papendrecht	12-06-2005
800 meter	<b>1.48.32</b> min.sec	Martin Delleman		Kerkrade	29-09-1993
1000 meter	<b>2.22.34</b> min.sec	Ad Verweij		Brussel	25-08-2000
1500 meter	<b>3.43.82</b> min.sec	Ad Verweij		Nijmegen	24-06-2001
1 engelse mijl (1609m)	<b>4.06.93</b> min.sec	Martin Delleman		Kevelaar (Dui.)	12-09-1992
2000 meter	<b>5.20.17</b> min.sec	Martin Delleman		Uden	04-07-1998
3000 meter	<b>8.04.65</b> min.sec	Martin Lauret		Tessengerlo (Dui.)	31-08-1996
5000 meter	<b>13.42.24</b> min.sec	Martin Lauret	m35	Heusden	20-07-2008
10.000 meter	<b>29.09.42</b> min.sec	Martin Lauret		Troisdorf (Dui.)	24-08-1996

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie	Naam		Plaats	Datum
110 meter horden (106,7 cm)	<b>15.74</b> sec.*	Otto Verseveld		Zwolle	16-05-1982
400 meter horden (91,4 cm)	<b>54.36</b> sec.	Marius Kranendonk	U18-M	Sint Niklaas (B)	05-05-2005
3000 meter steeple chase	<b>9.00.57</b> min.sec	Jeroen van Dijke	U20-M	Santpoort	28-06-1995

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam		Plaats	Datum
verspringen	<b>7.41</b> meter	Justin Sluijter	U20-M	Lisse	07-05-2022
hoogspringen	<b>2.13</b> meter	Dion van Kessel		Tilburg	05-06-2017
hinkstapspringen	<b>13.83</b> meter	Erik de Bruin	U18-M	Groningen	22-06-1980
polsstokhoogspringen	<b>4.16</b> meter	Lennart van Sluis	U20-M	Alphen a/d Rijn	10-06-2011

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam		Plaats	Datum
kogelstoten (7,26 kg)	<b>18.26</b> meter	Erik de Bruin	U20-M	Lisse	07-05-1983
discuswerpen (2 kg)	<b>57.88</b> meter	Erik de Bruin	U20-M	Amsterdam	07-08-1982
speerwerpen (800 gr)	<b>68.89</b> meter	Thomas Knoop		Apeldoorn	25-06-2022
kogelslingeren (7,26 kg)	<b>42.64</b> meter	Rob Bakker		Stadskanaal	13-09-1986

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp (puntentelling '98)	<b>7039</b> punten	Piet Meydam 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 110mh / discus / pols / speer / 1500m 11.92 / 6.30 / 13.36 / 1.80 / 51.31 / 16.51 / 46.3 / 4.10 / 51.14 / 4.18.71	Bernhausen(Dui.)	13/14-06-1980

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>43.00</b> sec.	Kay Klappe - Ruiz Lodder - Tijm Oosterom - Justin Sluiter	Zundert	12-06-2022
4 x 200 meter	<b>1.32.7</b> min.sec	Carlo Ferket - Jeroen Hage - Ruud Wieles - Martin Delleman	Leiden	14-04-1990
4 x 400 meter	<b>3.29.7</b> min.sec	Ruud Wieles - Gerard de Jong - Otto Verseveld - Edwin Hummel	Gorinchem	17-09-1983
4 x 800 meter	<b>7.56.67</b> min.sec	Carlo Ferket - Mimoun Hammouti - Hafid Chaaby - Martin Delleman	Dordrecht	25-09-1987
4 x 1500 meter	<b>16.21.87</b> min.sec	Hafid Chaaby - Martin Delleman - Harold van Dorth - Marcel van der Kaay	Rotterdam	19-09-1987
Zweedse est.(400-300-2- 0-100)	<b>2.00.67</b> min.sec	Justin Sluijter - Tijm Oosterom - Ruiz Lodder - Kay Klappe	Terneuzen	15-05-2022

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U20 mannen**

laatste wijziging: 07-05-2022

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>10.91</b> sec.	Eric van Zee	U18-M Uden	05-06-1988
200 meter	<b>22.21</b> sec.	Eric van Zee	U18-M Uden	05-06-1988
400 meter	<b>48.67</b> sec.	Marius Kranendonk	U18-M Papendrecht	12-06-2005
800 meter	<b>1.51.94</b> min.sec	Jeroen van Dijke	Uden	01-07-1995
1000 meter	<b>2.27.20</b> min.sec	Jeroen van Dijke	Arnsberg (Dui.)	27-05-1995
1500 meter	<b>3.50.04</b> min.sec	Jeroen van Dijke	Gorinchem	16-06-1995
3000 meter	<b>8.27.0</b> min.sec	Piet de Peuter	Hechtel (Bel.)	23-07-1976
5000 meter	<b>14.55.8</b> min.sec	Piet de Peuter	Eindhoven	08-06-1976
10.000 meter	<b>31.42.0</b> min.sec	Piet de Peuter	Dordrecht	04-08-1976

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
110 meter horden (99.1 cm)	<b>15.64</b> sec.*	Marcel Oosterom	Gorinchem	01-10-1995
400 meter horden (91,4 cm)	<b>54.36</b> sec.	Marius Kranendonk	U18-M Sint Niklaas (B)	05-05-2005
3000 meter steeple chase	<b>9.00.57</b> min.sec	Jeroen van Dijke	Santpoort	28-06-1995

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>7.41</b> meter	Justin Sluijter	Lisse	07-05-2022
hoogspringen	<b>2.09</b> meter	Dion van Kessel	Ninove(België)	23-07-2016
hinkstapspringen	<b>13.83</b> meter	Erik de Bruin	U18-M Groningen	22-06-1980
polsstokhoogspringen	<b>4.16</b> meter	Lennart van Sluis	Alphen a/d Rijn	10-06-2011

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (6 kg)	<b>19.34</b> meter	Erik de Bruin	Haarlem	29-05-1982
discuswerpen (1,75 kg)	<b>59.86</b> meter	Erik de Bruin	Nijmegen	20-06-1981
speerwerpen (800 gr)	<b>65.56</b> meter	Thomas Knoop	Amersfoort	10-09-2021
kogelslingeren (6,25 kg)	<b>56.06</b> meter	Erik de Bruin	Vught	27-06-1982

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp	<b>5922</b> punten	Marcel Oosterom 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 110mh / discus / pols / speer / 1500m 11.2 / 6.21 / 11.39 / 1.85 / 50.9 / 15.4 / 27.82 / 2.10 / 42.24 / 4.38.7	Gorinchem	30/01-10-1995

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>43.00</b> sec.	Kay Klappe - Ruiz Lodder - Tijm Oosterom - Justin Sluiter	Zundert	12-06-2022
4 x 400 meter	<b>3.31.84</b> min.sec	Pim v.d. Berghe - Jurgen Braat - Marcel Oosterom - Walter de Swart	Emmen	05-06-1993
4 x 800 meter	<b>8.41.0</b> min.sec	Ton Kon - Henk Verploegh - Hans Cusell - Bert Vreeswijk	Sliedrecht	?
4 x 1500 meter	min.sec			
Zweedse est.(400-300-2-0-100)	<b>2.00.67</b> min.sec	Justin Sluijter - Tijm Oosterom - Ruiz Lodder - Kay Klappe	Terneuzen	15-05-2022

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U18 Mannen**

laatste wijziging: 06-07-2022

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>10.91</b>	sec.	Eric van Zee	Uden	05-06-1988
200 meter	<b>22.21</b>	sec.	Eric van Zee	Uden	05-06-1988
400 meter	<b>48.67</b>	sec.	Marius Kranendonk	Papendrecht	12-06-2005
800 meter	<b>1.57.12</b>	min.sec	Corné Boutkam	Apeldoorn	14-05-2004
1500 meter	<b>4.00.98</b>	min.sec	Corné Boutkam	Gorinchem	19-06-2004
3000 meter	<b>8.57.5</b>	min.sec	Ton Kon	Ermelo	09-07-1970

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
110 meter horden (91,4 cm)	<b>15.07</b>	sec.	Marius Kranendonk	Apeldoorn	25-09-2005
400 meter horden (83.8 cm)	<b>52.27</b>	sec.	Tijm Oosterom	Jeruzalem	06-07-2022
2000 meter steeple chase	<b>7.47.42</b>	min.sec	Tommy Zirkzee	U16-M Vught	28-04-2024

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>7.14</b>	meter	Eric van Zee	Groningen	27-08-1988
hoogspringen	<b>2.05</b>	meter	Dion van Kessel	Rotterdam	22-06-2014
hinkstapspringen	<b>13.83</b>	meter	Erik de Bruin	Groningen	22-06-1980
polsstokhoogspringen	<b>3.70</b>	meter	Erik de Bruin	Haarlem	30-06-1979

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (5 kg)	<b>20.37</b>	meter	Erik de Bruin	Papendal	20-09-1980
discuswerpen (1,5 kg)	<b>62.34</b>	meter	Erik de Bruin	Den Haag	27-04-1980
speerwerpen (700 gr)	<b>63.98</b>	meter	Thomas Knoop	Gorinchem	29-09-2019
kogelslingeren (5 kg)	<b>53.66</b>	meter	Erik de Bruin	Groningen	22-06-1980

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten	Plaats	Datum
negenkamp	<b>6422</b>	punten	Erik de Bruin 100m / ver / kogel / pols / 110mh / discus / hoog / speer / 1500m 11.1 / 6.66 / 20.37 / 3.10 / 15.8 / 59.54 / 1.81 / 50.08 / 5.35.4	Papendal	20-09-1980
tienkamp	<b>4988</b>	punten	Justin Sluijter 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 110mh / discus / pols / speer / 1500m 12.23 / 5.79 / 9.32 / 1.77 / 57.75 / 18.22 / 32.69 / 2.70 / 47.06 / 5.20.35	Schoonhoven	06/07-07-2019

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie		Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>45.49</b>	sec.	Thom Kortenoever - Stan Buddingh' - Luca Hellings - Justin Sluijter	Gorinchem	26-09-2020
Zweedse est.(400-300-2-0-100)		min.sec			

**U16 Mannen**

laatste wijziging: 27-10-2024

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>11.84</b> sec.*	Jurgen Braat	Gorinchem	25-04-1992
150 meter	<b>18.24</b> sec.*	Marius Kranendonk	Gorinchem	05-04-2003
300 meter	<b>40.43</b> sec.	Tommy Zirkzee	Barendrecht	27-10-2024
800 meter	<b>1.59.58</b> min.sec	Brik van Dusseldorp	Hagen(Duitsland)	16-06-2017
1000 meter	<b>2.41.3</b> min.sec	Corné Boutkam	Gorinchem	28-09-2002
1500 meter	<b>4.14.77</b> min.sec	Corné Boutkam	Gorinchem	15-06-2001

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (83.8 cm)	<b>13.86</b> sec.	Jarno Boutkam	Amsterdam	27-08-2005
300 meter horden (76,2 cm)	<b>38.92</b> sec.	Jarno Boutkam	Almelo	03-09-2005
1500 meter steeple chase	min.sec	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>6.12</b> meter	Erik de Bruin	Rotterdam	15-05-1978
hoogspringen	<b>1.86</b> meter	Dion van Kessel	Dordrecht	19-02-2012
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	<b>3.10</b> meter	Jarno Boutkam	Papendrecht	12-06-2005

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)	<b>19.28</b> meter	Erik de Bruin	Den Haag	28-05-1978
discuswerpen (1 kg)	<b>63.96</b> meter	Erik de Bruin	Vught	27-08-1978
speerwerpen (600 gr)	<b>56.17</b> meter	Thomas Knoop	Gorinchem	14-10-2017
kogelslingeren (4 kg)	<b>38.94</b> meter	Rein van Houwelingen	Amsterdam	31-08-2014

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
achtkamp (puntentelling '94)	<b>5703</b> punten	Marius Kranendonk 100m / ver / kogel / hoog / 100mh / discus / speer / 1000m 12.25 / 5.76 / 13.51 / 1.70 / 15.09 / 34.63 / 39.06 / 2.47.93	Gorinchem	12/13-07-2003

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>47.04</b> sec.*	Corné Boutkam - Jouke Garretsen - Marius Kranendonk - Michael Heffels	Gorinchem	22-06-2002

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U14 Mannen**

laatste wijziging: 30-05-2019

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
80 meter	<b>10.34</b>	sec.*	Jurgen Braat	Rotterdam	16-06-1990
	<b>10.26</b>	sec.	Ruiz Lodder	Amsterdam	03-09-2017
1000 meter	<b>2.44.44</b>	min.sec	Muhameed Huseen	Gorinchem	24-09-2016

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76,2 cm)	<b>12.44</b>	sec.*	Marius Kranendonk	Heerhugowaard	27-05-2001
1000 meter steeple	<b>3.48.9</b>	min.sec	Alex van Hoogdalem	Zoetermeer	07-07-1985

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>5.35</b>	meter	Marius Kranendonk	Purmerend	24-06-2001
hoogspringen	<b>1.67</b>	meter	Dion van Kessel	Gorinchem	25-09-2010

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (3 kg)	<b>12.97</b>	meter	Corné Boutkam	Rotterdam	26-08-2000
discuswerpen (1 kg)	<b>33.51</b>	meter	Rob Vroegh	Amsterdam	16-09-1984
speerwerpen (400 gr)	<b>41.77</b>	meter	Matthijs Knoop	Gorinchem	30-05-2019

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten	Plaats	Datum
zevenkamp (puntentelling '94)	<b>4360</b>	punten	Marius Kranendonk 80m / ver / speer / 80mh / hoog / kogel / 1000m 10.73 / 5.16 / 33.26 / 12.96 / 1.45 / 10.50 / 2.51.10	Emmen	22/23-09-2001

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie		Atleten	Plaats	Datum
4 x 80 meter	<b>41.48</b>	sec.	Thom Kortenoever - Stan Buddingh - Thijs de Wild - Ruiz Lodder	Oud-Beijerland	03-09-2016

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**Mannen 35**

laatste wijziging: 11-10-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter	<b>11.81</b>	sec.	Ruud Wieles	m40	Zevenaar	08-06-1998
200 meter	<b>25.50</b>	sec.	Ruud Wieles	m60	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>52.59</b>	sec.	Ruud Wieles		Dordrecht	08-09-1991
800 meter	<b>2.12.1</b>	min.sec	Dick Aanen	m40	Amsterdam	09-07-2004
1000 meter	<b>2.51.22</b>	min.sec	Dick Aanen	m40	Utrecht	16-07-2004
1500 meter	<b>4.25.37</b>	min.sec	Hafid Chaaby	m40	Gorinchem	18-06-2004
1 engelse mijl (1609m)		min.sec	Vacant			
3000 meter	<b>8.48.54</b>	min.sec	Bernard Heshof		Vught	25-05-2006
5000 meter	<b>13.42.24</b>	min.sec	Martin Lauret		Heusden	20-07-2008
10 kilometer	<b>33.29.77</b>	min.sec	Luca Ferroglio	m40	Rotterdam	11-10-2025

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
110 meter horden		sec.	Vacant			
400 meter horden (91,4 cm)		sec.	Vacant			
3000 meter steeple chase	<b>10.43.00</b>	min.sec	Luca Ferroglio	m40	Wageningen	16-08-2024

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
verspringen	<b>6.03</b>	meter	Jan Versluis	m40	Utrecht	24-06-1990
hoogspringen	<b>1.60</b>	meter	Alexander van den Heuvel		Sleeuwijk	04-10-2025
hinkstapspringen	<b>11.45</b>	meter	Ruud Wieles	m40	Gorinchem	01-10-1995
polsstokhoogspringen	<b>3.20</b>	meter	Bert Vreeswijk	m50	Vught	12-06-2004

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
kogelstoten (7,26 kg)	<b>13.76</b>	meter	Maarten Kuiper	m40	Sittard	26-06-2011
discuswerpen (2 kg)	<b>41.78</b>	meter	Maarten Kuiper	m40	Vught	02-06-2011
speerwerpen (800 gr)	<b>42.32</b>	meter	Jan Versluis	m40	Schoonhoven	07-07-1990
kogelslingeren (7,26 kg)	<b>27.46</b>	meter	Bert Vreeswijk	m55	Boskoop	24-06-2006
gewichtwerpen (15.88 kg)	<b>7.57</b>	meter	Bert Vreeswijk		Gorinchem	24/25-09-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten		Plaats	Datum
tienkamp		punten	Vacant			
vijf kamp		punten	Vacant			

**Mannen 40**

laatste wijziging: 11-10-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>11.84</b> sec.*	Ruud Wieles	Gorinchem	01-10-1995
	<b>11.81</b> sec.	Ruud Wieles	Zevenaar	08-06-1998
200 meter	<b>25.50</b> sec.	Ruud Wieles	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>53.59</b> sec.	Ruud Wieles	Emmen	07-06-1997
800 meter	<b>2.12.1</b> min.sec	Dick Aanen	Amsterdam	09-07-2004
1000 meter	<b>2.51.22</b> min.sec	Dick Aanen	Utrecht	16-07-2004
1500 meter	<b>4.25.37</b> min.sec	Hafid Chaaby	Gorinchem	18-06-2004
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.12.1</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	14-10-1989
3000 meter	<b>9.39.81</b> min.sec	Dick Aanen	Rotterdam	02-07-2004
5000 meter	<b>15.56.33</b> min.sec	Hafid Chaaby	Vught	11-06-2005
10 kilometer	<b>33.29.77</b> min.sec	Luca Ferroglio	Rotterdam	11-10-2025

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
110 meter horden (99.1 cm)	<b>18.27</b> sec.	Anton Gelderblom	Amsterdam	25-06-1994
400 meter horden (91,4 cm)	<b>69.72</b> sec.	Henry Vos	Gorinchem	13-06-2003
3000 meter steeple chase	<b>10.43.00</b> min.sec	Luca Ferroglio	Wageningen	16-08-2024

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>6.03</b> meter	Jan Versluis	Utrecht	24-06-1990
hoogspringen	<b>1.55</b> meter	Jan Versluis	Gorinchem	30-09-1990
hinkstapspringen	<b>11.45</b> meter	Ruud Wieles	Gorinchem	01-10-1995
polsstokhoogspringen	<b>3.20</b> meter	Bert Vreeswijk	Vught	12-06-2004

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (7,26 kg)	<b>13.76</b> meter	Maarten Kuiper	Sittard	26-06-2011
discuswerpen (2 kg)	<b>41.78</b> meter	Maarten Kuiper	Vught	02-06-2011
speerwerpen (800 gr)	<b>42.32</b> meter	Jan Versluis	Schoonhoven	07-07-1990
kogelslingeren (7,26 kg)	<b>27.46</b> meter	Bert Vreeswijk	Boskoop	24-06-2006
gewichtwerpen (15.88 kg)	<b>7.57</b> meter	Bert Vreeswijk	Gorinchem	24/25-09-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp		punten Vacant		
vijf kamp	<b>3007</b>	punten Jan Versluis	Schoonhoven	07-07-1990
	(WMA 2003)	ver / speer / 200m / discus / 1500m 5.74 / 42.32 / 26.44 / 36.40 / 5.22.2		
werp vijfkamp		punten Vacant		

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>49.69</b> sec.	Dennis de Greef - Wim de Knikker - Hans van Voorthuizen - Anton Gelderblom	Gorinchem	23-05-1994
Zweedse est.(400-300-2-0-100)	<b>2.22.7</b> min.sec	Aart Bijl - Henk Hage - Jan Versluis - Rob Kruis	Tilburg	06-05-1990

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**Mannen 45**

laatste wijziging: 22-07-2016

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter	<b>12.49</b>	sec.	Ruud Wieles	m55	Utrecht	25-05-2012
200 meter	<b>25.50</b>	sec.	Ruud Wieles	m60	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>58.93</b>	sec.	Ruud Wieles	m60	Wageningen	22-07-2016
800 meter	<b>2.18.6</b>	min.sec	Rob Kruis		Gorinchem	14-05-1993
1000 meter	<b>2.57.8</b>	min.sec	Rob Kruis		Gorinchem	10-04-1992
1500 meter	<b>4.41.0</b>	min.sec	Rob Kruis		Gorinchem	21-08-1992
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.22.9</b>	min.sec	Bram Bartels		Amsterdam	28-07-1989
3000 meter	<b>9.59.0</b>	min.sec	Bram Bartels		Vught	20-08-1987
5000 meter	<b>17.12.6</b>	min.sec	Rob Kruis		Vught	21-07-1992
10 kilometer	<b>36.07.26</b>	min.sec	Hafid Chaaby	m50	Utrecht	15-06-2014

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
110 meter horden (99.1 cm)	<b>21.14</b>	sec.*	Piet Kranendonk		Gorinchem	24-08-2003
400 meter horden (91,4 cm)		sec.	Vacant			
3000 meter steeple chase		min.sec	Vacant			

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
verspringen	<b>5.23</b>	meter	Jan-Wick Derksen		Gorinchem	28-09-2013
hoogspringen	<b>1.52</b>	meter	Jan-Wick Derksen		Terneuzen	10-06-2012
hinkstapspringen	<b>10.19</b>	meter	Jan-Wick Derksen		Etten-Leur	29-06-2014
polsstokhoogspringen	<b>3.20</b>	meter	Bert Vreeswijk	m50	Vught	12-06-2004

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
kogelstoten (7,26 kg)	<b>12.98</b>	meter	Maarten Kuiper		Tilburg	14-04-2013
discuswerpen (2 kg)	<b>35.13</b>	meter	Maarten Kuiper		Tilburg	14-04-2013
speerwerpen (800 gr)	<b>38.91</b>	meter	Bert Vreeswijk	m50	Taipalsaari (Finl.)	26-07-2003
kogelslingeren (7,26 kg)	<b>27.46</b>	meter	Bert Vreeswijk	m55	Boskoop	24-06-2006
gewichtwerpen ( 15.88 kg)	<b>7.57</b>	meter	Bert Vreeswijk		Gorinchem	24-05-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten		Plaats	Datum
tienkamp		punten	Vacant			
vijf kamp	<b>2358</b>	punten	Rob Kruis		Schoonhoven	07-07-1991
	(WMA 2003)		ver / speer / 200m / discus / 1500m 4.79 / 26.76 / 28.74 / 15.44 / 4.55.1			
werp vijfkamp		punten	Vacant			

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**Mannen 50**

laatste wijziging: 09-02-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>12.49</b> sec.	Ruud Wieles	Utrecht	25-05-2012
200 meter	<b>25.50</b> sec.	Ruud Wieles	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>58.93</b> sec.	Ruud Wieles	Wageningen	22-07-2016
800 meter	<b>2.22.00</b> min.sec	Rik de Groot	Gorinchem	17-10-2009
1000 meter	<b>3.08.8</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	01-05-2004
1500 meter	<b>4.49.6</b> min.sec	Alj Azelarabi	Gorinchem	23-08-2003
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.28.23</b> min.sec	Rob Kruis	Utrecht	21-07-2007
3000 meter	<b>10.14.x</b> min.sec	Alj Azelarabi	Dordrecht	30-09-2003
5000 meter	<b>17.21.94</b> min.sec	Hafid Chaaby	Utrecht	14-06-2014
10 kilometer	<b>36.07.26</b> min.sec	Hafid Chaaby	Utrecht	15-06-2014

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (91.4 cm)	<b>18.95</b> sec.	Bert Vreeswijk	Vught	01-06-2003
400 meter horden (83.8 cm)	<b>68.23</b> sec.	Bert Vreeswijk	Vught	31-05-2003

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>5.11</b> meter	Jan-Wick Derksen	Schoonhoven	05-07-2015
hoogspringen	<b>1.50</b> meter	Jan-Wick Derksen	Gorinchem	26-09-2015
hinkstapspringen	<b>9.09</b> meter	Bert Vreeswijk	Emmen	10-06-2006
polsstokhoogspringen	<b>3.20</b> meter	Bert Vreeswijk	Vught	12-06-2004

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (6 kg)	<b>10.69</b> meter	Pieter van der Zouwen	Apeldoorn	09-02-2025
discuswerpen (1.5 kg)	<b>33.06</b> meter	Anton Gelderblom	Papendrecht	27-03-2004
speerwerpen (700 gr)	<b>38.91</b> meter	Bert Vreeswijk	Taipalsaari (Finl.)	26-07-2003
kogelslingeren (6 kg)	<b>34.58</b> meter	Bert Vreeswijk	Vught	11-06-2005
gewichtwerpen (11.34 kg)	<b>11.67</b> meter	Bert Vreeswijk	Eindhoven	29-05-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp (WMA 2003)	<b>5089</b> punten	Bert Vreeswijk 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 110mh / discus / pols / speer / 1500m 14.24 / 4.41 / 8.97 / 1.30 / 64.44 / 19.54 / 27.49 / 3.00 / 33.00 / 5.08.1	Gorinchem	14/15-09-2002
vijf kamp (WMA 2003)	<b>2685</b> punten	Bert Vreeswijk ver / speer / 200m / discus / 1500m 4.40 / 35.05 / 28.88 / 20.13 / 5.06.20	Weert	08/09-05-2003
werp vijfkamp (WMA 2003)	<b>2557</b> punten	Bert Vreeswijk kogelsl / kogel / discus / speer / gewicht 34.26 / 9.39 / 29.24 / 32.49 / 11.36	Eindhoven	14-05-2006

**Mannen 55**

laatste wijziging: 09-02-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>12.49</b> sec.	Ruud Wieles	Utrecht	25-05-2012
200 meter	<b>25.50</b> sec.	Ruud Wieles	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>58.93</b> sec.	Ruud Wieles	Wageningen	22-07-2016
800 meter	<b>2.24.57</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	02-04-2004
1000 meter	<b>3.08.8</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	01-05-2004
1500 meter	<b>5.01.39</b> min.sec	Rob Kruis	Vught	12-06-2004
	<b>5.00.3</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	01-10-2005
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.28.23</b> min.sec	Rob Kruis	Utrecht	21-07-2007
	<b>5.48.59</b> min.sec	Bram Bartels	Hardinxveld-Giesendam	24-05-1997
3000 meter	<b>10.21.47</b> min.sec	Piet Voorwinden	Gorinchem	26-09-2020
5000 meter	<b>18.43.63</b> min.sec	Rob Kruis	Drunen	14-06-2008
10 kilometer	<b>37.52.71</b> min.sec	Rob Kruis	Vught	25-05-2006

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (91.4 cm)	<b>19.30</b> sec.	Bert Vreeswijk	Leppavirta (Finl)	30-07-2005
400 meter horden (83.8 cm)	<b>79.84</b> sec.*	Bert Vreeswijk	Oosterhout	14-06-2009

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>4.24</b> meter	Bert Vreeswijk	Gorinchem	06-10-2007
hoogspringen	<b>1.40</b> meter	Bert Vreeswijk	Gorinchem	01-10-2005
hinkstapspringen	<b>9.09</b> meter	Bert Vreeswijk	Emmen	10-06-2006
polsstokhoogspringen	<b>3.12</b> meter	Bert Vreeswijk	Emmen	10-06-2006

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (6 kg)	<b>10.69</b> meter	Pieter van der Zouwen	Apeldoorn	09-02-2025
discuswerpen (1.5 kg)	<b>30.25</b> meter	Bert Vreeswijk	Oosterhout	13-06-2010
speerwerpen (700 gr)	<b>35.12</b> meter	Bert Vreeswijk	Gorinchem	06-10-2007
kogelslingeren (6 kg)	<b>34.54</b> meter	Bert Vreeswijk	Boskoop	24-06-2006
gewichtwerpen (11.34 kg)	<b>11.67</b> meter	Bert Vreeswijk	Eindhoven	29-05-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp (WMA 2003)	<b>5359</b> punten	Bert Vreeswijk 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 110mh / discus / pols / speer / 1500m 15.15 / 4.06 / 10.00 / 1.33 / 68.47 / 20.69 / 28.22 / 2.80 / 33.43 / 5.40.66	Lahti (Finland)	28/29-07-2009
vijf kamp	<b>2863</b> punten	Bert Vreeswijk ver / speer / 200m / discus / 1500m 4.23 / 34.29 / 30.00 / 25.40 / 5.25.18	Vuosaari (Finl)	26-07-2005
werp vijfkamp	<b>2884</b> punten	Bert Vreeswijk kogelsl / kogel / discus / speer / gewicht 34.26 / 9.39 / 29.24 / 32.49 / 11.36	Eindhoven	14-05-2006

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**Mannen 60**

laatste wijziging: 09-02-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>12.58</b> sec.	Ruud Wieles	Gouda	10-06-2017
200 meter	<b>25.50</b> sec.	Ruud Wieles	Gouda	11-06-2017
400 meter	<b>58.93</b> sec.	Ruud Wieles	Wageningen	22-07-2016
800 meter	<b>2.30.06</b> min.sec	Rob Kruis	Gouda	31-08-2007
1000 meter	<b>3.10.17</b> min.sec	Rob Kruis	Epe	11-04-2007
1500 meter	<b>5.02.7</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	06-10-2007
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.28.23</b> min.sec	Rob Kruis	Utrecht	21-07-2007
3000 meter	<b>10.24.59</b> min.sec	Piet Voorwinden	Gorinchem	23-09-2023
5000 meter	<b>18.43.63</b> min.sec	Rob Kruis	Drunen	14-06-2008
10 kilometer	<b>37.52.71</b> min.sec	Rob Kruis	Vught	25-05-2006

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (83.8 cm)	<b>20.16</b> sec.	Bert Vreeswijk	Taipalsaari (Finland)	14/15-08-2010
300 meter horden (76.2 cm)	sec.	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>4.15</b> meter	Bert Vreeswijk	Taipalsaari (Finland)	14/15-08-2010
hoogspringen	<b>1.35</b> meter	Bert Vreeswijk	Gorinchem	24/25-09-2010
hinkstapspringen	<b>8.69</b> meter	Bert Vreeswijk	Den Haag	18-06-2011
polsstokhoogspringen	<b>2.95</b> meter	Bert Vreeswijk	Taipalsaari (Finland)	14/15-08-2010

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (5 kg)	<b>10.73</b> meter	Bert van der Heul	Apeldoorn	09-02-2025
discuswerpen (1 kg)	<b>33.64</b> meter	Bert Vreeswijk	Huizen	03-10-2010
speerwerpen (600 gr)	<b>35.42</b> meter	Bert Vreeswijk	Den Haag	18-06-2011
kogelslingeren (5 kg)	<b>36.25</b> meter	Bert Vreeswijk	Huizen	03-10-2010
gewichtwerpen (9.08 kg)	<b>13.93</b> meter	Bert Vreeswijk	Huizen	03-10-2010

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp	<b>5902</b> punten	Bert Vreeswijk 100m / ver / kogel / hoog / 400m / 100mh / discus / pols / speer / 1500m 14.76 / 4.15 / 10.30 / 1.34 / 67.97 / 20.16 / 30.99 / 2.95 / 34.62 / 5.47.20	Taipalsaari (Finland)	14/15-08-2010
vijf kamp	<b>2789</b> punten	Rob Kruis ver / speer / 200m / discus / 1500m 4.05 / 24.36 / 31.24 / 18.79 / 5.02.7	Gorinchem	06-10-2007
werp vijfkamp	<b>3143</b> punten	Bert Vreeswijk kogelsl / kogel / discus / speer / gewicht 36.25 / 10.50 / 33.64 / 33.49 / 13.93	Huizen	03-10-2010

**Mannen 65**

laatste wijziging: 21-06-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>13.58</b> sec.	Ruud Wieles	Vught	21-06-2025
200 meter	<b>35.37</b> sec.	Rob Kruis	Gorinchem	28-09-2013
400 meter	<b>78.55</b> sec.	Rob Kruis	Gorinchem	29-09-2018
800 meter	<b>2.38.35</b> min.sec	Rob Kruis	Utrecht	15-07-2011
1000 meter	<b>3.36.05</b> min.sec	Rob Kruis	Barendrecht	01-06-2017
1500 meter	<b>5.12.91</b> min.sec	Rob Kruis	Gouda	02-06-2011
1 engelse mijl (1609m)	min.sec	Vacant		
3000 meter	<b>11.11.83</b> min.sec	Rob Kruis	Gouda	13-05-2011
5000 meter	<b>19.11.08</b> min.sec	Rob Kruis	Utrecht	27-05-2011
10 kilometer	<b>40.55.56</b> min.sec	Rob Kruis	Emmeloord	17-05-2012

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (83.8cm)	sec.	Vacant		
300 meter horden (76.2 cm)	sec.	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>3.54</b> meter	Rob Kruis	Gorinchem	28-09-2013
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (5 kg)	<b>8.75</b> meter	Bert Vreeswijk	Zutphen	31-10-2015
discuswerpen (1 kg)	<b>28.75</b> meter	Bert Vreeswijk	Zutphen	31-10-2015
speerwerpen (600 gr)	<b>31.28</b> meter	Bert Vreeswijk	Amersfoort	12-06-2016
kogelslingeren (5 kg)	<b>32.69</b> meter	Bert Vreeswijk	Zutphen	31-10-2015
gewichtwerpen (9.08 kg)	<b>10.93</b> meter	Bert Vreeswijk	Zutphen	31-10-2015

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
tienkamp	punten	Vacant		
vijf kamp	punten	Vacant		
werp vijfkamp	<b>2912</b> punten	Bert Vreeswijk	Zutphen	31-10-2015

kogelst / kogel / discus / speer / gewicht  
32.69 / 8.75 / 28.75 / 30.88 / 10.93

**Mannen 70**

laatste wijziging: 19-07-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>17.50</b>	sec.	Rob Kruis	Barendrecht	19-09-2021
200 meter	<b>27.99</b>	sec.	Ruud Wieles	Eindhoven	19-07-2025
400 meter	<b>78.55</b>	sec.	Rob Kruis	Gorinchem	29-09-2018
800 meter	<b>2.46.42</b>	min.sec	Rob Kruis	Gouda	11-06-2017
1000 meter	<b>3.36.05</b>	min.sec	Rob Kruis	Barendrecht	01-06-2017
1500 meter	<b>5.38.72</b>	min.sec	Rob Kruis	Gouda	10-06-2017
1 engelse mijl (1609m)		min.sec	Vacant		
3000 meter	<b>12.19.09</b>	min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	14-10-2017
5000 meter	<b>20.52.67</b>	min.sec	Rob Kruis	Papendrecht	25-03-2017
10 kilometer	<b>43.34.87</b>	min.sec	Rob Kruis	Amersfoort	12-06-2016

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76.2 cm)		sec.	Vacant		
300 meter horden (68.6 cm)		sec.	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>2.57</b>	meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
hoogspringen		meter	Vacant		
hinkstapspringen		meter	Vacant		
polsstokhoogspringen		meter	Vacant		

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)		meter	Vacant		
discuswerpen (1 kg)	<b>12.88</b>	meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
speerwerpen (500 gr)	<b>15.82</b>	meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
kogelslingeren (4 kg)		meter	Vacant		
gewichtwerpen (7.26 kg)		meter	Vacant		

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten	Plaats	Datum
vijf kamp		punten	Vacant		
werp vijfkamp		punten	Vacant		

**Mannen 75**

laatste wijziging: 19-04-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>17.50</b> sec.	Rob Kruis	Barendrecht	19-09-2021
200 meter	<b>36.12</b> sec.	Rob Kruis	Barendrecht	19-09-2021
400 meter	<b>82.13</b> sec.	Rob Kruis	Papendrecht	28-08-2021
800 meter	<b>3.01.34</b> min.sec	Rob Kruis	Dongen	04-07-2021
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	<b>6.06.27</b> min.sec	Rob Kruis	Dongen	10-10-2021
3000 meter	<b>12.41.95</b> min.sec	Rob Kruis	Gorinchem	25-09-2021
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76.2 cm)	sec.	Vacant		
300 meter horden (68.6 cm)	sec.	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>2.57</b> meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)	meter	Vacant		
discuswerpen (1 kg)	<b>12.88</b> meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
speerwerpen (500 gr)	<b>15.82</b> meter	Rob Kruis	Dongen	19-04-2025
kogelslingeren (4 kg)	meter	Vacant		
gewichtwerpen (7.26 kg)	meter	Vacant		

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
vijf kamp	<b>1564</b> punten	Rob Kruis ver / speer / 200m / discus / 1500m 2.57 / 15.82 / 40.44 / 12.88 / 6.59.17	Dongen	19-04-2025

**Mannen 80**

laatste wijziging: 28-09-2024

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (3 kg)	6.45 meter	Henk de Jong	Gorinchem	28-09-2024

**Senioren vrouwen**

laatste wijziging: 29-05-2021

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter	<b>12.24</b>	sec.*	Ina de Koster		Rotterdam	23-06-1985
200 meter		sec.	Vacant			
400 meter		sec.	Vacant			
800 meter	<b>2.13.52</b>	min.sec	Esmay Vos	U20-V	Leiden	11-06-2005
1000 meter	<b>2.59.13</b>	min.sec	Esmay Vos		Lisse	03-05-2008
1500 meter	<b>4.37.04</b>	min.sec	Marleen van der Graaff		Uden	03-07-2004
1 engelse mijl (1609m)	<b>5.05.53</b>	min.sec	Marleen van der Graaff		Hilversum	08-09-2002
	<b>5.44.0</b>	min.sec	Marleen van der Graaff		Hardinxveld-Giesendam	23-05-1998
3000 meter	<b>10.06.23</b>	min.sec	Marleen van der Graaff		Vught	20-05-2004
5000 meter	<b>17.14.43</b>	min.sec	Marleen van der Graaff		Utrecht	10-07-2004
10.000 meter		min.sec	Vacant			

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter horden (83.8 cm)	<b>14.82</b>	sec.	Samyre Wieles		Utrecht	15-07-2017
400 meter horden (76,2cm)	<b>64.52</b>	sec.	Samyre Wieles		Etten-Leur	29-05-2016
3000 meter steeple chase		min.sec	Vacant			

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
verspringen	<b>5.94</b>	meter	Ina de Koster		Groningen	03-07-1983
hoogspringen	<b>1.66</b>	meter	Thea den Hartog		Haarlem	30-06-1979
	<b>1.66</b>	meter	Silvie Ratten		Krommenie	25-06-1988
hinkstapspringen	<b>11.23</b>	meter	Anne van Ommeren		Assen	23-06-2002
polsstokhoogspringen	<b>2.60</b>	meter	Anne van Ommeren		Heerhugowaard	14-09-2014

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)	<b>12.38</b>	meter	Annelies van der Vring		Den Haag	23-05-1993
discuswerpen (1 kg)	<b>49.65</b>	meter	Jet van Wageningen		Leiden	14-06-1969
speerwerpen (600 gr)	<b>43.82</b>	meter	Suzanne den Boef		Gorinchem	29-05-2021
kogelslingeren (4 kg)	<b>25.85</b>	meter	Suzanne den Boef		Nijmegen	18-06-2017

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten		Plaats	Datum
zevenkamp	<b>4751</b>	punten	Samyre Wieles		Amersfoort	26/27-08-2017
			100mh / hoog / kogel / 200m / ver / speer / 800m			
			15.14 / 1.60 / 11.98 / 26.76 / 4.88 / 34.41 / 2.28.43			

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie		Atleten		Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>50.31</b>	sec.	Anna-Zoë Moritz - Sarah Kortland - Samyre Wieles - Suzanne den Boef		Breda	28-05-2017
4 x 400 meter	<b>4.00.46</b>	min.sec	Silvie Ratten - Rieneke van Dommelen - Ellen Hogenbirk - Claudette Norder		Groningen	21-09-1986
4 x 800 meter		min.sec				
Zweedse est.(400-300-2-0-100)	<b>2.25.07</b>	min.sec	Frauke van Boekel - Samyre Wieles - Anna-Zoë Moritz - Suzanne den Boef		Zevenbergen	19-04-2015

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U20 Vrouwen**

laatste wijziging: 22-06-2025

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	<b>12.44</b> sec.	Ina de Koster	Leiden	25-06-1983
200 meter		Vacant		
400 meter		Vacant		
800 meter	<b>2.13.52</b> min.sec	Esmay Vos	Leiden	11-06-2005
1500 meter	<b>4.53.4</b> min.sec	Ellen Hogenbirk	Amsterdam	23-05-1986
3000 meter	<b>10.30.4</b> min.sec	Ellen Hogenbirk	Vught	21-08-1986
5000 meter		Vacant		
10.000 meter		Vacant		

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter horden (83.8 cm)	<b>14.94</b> sec.*	Thea den Hartog	Roosendaal	26-05-1979
400 meter horden (76,2cm)	<b>65,02</b> sec.	Sarah Kortland	U18-V Emmeloord	16-06-2018

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>5.94</b> meter	Ina de Koster	Groningen	03-07-1983
hoogspringen	<b>1.66</b> meter	Thea den Hartog	Haarlem	30-06-1979
	<b>1.66</b> meter	Silvie Ratten	Krommenie	25-06-1988
hinkstapspringen	<b>11.23</b> meter	Anne van Ommeren	Assen	23-06-2002
polstokhoogspringen	<b>2.30</b> meter	Lotte de Graaf	U18-V Barendrecht	31-08-2024

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)	<b>11.86</b> meter	Annelies van der Vring	Gorinchem	07-06-1992
discuswerpen (1 kg)	<b>41.06</b> meter	Annelies van der Vring	Den Haag	23-05-1992
speerwerpen (600 gr)	<b>36.86</b> meter	Emmy Mulenburg	U16-V Oosterhout	13-05-2000
kogelslingeren (4 kg)	<b>20.06</b> meter	Lotte de Graaf	Spijkenisse	22-06-2025

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
zevenkamp (puntentelling '98)	<b>4372</b> punten	Ina de Koster 100mh / hoog / kogel / 200m / ver / speer / 800m 15.8 / 1.50 / 8.50 / 25.5 / 5.49 / 19.26 / 2.20.4	Vlissingen	27/28-08-1983

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>51.64</b> sec.*	Ina de Koster - Cora de Boon - Rianne van der Linden - Heidi Klop	Leiden	12-09-1981
4 x 200 meter				
4 x 400 meter	<b>4.00.46</b> min.sec	Silvie Ratten - Rieneke van Dommelen - Ellen Hogenbirk - Claudette Norder	Groningen	21-09-1986
4 x 800 meter				
Zweedse est.(400-300-2-0-100)	<b>2.29.39</b> min.sec	Suzanne den Boef - Anouk Mol - Danisa Latuhihin - Lisa de Ruiter	Amstelveen	30-09-2007

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U18 Vrouwen**

laatste wijziging: 24-06-2001

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter	<b>12.44</b>	sec.	Lianne van Krieken	U16-V	Utrecht	10-08-2012
200 meter		sec.	Vacant			
400 meter		sec.	Vacant			
800 meter	<b>2.15.96</b>	min.sec	Rachel Boddy	U16-V	Lisse	28-06-2003
1500 meter	<b>5.07.5</b>	min.sec	Rieneke van Dommelen		Utrecht	08-09-1985
3000 meter	<b>11.13.16</b>	min.sec	Naomi Jongkind		Papendrecht	26-03-2022

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
100 meter horden (76,2cm)	<b>14.33</b>	sec.	Sarah Kortland	U16-V	Breda	03-07-2016
400 meter horden (76,2cm)	<b>65,02</b>	sec.	Sarah Kortland		Emmeloord	16-06-2018
2000 meter steeple chase		min.sec	Vacant			

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
verspringen	<b>5.81</b>	meter	Thea den Hartog		Rijswijk	03-07-1977
hoogspringen	<b>1.66</b>	meter	Silvie Ratten		Krommenie	25-06-1988
hinkstapspringen	<b>11.23</b>	meter	Anne van Ommeren		Assen	23-06-2002
polsstokhoogspringen	<b>2.30</b>	meter	Lotte de Graaf		Barendrecht	31-08-2024

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam		Plaats	Datum
kogelstoten (3 kg)	<b>13.68</b>	meter	Corrie de Bruin		Roermond	28-10-1989
discuswerpen (1 kg)	<b>37.17</b>	meter	Corrie de Bruin		Son en Breugel	28-06-1989
speerwerpen (500 gr)	<b>41.57</b>	meter	Enya Hoogewoning		Breda	28-06-2015
kogelslingeren (3 kg)	<b>23.46</b>	meter	Amber van 't Zelfde		Boskoop	06-10-2018

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten		Plaats	Datum
zevenkamp (puntentelling '98)	<b>4653</b>	punten	Silvie Ratten 100mh / hoog / kogel / 200m / ver / speer / 800m 16.22 / 1.66 / 10.35 / 27.11 / 5.51 / 28.06 / 2.27.72		Krommenie	26-06-1988

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie		Atleten		Plaats	Datum
4 x 100 meter	<b>51.64</b>	sec.*	Ina de Koster - Cora de Boon - Rianne van der Linden - Heidi Klop		Leiden	12-09-1981
Zweedse est.(400-300-2-0-100)	<b>2.29.39</b>	min.sec	Suzanne den Boef - Anouk Mol - Danisa Latuhihin - Lisa de Ruiter		Amstelveen	30-09-2007

\* handtijden korte afstanden gecorrigeerd: alles tot 400m + 0.24 sec , 4x100m en 400m(h) + 0.14 sec

**U16 Vrouwen**

laatste wijziging: 06-04-2026

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
80 meter	<b>10.24</b> sec.	Lianne van Krieken	Amsterdam	25-08-2012
150 meter	<b>19.35</b> sec.	Lianne van Krieken	Gemert	17-09-2011
300 meter	<b>43.05</b> sec.	Sofie Versteeg	Gorinchem	13-07-2024
600 meter	<b>1.36.49</b> min.sec	Esmay Vos	Amsterdam	20-05-2001
800 meter	<b>2.15.96</b> min.sec	Rachel Boddy	Lisse	28-06-2003
1000 meter	<b>3.01.10</b> min.sec	Rachel Boddy	Amsterdam	24-08-2002
1500 meter		Vacant		

**Hordenummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76,2 cm)	<b>11.89</b> sec.	Sarah Kortland	Heerde	28-05-2016
300 meter horden (76,2 cm)	<b>45.09</b> sec.	Sarah Kortland	Heerde	28-05-2016
1500 meter steeple		Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>5.54</b> meter	Lianne van Krieken	Heiloo	03-08-2012
hoogspringen	<b>1.65</b> meter	Felicia van Andel	Gorinchem	24-09-2004
polsstokhoogspringen	<b>2.10</b> meter	Veerle Ruijters	Gorinchem	06-10-2007

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (3 kg)	<b>13.68</b> meter	Corrie de Bruin	Roermond	28-10-1989
discuswerpen (1 kg)	<b>37.17</b> meter	Corrie de Bruin	Son en Breugel	28-06-1989
speerwerpen (500 gr)	<b>39.02</b> meter	Sanne Ouwehand	Helmond	06-04-2026
kogelslingeren (3 kg)	<b>22.63</b> meter	Enya Hoogewoning	Amsterdam	31-08-2014

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
zevenkamp	<b>4206</b> punten	Esmay Vos 80mh / hoog / kogel / 150m / ver / speer / 600m 12.83 / 1.55 / 9.43 / 19.86 / 4.84 / 30.79 / 1.38.61	Emmen	22/23-09-2001

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie	Atleten	Plaats	Datum
4 x 80 meter	<b>40.57</b> sec.	Rache Boddy - Monique den Ouden - Felicia van Andel - Kaira Boddy	Uden	13-09-2003

**U14 Vrouwen**

laatste wijziging: 27-10-2024

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
60 meter	<b>8.08</b>	sec.	Tamara v.d. Stelt	Amsterdam	14-09-1997
600 meter	<b>1.37.5</b>	min.sec	Rachel Boddy	Enschede	14-10-2001
1000 meter	<b>3.04.9</b>	min.sec	Rachel Boddy	Deurne	06-10-2001

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
60 meter horden (76,2 cm)	<b>9.68</b>	sec.	Lianne van Krieken	Gemert	17-09-2010
1000 meter steeple		min.sec	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
verspringen	<b>5.24</b>	meter	Lianne van Krieken	Etten Leur	03-07-2010
hoogspringen	<b>1.51</b>	meter	Nanoe van Omme	Gorinchem	30-06-2019

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie		Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (2kg)	<b>16.53</b>	meter	Corrie de Bruin	Zevenbergen	10-08-1989
discuswerpen (0,75 kg)	<b>43.72</b>	meter	Corrie de Bruin	Roermond	28-10-1989
speerwerpen (400 gr)	<b>33.71</b>	meter	Sanne Ouwehand	Amsterdam	01-09-2024
kogelslingeren (2 kg)	<b>20.88</b>	meter	Sanne Ouwehand	Edam	27-10-2024

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie		Naam/Resultaten	Plaats	Datum
zeskamp	<b>3154</b>	punten	Lianne van Krieken	Gemert	17-09-2010

**Estafettes**

Onderdeel	Prestatie		Atleten	Plaats	Datum
4 x 60 meter	<b>32.40</b>	sec.	Rachel Boddy - Felicia van Andel - Monique den Ouden - Jane Boddy	Amstelveen	22-09-2001

**Vrouwen 35**

laatste wijziging: 02-06-2013

**Loopnummers**

<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	<b>14.23</b> sec.	Frauke van Boekel	v40 Spijkenisse	16-04-2016
200 meter	<b>29.07</b> sec.	Frauke van Boekel	v40 Gorinchem	19-06-2015
400 meter	<b>62.76</b> sec.	Anja Matakana	v40 Amersfoort	21-04-2000
800 meter	<b>2.23.99</b> min.sec	Frauke van Boekel	v45 Breda	28-05-2017
1000 meter	<b>3.28.8</b> min.sec	Marjoleine v d Hoven	Gorinchem	27-09-1997
1500 meter	<b>5.03.95</b> min.sec	Anja van Geffen	Lelystad	05-06-1999
3000 meter	<b>10.58.4</b> min.sec	Anja van Geffen	Gorinchem	25-09-1999
5000 meter	<b>19.18.40</b> min.sec	Anja van Geffen	Gateshead (Eng.)	31-07-1999
10 kilometer	min.sec	Vacant		

**Hordennummers**

<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter horden (83.8 cm)	sec.	Vacant		
400 meter horden (76,2cm)	sec.	Vacant		

**Springnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	<b>4.16</b> meter	Frauke van Boekel	Gorinchem	23-09-2011
hoogspringen	<b>1.25</b> meter	Gerrie de Jongh	Gorinchem	24-09-1994
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polstokhoogspringen	meter	Vacant		

**Werpnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (4 kg)	<b>7.98</b> meter	Els Wieles	v45 Gorinchem	23-09-2011
discuswerpen (1 kg)	<b>26.84</b> meter	Jet van Wageningen	v50 Breda	08-05-1994
speerwerpen (600 gr)	<b>17.05</b> meter	Betty de Boon	v40 Gorinchem	24-09-1994

**Meerkampen**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp	punten	Vacant		

**Vrouwen 40**

laatste wijziging: 16-04-2016

**Loopnummers**

<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	<b>14.23</b> sec.	Frauke van Boekel	Spijkenisse	16-04-2016
200 meter	<b>29.07</b> sec.	Frauke van Boekel	Gorinchem	19-06-2015
400 meter	<b>62.76</b> sec.	Anja Matakana	Amersfoort	21-04-2000
800 meter	<b>2.23.99</b> min.sec	Frauke van Boekel	Breda	28-05-2017
1000 meter		Vacant		
1500 meter	<b>5.05.17</b> min.sec	Frauke van Boekel	Gouda	10-06-2017
3000 meter	<b>11.31.39</b> min.sec	Frauke van Boekel	Zevenbergen	21-04-2013
5000 meter	<b>19.30.31</b> min.sec	Riikka Kelja	Mikkeli	30-07-2011
10 kilometer		Vacant		

**Hordenummers**

<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80 meter horden (76.2 cm)	<b>17.99</b> sec.	Els Wieles	Gorinchem	23-09-2011
400 meter horden (76,2cm)		Vacant		

**Springnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	<b>3.89</b> meter	Frauke van Boekel	Gorinchem	29-09-2012
hoogspringen	<b>1.20</b> meter	Betty de Boon	Gorinchem	24-09-1994
hinkstapspringen		Vacant		
polstokhoogspringen		Vacant		

**Werpnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (4 kg)	<b>7.98</b> meter	Els Wieles	Gorinchem	23-09-2011
discuswerpen (1 kg)	<b>26.84</b> meter	Jet van Wageningen	Breda	08-05-1994
speerwerpen (600 gr)	<b>17.05</b> meter	Betty de Boon	Gorinchem	24-09-1994
kogelslingeren (4 kg)		Vacant		

**Meerkampen**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp		punten Vacant		

**Vrouwen 45**

laatste wijziging: 10-06-2017

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter		sec. Vacant		
200 meter	<b>36.70</b>	sec. Els Wieles	Gorinchem	25-09-2010
400 meter		sec. Vacant		
800 meter	<b>2.23.99</b>	min.sec Frauke van Boekel	Breda	28-05-2017
1000 meter		min.sec Vacant		
1500 meter	<b>5.05.17</b>	min.sec Frauke van Boekel	Gouda	10-06-2017
3000 meter		min.sec Vacant		
5000 meter		min.sec Vacant		
10 kilometer		min.sec Vacant		

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76.2 cm)	<b>17.99</b>	sec. Els Wieles	Gorinchem	23-09-2011
400 meter horden (76,2cm)		sec. Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen		meter Vacant		
hoogspringen		meter Vacant		
hinkstapspringen		meter Vacant		
polstokhoogspringen		meter Vacant		

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (4 kg)	<b>7.98</b>	meter Els Wieles	Gorinchem	23-09-2011
discuswerpen (1 kg)	<b>26.84</b>	meter Jet van Wageningen	Breda	08-05-1994
speerwerpen (600 gr)		meter Vacant		
kogelslingeren (4 kg)		meter Vacant		

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
vijf kamp		punten Vacant		

**Vrouwen 50**

laatste wijziging: 15-06-2012

**Loopnummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100 meter	sec.	Vacant		
200 meter	sec.	Vacant		
400 meter	sec.	Vacant		
800 meter	min.sec	Vacant		
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	min.sec	Vacant		
3000 meter	min.sec	Vacant		
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

**Hordennummers**

Afstand	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
80 meter horden (76.2 cm)	sec.	Vacant		
300 meter horden (76,2cm)	sec.	Vacant		

**Springnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
verspringen	meter	Vacant		
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polstokhoogspringen	meter	Vacant		

**Werpnummers**

Onderdeel	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
kogelstoten (3 kg)	<b>8.46</b> meter	Els Wieles	Utrecht	15-06-2012
discuswerpen (1 kg)	<b>26.84</b> meter	Jet van Wageningen	Breda	08-05-1994
speerwerpen (600 gr)	meter	Vacant		
kogelslingeren (3 kg)	meter	Vacant		

**Meerkampen**

Onderdeel	Prestatie	Naam/Resultaten	Plaats	Datum
vijf kamp	punten	Vacant		

**Vrouwen 55**

laatste wijziging:

<b>Loopnummers</b>				
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	sec.	Vacant		
200 meter	sec.	Vacant		
400 meter	sec.	Vacant		
800 meter	min.sec	Vacant		
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	min.sec	Vacant		
3000 meter	min.sec	Vacant		
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

<b>Hordenummers</b>				
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80 meter horden (76.2 cm)	sec.	Vacant		
300 meter horden (76,2cm)	sec.	Vacant		

<b>Springnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	meter	Vacant		
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

<b>Werpnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (3 kg)	meter	Vacant		
discuswerpen (1 kg)	meter	Vacant		
speerwerpen (500 gr)	meter	Vacant		
kogelslingeren (3 kg)	meter	Vacant		
gewichtwerpen	meter	Vacant		

<b>Meerkampen</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp	punten	Vacant		

**Vrouwen 60**

laatste wijziging:

			<b>Loopnummers</b>		
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>		<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	sec.		Vacant		
200 meter	sec.		Vacant		
400 meter	sec.		Vacant		
800 meter	min.sec		Vacant		
1000 meter	min.sec		Vacant		
1500 meter	min.sec		Vacant		
3000 meter	min.sec		Vacant		
5000 meter	min.sec		Vacant		
10 kilometer	min.sec		Vacant		

			<b>Hordenummers</b>		
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>		<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80 meter horden (68.6 cm)	sec.		Vacant		
300 meter horden (68.6cm)	sec.		Vacant		

			<b>Springnummers</b>		
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>		<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	meter		Vacant		
hoogspringen	meter		Vacant		
hinkstapspringen	meter		Vacant		
polsstokhoogspringen	meter		Vacant		

			<b>Werpnummers</b>		
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>		<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (3 kg)	meter		Vacant		
discuswerpen (1 kg)	meter		Vacant		
speerwerpen (500 gr)	meter		Vacant		
kogelslingeren (3 kg)	meter		Vacant		
gewichtwerpen (5.45 kg)	meter		Vacant		

			<b>Meerkampen</b>		
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>		<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp	punten		Vacant		

**Vrouwen 65**

laatste wijziging:

<b>Loopnummers</b>				
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	sec.	Vacant		
200 meter	sec.	Vacant		
400 meter	sec.	Vacant		
800 meter	min.sec	Vacant		
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	min.sec	Vacant		
3000 meter	min.sec	Vacant		
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

<b>Hordenummers</b>				
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80 meter horden (68.6 cm)	sec.	Vacant		
300 meter horden (68.6cm)	sec.	Vacant		

<b>Springnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	meter	Vacant		
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

<b>Werpnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (3 kg)	meter	Vacant		
discuswerpen (1 kg)	meter	Vacant		
speerwerpen (600 gr)	meter	Vacant		
kogelslingeren (3 kg)	meter	Vacant		
gewichtwerpen	meter	Vacant		

<b>Meerkampen</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp	punten	Vacant		

**Vrouwen 70**

laatste wijziging:

<b>Loopnummers</b>				
<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	sec.	Vacant		
200 meter	sec.	Vacant		
400 meter	sec.	Vacant		
800 meter	min.sec	Vacant		
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	min.sec	Vacant		
3000 meter	min.sec	Vacant		
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

<b>Springnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	meter	Vacant		
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

<b>Werpnummers</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (3 kg)	meter	Vacant		
discuswerpen (1 kg)	meter	Vacant		
kogelslingeren (3 kg)	meter	Vacant		

<b>Meerkampen</b>				
<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam/Resultaten</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
vijf kamp	punten	Vacant		

**Vrouwen 75**

laatste wijziging:

**Loopnummers**

<b>Afstand</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100 meter	sec.	Vacant		
200 meter	sec.	Vacant		
400 meter	sec.	Vacant		
800 meter	min.sec	Vacant		
1000 meter	min.sec	Vacant		
1500 meter	min.sec	Vacant		
3000 meter	min.sec	Vacant		
5000 meter	min.sec	Vacant		
10 kilometer	min.sec	Vacant		

**Springnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
verspringen	meter	Vacant		
hoogspringen	meter	Vacant		
hinkstapspringen	meter	Vacant		
polsstokhoogspringen	meter	Vacant		

**Werpnummers**

<b>Onderdeel</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
kogelstoten (2 kg)	meter	Vacant		
discuswerpen (0.75 kg)	meter	Vacant		
speerwerpen (400 gr)	meter	Vacant		
kogelslingeren (2 kg)	meter	Vacant		
gewichtwerpen ( 4 kg)	meter	Vacant		