

Hieronder een samenvatting van het lopende baanseizoen. Half november verschijnt het volledige overzicht. In principe verwerk ik de uitslagen van alle baanwedstrijden in het noorden plus de grotere wedstrijden in de rest van het land (NK's, competities, avondwedstrijden Utrecht enz.) om te doorzoeken op onze prestaties. Heb je een wedstrijd meegedaan die ik niet heb verwerkt (zie de lijst hieronder), dan hoor ik dat graag: <mailto:HarmZijlstra@outlook.com>. Dat geldt uiteraard ook voor typefouten e.d.

Verwerkte uitslagen:

2024-03-20 Sneek	2024-06-29 Uddevalla (Zwe)
2024-03-28 Ommen	2024-06-30 Hengelo
2024-03-30 Groningen	2024-07-05 Leeuwarden
2024-03-31 Steenwijk	2024-07-06 Best
2024-04-06 Emmeloord	2024-07-06 Göteborg (Zwe)
2024-04-07 Niort (Fra)	2024-07-07 Best
2024-04-14 Drachten	2024-07-07 Göteborg (Zwe)
2024-04-19 Apeldoorn	2024-07-07 Hengelo FBK
2024-04-20 Harderwijk	2024-07-11 Heerenveen
2024-04-20 Leeuwarden	2024-07-13 Groningen
2024-04-21 Almelo	2024-08-16 Wageningen
2024-04-25 Hoogeveen	2024-08-18 Tiburg
2024-04-28 Hoogeveen	2024-08-23 Heiloo
2024-05-04 Heerenveen	2024-08-24 Amsterdam
2024-05-05 Heerenveen	2024-08-25 Amsterdam
2024-05-11 Emmeloord	2024-09-28 Amstelveen
2024-05-11 Lisse	2024-09-29 Amstelveen
2024-05-12 Hilversum	2024-08-31 Amersfoort
2024-05-12 Cognac (Fra)	2024-09-01 Amersfoort
2024-05-12 Uden	2024-09-01 Amsterdam
2024-05-18 Kampen	2024-09-07 Groningen
2024-05-18 Sneek	2024-09-18 Dronten
2024-05-20 Hulst	2024-09-20 Wageningen
2024-05-20 Tilburg	2024-09-21 Heerenveen
2024-05-25 Heerenveen	2024-09-28 Amstelveen
2024-05-25 Hilversum	2024-09-29 Amstelveen
2024-05-25 Leiden	2024-10-05 Heerenveen CK
2024-05-26 Hilversum	2024-10-13 Steenwijk
2024-05-25 Steenwijk	
2024-05-30 Oslo (Noo)	Blauw = toegevoegd bij de laatste update (za 26 oktober 2024)
2024-06-01 Amsterdam	
2024-06-01 Emmeloord	
2024-06-02 Emmeloord	
2024-06-02 Gendringen	
2024-06-05 Kampen	
2024-06-05 Niort (Fra)	
2024-06-06 Södertälje (Zwe)	
2024-06-07 Arnhem	
2024-06-09 Bergen op Zoom	
2024-06-09 Eindhoven	
2024-06-09 Wageningen	
2024-06-15 Leeuwarden	
2024-06-16 Hvidovre (Den)	
2024-06-21 Amsterdam	
2024-06-22 Heerenveen	
2024-06-23 Drachten	
2024-06-25 Heerde	
2024-06-28 Hengelo	
2024-06-28 Reusel	
2024-06-28 Steenwijk	
2024-06-29 Hengelo	
2024-06-29 Sneek	

Nieuwe clubrecords

V55	Betty Bijker-Bangma <i>Marja de Wit</i>	15.46	2004-06-12	100	15.33	Steenwijk	2024-03-30
						<i>Vught</i>	
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	15.4	2023-09-30	100	15.33	Steenwijk	2024-03-30
						<i>Heerenveen</i>	
M75	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			300	1:08.93	Steenwijk	2024-03-30
V U18	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>			4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:20.91	2023-04-23	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
						<i>Drachten</i>	
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:13.98	2011-09-18	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
						<i>Leiden</i>	
V	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:13.57	2012-09-23	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
						<i>Tilburg</i>	
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	2:22.74	2023-09-24	Zwd. est.	2:21.94	Hoogeveen	2024-04-28
						<i>Amstelveen</i>	
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U20) 2:22.74	2023-09-24	Zwd. est.	2:21.94	Hoogeveen	2024-04-28
						<i>Amstelveen</i>	
M U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	2:10.17	2023-05-28	Zwd. est.	2:09.21	Hoogeveen	2024-04-28
						<i>Harderwijk</i>	
V U23	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	14.68	2023-07-29	100h	14.42	Heerenveen	2024-05-04
						<i>Breda</i>	
V	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	(U23) 14.68	2023-07-29	100h	14.42	Heerenveen	2024-05-04
						<i>Breda</i>	
V U18	Meike Huistra <i>Fiona van Es</i>	4683	1989-09-24	7-kamp	4797	Heerenveen	2024-05-05
						<i>Zwolle</i>	
V U18	Britt Huisman <i>Britt Huisman</i>	41.84	2023-09-03	300	40.87	Lisse	2024-05-11
						<i>Amsterdam</i>	
V U20	Britt Huisman <i>Marian Zandberg</i>	(U18) 41.50	2008-04-05	300	40.87	Lisse	2024-05-11
						<i>Steenwijk</i>	
M U14	Folkert Krol <i>Thijmen Groenendal</i>	1:43.0	2023-09-30	600	1:41.16	Sneek	2024-05-18
						<i>Heerenveen</i>	
M75	Wieger Klijnstra <i>Jacob Visser</i>	17.9h	2020-09-26	100	17.97	Heerenveen	2024-05-25
						<i>Heerenveen</i>	
M75	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			200	39.80	Heerenveen	2024-05-25
V U20	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	10.88	2008-06-29	hss	11.03	Heerenveen	2024-05-25
						<i>Apeldoorn</i>	
V U23	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	(U20) 10.88	2008-06-29	hss	11.03	Heerenveen	2024-05-25
						<i>Apeldoorn</i>	
V	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	(U20) 10.88	2008-06-29	hss	11.03	Heerenveen	2024-05-25
						<i>Apeldoorn</i>	
V50	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	(V60) 1:10.50	2022-04-24	400	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
						<i>Emmen</i>	
V55	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	(V60) 1:10.50	2022-04-24	400	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
						<i>Emmen</i>	
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	1:11.86	2023-05-13	400	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
						<i>Harderwijk</i>	
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	31.7	2023-09-30	200	31.84	Hilversum	2024-05-26
						<i>Heerenveen</i>	
V U18	Meike Huistra <i>Meike Huistra</i>	4797	2024-05-05	7-kamp	4988	Emmeloord	2024-06-02
						<i>Heerenveen</i>	
V U20	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	11.03	2024-05-25	hss	11.60	Gendringen	2024-06-02
						<i>Heerenveen</i>	
V U23	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.03	2024-05-25	hss	11.60	Gendringen	2024-06-02
						<i>Heerenveen</i>	
V	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.03	2024-05-25	hss	11.60	Gendringen	2024-06-02
						<i>Heerenveen</i>	
M U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	46.44	2006-05-14	4x100	46.41	Wageningen	2024-06-09
						<i>Emmen</i>	
V U18	Meike Huistra <i>Fiona van Es</i>	5.59	1989-04-23	ver	5.68	Utrecht	2024-06-15
						<i>Zwolle</i>	

V U20	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	11.60	2024-06-02	hss <i>Gendringen</i>	11.65	Utrecht	2024-06-16
V U23	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.60	2024-06-02	hss <i>Gendringen</i>	11.65	Utrecht	2024-06-16
V	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.60	2024-06-02	hss <i>Gendringen</i>	11.65	Utrecht	2024-06-16
V45	Laura vd Akker <i>Cobi de Boer</i>	23.06	1997-07-02	discus <i>Sneek</i>	29.06	Steenwijk	2024-06-28
M U8	Daan Looper <i>Jonne Pieter Hijlkema</i>	13.50	2019-06-29	slingeren <i>Leeuwarden</i>	13.50	Sneek	2024-06-29
M U20	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.59	2023-07-02	200 <i>Göteborg (Zwe)</i>	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
M U23	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.59	2023-07-02	200 <i>Göteborg (Zwe)</i>	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
M	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.59	2023-07-02	200 <i>Göteborg (Zwe)</i>	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
V U23	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	5010	2023-07-30	7-kamp <i>Breda</i>	5105	Hengelo	2024-06-30
V	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	(U23) 5010	2023-07-30	7-kamp <i>Breda</i>	5105	Hengelo	2024-06-30
M U18	Bram Persson <i>Bram Persson</i>	11.12	2023-07-30	100 <i>Hässleholm</i>	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
M U20	Bram Persson <i>Bram Persson</i>	(U18) 11.12	2023-07-30	100 <i>Hässleholm</i>	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
M U23	Bram Persson <i>Jeroen Piek</i>	(U18) 10.94	2011-07-30	100 <i>Amsterdam</i>	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
V U18	Meike Huistra <i>Meike Huistra</i>	4988	2024-06-02	7-kamp <i>Emmeloord</i>	5062	Beek	2024-07-07
M U18	Bram Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.79	2022-09-04	200 <i>Helsinki (Fin)</i>	21.54	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U20	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.50	2024-06-29	200 <i>Uddevalla</i>	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U23	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.50	2024-06-29	200 <i>Uddevalla</i>	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.50	2024-06-29	200 <i>Uddevalla</i>	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U8	Dorian de Raat <i>Liam de Lang</i>	0.90	2017-09-16	hoog <i>Heerenveen</i>	0.95	Heerenveen	2024-09-21
M U8	Daan Looper <i>Liam de Lang</i>	18.50	2017-07-08	vortex <i>Drachten</i>	18.50	Heerenveen	2024-09-21
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	50.56	2007-09-29	4x100 <i>Amstelveen</i>	50.25	Amstelveen	2024-09-28
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U20) 50.26	2011-06-05	4x100 <i>Krommenie</i>	50.25	Amstelveen	2024-09-28
V U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	4:09.47	2024-04-14	4x400 <i>Drachten</i>	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 <i>Drachten</i>	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 <i>Drachten</i>	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 <i>Drachten</i>	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U14	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>			Zwd. est.	2:49.44	Amstelveen	2024-09-29
V U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	2:22.74	2024-09-24	Zwd. est. <i>Amstelveen</i>	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 2:21.94	2024-04-28	Zwd. est. <i>Hoogeveen</i>	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 2:21.94	2024-04-28	Zwd. est. <i>Hoogeveen</i>	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
M U16	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>			Zwd. est.	2:31.13	Amstelveen	2024-09-29
M U8	Dorian de Raat <i>Jonne Pieter Hijlkema</i>	7.4	2019-04-20	40 <i>Drachten</i>	7.4	Heerenveen	2024-10-05
M U14	Folkert Krol			300	42.3	Heerenveen	2024-10-05

	<i>Lars van Hoeven</i>	45.20	2012-06-08	<i>Hoogeveen</i>			
V45	Laura vd Akker			discus	29.96	Steenwijk	2024-10-13
	<i>Laura vd Akker</i>	29.06	2024-06-28	<i>Steenwijk</i>			
V45	Laura vd Akker			werp 3-kamp	1814	Steenwijk	2024-10-13
	<i>Hilde Oenema</i>	1326	2011-10-01	<i>Heerenveen</i>			

Mutaties aller-tijden ranglijsten

13	Lennert Naeff	(U23)	M	speer	44.99	Niort (Fra)	2024-04-07
14	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.52	Drachten	2024-04-14
22	Norah Pont	(U16)	V	200	27.09	Drachten	2024-04-14
9	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.00	Drachten	2024-04-14
13	Romée de Best	(U23)	V	kogel	10.14	Almelo	2024-04-21
17	Norah Pont	(U16)	V	200	26,55	Hoogeveen	2024-04-28
18	Sanne Pultrum	(U18)	V	200	26.55	Hoogeveen	2024-04-28
6	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.54	Hoogeveen	2024-04-28
19	Nynke Rijpma	(U20)	V	ver	5.21	Hoogeveen	2024-04-28
11	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.32	Heerenveen	2024-05-04
1	Sabrina Cruden	(U23)	V	100h	14.42	Heerenveen	2024-05-04
5	Romée de Best	(U23)	V	100h	15.52	Heerenveen	2024-05-04
4	Romée de Best	(U23)	V	7-kamp	4131	Heerenveen	2024-05-05
2	Britt Huisman	(U18)	V	300	40.87	Lisse	2024-05-11
20	Nynke Rijpma	(U20)	V	200	26.82	Kampen	2024-05-15
13	Quinten Geleynse	(U20)	M	polshoog	3.30	Kampen	2024-05-15
3	Nynke Rijpma	(U20)	V	400h	1:09.01	Heerenveen	2024-05-25
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.03	Heerenveen	2024-05-25
4	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.30	Heerenveen	2024-05-25
12	Sander de Haan	(U18)	M	polshoog	3.30	Heerenveen	2024-05-25
20	Pelle vd Woude	(U18)	M	polshoog	3.00	Heerenveen	2024-05-25
10	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.21	Emmeloord	2024-06-01
14	Norah Pont	(U16)	V	400	1:01.68	Amsterdam	2024-06-02
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.60	Gendringen	2024-06-02
4	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.30	Kampen	2024-06-05
12	Norah Pont	(U16)	V	400	1:00.99	Wageningen	2024-06-09
7	Marrit Oosterbaan	(U23)	V	speer	36.88	Eindhoven	2024-06-09
15	Meike Huistra	(U18)	V	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
16	Meike Huistra	(U18)	V	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
14	Marit Versfeld	(U18)	V	400	1:01.45	Utrecht	2024-06-15
6	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.57	Utrecht	2024-06-15
4	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.68	Utrecht	2024-06-15
19	Nynke Rijpma	(U20)	V	200	26.55	Utrecht	2024-06-16
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.65	Utrecht	2024-06-16
8	Roy Veenstra	(U20)	M	hss	12.89	Utrecht	2024-06-16
5	Romée de Best	(U23)	V	100h	15.42	Drachten	2024-06-23
2	Sabrina Cruden	(U23)	V	ver	5.73	Hengelo	2024-06-24
20	Romée de Best	(U23)	V	200	26.67	Hengelo	2024-06-29
1	Jeroen Persson	(U20)	M	200	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
1	Sabrina Cruden	(U23)	V	7-kamp	5105	Hengelo	2024-06-30
2	Bram Persson	(U18)	M	100	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
6	Meike Huistra	(U18)	V	200	25.91	Best	2024-07-06
1	Jeroen Persson	(U20)	M	200	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
2	Bram Persson	(U18)	M	200	21.54	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
6	Nynke Rijpma	(U20)	V	100	12.4	Heerenveen	2024-10-05
17	Britt Huisman	(U18)	V	100	12.7	Heerenveen	2024-10-05
11	Annemijn Schoonhoven	(U18)	V	3000	10:58.8	Heerenveen	2024-10-05

Ranglijsten

40

6.8	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
7.08	Jula van Aurich	V U12	2024-07-11
7.1	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-29
7.1	Quin Kok	M U9	2024-10-05
7.3	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-29
7.3	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
7.4	Roan Leenes	M U9	2024-06-29
7.4	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29
7.4	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
7.6	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
7.6	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
7.7	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
7.7	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
7.9	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
7.9	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
7.9	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
8.0	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
8.0	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
8.1	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
8.2	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
8.3	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
8.4	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
8.75	Daan Looper	M U8	2024-06-15
8.7	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
9.0	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
9.2	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
9.5	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20
9.5	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
10.6	Coen Claes	M U8	2024-10-05

60

8.6	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05
8.7	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05
9.09	Jodie Vianen	V U14	2024-07-11
9.1	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05
9.2	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
9.4	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
9.79	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-06
9.6	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
9.6	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
9.6	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
9.7	Melle Campmans	M U12	2024-05-25
9.7	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
9.8	Zara Danes	V U12	2024-10-05
9.8	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
9.9	Jula van Aurich	V U12	2024-05-25
10.1	Milan van Winsum	M U12	2024-09-21
10.1	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
10.2	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
10.2	Jurre Buitendijk	M U12	2024-10-05
10.2	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
10.3	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
10.3	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
10.3	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
10.6	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
10.6	David Yousef	M U12	2024-10-05
10.9	Leanne Haitsma	V U12	2024-10-05
11.1	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
11.2	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
11.9	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25

80

10.69	Folkert Krol	M U14	2024-04-06
10.93	Liam de Lang	M U16	2024-06-07
11.63	Ilse Huisman	V U14	2024-06-07
11.83	Thijmen Groenendal	M U16	2024-04-25
11.7	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05
11.9	Fedde Visser	M U14	2024-10-05
12.30	Myrthe Kootstra	V U14	2024-06-07
12.2	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
12.4	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
12.73	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-25
13.49	Liam Buitendijk	M U14	2024-06-22
14.6	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05
14.8	Wout Visser	M U14	2024-10-05

100

10.89	Bram Persson	M U18	2024-07-06
11.75w	Floris van Hardeveld	M U18	2024-06-14
11.76	Max Kroon	M U18	2024-04-28
11.6	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05
11.99	Sander de Haan	M U18	2024-05-25
12.2	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05
12.48	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05
12.4	Nynke Rijpma	V U20	2024-10-05
12.91	Meike Huistra	V U18	2024-06-14
12.7	Britt Huisman	V U18	2024-10-05
12.8	Liam de Lang	M U16	2024-10-05
12.8	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05
13.14	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-14
13.24	Norah Pont	V U16	2024-06-01
13.2	Harold Brouwer	M45	2024-10-05
13.64	Jente Wolters	V U18	2024-04-28
13.72	Marit Versfeld	V U18	2024-06-23
13.5	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05
13.75	Martien Ensing	M U18	2024-05-04
13.91	Hester Bos	V U23	2024-05-25
13.7	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05
14.08	Marylou Fischer	V U20	2024-05-25
13.9	Tim den Braven	M U16	2024-10-05
14.26w	Anita Postma	V U18	2024-06-14
14.1	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05
14.7	Siem de Roo	M40	2024-10-05
15.33	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-03-30
15.1	Jeske Krol	V40	2024-10-05
15.3	Marco Visser	M40	2024-10-05
15.8	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
16.29	Anna Kootstra	V40	2024-05-25
16.2	Vrony de Jong	V40	2024-10-05
16.78	Jolanda Smedinga	V55	2024-07-05
15.7	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
17.97	Wieger Klijnstra	M75	2024-05-25
18.0	Sabine van Aurich	V40	2024-10-05
18.3	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
18.6	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
18.7	Margo Wijma	V40	2024-10-05
20.4	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05

150

19.78	Folkert Krol	M U14	2024-09-01
19.96	Liam de Lang	M U16	2024-05-25
20.47	Norah Pont	V U16	2024-08-16
21.72w	Ilse Huisman	V U14	2024-09-01
21.77	Jouke vd Werff	M U16	2024-05-18

22.12	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25	1:01.45	Marit Versfeld	V U18	2024-06-15
				1:02.1	Meike Huistra	V U18	2024-10-05
200				1:03.53	Norah Keijzer	V U18	2024-04-28
21.34w	Jeroen Persson	M U20	2024-07-07	1:05.1	Harold Brouwer	M45	2024-10-05
21.54	Bram Persson	M U18	2024-07-07	1:06.54	Aafje Boorsma	V U16	2024-07-05
23.91w	Max Kroon	M U18	2024-04-28	1:07.46	Martien Ensing	M U18	2024-05-04
23.94	Floris van Hardevelde	M U18	2024-06-16	1:07.6	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05
24.49	Roy Veenstra	M U20	2024-05-25	1:08.7	Remco Klinker	M40	2024-10-05
25.10	Jens Linnebank	M U20	2024-05-25	1:10.13	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-05-25
25.26	Sander de Haan	M U18	2024-07-13	1:12.1	Siem de Roo	M40	2024-10-05
25.91	Meike Huistra	V U18	2024-07-06	1:15.56	Hester Bos	V U23	2024-06-02
26.22w	Britt Huisman	V U18	2024-05-15	1:15.7	Anita Postma	V U18	2024-10-05
26.37	Pelle vd Woude	M U18	2024-05-25	1:15.9	Jeske Krol	V40	2024-10-05
26.55w	Norah Pont	V U16	2024-04-28	1:20.9	Jolanda Smedinga	V55	2024-10-05
26.55w	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-28	1:23.0	Marco Visser	M40	2024-10-05
26.55w	Nynke Rijpma	V U20	2024-06-16	1:23.8	Anna Kootstra	V40	2024-10-05
26.58	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-29	1:27.2	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
26.67	Romée de Best	V U23	2024-06-29	1:27.9	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
27.19w	Liam de Lang	M U16	2024-05-15	1:30.0	Sabine van Aurich	V40	2024-10-05
27.41w	Marit Versfeld	V U18	2024-05-04	1:30.2	Vrony de Jong	V40	2024-10-05
28.44	Jente Wolters	V U18	2024-05-15	1:36.3	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
28.74	Norah Keijzer	V U18	2024-06-23	1:39.4	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
29.22w	Anita Postma	V U18	2024-06-16	1:47.6	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
29.76	Marylou Fischer	V U20	2024-05-25	1:53.64	Margo Wijma	V40	2024-10-05
31.16	Hester Bos	V U23	2024-04-21				
31.84	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-05-26	600			
34.50	Anna Kootstra	V40	2024-05-25	1:41.16	Folkert Krol	M U14	2024-05-18
34.86w	Jolanda Smedinga	V55	2024-04-20	2:01.9	Sophia Boomsma	V U12	2024-10-05
39.80	Wieger Klijnstra	M75	2024-05-25	2:05.8	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
				2:06.31	Lia Hoekstra	V U14	2024-05-18
300				2:10.5	David Yousef	M U12	2024-10-05
38.93	Jens Linnebank	M U20	2024-06-28	2:11.92	Fedde Visser	M U14	2024-05-18
40.87	Britt Huisman	V U18	2024-05-11	2:12.2	Jurre Buitendijk	M U12	2024-10-05
42.3	Folkert Krol	M U14	2024-10-05	2:12.9	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
42.76	Pieter Dogger	M35	2024-06-28	2:13.9	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
44.5	Liam de Lang	M U16	2024-10-05	2:17.1	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
44.79	Norah Pont	V U16	2024-08-16	2:17.65	Doutzen Wierda	V U14	2024-05-18
44.9	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05	2:17.9	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
45.77	Marit Versfeld	V U18	2024-06-28	2:19.7	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
47.9	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05	2:19.8	Zara Danes	V U12	2024-10-05
48.6	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05	2:21.2	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
48.8	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05	2:27.9	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
50.19	Martien Ensing	M U18	2024-03-30	2:31.9	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
50.5	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	2:32.2	Leanne Haitsma	V U12	2024-10-05
50.9	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05	2:34.7	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
52.5	Tim den Braven	M U16	2024-10-05	2:37.5	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
53.7	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05	2:38.0	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
55.2	Julia Klinker	V U16	2024-10-05	2:40.1	Quin Kok	M U9	2024-10-05
55.5	Famke Salomons	V U14	2024-10-05	2:41.0	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
57.6	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05	2:42.7	Roan Leenes	M U9	2024-10-05
1:00.2	Fedde Visser	M U14	2024-10-05	2:44.0	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
1:05.2	Wout Visser	M U14	2024-10-05	2:44.3	Ruben Eerdmans	M U10	2024-10-05
1:08.93	Wieger Klijnstra	M75	2024-03-30	2:44.3	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
1:11.0	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05	2:44.9	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
1:11.8	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05	2:46.9	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
				2:46.9	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
400				2:47.7	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
48.05	Jeroen Persson	M U20	2024-06-29	2:50.4	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
54.95	Jens Linnebank	M U20	2024-07-05	2:50.6	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
56.97	Britt Huisman	V U18	2024-06-28	2:52.5	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
57.2	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05	2:58.3	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
57.55	Floris van Hardevelde	M U18	2024-07-05	3:00.55	Daan Looper	M U8	2024-06-15
57.8	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	3:04.2	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
59.4	Max Kroon	M U18	2024-10-05	3:07.8	Coen Claes	M U8	2024-10-05
1:00.99	Norah Pont	V U16	2024-06-09				
1:01.44	Naomi Verkerk	V	2024-05-25				

800

1:49.95	Lars van Hoeven	M	2024-07-07
2:19.94	Thijmen Groenendal	M U16	2024-07-13
2:27.37	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30
2:28.07	Meike Huistra	V U18	2024-07-07
2:28.44	Britt Huisman	V U18	2024-04-14
2:31.57	Aafje Boorsma	V U16	2024-06-15
2:37.85	Romée de Best	V U23	2024-05-05
2:39.53	Norah Keijzer	V U18	2024-05-25
2:39.96	Marit Versfeld	V U18	2024-05-05
2:42.84	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-06-15
3:00.93	Hessel Teijema	M U16	2024-04-06
3:27.1	Jolanda Smedinga	V55	2024-03-28

1000

3:08.98	Folkert Krol	M U14	2024-06-22
3:15.68	Thijmen Groenendal	M U16	2024-03-30
3:34.18	Jodie Vianen	V U14	2024-06-22
3:44.56	Liam Buitendijk	M U14	2024-04-06
4:05.70	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-15
4:05.96	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-06
4:13.23	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22
4:15.66	Tess Brouwer	V U12	2024-06-15
4:33.40	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-15
5:17.69	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-15

1500

5:06.28	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-18
5:26.8	Remco Klinker	M40	2024-10-05
5:37.17	Aafje Boorsma	V U16	2024-04-28
6:09.27	Martien Ensing	M U18	2024-05-05
8:11.0	Tineke van Berkum	V55	2024-10-05
8:28.4	Anneke Visser	V45	2024-10-05

3000

10:58.8	Annemijn Schoonhoven	V U18	2024-10-05
11:49.7	Pieter Dogger	M35	2024-10-05
12:09.0	Remco Klinker	M40	2024-10-05
14:04.62	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-14

duur 4'

425	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
525	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
700	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
725	Roan Leenes	M U9	2024-05-25
725	Levy de Lang	M U8	2024-06-29
725	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
775	Ruben Eerdmans	M U10	2024-04-20
775	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
775	Daan Looper	M U8	2024-06-29
800	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
800	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29
800	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
825	Dorian de Raat	M U8	2024-05-25
825	Vesper Spijkman	V U10	2024-05-25
825	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
875	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
875	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29
900	Quin Kok	M U9	2024-06-29
925	Hanna Rekelhof	V U10	2024-05-25
1000	Ties Wierda	M U10	2024-05-25

duur 6'

1075	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
1100	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20
1100	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
1170	Milan van Winsum	M U12	2024-04-20

1200	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20
1200	Lara de Vries	V U12	2024-04-20
1225	Leanne Haitsma	V U12	2024-04-20
1225	Zara Danes	V U12	2024-06-29
1275	Melle Campmans	M U12	2024-04-20
1275	Sarah Hartsema	V U12	2024-04-20
1300	Sophia Boomsma	V U12	2024-04-20
1300	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
1325	Tess Brouwer	V U12	2024-04-20
1325	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
1350	Julian Huisman	M U12	2024-04-20
1350	Jimte Wierda	M U12	2024-04-20
1425	Maja Wijma	V U12	2024-06-29
1475	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25

40h

7.5	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
7.9	Quin Kok	M U9	2024-06-29
8.2	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29
8.4	Ruben Eerdmans	M U10	2024-04-20
8.4	Roan Leenes	M U9	2024-04-20
8.4	Hanna Rekelhof	V U10	2024-04-20
8.5	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
8.7	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29
8.8	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
8.8	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
8.9	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
9.0	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
9.1	Levy de Lang	M U8	2024-04-20
9.6	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
9.9	Dorian de Raat	M U8	2024-04-20
10.6	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29
10.7	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
11.0	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
11.0	Daan Looper	M U8	2024-06-29
11.2	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20

60h

10.7	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
10.7	Maja Wijma	V U12	2024-09-21
11.0	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29
11.0	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29
11.33	Jodie Vianen	V U14	2024-06-22
11.37	Fenna vd Meer	V U14	2024-06-22
11.2	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29
11.6	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
11.6	Jula van Aurich	V U12	2024-09-21
11.9	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
12.19	Lia Hoekstra	V U14	2024-06-22
12.0	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
12.3	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
12.4	Julian Huisman	M U12	2024-09-21
12.5	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
12.6	Zara Danes	V U12	2024-06-29
13.0	Melle Campmans	M U12	2024-09-21
13.1	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25
13.3	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
13.4	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
13.7	Lara de Vries	V U12	2024-04-20
13.9	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29

80h

12.31	Norah Pont	V U16	2024-08-25
13.30	Folkert Krol	M U14	2024-05-18
14.53	Linda vd Berg	V45	2024-05-25
18.76	Aron Hagg	M U14	2024-06-22

100h				1.06	Leanne Haitisma	V U12	2024-06-29
14.36	Meike Huistra	V U18	2024-05-20	1.05	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-09-21
14.42	Sabrina Cruden	V U23	2024-05-04	1.05	Ties Wierda	M U10	2024-09-21
15.42	Romé de Best	V U23	2024-06-23	1.05	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
16.01w	Marit Versfeld	V U18	2024-04-28	1.05	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
16.95	Liam de Lang	M U16	2024-05-18	1.05	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
19.9	Hester Bos	V U23	2024-03-20	1.00	Thijs Hartsema	M U14	2024-05-18
110h				1.00	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
21.18	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	1.00	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
300h				1.00	Quin Kok	M U9	2024-09-21
45.77	Norah Pont	V U16	2024-08-25	1.00	Hedzer Kootstra	M U9	2024-09-21
49.27	Liam de Lang	M U16	2024-06-22	0.95	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
400h				0.95	Dorian de Raat	M U8	2024-09-21
1:05.24	Roy Veenstra	M U20	2024-04-14	0.95	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
1:09.01	Nynke Rijpma	V U20	2024-05-25	0.95	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
1:12.91	Marit Versfeld	V U18	2024-05-25	0.95	David Yousef	M U12	2024-10-05
4x60				0.90	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20
33.79	AV Heerenveen	V U14	2024-06-22	0.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-05-25
4x80				0.90	Lara de Vries	V U12	2024-06-29
50.65	AV Heerenveen	M U14	2024-04-06	0.90	Hanna Rekelhof	V U10	2024-09-21
4x100				0.85	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20
46.41	AV Heerenveen	M U18	2024-06-09	0.85	Femke Piersma	V U10	2024-05-25
50.25	AV Heerenveen	V U20	2024-09-28	0.85	Jesper Kootstra	M U9	2024-09-21
54.21	AV Heerenveen	M U16	2024-09-29	0.85	Levy de Lang	M U8	2024-09-21
1:01.24	AV Heerenveen	V40	2024-05-12	0.85	Roan Leenes	M U9	2024-09-21
4x400				0.85	Benthe Tolsma	V U9	2024-09-21
3:49.53	AV Heerenveen	M U20	2024-04-14	0.80	Melle Campmans	M U12	2024-04-20
4:06.87	AV Heerenveen	V U18	2024-09-28	0.80	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20
Zweedse est.				0.80	Julian Scholte	M U9	2024-05-25
2:09.21	AV Heerenveen	M U20	2024-04-28	0.80	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25
2:21.03	AV Heerenveen	V U18	2024-09-29	0.80	Lieke Reijenga	V U9	2024-09-21
2:21.94	AV Heerenveen	V U20	2024-04-28	0.80	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21
2:27.91	AV Heerenveen	V U20	2024-09-29	0.75	Ferren Grafhorst	M U8	2024-09-21
2:31.13	AV Heerenveen	M U16	2024-09-29	0.70	Elin van Barneveld	V U8	2024-05-25
2:49.44	AV Heerenveen	V U14	2024-09-29	0.70	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
hoog				0.70	Daan Looper	M U8	2024-09-21
1.95	Lennert Naeff	M U23	2024-06-05	0.70	Vayen de Roo	V U9	2024-09-21
1.66	Sabrina Cruden	V U23	2024-08-31	0.70	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21
1.58	Meike Huistra	V U18	2024-06-01	hurkhoog			
1.55	Sander de Haan	M U18	2024-04-14	0.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-10-05
1.55	Pelle vd Woude	M U18	2024-04-28	0.90	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
1.55	Liam de Lang	M U16	2024-06-22	0.85	Quin Kok	M U9	2024-10-05
1.45	Milou Sieperda	V U18	2024-04-28	0.85	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
1.45	Romé de Best	V U23	2024-06-02	0.85	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
1.45	Marit Versfeld	V U18	2024-06-09	0.85	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
1.40	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25	0.85	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
1.40	Anita Postma	V U18	2024-06-09	0.80	Roan Leenes	M U9	2024-06-29
1.30	Myrthe Kootstra	V U14	2024-04-06	0.80	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-29
1.30	Martien Ensing	M U18	2024-05-04	0.80	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
1.30	Ilse Huisman	V U14	2024-05-25	0.75	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
1.30	Sophia Boomsma	V U12	2024-10-05	0.75	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
1.25	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05	0.70	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
1.20	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29	0.70	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
1.15	Liam Buitendijk	M U14	2024-04-06	0.70	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
1.15	Aron Hagg	M U14	2024-04-06	0.70	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
1.15	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29	0.70	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
1.10	Anna Kootstra	V40	2024-05-12	0.70	Elin vd Wal	V U8	2024-10-05
1.10	Zara Danes	V U12	2024-06-29	0.65	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
1.10	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29	0.65	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
				0.65	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
				0.65	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
				0.60	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
				0.60	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
				0.60	Coen Claes	M U8	2024-10-05
				0.55	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20

0.55	Daan Looper	M U8	2024-06-29	3.79	Marco Visser	M40	2024-10-05
0.50	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29	3.77	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
hss							
12.89	Roy Veenstra	M U20	2024-06-16	3.74	Siem de Roo	M40	2024-10-05
11.65w	Nynke Rijpma	V U20	2024-06-16	3.66	Fedde Visser	M U14	2024-09-01
10.84w	Liam de Lang	M U16	2024-08-24	3.65	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
9.56	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-25	3.59	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
polshoog							
3.30	Quinten Geleynse	M U20	2024-05-15	3.51	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05
3.30	Sander de Haan	M U18	2024-05-25	3.50	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
3.00	Pelle vd Woude	M U18	2024-05-25	3.50	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
2.30	Anita Postma	V U18	2024-06-05	3.50	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
2.15	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	3.45	Milan van Winsum	M U12	2024-09-21
polsver							
4.60	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29	3.45	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
4.50	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29	3.39	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
4.40	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-29	3.37	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
4.20	Zara Danes	V U12	2024-06-29	3.32	Jeske Krol	V40	2024-10-05
4.10	Maja Wijma	V U12	2024-06-29	3.31	Quin Kok	M U9	2024-06-15
3.90	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29	3.30	Jimte Wierda	M U12	2024-05-25
3.75	Lara de Vries	V U12	2024-06-29	3.25	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22
3.60	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29	3.16	Thijs Hartsema	M U14	2024-05-18
3.55	Julian Huisman	M U12	2024-04-20	3.14	Zara Danes	V U12	2024-10-05
3.55	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29	3.12	Liam Buitendijk	M U14	2024-06-22
3.45	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29	3.11	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
3.40	Joost Kemme	M U12	2024-06-29	3.08	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
3.20	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20	3.08	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
2.90	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20	3.05	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
2.80	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20	3.00	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
2.65	Melle Campmans	M U12	2024-04-20	2.98	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
2.30	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20	2.97	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
ver							
6.85w	Ziggy Veldman	M U20	2024-06-15	2.95	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
6.01	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	2.94	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
5.87	Max Kroon	M U18	2024-07-05	2.93	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
5.73	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30	2.90	Melle Campmans	M U12	2024-09-21
5.68w	Meike Huistra	V U18	2024-06-15	2.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-09-21
5.49	Sander de Haan	M U18	2024-07-05	2.89	Leanne Haitsma	V U12	2024-10-05
5.48	Floris van Hardeveld	M U18	2024-07-05	2.84	Vrony de Jong	V40	2024-10-05
5.33	Romée de Best	V U23	2024-06-23	2.82	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
5.21w	Nynke Rijpma	V U20	2024-04-28	2.81	Roan Leenes	M U9	2024-10-05
5.21	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05	2.80	Hanna Rekelhof	V U10	2024-05-25
5.14w	Liam de Lang	M U16	2024-05-15	2.77	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
5.03	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05	2.75	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25
4.97	Folkert Krol	M U14	2024-06-22	2.74	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
4.90	Marit Versfeld	V U18	2024-05-15	2.74	Wout Visser	M U14	2024-10-05
4.74	Britt Huisman	V U18	2024-10-05	2.70	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25
4.64	Milou Sieperda	V U18	2024-05-15	2.70	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
4.58	Hester Bos	V U23	2024-04-21	2.66	David Yousef	M U12	2024-10-05
4.44	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-25	2.65	Femke Piersma	V U10	2024-05-25
4.43	Linda vd Berg	V45	2024-05-15	2.65	Julian Scholte	M U9	2024-05-25
4.41	Ilse Huisman	V U14	2024-06-22	2.61	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
4.30	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05	2.60	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
4.28	Anita Postma	V U18	2024-10-05	2.57	Anna Kootstra	V40	2024-10-05
4.26	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	2.55	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
4.23	Martien Ensing	M U18	2024-05-04	2.52	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
4.20	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05	2.51	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
4.16	Harold Brouwer	M50	2024-10-05	2.49	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
4.09	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25	2.49	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
4.08	Tim den Braven	M U16	2024-08-25	2.48	Daan Looper	M U8	2024-10-05
4.06	Aron Hagg	M U14	2024-06-22	2.40	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-05-25
4.06	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05	2.38	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
3.87	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-15	2.35	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
				2.35	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
				2.34	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
				2.20	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
				2.20	Elin van Barneveld	V U8	2024-09-21
				2.10	Coen Claes	M U8	2024-10-05
				2.06	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
				2.05	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25

2.00	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21	8.41	Nynke Rijpma	V U20	2024-10-05
2.00	Margo Wijma	V40	2024-10-05	8.36	Laura vd Akker	V45	2024-10-13
1.88	Sabine van Aurich	V40	2024-10-05	8.22	Martien Ensing	M U18	2024-03-30
balstoten							
7.10	Ruben Eerdmans	M U10	2024-09-21	8.18	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05
6.50	Ties Wierda	M U10	2024-09-21	8.06	Klaas Peereboom	M70	2024-03-30
6.20	Hanna Rekelhof	V U10	2024-09-21	7.55	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05
6.00	Vesper Spijkman	V U10	2024-05-25	7.52	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05
5.80	Hedzer Kootstra	M U9	2024-05-25	7.30	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29
5.70	Quin Kok	M U9	2024-06-15	7.27	Jeske Krol	V40	2024-10-05
5.30	Jesper Kootstra	M U9	2024-09-21	7.23	Anna Kootstra	V40	2024-05-25
5.30	Benthe Tolsma	V U9	2024-09-21	6.95	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05
5.20	Julian Scholte	M U9	2024-05-25	6.90	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-29
5.10	Roan Leenes	M U9	2024-09-21	6.71	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05
4.80	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-05-25	6.70	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29
4.70	Daan Looper	M U8	2024-09-21	6.67	Jelte Dijkstra	M U16	2024-04-06
4.60	Dorian de Raat	M U8	2024-09-21	6.49	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22
4.50	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21	6.49	Anita Postma	V U18	2024-10-05
4.40	Femke Piersma	V U10	2024-05-25	6.47	Hester Bos	V U23	2024-03-20
4.40	Levy de Lang	M U8	2024-09-21	6.39	Margo Wijma	V40	2024-10-05
4.30	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25	6.36	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05
4.00	Lieke Reijenga	V U9	2024-09-21	6.35	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
3.70	Vayen de Roo	V U9	2024-09-21	6.34	Tim den Braven	M U16	2024-10-05
3.60	Ferren Grafhorst	M U8	2024-09-21	6.30	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
3.50	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21	6.12	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
3.20	Elin van Barneveld	V U8	2024-09-21	6.06	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
3.00	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25	5.87	Vrony de Jong	V40	2024-10-05
discus							
35.50	Sybren van Gelder	M U18	2024-06-09	5.81	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05
29.96	Laura vd Akker	V45	2024-10-13	5.77	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
29.41	Lennert Naeff	M U23	2024-05-12	5.50	Maja Wijma	V U12	2024-06-29
19.42	Klaas Peereboom	M70	2024-03-30	5.34	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
18.76	Jelte Dijkstra	M U16	2024-04-06	5.32	Sabine van Aurich	V40	2024-10-05
18.56	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	5.20	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29
16.91	Anna Kootstra	V40	2024-05-12	5.07	Wout Visser	M U14	2024-10-05
15.09	Lia Hoekstra	V U14	2024-06-22	5.04	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-15
14.83	Tim den Braven	M U16	2024-06-22	5.04	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
12.08	Thijs Hartsema	M U14	2024-06-22	4.94	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05
9.94	Doutzen Wierda	V U14	2024-04-06	4.90	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20
kogel							
13.02	Sybren van Gelder	M U18	2024-04-14	4.90	Julian Huisman	M U12	2024-04-20
12.38	Meike Huistra	V U18	2024-04-28	4.90	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
11.91	Marit Versfeld	V U18	2024-05-15	4.85	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
11.82	Quinten Geleynse	M U20	2024-04-28	4.80	Zara Danes	V U12	2024-06-29
11.22	Sabrina Cruden	V U23	2024-08-31	4.80	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
10.25	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05	4.70	Leanne Haitma	V U12	2024-06-29
10.14	Romée de Best	V U23	2024-04-21	4.66	Fedde Visser	M U14	2024-10-05
10.03	Marco Visser	M40	2024-10-05	4.50	Melle Campmans	M U12	2024-04-20
9.81	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05	4.20	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20
9.80	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05	4.20	Lara de Vries	V U12	2024-06-29
9.75	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	4.00	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20
9.49	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05	3.15	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-15
9.40	Milou Sieperda	V U18	2024-04-14	2.80	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20
9.33	Harold Brouwer	M45	2024-10-05	slingeren			
9.26	Linda vd Berg	V45	2024-05-15	19.00	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
9.21	Folkert Krol	M U14	2024-10-05	19.00	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
9.06	Max Kroon	M U18	2024-10-05	18.00	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
8.96	Liam de Lang	M U16	2024-10-05	17.50	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
8.95	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	17.00	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-29
8.72	Marrit Oosterbaan	V U23	2024-03-30	17.00	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
8.67	Siem de Roo	M40	2024-10-05	16.50	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
8.45	Britt Huisman	V U18	2024-10-05	16.50	David Yousef	M U12	2024-10-05
8.45	Peter Spijkman	M40	2024-10-05	16.00	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
				15.50	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
				15.00	Maja Wijma	V U12	2024-05-25
				15.00	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
				15.00	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29
				15.00	Julian Huisman	M U12	2024-10-05

14.50	Jula van Aurich	V U12	2024-05-25	17.30	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05
14.50	Leanne Haitisma	V U12	2024-09-21	17.18	Hessel Teijema	M U16	2024-04-06
14.50	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05	17.04	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05
14.00	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25	14.40	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05
14.00	Quin Kok	M U9	2024-06-29	13.44	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05
14.00	Zara Danes	V U12	2024-09-21	12.32	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
13.50	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25	12.06	Wout Visser	M U14	2024-10-05
13.50	Daan Looper	M U8	2024-06-29	11.25	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
13.50	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29	10.52	Doutzen Wierda	V U14	2024-04-06
13.50	Milan van Winsum	M U12	2024-09-21	8.39	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
13.00	Melle Campmans	M U12	2024-09-21	8.26	Fedde Visser	M U14	2024-10-05
13.00	Lara de Vries	V U12	2024-10-05	7.22	Anita Postma	V U18	2024-10-05
12.00	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-29				
12.00	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29		vortex		
11.50	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21	46.89	Folkert Krol	M U14	2024-04-25
11.00	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20	36.12	Liam de Lang	M U16	2024-04-25
10.50	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29	32.35	Myrthe Kootstra	V U14	2024-06-07
10.00	Dorian de Raat	M U8	2024-04-20	31.96	Thijmen Groenendal	M U16	2024-06-07
10.00	Roan Leenes	M U9	2024-06-29	31.00	Jimte Wierda	M U12	2024-09-21
9.50	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29	28.00	Ties Wierda	M U10	2024-09-21
9.50	Levy de Lang	M U8	2024-06-29	27.50	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29
9.00	Judith Postmus	V U12	2024-10-05	26.00	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
8.50	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25	26.00	David Yousef	M U12	2024-10-05
8.50	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29	25.50	Jimte Wierda	M U12	2024-04-20
8.50	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05	25.50	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
8.00	Femke Piersma	V U10	2024-04-20	25.50	Julian Huisman	M U12	2024-09-21
8.00	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20	22.00	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
8.00	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05	21.00	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
8.00	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05	21.00	Jurre Buitendijk	M U12	2024-10-05
8.00	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05	20.80	Ilse Huisman	V U14	2024-06-07
8.00	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05	20.12	Lia Hoekstra	V U14	2024-06-07
7.50	Coen Claes	M U8	2024-10-05	19.50	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
6.50	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20	19.00	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
6.50	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05	19.00	Quin Kok	M U9	2024-06-29
6.00	Tessa Visser	V U8	2024-10-05	19.00	Maja Wijma	V U12	2024-09-21
6.00	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05	18.50	Daan Looper	M U8	2024-09-21
				18.00	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
speer				17.50	Levy de Lang	M U8	2024-06-29
44.99	Lennert Naeff	M U23	2024-04-07	17.50	Zara Danes	V U12	2024-09-21
39.34	Sybren van Gelder	M U18	2024-04-14	16.50	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
37.18	Sabrina Cruden	V U23	2024-09-01	16.50	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29
36.88	Marrit Oosterbaan	V U23	2024-06-09	16.00	Femke Piersma	V U10	2024-05-25
36.33	Meike Huistra	V U18	2024-07-07	16.00	Ruben Eerdmans	M U10	2024-10-05
36.13	Quinten Geleynse	M U20	2024-04-28	15.50	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
33.79	Liam de Lang	M U16	2024-10-05	15.50	Melle Campmans	M U12	2024-09-21
30.37	Max Kroon	M U18	2024-10-05	15.50	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
29.91	Marit Versfeld	V U18	2024-05-25	15.00	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
29,23	Folkert Krol	M U14	2024-10-05	15.00	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
28.29	Romée de Best	V U23	2024-05-25	15.00	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-09-21
27.96	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	14.00	Dorian de Raat	M U8	2024-09-21
27.69	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	14.00	Hanna Rekelhof	V U10	2024-09-21
27.21	Linda vd Berg	V45	2024-05-25	14.00	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
27.17	Milou Sieperda	V U18	2024-05-15	13.00	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25
25.64	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05	13.00	Leanne Haitisma	V U12	2024-09-21
24.19	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05	12.50	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
23.24	Jelte Dijkstra	M U16	2024-04-06	12.50	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
22.78	Laura vd Akker	V45	2024-10-13	12.00	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
22.48	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05	11.50	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
21.73	Nynke Rijpma	V U20	2024-10-05	11.50	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
21.51	Tim den Braven	M U16	2024-10-05	11.50	Roan Leenes	M U9	2024-10-05
21.32	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	11.50	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
20.48	Britt Huisman	V U18	2024-10-05	11.50	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
18.69	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05	10.50	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
18.65	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05	10.00	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
18.42	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05	9.50	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
18.19	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05	9.00	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21

8.50	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29
7.50	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
7.00	Coen Claes	M U8	2024-10-05
7.00	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
7.00	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
6.00	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05

werp 3-kamp

1814	Laura vd Akker	V45	2024-10-13
------	----------------	-----	------------

7-kamp

5105	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30
5062	Meike Huistra	V U18	2024-07-07
4131	Romée de Best	V U23	2024-05-05
4018	Marit Versfeld	V U18	2024-05-05

10-kamp

2558	Martien Ensing	M U18	2024-05-05
------	----------------	-------	------------

Jaarprestaties

Een persoonlijk record (pr) wordt gegeven bij de evenaring of verbetering van een bestaande beste prestatie (voor zover bekend). Indoorprestaties blijven hiervoor buiten beschouwing. De eerste keer meedoen op een nummer is altijd een pr. Als nieuw nummer geldt ook: hogere horden en zwaarder werpmateriaal. Masters beginnen iedere pentade (vijf jaar) bij het ingaan van de nieuwe categorie met een 'schone lijst'.

Voor de vergelijking van handtijden met elektronisch gemeten tijden zijn op de sprintnummers de gebruikelijke correcties gehanteerd (+0.24, 400 +0.14). Een elektronisch gemeten tijd van 12.24 is daarbij dus gelijkwaardig aan een handtijd van 12.0

categorie V U8

Elin van Barneveld

40	9.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	9.0	pr	Sneek	2024-06-29
40	8.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:58.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	675	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	725	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	800	pr	Sneek	2024-06-29
40h	10.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	10.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.60	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.60	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.05	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	3.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	6.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	8.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	5.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	6.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Sneek	2024-06-29

Tessa Visser

40	8.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	3:04.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.35	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Elina vd Wal

60	8.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie V U9

Yente Groenhof

40	9.2	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	525	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.50	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	9.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	12.50	pr	Sneek	2024-06-29

Lieke Reijenga

40	7.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:52.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.80	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.49	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	6.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	9.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Vayen de Roo

40	7.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:47.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.34	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	6.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Rosa Sanders

40	9.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:50.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.49	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	9.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

Benthe Tolisma

40	7.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.30	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	10.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	10.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie V U10

Femke Piersma

40	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	775	pr	Leeuwarden	2024-04-20

40h	9.6	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

Hanna Rekelhof

40	7.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.3	pr	Sneek	2024-06-29
1000	4:33.40	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	900	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	925	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	8.4		Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	6.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	3.15	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	12.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	13.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

Hannah Ruizendaal

40	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.0	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	500	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	775	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	800	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	10.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	12.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	8.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

Vesper Spijkman

40	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:41.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	725	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.2	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.93	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	6.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	12.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	16.50	pr	Sneek	2024-06-29

categorie V U12

Jula van Aurich

40	7.08		Heerenveen	2024-07-11
60	9.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
600	2:31.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1200	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.6	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.05	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.08	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	14.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	18.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	21.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Sophia Boomsma

60	9.82	pr	Leeuwarden	2024-06-15
60	9.2	pr	Heerenveen	2024-09-21
600	2:01.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	4:05.70	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 6'	1300	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	10.7		Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.10	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.20	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.40	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.87	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	5.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	6.36	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	6.90	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	22.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	25.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

Tess Brouwer

60	10.0	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.87	pr	Heerenveen	2024-07-11
60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:12.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	4:15.66	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 6'	1325	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.20	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.48	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	3.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	5.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	5.77	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	6.70	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	19.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	18.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	19.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	22.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	22.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Zara Danes

60	10.1	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:19.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1175	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1225	pr	Sneek	2024-06-29

60h	12.8	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	4.20	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.14	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	3.44	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	4.80	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

Leanne Haitzma

60	11.6	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	11.3	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	10.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:32.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1225	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	15.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	14.5	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.06	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.15	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.45	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.89	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.70	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	12.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	13.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

Sarah Hartsema

60	10.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:21.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.00	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.55	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.97	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.90	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	19.00	pr	Sneek	2024-06-29

Sanne Heerschop

60	10.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:38.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.94	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	12.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Nora Hoefman

60	10.2	pr	Heerenveen	2024-09-21
60h	11.9	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

Evi-Lynn Piersma

60	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1300	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	14.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20

60h	13.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.30	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.05	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	8.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

Judith Postmus

60	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:46.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.08	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	9.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Lara de Vries

60	11.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1200	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.90	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.75	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.38	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	3.60	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.20	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	11.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Maja Wijma

60	9.8	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:13.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1375	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1425	pr	Sneek	2024-06-29
60h	12.6	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.2	pr	Sneek	2024-06-29
60h	10.7	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.95	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.10	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.37	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	5.50	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	9.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	19.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

categorie V U14

AV Heerenveen

4x60	33.79	pr	Heerenveen	2024-06-22
Zwd. est.	2:49.44	cr	Amstelveen	2024-09-29

Sofie Heerschop

60	10.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:11.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.82	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	6.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	8.39	pr	Heerenveen	2024-10-05

Lia Hoekstra

60	9.79	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.6		Heerenveen	2024-10-05
80	12.73	pr	Hoogeveen	2024-04-25
300	53.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:06.31	pr	Sneek	2024-05-18
1000	4:05.96	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	12.38	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	12.34	pr	Sneek	2024-05-18
60h 76,2	12.19	pr	Heerenveen	2024-06-22
ver	3.33	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	3.46	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	3.51	pr	Heerenveen	2024-10-05
discus ¾	15.09	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	6.71		Heerenveen	2024-10-05
speer 400	15.50	pr	Sneek	2024-05-18
speer 400	18.19	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	20.12		Arnhem	2024-06-07

Ilse Huisman

60	9.11	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.08	pr	Sneek	2024-05-18
60	8.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
80	11.64w	pr	Hoogeveen	2024-04-25
80	11.63	pr	Arnhem	2024-06-07
150	21.83	pr	Heerenveen	2024-05-25
150	21.72w	pr	Amsterdam	2024-09-01
300	48.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.09	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.17	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.27	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	4.41	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	7.83	pr	Hoogeveen	2024-04-25
kogel 2	8.18	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	13.44	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	20.80		Arnhem	2024-06-07

Myrthe Kootstra

60	9.76	pr	Sneek	2024-05-18
60	9.53	pr	Heerenveen	2024-05-25
60	9.46	pr	Heerenveen	2024-06-22
60	9.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
80	12.30	pr	Arnhem	2024-06-07
300	50.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.30	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.85	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	3.98	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	4.26	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	8.16	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 2	8.32	pr	Sneek	2024-05-18
kogel 2	8.76	pr	Arnhem	2024-06-07
kogel 2	8.98	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	9.75	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	15.72	pr	Heerenveen	2024-05-25
speer 400	21.32	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	32.35		Arnhem	2024-06-07

Fenna vd Meer

60	8.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	22.12	pr	Heerenveen	2024-05-25
300	50.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
60h	11.37	pr	Heerenveen	2024-06-22
60h 76,2	12.57	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	11.45	pr	Sneek	2024-05-18
hoog	1.35	pr	Emmeloord	2024-04-06
hoog	1.35	pr	Sneek	2024-05-18
hoog	1.40	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.09	pr	Heerenveen	2024-05-25
kogel 2	7.55	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	18.42	pr	Heerenveen	2024-10-05

Famke Salomons

60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	55.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.39	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	5.77	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	11.25	pr	Heerenveen	2024-10-05

Jodie Vianen

60	9.26	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.20	pr	Heerenveen	2024-07-11
60	9.09	pr	Heerenveen	2024-07-11
1000	3:34.18	pr	Heerenveen	2024-06-22
60h 76,2	11.33	pr	Heerenveen	2024-06-22

Doutzen Wierda

600	2:17.65	pr	Sneek	2024-05-18
1000	4:13.23	pr	Heerenveen	2024-06-22
ver	2.59	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	2.80	pr	Sneek	2024-05-18
ver	3.25	pr	Heerenveen	2024-06-22
discus ¾	9.94	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 2	6.49	pr	Heerenveen	2024-06-22
speer 400	10.52	pr	Emmeloord	2024-04-06

categorie V U16**Aafje Boorsma**

400	1:06.54	pr	Leeuwarden	2024-07-05
800	2:36.62	pr	Drachten	2024-04-14
800	2:33.85	pr	Heerenveen	2024-05-25
800	2:32.96	pr	Wageningen	2024-06-09
800	2:31.57	pr	Leeuwarden	2024-06-15
1500	5:37.17	pr	Hoogeveen	2024-04-28

Julia Klinker

80	12.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	55.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	5.04	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 500	12.32	pr	Heerenveen	2024-10-05

Norah Pont

100	13.32	pr	Hilversum	2024-05-12
100	13.24	pr	Amsterdam	2024-06-01
150	20.47		Wageningen	2024-08-16
200	27.09	pr	Drachten	2024-04-14
200	26.55w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
300	44.79	pr	Wageningen	2024-08-16
400	1:06.31	pr	Hilversum	2024-05-12
400	1:01.68	pr	Amsterdam	2024-06-01
400	1:00.99	pr	Wageningen	2024-06-09
80h 76,2	12.31		Amsterdam	2024-08-25
300h 76,2	45.77		Amsterdam	2024-08-25

categorie V U18**AV Heerenveen**

4x400	4:09.47	cr	Drachten	2024-04-14
4x400	4:06.87	cr	Amstelveen	2024-09-28
Zwd. est.	2:21.03	cr	Amstelveen	2024-09-29

Britt Huisman

100	12.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
200	26.22w	pr	Kampen	2024-05-15
300	40.87	cr	Lisse	2024-05-11
400	56.97		Hengelo	2024-06-28
800	2:28.44	pr	Drachten	2024-04-14

ver 4.74 Heerenveen 2024-10-05
kogel 3 8.45 pr Heerenveen 2024-10-05
speer 500 20.48 pr Heerenveen 2024-10-05

Meike Huistra

100 12.91 pr Utrecht 2024-06-14
100 12.91 pr Utrecht 2024-06-14
200 26.52 pr Drachten 2024-04-14
200 26.32 pr Heerenveen 2024-05-04
200 26.21 pr Emmeloord 2024-06-01
200 25.91 pr Best 2024-07-06
400 1:02.1 pr Heerenveen 2024-10-05
800 2:33.09 pr Heerenveen 2024-05-05
800 2:29.81 pr Emmeloord 2024-06-02
800 2:28.07 pr Best 2024-07-07
100h 76,2 14.68w pr Hoogeveen 2024-04-28
100h 76,2 14.66 pr Heerenveen 2024-05-04
100h 76,2 14.36 pr Tilburg 2024-05-20
hoog 1.58 Emmeloord 2024-06-01
ver 5.54w pr Hoogeveen 2024-04-28
ver 5.68w cr Utrecht 2024-06-15
ver 5.57w pr Utrecht 2024-06-15
kogel 3 12.38 Hoogeveen 2024-04-28
speer 500 36.33 pr Best 2024-07-07
7-kamp 4797 cr Heerenveen 2024-05-05
7-kamp 4988 cr Emmeloord 2024-06-02
7-kamp 5062 cr Best 2024-07-07

Norah Keijzer

100 13.5 pr Heerenveen 2024-10-05
200 28.74 pr Kampen 2024-05-15
200 28.74 pr Drachten 2024-06-23
400 1:03.53 Hoogeveen 2024-04-28
800 2:39.53 Heerenveen 2024-05-25
ver 4.30 pr Heerenveen 2024-10-05
kogel 3 9.49 Heerenveen 2024-10-05
speer 500 24.19 Heerenveen 2024-10-05

Anita Postma

100 14.49 pr Drachten 2024-04-14
100 14.29w pr Hoogeveen 2024-04-28
100 14.26w pr Utrecht 2024-06-14
200 29.22w pr Utrecht 2024-06-16
400 1:15.7 pr Heerenveen 2024-10-05
hoog 1.40 pr Drachten 2024-04-14
hoog 1.40 pr Hoogeveen 2024-04-28
hoog 1.40 pr Wageningen 2024-06-09
polshoog 2.00 pr Drachten 2024-04-14
polshoog 2.30 pr Heerenveen 2024-05-25
polshoog 2.30 pr Kampen 2024-06-05
ver 4.28 pr Heerenveen 2024-10-05
kogel 3 6.49 pr Heerenveen 2024-10-05
speer 500 7.22 pr Heerenveen 2024-10-05

Sanne Pultrum

100 13.14 pr Drachten 2024-04-14
200 26.55w pr Hoogeveen 2024-04-28
3000 14:04.62 pr Drachten 2024-04-14

Annemijn Schoonhoven

3000 10:58.8 pr Heerenveen 2024-10-05

Milou Sieperda

hoog 1.45 Hoogeveen 2024-04-28
ver 4.64 Kampen 2024-05-15
kogel 3 9.40 Drachten 2024-04-14
speer 500 27.17 Kampen 2024-05-15

Marit Versfeld

100 13.72 pr Drachten 2024-06-23
100 13.5 Heerenveen 2024-10-05
200 27.41w pr Heerenveen 2024-05-04

300 45.77 Steenwijk 2024-06-28
400 1:02.77 pr Wageningen 2024-06-09
400 1:01.45 pr Utrecht 2024-06-15
800 2:39.96 Heerenveen 2024-05-05
100h 76,2 16.01w pr Hoogeveen 2024-04-28
400h 76,2 1:12.91 Heerenveen 2024-05-25
hoog 1.45 Wageningen 2024-06-09
ver 4.90 pr Kampen 2024-05-15
kogel 3 11.91 Kampen 2024-05-15
speer 500 29.91 Heerenveen 2024-05-25
7-kamp 4018 pr Heerenveen 2024-05-05

Jente Wolters

100 13.64 pr Hoogeveen 2024-04-28
200 28.44 pr Kampen 2024-05-15

categorie V U20

AV Heerenveen

4x100 50.25 cr Amstelveen 2024-09-28
Zwd. est. 2:21.94 Hoogeveen 2024-04-28
Zwd. est. 2:27.91 Amstelveen 2024-09-29

Marylou Fischer

100 14.08 pr Heerenveen 2024-05-25
200 29.76 pr Heerenveen 2024-05-25

Nynke Rijpma

100 13.14 pr Dronten 2024-09-18
100 12.4 pr Heerenveen 2024-10-05
200 26.82w pr Kampen 2024-05-15
200 26.55w pr Utrecht 2024-06-16
400h 76,2 1:09.01 pr Heerenveen 2024-05-25
hss 11.03 cr Heerenveen 2024-05-25
hss 11.60 cr Gendringen 2024-06-02
hss 11.65w cr Utrecht 2024-06-16
ver 5.21w pr Hoogeveen 2024-04-28
kogel 4 8.41 pr Heerenveen 2024-10-05
speer 600 21.73 pr Heerenveen 2024-10-05

categorie V U23

Romée de Best

200 27.15 pr Heerenveen 2024-05-04
200 26.67 pr Hengelo 2024-06-29
800 2:37.85 pr Heerenveen 2024-05-05
100h 83,8 15.52w pr Heerenveen 2024-05-04
100h 83,8 15.42 pr Drachten 2024-06-23
hoog 1.45 Gendringen 2024-06-02
ver 5.17 pr Heerenveen 2024-05-05
ver 5.33 pr Drachten 2024-06-23
kogel 4 10.14 pr Almelo 2024-04-21
speer 600 28.29 Heerenveen 2024-05-25
7-kamp 4131 pr Heerenveen 2024-05-05

Hester Bos

100 13.91 Heerenveen 2024-05-25
200 31.16 Almelo 2024-04-21
400 1:15.56 pr Gendringen 2024-06-02
100h 83,8 19.9 Sneek 2024-03-20
ver 4.58 pr Almelo 2024-04-21
kogel 4 6.47 Sneek 2024-03-20

Sabrina Cruden

800 2:31.23 pr Heerenveen 2024-05-05
800 2:27.37 pr Hengelo 2024-06-30

200	26.58		Hengelo	2024-06-29
100h 83,8	14.42	cr	Heerenveen	2024-05-04
hoog	1.66		Amersfoort	2024-08-31
ver	5.73	pr	Hengelo	2024-06-30
kogel 4	11.22		Amersfoort	2024-08-31
speer 600	37.18		Amersfoort	2024-09-01
7-kamp	5105	cr	Hengelo	2024-06-30

Marrit Oosterbaan

kogel 4	8.72		Groningen	2024-03-30
speer 600	36.88	pr	Eindhoven	2024-06-09

categorie V

Naomi Verkerk

400	1:01.44		Leiden	2024-05-25
-----	---------	--	--------	------------

categorie V35

Suzanne Looper-Hartwig

100	15.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:36.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	9.81	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie V40

Sabine van Aurich

100	18.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:30.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	1.88	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	5.32	pr	Heerenveen	2024-10-05

AV Heerenveen

4x100	1:01.24		Uden	2024-05-12
-------	---------	--	------	------------

Vrony de Jong

100	16.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:30.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.84	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	5.87	pr	Heerenveen	2024-10-05

Anna Kootstra

100	16.29	pr	Heerenveen	2024-05-25
200	34.50	pr	Heerenveen	2024-05-25
400	1:23.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.10	pr	Uden	2024-05-12
ver	2.57	pr	Heerenveen	2024-10-05
discus 1	16.91	pr	Uden	2024-05-12
kogel 4	7.23	pr	Heerenveen	2024-05-25

Dirkje Krol

100	18.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
800	1:27.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	4.85	pr	Heerenveen	2024-10-05

Jeske Krol

100	15.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:15.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.32	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	7.27	pr	Heerenveen	2024-10-05

Leonie Mollenhorst

100	20.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:47.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.52	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	5.34	pr	Heerenveen	2024-10-05

Marieke de Vries

100	18.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:39.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.51	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	6.35	pr	Heerenveen	2024-10-05

Margo Wijma

100	18.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:53.64	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	6.39	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie V45

Laura vd Akker

discus 1	29.06	cr	Steenwijk	2024-06-28
discus 1	29.96	cr	Steenwijk	2024-10-13
kogel 4	8.09	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	8.36	pr	Steenwijk	2024-10-13
speer 600	22.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	22.78	pr	Steenwijk	2024-10-13
werp 3-kamp	1814	cr	Steenwijk	2024-10-13

Linda vd Berg

80h 76,2	14.53		Hilversum	2024-05-25
ver	4.43		Kampen	2024-05-15
kogel 4	9.26		Kampen	2024-05-15
speer 600	27.21		Hilversum	2024-05-25

Anneke Visser

1500	8:28.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
------	--------	----	------------	------------

categorie V55

Tineke van Berkum

1500	8:11.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
------	--------	----	------------	------------

Jolanda Smedinga

100	16.78		Leeuwarden	2024-07-05
200	34.86w		Harderwijk	2024-04-20
400	1:20.9		Heerenveen	2024-10-05
800	3:27.1		Ommen	2024-03-28

categorie V60

Betty Bijker-Bangma

100	15.33	cr	Steenwijk	2024-03-30
200	31.84	cr	Hilversum	2024-05-26
400	1:10.13	cr	Hilversum	2024-05-25
800	2:42.84		Leeuwarden	2024-06-15

categorie **M U7**

Lieuwe Vianen

40	9.5		Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	675	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	800	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	11.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	3.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	11.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

categorie **M U8**

Coen Claes

40	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	3:07.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.60	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.10	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	7.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Ferren Grafhorst

40	8.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:37.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.75	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.55	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.74	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	8.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Levy de Lang

40	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.3	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:46.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	725	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.1	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.60	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.65	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.45	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.61	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.40	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	9.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	14.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	17.50	pr	Sneek	2024-06-29

Daan Looper

40	8.75	pr	Leeuwarden	2024-06-15
600	3:00.55	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	775	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.55	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.10	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.48	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.25	pr	Leeuwarden	2024-06-15
balstoten	4.70	pr	Heerenveen	2024-09-21

slingeren	13.50	cr	Sneek	2024-06-29
vortex	16.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	18.50	cr	Heerenveen	2024-09-21

Dorian de Raat

40	8.3	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	cr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:50.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	9.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.95	cr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.55	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.77	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	10.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

categorie **M U9**

Quin Kok

40	7.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.74	pr	Leeuwarden	2024-06-15
40	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.41	pr	Groningen	2024-09-07
40	7.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:41.30	pr	Leeuwarden	2024-06-15
600	2:40.60	pr	Groningen	2024-09-07
600	2:40.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	825	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	900	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	7.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.31	pr	Leeuwarden	2024-06-15
balstoten	5.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.70	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	13.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	14.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	19.00	pr	Sneek	2024-06-29

Hedzer Kootstra

40	7.7	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:34.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	825	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	875	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	875	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.1	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.85	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.75	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.98	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	13.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	15.00	pr	Sneek	2024-06-29

vortex	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	16.50	pr	Sneek	2024-06-29

Jesper Kootstra

40	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:27.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	875	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	875	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.7	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.30	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	15.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	18.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Roan Leenes

40	8.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:42.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	700	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	725	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.45	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.65	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.81	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.10	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	9.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	10.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Floris vd Schaaf

40	9.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	9.5	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	675	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	700	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	725	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	10.7	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.60	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.80	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	3.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	10.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	7.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	8.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	12.00	pr	Sneek	2024-06-29

Julian Scholte

40	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.2	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	825	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	9.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.65	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	19.50	pr	Sneek	2024-06-29

categorie M U10

Jouke Boersma

40	7.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	425	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	6.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20

Ruben Eerdmans

40	7.40	pr	Leeuwarden	2024-06-15
40	7.1	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:44.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	5:17.69	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	775	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	6.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	7.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	5.04	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	15.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	16.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	16.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Loeck ter Wee

40	8.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	700	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.30	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	11.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

Ties Wierda

40	7.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	6.8	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:17.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	925	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	1000	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20

40h	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.90	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	6.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	6.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	16.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	25.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	27.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	28.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

slingeren	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	15.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	24.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	25.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

Joost Kemme

duur 6'	1325	pr	Sneek	2024-06-29
60h	11.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Sneek	2024-06-29
polshoog	3.40	pr	Sneek	2024-06-29
kogel 2	4.80	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.00		Sneek	2024-06-29

Lasse Lenis

60	9.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1100	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.60		Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

Jasha Meijer

60	10.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1075	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1075	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.00	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.90	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.55	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	5.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	6.30	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	23.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	26.00	pr	Sneek	2024-06-29

Jimte Wierda

60	10.3	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:17.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1350	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.2	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.50	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.30	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	7.30	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	17.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	18.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	19.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	25.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	29.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	31.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

Milan van Winsum

60	10.1	pr	Heerenveen	2024-09-21
duur 6'	1170	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.15	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.45	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	4.40	pr	Leeuwarden	2024-04-20

categorie M U12

Jurre Buitendijk

60	10.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	10.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:12.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1425	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1475	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.1	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.70		Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	4.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	19.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	21.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

Melle Campmans

60	9.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	14.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.0	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	4.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	13.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

Steijn Hendriksen

60	9.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:05.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.25	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.45	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	15.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	15.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

Julian Huisman

60	10.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	10.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:19.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1350	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.4	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	3.11		Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.90		Leeuwarden	2024-04-20

kogel 2	5.20	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	21.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	27.50	pr	Sneek	2024-06-29

speer 400	12.56	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 400	13.13	pr	Heerenveen	2024-06-22
speer 400	14.40	pr	Heerenveen	2024-10-05

Bjarne Wolters

60	11.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1100	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.35		Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	4.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	18.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

David Yousef

60	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:10.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.66	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	16.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	26.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie M U14

AV Heerenveen

4x80	50.65		Emmeloord	2024-04-06
------	-------	--	-----------	------------

Luuk den Braven

60	9.70		Heerenveen	2024-07-11
80	12.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	57.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.59	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	6.12	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	18.65	pr	Heerenveen	2024-10-05

Liam Buitendijk

80	13.49	pr	Heerenveen	2024-06-22
1000	3:44.56	pr	Emmeloord	2024-04-06
hoog	1.15	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.12	pr	Heerenveen	2024-06-22

Ids Geertsma

80	11.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	48.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	4.20	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	4.94	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	17.04	pr	Heerenveen	2024-10-05

Aron Hagg

80h 76,2	19.08	pr	Emmeloord	2024-04-06
80h 76,2	18.76	pr	Heerenveen	2024-06-22
hoog	1.15	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.06	pr	Heerenveen	2024-06-22

Thijs Hartsema

80	14.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:11.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.00		Sneek	2024-05-18
ver	3.16		Sneek	2024-05-18
discus 1	11.04	pr	Sneek	2024-05-18
discus 1	12.08	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	4.77	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 3	5.47	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	5.81	pr	Heerenveen	2024-10-05

Folkert Krol

80	11.17	pr	Steenwijk	2024-03-30
80	10.69	pr	Emmeloord	2024-04-06
80	10.6		Heerenveen	2024-10-05
150	19.78	pr	Amsterdam	2024-09-01
300	42.3	cr	Heerenveen	2024-10-05
600	1:41.16	cr	Sneek	2024-05-18
1000	3:08.98	pr	Heerenveen	2024-06-22
80h 76,2	13.30	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.66w	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.97	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	7.88	pr	Hoogeveen	2024-04-25
kogel 3	9.21	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	29,23	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	46.89		Hoogeveen	2024-04-25

Fedde Visser

80	11.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:00.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:11.92	pr	Sneek	2024-05-18
ver	3.66	pr	Amsterdam	2024-09-01
kogel 3	4.66	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	8.26		Heerenveen	2024-10-05

Wout Visser

80	14.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:05.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.74	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	5.07	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	12.06	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie M U16

AV Heerenveen

4x100	54.21		Amstelveen	2024-09-29
Zwd. est.	2:31.13	cr	Amstelveen	2024-09-29

Tim den Braven

100	15.01	pr	Heerenveen	2024-06-22
100	14.31	pr	Amsterdam	2024-08-25
100	13.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	52.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	4.08	pr	Amsterdam	2024-08-25
discus 1	14.83	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 4	6.34	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	21.51	pr	Heerenveen	2024-10-05

Jelte Dijkstra

discus 1	18.76	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 4	6.67	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 600	23.24	pr	Emmeloord	2024-04-06

Thijmen Groenendal

80	11.83		Hoogeveen	2024-04-25
100	14.70	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	14.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	44.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
800	2:28.19	pr	Emmeloord	2024-04-06
800	2:21.03	pr	Heerenveen	2024-05-25
800	2:20.68	pr	Heerenveen	2024-06-22
800	2:19.94	pr	Groningen	2024-07-13
1000	3:15.68		Steenwijk	2024-03-30
1500	5:06.28	pr	Sneek	2024-05-18
hss	9.56	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.36w	pr	Emmeloord	2024-04-06

ver	4.44	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	4.44	pr	Heerenveen	2024-05-25
kogel 3	7.86		Arnhem	2024-06-07
kogel 4	6.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	18.69	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	31.96		Arnhem	2024-06-07

Liam de Lang

80	10.93		Arnhem	2024-06-07
100	12.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	19.96	pr	Heerenveen	2024-05-25
200	27.19w	pr	Kampen	2024-05-15
300	44.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
100h 83,8	17.64	pr	Emmeloord	2024-04-06
100h 83,8	16.95	pr	Sneek	2024-05-18
300h 76,2	49.27	pr	Heerenveen	2024-06-22
hoog	1.55		Heerenveen	2024-06-22
hss	10.80	pr	Heerenveen	2024-05-25
hss	10.84w	pr	Amsterdam	2024-08-24
hss	10.83		Amsterdam	2024-08-24
ver	4.85	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	5.14w	pr	Kampen	2024-05-15
ver	4.99		Groningen	2024-07-13
kogel 3	10.02		Arnhem	2024-06-07
kogel 4	8.96	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	33.79	pr	Heerde	2024-10-05
vortex	36.12		Hoogeveen	2024-04-25

Hessel Teijema

800	3:00.93	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 600	17.18	pr	Emmeloord	2024-04-06

Jouke vd Werff

100	14.51	pr	Emmeloord	2024-04-06
100	14.07	pr	Kampen	2024-05-15
100	13.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	21.77	pr	Sneek	2024-05-18
300	47.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.79	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.79	pr	Kampen	2024-05-15
ver	3.95	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	6.36	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	22.48	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie M U18

AV Heerenveen

4x100	46.41	cr	Wageningen	2024-06-09
-------	-------	----	------------	------------

Martien Ensing

100	13.96	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	13.75	pr	Heerenveen	2024-05-04
300	50.19	pr	Steenwijk	2024-03-30
400	1:07.46	pr	Heerenveen	2024-05-04
1500	6:09.27	pr	Heerenveen	2024-05-05
110h 91,4	21.18	pr	Heerenveen	2024-05-05
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-05-04
polshoog	2.15	pr	Heerenveen	2024-05-05
ver	4.23	pr	Heerenveen	2024-05-04
discus 1½	17.79	pr	Steenwijk	2024-03-30
discus 1½	18.56	pr	Heerenveen	2024-05-05
kogel 5	8.22	pr	Steenwijk	2024-03-30
speer 700	27.96	pr	Heerenveen	2024-05-05
10-kamp	2558	pr	Heerenveen	2024-05-05

Sybren van Gelder

discus 1½	34.20	pr	Drachten	2024-04-14
discus 1½	35.50	pr	Wageningen	2024-06-09
kogel 5	13.02	pr	Drachten	2024-04-14

speer 700	39.34	pr	Drachten	2024-04-14
-----------	-------	----	----------	------------

Sander de Haan

100	11.99		Heerenveen	2024-05-25
200	25.26		Groningen	2024-07-13
hoog	1.55		Drachten	2024-04-14
polshoog	3.30	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	5.49	pr	Leeuwarden	2024-07-05

Floris van Hardeveld

100	11.85	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	11.80	pr	Hoogeveen	2024-04-28
100	11.75w	pr	Utrecht	2024-06-14
200	24.37	pr	Drachten	2024-04-14
200	24.10w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
200	23.94	pr	Utrecht	2024-06-16
400	57.55	pr	Leeuwarden	2024-07-05
ver	5.48	pr	Leeuwarden	2024-07-05

Max Kroon

100	11.76	pr	Hoogeveen	2024-04-28
100	11.6		Heerenveen	2024-10-05
200	23.91w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
400	59.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	5.77	pr	Drachten	2024-04-14
ver	5.87	pr	Leeuwarden	2024-07-05
kogel 6	9.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 700	30.37	pr	Heerenveen	2024-10-05

Bram Persson

100	10.89	cr	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
200	21.54	cr	Göteborg (Zwe)	2024-07-07

Pelle vd Woude

200	26.37	pr	Heerenveen	2024-05-25
hoog	1.55	pr	Hoogeveen	2024-04-28
polshoog	3.00	pr	Heerenveen	2024-05-25

categorie M U20

AV Heerenveen

4x400	3:49.53		Drachten	2024-04-14
Zwd. est.	2:09.21	cr	Hoogeveen	2024-04-28

Quinten Geleynse

polshoog	3.30	pr	Kampen	2024-05-15
kogel 6	11.03	pr	Drachten	2024-04-14
kogel 6	11.82	pr	Hoogeveen	2024-04-28
speer 800	33.94	pr	Drachten	2024-04-14
speer 800	36.13	pr	Hoogeveen	2024-04-28

Jens Linnebank

100	12.57w	pr	Kampen	2024-05-15
100	12.48	pr	Heerenveen	2024-10-05
100	12.3		Heerenveen	2024-10-05
200	25.25w	pr	Kampen	2024-05-15
200	25.10	pr	Heerenveen	2024-05-25
300	38.93	pr	Steenwijk	2024-06-28
400	57.20	pr	Hoogeveen	2024-04-28
400	54.95	pr	Leeuwarden	2024-07-05
ver	5.03	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 6	7.52	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 800	17.30	pr	Heerenveen	2024-10-05

Jeroen Persson

200	21.50w	cr	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
200	21.34w	cr	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
400	48.05		Uddevalla (Zwe)	2024-06-29

Roy Veenstra

100	12.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
200	24.58w	pr	Kampen	2024-05-15
200	24.49	pr	Heerenveen	2024-05-25
400	57.8		Heerenveen	2024-10-05
400h 91,4	1:05.24		Drachten	2024-04-14
hss	11.94	pr	Hoogeveen	2024-04-28
hss	12.89	pr	Utrecht	2024-06-16
ver	5.97w	pr	Kampen	2024-05-15
ver	6.01	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 6	8.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 800	27.69	pr	Heerenveen	2024-10-05

Ziggy Veldman

100	11.6		Heerenveen	2024-10-05
400	57.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	6.85w		Utrecht	2024-06-15
ver	6.72		Utrecht	2024-06-15
kogel 6	10.25	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 800	25.64	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie **M U23****Lennert Naeff**

hoog	1.95		Niort (Fra)	2024-06-05
discus 2	29.41	pr	Cognac (Fra)	2024-05-12
speer 800	44.99	pr	Niort (Fra)	2024-04-07

Lucas Peereboom

100	12.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:07.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	5.21	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 7¼	9.80	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie **M****Lars van Hoeven**

800	1:49.95		Hengelo	2024-07-07
-----	---------	--	---------	------------

categorie **M35****Pieter Dogger**

300	42.76		Steenwijk	2024-06-28
3000	11:49.7	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie **M40****Remco Klinker**

400	1:08.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
1500	5:26.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
3000	12:09.0	pr	Heerenveen	2024-10-05

Siem de Roo

100	14.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:12.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.74	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 7¼	8.67	pr	Heerenveen	2024-10-05

Peter Spijkman

100	15.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:27.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.77	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 7¼	8.45	pr	Heerenveen	2024-10-05

Marco Visser

100	15.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:23.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.79	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 7¼	10.03	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie **M45****Harold Brouwer**

100	13.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
400	1:05.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	4.16	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 7¼	9.33	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie **M70****Klaas Peereboom**

discus 1	19.42	pr	Steenwijk	2024-03-30
kogel 4	8.06	pr	Steenwijk	2024-03-30

categorie **M75****Wieger Klijnstra**

100	18.37	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	17.97	cr	Heerenveen	2024-05-25
200	39.80	cr	Heerenveen	2024-05-25
300	1:08.93	cr	Steenwijk	2024-03-30

PR's

Hoogste aantal pr's (15 of meer)

Quin Kok	26
Maja Wijma	25
Jesper Kootstra	25
Tess Brouwer	24
Roan Leenes	22
Elin van Barneveld	22
Ties Wierda	22
Hedzer Kootstra	21
Meike Huistra	20
Zara Danes	20
Levy de Lang	19
Dorian de Raat	19
Floris vd Schaaf	19
Hanna Rekelhof	19
Ruben Eerdmans	19
Vesper Spijkman	18
Jimte Wierda	18
Leanne Haitsma	18
Hannah Ruizendaal	18
Julian Scholte	17
Sophia Boomsma	17
Myrthe Kootstra	17
Jasha Meijer	16
Ilse Huisman	16
Jula van Aurich	15
Melle Campmans	15

Competitie

Resultaten in de clubcompetitie van de Atletiekunie

V U14

poule 66	3	4136	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	2	4484	2024-05-18	Sneek
poule 66	3	4843	2024-06-22	Heerenveen

V U20

poule 37	4	6038	2024-04-14	Drachten
poule 37	3	6981	2024-04-28	Hoogeveen
poule 37	17	2576	2024-06-09	Wageningen

V

3e divisie, poule 14	12	3794	2024-04-21	Almelo
3e divisie, poule 14	8	5621	2024-06-02	Gendringen
3e divisie, poule 14	7	5034	2024-06-23	Drachten

M U14

poule 66	7	2862	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	6	3043	2024-05-18	Sneek
poule 66	5	3554	2024-06-22	Heerenveen

M U16

poule 66	5	4549	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	8	3913	2024-05-18	Sneek
poule 66	9	3985	2024-06-22	Heerenveen

M U20

poule 37	7	4945	2024-04-14	Drachten
poule 37	8	4622	2024-04-28	Hoogeveen
poule 37	12	2970	2024-06-09	Wageningen

V masters

poule 23	8	3753	2024-05-12	Uden
----------	---	------	------------	------