

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.

Beste jaarprestaties vanaf het outdoor seizoen 2011

Bijgewerkt t/m za 13 juli 2024

Hayat Askar

100	2023-06-09	16.73	V U20	Ede
600	2017-04-08	2:14.45	V U14	Heerenveen
	2018-10-06	2:15.79	V U14	Heerenveen
	2019-10-05	2:02.1	V U16	Heerenveen
1000	2014-10-04	4:25.8	V U10	Heerenveen
	2015-10-03	4:45.3	V U12	Heerenveen
	2016-10-01	4:16.2	V U12	Heerenveen
hoog	2015-06-27	1.00	V U12	Steenwijk
	2016-04-16	1.20	V U12	Sneek
	2017-04-08	1.20	V U14	Heerenveen
	2018-10-06	1.30	V U14	Heerenveen
	2019-06-22	1.30	V U16	Stadskanaal
	2020-07-02	1.25	V U16	Heerenveen
	2021-04-11	1.25	V U18	Heerenveen
ver	2014-10-04	2.43	V U10	Heerenveen
	2015-10-03	3.16	V U12	Heerenveen
	2016-09-17	3.35	V U12	Heerenveen
	2017-04-08	3.53	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	4.02	V U16	Heerenveen
	2021-05-22	3.79	V U18	Heerenveen
	2023-06-09	3.45	V U20	Ede
discus 1	2019-04-28	19.66	V U16	Epe
Jula van Aurich				
60	2024-05-25	9.9	V U12	Steenwijk
600	2022-10-01	2:52.0	V U9	Heerenveen
	2023-09-30	2:26.4	V U10	Heerenveen
duur 6'	2024-04-20	1200	V U12	Leeuwarden
60h	2024-04-20	12.5	V U12	Leeuwarden
hoog	2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
	2024-04-20	1.05	V U12	Leeuwarden
polsver	2024-04-20	3.20	V U12	Leeuwarden
ver	2022-10-01	2.35	V U9	Heerenveen
	2023-09-30	2.85	V U10	Heerenveen
	2024-05-25	2.90	V U12	Steenwijk
balstoten	2023-09-16	5.50	V U10	Heerenveen
kogel 2	2024-04-20	4.90	V U12	Leeuwarden
slingeren	2024-05-25	14.50	V U12	Steenwijk
vortex	2022-10-01	10.00	V U9	Heerenveen
	2023-09-16	16.00	V U10	Heerenveen
	2024-04-20	18.00	V U12	Leeuwarden

Elin van Barneveld

40	2024-06-29	9.0	V U8	Sneek
duur 4'	2024-06-29	800	V U8	Sneek
40h	2024-06-29	10.6	V U8	Sneek
hoog	2024-05-25	0.70	V U8	Steenwijk
hurkhoog	2024-06-29	0.60	V U8	Sneek
ver	2024-05-25	2.05	V U8	Steenwijk
balstoten	2024-05-25	2.90	V U8	Steenwijk
slingeren	2024-06-29	8.50	V U8	Sneek
vortex	2024-06-29	8.50	V U8	Sneek
Jikke vd Berg				
3000	2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn
5000	2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen
Linda vd Berg				
80	2019-05-08	12.21	V40	Kampen
100	2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk
	2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek
	2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk
	2022-04-02	14.43w	V45	Steenwijk
	2023-06-03	14.36	V45	Groningen
150	2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek
	2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk
	2022-06-24	21.09	V45	Steenwijk
200	2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen
	2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal
	2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek
	2021-10-02	28.32	V40	Heerenveen
	2022-07-01	28.47	V45	Best
	2023-05-06	28.42	V45	Heerenveen
300	2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk
	2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen
	2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk
	2022-04-02	47.9	V45	Steenwijk
	2023-04-02	47.32	V45	Steenwijk
400	2021-09-18	1:05.57	V40	Hengelo
	2022-05-28	1:06.07	V45	Harderwijk
	2023-07-01	1:04.99	V45	Harderwijk
800	2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen
	2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal
	2020-09-26	2:49.0	V40	Heerenveen
	2021-10-09	2:36.09	V40	Best
	2022-05-01	2:39.11	V45	Heerenveen
	2023-05-07	2:40.89	V45	Heerenveen
80h 76,2	2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal
	2021-10-08	17.33	V40	Best
	2022-07-01	14.45	V45	Best
	2023-05-06	13.55	V45	Heerenveen
	2024-05-25	14.53	V45	Hilversum
400h 76,2	2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo
	2022-05-21	1:14.81	V45	Heerenveen

hoog	2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen
	2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal
	2020-10-09	1.30	V40	Drachten
	2021-10-08	1.36	V40	Best
	2022-10-01	1.35	V45	Heerenveen
ver	2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen
	2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen
	2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen
	2021-09-19	4.69	V40	Hengelo
	2022-05-01	4.71	V45	Heerenveen
	2023-05-07	4.44w	V45	Heerenveen
	2024-05-15	4.43	V45	Kampen
discus 1	2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk
	2020-08-28	22.96	V40	Heerenveen
kogel 4	2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen
	2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden
	2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek
	2021-09-08	9.11	V40	Hengelo
	2022-04-30	9.32	V45	Heerenveen
	2023-04-02	9.93	V45	Steenwijk
	2024-05-15	9.26	V45	Kampen
speer 600	2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk
	2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen
	2021-10-02	28.36	V40	Heerenveen
	2022-10-01	27.18	V45	Heerenveen
	2023-05-07	28.09	V45	Heerenveen
	2024-05-25	27.21	V45	Hilversum
werp 3-kamp	2019-10-05	1337	V40	Heerenveen
	2019-10-13	1430	V40	Steenwijk
	2020-08-28	1392	V40	Heerenveen
7-kamp	2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal
	2021-10-09	3886	V40	Best
	2022-05-01	4720	V45	Heerenveen
	2023-05-07	4946	V45	Heerenveen
Romée de Best				
100	2022-05-21	14.18	V U20	Heerenveen
200	2022-06-04	28.01	V U20	Emmeloord
	2023-05-06	27.38	V U20	Heerenveen
	2024-06-29	26.67	V U23	Hengelo
800	2022-06-05	2:50.18	V U20	Emmeloord
	2023-05-07	2:46.03	V U20	Heerenveen
	2024-05-05	2:37.85	V U23	Heerenveen
100h 83,8	2022-06-04	16.55	V U20	Emmeloord
	2023-05-06	16.21	V U20	Heerenveen
	2024-06-23	15.42	V U23	Drachten
hoog	2022-06-04	1.47	V U20	Emmeloord
	2023-05-06	1.45	V U20	Heerenveen
	2024-06-02	1.45	V U23	Gendringen
ver	2022-06-18	5.10	V U20	Amsterdam
	2023-04-16	4.90	V U20	Almere
	2024-06-23	5.33	V U23	Drachten
kogel 4	2022-04-30	10.07	V U20	Heerenveen
	2023-05-06	10.12	V U20	Heerenveen
	2024-04-21	10.14	V U23	Almelo
speer 600	2022-05-01	27.63	V U20	Heerenveen
	2023-05-07	30.34	V U20	Heerenveen
	2024-05-25	28.29	V U23	Heerenveen
7-kamp	2022-06-05	3718	V U20	Emmeloord
	2023-05-07	3981	V U20	Heerenveen
	2024-05-05	4131	V U23	Heerenveen

Betty Bijker-Bangma

100					
2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn		
2020-09-26	15.9	V55	Heerenveen		
2022-04-09	15.79w	V55	Harderwijk		
2023-09-30	15.4	V60	Heerenveen		
2024-03-30	15.33	V60	Steenwijk		
150					
2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk		
2022-08-26	23.85	V55	Grootebroek		
200					
2018-05-13	32.59	V55	Emmen		
2022-05-21	31.24	V55	Heerenveen		
2023-09-30	31.7	V60	Heerenveen		
2024-05-26	31.84	V60	Hilversum		
300					
2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk		
2022-08-26	50.76	V55	Grootebroek		
400					
2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek		
2022-04-24	1:10.50	V55	Emmen		
2023-05-13	1:11.86	V60	Harderwijk		
2024-05-25	1:10.13	V60	Hilversum		
800					
2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen		
2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn		
2019-03-30	2:44.24	V55	Steenwijk		
2020-07-25	2:41.99	V55	Heerenveen		
2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard		
2022-05-29	2:39.65	V55	Harderwijk		
2023-04-21	2:42.00	V60	Apeldoorn		
2024-06-15	2:42.84	V60	Leeuwarden		
1000					
2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo		
1500					
2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen		
2022-09-18	5:37.70	V55	Vught		
2023-04-30	5:36.26	V60	Emmen		
mijl					
2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk		
3000					
2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen		
2022-06-19	12:46.50	V55	Ede		
5000					
2021-10-02	21:25.11	V55	Heerenveen		
sprint 2-kamp					
2023-09-30	1550	V60	Heerenveen		

Anke Binnema

100					
2022-10-01	14.7	V U20	Heerenveen		
150					
2016-07-08	22.11	V U14	Steenwijk		
2017-07-08	21.32	V U16	Stadskanaal		
2018-05-20	21.83	V U16	Amstelveen		
200					
2015-05-16	32.13	V U14	Heerenveen		
2019-10-05	30.1	V U18	Heerenveen		
2021-10-02	29.33w	V U20	Heerenveen		
2022-10-01	29.8	V U20	Heerenveen		
300					
2016-04-09	49.51	V U14	Heerenveen		
400					
2018-04-02	1:13.86	V U16	Amersfoort		
800					
2021-10-10	3:02.39	V U20	Best		
2023-09-30	3:08.5	V U23	Heerenveen		
1000					
2012-06-05	3:55.6	V U10	Heerenveen		
2013-05-18	3:54.17	V U12	Stadskanaal		
2014-10-04	3:53.1	V U12	Heerenveen		
100h 83,8					
2021-10-09	18.22	V U20	Best		

400h 76,2

2021-05-01	1:14.12	V U20	Heerenveen		
hoog					
2011-05-24	1.05	V U9	Grou		
2012-06-16	1.20	V U10	Stadskanaal		
2013-09-01	1.25	V U12	Emmeloord		
2014-05-31	1.30	V U12	Stadskanaal		
2015-10-03	1.40	V U14	Heerenveen		
2016-09-17	1.50	V U14	Zoetermeer		
2017-06-10	1.55	V U16	Sneek		
2018-10-06	1.45	V U16	Heerenveen		
2019-06-23	1.50	V U18	Drachten		
2021-10-09	1.46	V U20	Best		
hss					
2021-04-11	9.05	V U20	Heerenveen		
polshoog					
2017-06-03	1.95	V U16	Groningen		
2018-05-12	1.95	V U16	Heerenveen		
ver					
2011-06-25	3.29	V U9	Heerenveen		
2012-07-03	3.49	V U10	Leeuwarden		
2013-10-05	3.91	V U12	Heerenveen		
2014-08-30	4.15	V U12	Assen		
2015-08-30	4.20	V U14	Stadskanaal		
2016-05-01	4.42	V U14	Sneek		
2017-05-06	4.68w	V U16	Groningen		
2018-05-12	4.39	V U16	Heerenveen		
2019-03-30	4.42	V U18	Steenwijk		
2020-09-26	4.85	V U18	Heerenveen		
2021-10-10	4.16	V U20	Best		
2022-04-02	4.48	V U20	Steenwijk		
discus 1					
2017-10-15	19.29	V U16	Steenwijk		
2018-10-14	22.59	V U16	Steenwijk		
2022-05-15	22.52	V U20	Zwolle		
2023-10-15	15.89	V U23	Steenwijk		
kogel 4					
2021-10-09	8.96	V U20	Best		
2022-05-21	9.15	V U20	Heerenveen		
2023-05-20	8.66	V U23	Heerenveen		
speer 600					
2021-10-10	27.10	V U20	Best		
2022-04-10	28.19	V U20	Drachten		
2023-05-20	27.51	V U23	Heerenveen		
sprint 2-kamp					
2022-10-01	849	V U20	Heerenveen		
7-kamp					
2021-10-10	3074	V U20	Best		

Lisa Bodewes

150					
2020-09-19	24.19	V U14	Grootebroek		
800					
2021-05-22	3:13.57	V U14	Heerenveen		
1000					
2017-10-07	4:32.3	V U10	Heerenveen		
2018-10-06	4:15.56	V U12	Heerenveen		
hoog					
2016-09-17	0.90	V U9	Heerenveen		
2017-09-16	1.00	V U10	Heerenveen		
2018-04-21	1.05	V U12	Drachten		
2019-04-20	1.15	V U12	Drachten		
2020-09-26	1.25	V U14	Heerenveen		
2021-04-17	1.30	V U14	Heerenveen		
polshoog					
2021-10-02	2.23	V U14	Heerenveen		
2022-05-01	2.02	V U16	Heerenveen		
ver					
2016-09-17	3.10	V U9	Heerenveen		
2017-10-07	3.17	V U10	Heerenveen		
2018-10-06	3.42	V U12	Heerenveen		
2019-09-14	3.20	V U12	Sneek		
2020-09-26	3.71	V U14	Heerenveen		
2021-07-03	4.08	V U14	Assen		

Benthe de Boer

40h					
2022-04-07	10.8	V U8	Heerenveen		
hoog					
2022-09-10	0.80	V U8	Heerenveen		
ver					
2022-09-10	2.25	V U8	Heerenveen		
balstoten					
2022-09-10	3.00	V U8	Heerenveen		
vortex					
2022-09-10	8.00	V U8	Heerenveen		

Robert de Boer

kogel 7¼					
2022-06-19	8.17	M45	Ede		

Jouke Boersma

40					
2024-04-20	7.7	M U10	Leeuwarden		
duur 4'					
2024-04-20	425	M U10	Leeuwarden		
40h					
2024-04-20	8.8	M U10	Leeuwarden		
hoog					
2023-09-16	0.85	M U9	Heerenveen		
hurkhoog					
2024-04-20	0.70	M U10	Leeuwarden		
ver					
2023-09-16	2.30	M U9	Heerenveen		
balstoten					
2023-09-16	2.60	M U9	Heerenveen		
slingeren					
2024-04-20	6.50	M U10	Leeuwarden		
vortex					
2023-09-16	10.50	M U9	Heerenveen		
2024-04-20	10.00	M U10	Leeuwarden		

Marrit Bontekoe

1000					
2019-10-05	4:13.0	V U12	Heerenveen		
hoog					
2020-07-02	1.25	V U14	Heerenveen		
ver					
2019-10-05	3.33	V U12	Heerenveen		
2021-10-02	3.48	V U14	Heerenveen		
kogel 2					
2020-07-02	4.95	V U14	Heerenveen		

Sophia Boomsma

60					
2023-09-30	9.7	V U12	Heerenveen		
2024-06-15	9.82	V U12	Leeuwarden		
600					
2021-05-22	2:23.10	V U9	Heerenveen		
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen		
2023-09-30	2:12.0	V U12	Heerenveen		
1000					
2024-06-15	4:05.70	V U12	Leeuwarden		
duur 6'					
2024-04-20	1300	V U12	Leeuwarden		
60h					
2023-09-16	10.8	V U12	Heerenveen		
2024-06-29	11.0	V U12	Sneek		
hoog					
2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen		
2024-06-29	1.20	V U12	Sneek		
polsver					
2024-06-29	4.40	V U12	Sneek		

ver			
2021-10-02	3.36	V U9	Heerenveen
2022-10-01	3.20	V U10	Heerenveen
2023-09-16	3.20	V U12	Heerenveen
2024-06-15	3.87	V U12	Leeuwarden
balstoten			
2022-09-10	5.10	V U10	Heerenveen
kogel 2			
2024-06-29	6.90	V U12	Sneek
slingeren			
2020-06-30	9.00	V U8	Heerenveen
2021-05-06	9.50	V U9	Heerenveen
2023-09-16	17.50	V U12	Heerenveen
vortex			
2021-10-02	15.91	V U9	Heerenveen
2022-09-10	15.00	V U10	Heerenveen
2023-09-16	20.00	V U12	Heerenveen
2024-06-29	22.50	V U12	Sneek

Aafje Boorsma

150			
2021-10-02	22.94	V U14	Heerenveen
400			
2024-07-05	1:06.54	V U16	Leeuwarden
600			
2016-10-01	2:57.9	V U8	Heerenveen
2017-10-07	2:31.5	V U9	Heerenveen
2018-07-14	2:27.95	V U10	Heerenveen
2020-09-26	2:22.0	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1:58.53	V U14	Heerenveen
800			
2023-09-30	2:41.4	V U16	Heerenveen
2024-06-15	2:31.57	V U16	Leeuwarden
1000			
2018-10-06	4:34.23	V U10	Heerenveen
2019-10-05	4:10.1	V U12	Heerenveen
1500			
2023-05-13	6:09.23	V U16	Hoogeveen
2024-04-28	5:37.17	V U16	Hoogeveen
hoog			
2017-05-20	0.90	V U9	Steenwijk
2018-05-26	1.00	V U10	Sneek
2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden
2020-06-30	1.15	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1.25	V U14	Heerenveen
2022-06-11	1.35	V U14	Heerenveen
2023-06-17	1.45	V U16	Heerenveen
ver			
2016-05-28	2.15	V U8	Leeuwarden
2017-10-07	2.75	V U9	Heerenveen
2018-07-14	3.51	V U10	Heerenveen
2019-10-05	3.40	V U12	Heerenveen
2020-09-26	3.32	V U12	Heerenveen
2021-04-17	3.60	V U14	Heerenveen

Janne Rikst Boorsma

200			
2019-05-11	33.54	V U14	Heerenveen
1000			
2017-10-07	4:19.0	V U12	Heerenveen
2018-10-06	3:47.41	V U12	Heerenveen
2019-04-06	3:30.35	V U14	Heerenveen
2020-07-02	3:41.7	V U14	Heerenveen
hoog			
2017-07-08	1.05	V U12	Drachten
2018-07-14	1.20	V U12	Heerenveen
2019-10-05	1.30	V U14	Heerenveen
2020-07-02	1.35	V U14	Heerenveen
2021-04-17	1.30	V U16	Heerenveen
ver			
2017-10-07	3.02	V U12	Heerenveen
2018-10-06	3.57	V U12	Heerenveen
discus 1			
2021-04-17	18.06	V U16	Heerenveen

Hester Bos

100			
2019-04-28	14.48	V U18	Epe
2020-09-26	14.0	V U18	Heerenveen
2021-05-01	13.89	V U20	Heerenveen
2022-06-11	13.67	V U20	Assen
2023-09-30	14.0	V U23	Heerenveen
2024-05-25	13.91	V U23	Heerenveen
150			
2018-05-19	22.23	V U16	Assen
2021-07-09	22.26w	V U20	Steenwijk
2022-06-24	21.12	V U20	Steenwijk
200			
2019-10-05	32.4	V U18	Heerenveen
2021-04-11	31.2	V U20	Heerenveen
2022-04-30	30.86	V U20	Heerenveen
2023-05-06	29.73	V U23	Heerenveen
2024-04-21	31.16	V U23	Almelo
300			
2021-07-09	58.71	V U20	Steenwijk
2022-06-24	52.52	V U20	Steenwijk
400			
2024-06-02	1:15.56	V U23	Gendringen
600			
2017-10-07	2:24.5	V U16	Heerenveen
800			
2021-10-10	3:06.54	V U20	Best
2022-05-01	3:02.73	V U20	Heerenveen
100h 83,8			
2021-03-20	18.1	V U20	Heerenveen
2022-07-02	18.23	V U20	Best
2023-05-06	18.60	V U23	Heerenveen
2024-03-20	19.9	V U23	Sneek
400h 76,2			
2021-04-11	1:29.3	V U20	Heerenveen
hoog			
2019-10-05	1.25	V U18	Heerenveen
2021-10-09	1.26	V U20	Best
2022-07-02	1.31	V U20	Best
2023-05-06	1.27	V U23	Heerenveen
hss			
2021-04-11	8.37	V U20	Heerenveen
ver			
2017-06-10	3.83	V U16	Sneek
2018-10-06	3.94	V U16	Heerenveen
2019-06-23	4.00	V U18	Drachten
2020-09-26	4.12	V U18	Heerenveen
2021-05-01	4.47	V U20	Heerenveen
2022-07-03	4.30w	V U20	Best
2023-05-07	4.22w	V U23	Heerenveen
2024-04-21	4.58	V U23	Almelo
discus 1			
2017-10-07	11.22	V U16	Heerenveen
kogel 4			
2021-10-09	6.10	V U20	Best
2022-04-30	6.92	V U20	Heerenveen
2023-05-06	6.95	V U23	Heerenveen
2024-03-20	6.47	V U23	Sneek
speer 600			
2021-10-10	21.36	V U20	Best
2022-07-03	22.67	V U20	Best
2023-05-07	18.90	V U23	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2023-09-30	847	V U23	Heerenveen
7-kamp			
2021-10-10	2120	V U20	Best
2022-07-03	2514	V U20	Best
2023-05-07	2570	V U23	Heerenveen

Mae Bosma

80			
2022-06-11	12.07	V U16	Heerenveen

kogel 3			
2022-06-11	6.85	V U16	Heerenveen

Eva Brandsma-Vlak

100			
2022-10-01	16.4	V40	Heerenveen
200			
2022-10-01	36.1	V40	Heerenveen
800			
2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen
2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen
3000			
2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen
2019-05-11	14:29.36	V40	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2022-10-01	516	V40	Heerenveen

Tim den Braven

100			
2024-06-22	15.01	M U16	Heerenveen
discus 1			
2024-06-22	14.83	M U16	Heerenveen

Kyra Brouwer

800			
2019-05-10	2:44.54	V U16	Hoogeveen
2021-05-22	2:40.39	V U18	Heerenveen
1500			
2021-05-22	5:26.82	V U18	Heerenveen
3000			
2021-08-13	11:28.33	V U18	Heerhugowaard
5000			
2020-09-04	20:09.28	V U18	Leeuwarden
400h 76,2			
2020-07-25	1:19.77	V U18	Heerenveen
hoog			
2019-05-11	1.30	V U16	Heerenveen
2020-07-25	1.28	V U18	Heerenveen
2021-04-11	1.30	V U18	Heerenveen

Tess Brouwer

40			
2023-07-12	7.44	V U12	Heerenveen
60			
2023-09-30	10.3	V U12	Heerenveen
2024-05-25	10.0	V U12	Steenwijk
600			
2023-09-30	2:34.0	V U12	Heerenveen
1000			
2024-06-15	4:15.66	V U12	Leeuwarden
duur 6'			
2024-04-20	1325	V U12	Leeuwarden
60h			
2023-09-16	12.3	V U12	Heerenveen
2024-06-29	11.0	V U12	Sneek
hoog			
2023-09-30	1.00	V U12	Heerenveen
2024-06-29	1.20	V U12	Sneek
polsver			
2024-06-29	4.60	V U12	Sneek
ver			
2023-09-16	3.20	V U12	Heerenveen
2024-06-15	3.48	V U12	Leeuwarden
kogel 2			
2023-09-30	4.57	V U12	Heerenveen
2024-06-29	6.70	V U12	Sneek
slingeren			
2023-09-16	14.50	V U12	Heerenveen
2024-05-25	16.00	V U12	Steenwijk

vortex				2023-09-30	1.10	M U12	Heerenveen	2023-07-29	14.68	V U23	Breda
2023-09-16	14.00	V U12	Heerenveen	2024-04-06	1.15	M U14	Emmeloord	2024-05-04	14.42	V U23	Heerenveen
2024-06-29	22.00	V U12	Sneek	ver				hoog			
Eline Buitendijk				2019-05-25	1.95	M U8	Steenwijk	2014-10-04	1.35	V U12	Heerenveen
1000				2020-09-12	2.40	M U9	Heerenveen	2015-09-19	1.30	V U14	Zoetermeer
2019-10-05	4:13.2	V U10	Heerenveen	2021-10-02	3.10	M U10	Heerenveen	2016-06-18	1.41	V U14	Lisse
duur 6'				2022-09-10	2.90	M U12	Heerenveen	2019-07-06	1.49	V U18	Stadskanaal
2020-09-12	1375	V U12	Heerenveen	2024-06-22	3.12	M U14	Heerenveen	2020-08-23	1.50	V U18	Lisse
2021-06-05	1425	V U12	Heerenveen	Emma vd Burg				2021-07-10	1.59	V U20	Lisse
hoog				60				2022-07-09	1.62	V U20	Lisse
2019-05-25	1.10	V U10	Steenwijk	2023-09-30	10.4	V U14	Heerenveen	2023-07-29	1.71	V U23	Breda
2020-09-12	1.10	V U12	Heerenveen	hoog				2024-06-23	1.65	V U23	Drachten
2021-05-06	1.25	V U12	Heerenveen	2023-09-30	1.10	V U14	Heerenveen	ver			
ver				Melle Campmans				2013-10-05	3.21	V U12	Heerenveen
2019-10-05	3.05	V U10	Heerenveen	60				2014-08-30	3.79	V U12	Assen
2020-06-02	2.60	V U12	Heerenveen	2024-05-25	9.7	M U12	Steenwijk	2015-05-16	4.34	V U14	Heerenveen
2021-10-02	3.64	V U12	Heerenveen	duur 6'				2016-06-19	4.54	V U14	Lisse
Jurre Buitendijk				2024-04-20	1275	M U12	Leeuwarden	2019-06-02	5.10	V U18	Amersfoort
60				60h				2020-08-09	5.07	V U18	Haarlem
2024-05-25	10.2	M U12	Steenwijk	2024-05-25	13.3	M U12	Steenwijk	2021-09-05	5.26w	V U20	Assendelft
600				hoog				2022-06-18	5.61	V U20	Amsterdam
2021-10-02	2:27.07	M U8	Heerenveen	2024-04-20	0.80	M U12	Leeuwarden	2023-05-29	5.72	V U23	Tilburg
2022-10-01	2:25.0	M U9	Heerenveen	polsver				2024-06-30	5.73	V U23	Hengelo
2023-09-30	2:14.0	M U10	Heerenveen	2024-04-20	2.65	M U12	Leeuwarden	kogel 4			
duur 6'				ver				2021-05-22	9.90	V U20	Heerenveen
2024-05-25	1475	M U12	Steenwijk	2024-05-25	2.50	M U12	Steenwijk	2022-06-12	10.66	V U20	Assen
60h				kogel 2				2023-05-06	11.48	V U23	Heerenveen
2024-05-25	13.1	M U12	Steenwijk	2024-04-20	4.50	M U12	Leeuwarden	2024-06-29	11.15	V U23	Hengelo
hoog				slingeren				speer 600			
2022-09-10	0.85	M U9	Heerenveen	2024-05-25	13.00	M U12	Steenwijk	2021-07-04	31.67	V U20	Dongen
2024-04-20	0.85	M U12	Leeuwarden	vortex				2022-06-05	38.46	V U20	Emmeloord
polsver				2024-05-25	13.00	M U12	Steenwijk	2023-07-30	36.16	V U23	Breda
2024-04-20	2.80	M U12	Leeuwarden	Sabrina Cruden				2024-05-05	36.87	V U23	Heerenveen
ver				100				werp 3-kamp			
2020-09-12	1.65	M U8	Heerenveen	2016-05-06	14.12	V U14	Rijssen	2021-08-27	1119	V U20	Heerenveen
2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen	2019-06-08	14.47	V U18	Groningen	7-kamp			
2022-05-21	2.55	M U9	Steenwijk	2020-07-11	13.79	V U18	Epe	2021-09-05	3824	V U20	Assendelft
2023-09-30	2.89	M U10	Heerenveen	2023-06-03	13.29	V U23	Grootebroek	2022-06-05	4581	V U20	Emmeloord
2024-05-25	2.70	M U12	Steenwijk	150				2023-07-30	5010	V U23	Breda
balstoten				2016-03-28	21.78w	V U14	Purmerend	2024-06-30	5105	V U23	Hengelo
2020-09-12	2.50	M U8	Heerenveen	2020-07-04	21.2	V U18	Heerenveen	Zara Danes			
2022-09-10	4.10	M U9	Heerenveen	200				60			
kogel 2				2015-05-16	31.23	V U14	Heerenveen	2024-05-25	10.1	V U12	Steenwijk
2024-04-20	4.20	M U12	Leeuwarden	2016-05-14	30.64	V U14	Heerenveen	duur 6'			
slingeren				2019-06-01	28.35	V U18	Amersfoort	2024-06-29	1225	V U12	Sneek
2021-05-06	9.00	M U8	Heerenveen	2020-08-09	28.70w	V U18	Haarlem	60h			
2023-04-22	11.00	M U10	Leeuwarden	2021-09-04	29.10	V U20	Assendelft	2024-06-29	12.6	V U12	Sneek
2024-05-25	13.50	M U12	Steenwijk	2022-06-04	27.63	V U20	Emmeloord	hoog			
vortex				2023-05-06	26.45	V U23	Heerenveen	2024-06-29	1.10	V U12	Sneek
2020-09-12	9.00	M U8	Heerenveen	400				polsver			
2021-10-02	11.06	M U8	Heerenveen	2022-05-15	1:08.26	V U20	Zwolle	2024-06-29	4.20	V U12	Sneek
2022-05-21	14.00	M U9	Steenwijk	600				ver			
2023-04-22	15.00	M U10	Leeuwarden	2015-10-03	1:58.0	V U14	Heerenveen	2024-06-15	2.90	V U12	Leeuwarden
2024-04-20	14.00	M U12	Leeuwarden	2016-07-03	1:56.18	V U14	Stadskanaal	kogel 2			
Liam Buitendijk				800				2024-06-29	4.80	V U12	Sneek
60				2019-07-07	2:45.43	V U18	Stadskanaal	slingeren			
2022-09-10	10.0	M U12	Heerenveen	2020-09-06	2:51.40	V U18	Emmeloord	2024-05-25	13.50	V U12	Steenwijk
2023-09-30	10.2	M U12	Heerenveen	2021-09-05	2:56.09	V U20	Assendelft	vortex			
80				2022-06-05	2:39.65	V U20	Emmeloord	2024-06-29	14.00	V U12	Sneek
2024-06-22	13.49	M U14	Heerenveen	2023-07-30	2:32.02	V U23	Breda	Nora Diallo			
600				2024-06-30	2:27.37	V U23	Hengelo	40			
2019-10-05	2:37.8	M U8	Heerenveen	1000				2022-06-25	7.3	V U10	Drachten
2021-10-02	2:13.25	M U10	Heerenveen	2013-10-05	4:17.0	V U12	Heerenveen	600			
2023-09-30	2:09.8	M U12	Heerenveen	2014-10-04	4:18.4	V U12	Heerenveen	2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen
1000				200				duur 4'			
2024-04-06	3:44.56	M U14	Emmeloord	2024-06-29	26.58	V U23	Hengelo	2022-06-25	800	V U10	Drachten
hoog				100h 83,8				40h			
2019-05-25	0.75	M U8	Steenwijk	2021-09-11	16.43	V U20	Amersfoort	2022-06-25	8.4	V U10	Drachten
2021-06-05	0.90	M U10	Heerenveen	2022-06-18	15.22	V U20	Amsterdam	hoog			
								2022-09-10	0.90	V U10	Heerenveen

hurkhoog	0.80	V U10	Drachten
2022-06-25			
ver	2.40	V U10	Heerenveen
2022-10-01			
balstoten	4.20	V U10	Heerenveen
2022-09-10			
slingeren	9.00	V U10	Drachten
2022-06-25			
vortex	12.00	V U10	Heerenveen
2022-10-01			

Jelte Dijkstra

100	15.59	M U16	Heerenveen
2023-06-17			
600	2:47.3	M U9	Heerenveen
2017-10-07			
2020-09-26	2:24.0	M U12	Heerenveen
1000	4:28.38	M U10	Heerenveen
2018-10-06			
2019-10-05	4:29.6	M U12	Heerenveen
hoog	0.85	M U9	Heerenveen
2017-09-16			
2018-09-15	0.95	M U10	Heerenveen
2019-06-29	1.05	M U12	Leeuwarden
2020-06-30	1.15	M U12	Heerenveen
2021-10-02	1.20	M U14	Heerenveen
ver	2.35	M U9	Heerenveen
2017-10-07			
2018-10-06	2.58	M U10	Heerenveen
2019-10-05	2.73	M U12	Heerenveen
2020-09-26	2.95	M U12	Heerenveen
2021-04-17	3.11	M U14	Heerenveen
2022-05-21	3.37	M U14	Heerenveen
discus 1	18.76	M U16	Emmeloord
2024-04-06			
kogel 4	6.67	M U16	Emmeloord
2024-04-06			
speer 600	23.24	M U16	Emmeloord
2024-04-06			

Wybren Dijkstra

100	16.21w	M U16	Heerenveen
2021-10-02			
200	42.54	M U14	Heerenveen
2018-05-12			
800	2:58.64	M U16	Heerenveen
2021-10-02			
2022-05-21	2:45.05	M U18	Heerenveen
1000	4:48.6	M U10	Heerenveen
2015-10-03			
2016-10-01	4:24.0	M U12	Heerenveen
2017-10-07	4:47.9	M U12	Heerenveen
2018-06-30	4:24.97	M U14	Groningen
2019-04-06	5:07.48	M U14	Heerenveen
2020-07-02	4:40.6	M U16	Heerenveen
3000	13:58.23	M U18	Drachten
2022-04-10			
hoog	0.80	M U10	Heerenveen
2015-06-13			
2016-06-18	0.90	M U12	Heerenveen
2017-07-08	0.95	M U12	Drachten
2018-10-06	0.80	M U14	Heerenveen
2020-07-02	1.10	M U16	Heerenveen
2021-05-01	1.15	M U16	Heerenveen
ver	2.20	M U9	Leeuwarden
2014-09-13			
2015-10-03	2.45	M U10	Heerenveen
2016-09-17	2.60	M U12	Heerenveen
2017-10-07	2.52	M U12	Heerenveen
2018-05-12	2.29	M U14	Heerenveen
2021-05-01	3.21	M U16	Heerenveen

Janine Does

800	3:31.38	V45	Heerenveen
2018-10-06			
2021-10-02	3:17.34	V45	Heerenveen
3000	14:18.42	V45	Heerenveen
2018-10-06			
discus 1	11.52	V45	Heerenveen
2018-10-06			
2020-09-26	10.95	V45	Heerenveen
2021-10-02	10.70	V45	Heerenveen
kogel 4	4.66	V45	Heerenveen
2018-10-06			
2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen
2021-10-02	4.61	V45	Heerenveen
speer 600	9.03	V45	Heerenveen
2018-10-06			
2020-09-26	8.44	V45	Heerenveen
2021-10-02	9.57	V45	Heerenveen

werp 3-kamp

2018-10-06	521	V45	Heerenveen
------------	-----	-----	------------

Pieter Dogger

150	19.37	M	Steenwijk
2019-07-05			
200	26.72	M	Utrecht
2019-07-12			
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen
2021-09-19	26.85	M35	Hengelo
2022-04-24	26.95	M35	Emmen
2023-05-20	26.89	M35	Heerenveen
300	41.71	M	Steenwijk
2019-07-05			
2023-04-02	42.34	M35	Steenwijk
2024-06-28	42.76	M35	Steenwijk
400	59.42	M	Heerenveen
2019-05-11			
2022-04-24	1:01.91	M35	Emmen
800	2:26.0	M	Den Burg
2018-02-06			
2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen
2021-10-02	2:29.80	M35	Heerenveen

5000

2022-06-19	21:05.77	M35	Ede
------------	----------	-----	-----

Jordi Dommerholt

1500	4:18.78	M	Wageningen
2022-09-16			
3000	9:18.80	M	Eindhoven
2022-07-23			
2023-09-01	9:22.04	M	Utrecht
5000	16:31.73	M	Wageningen
2022-08-19			
2023-08-04	15:59.86	M	Utrecht

Ruben Eerdmans

40	7.2	M U9	Heerenveen
2023-09-30			
2024-06-29	7.1	M U10	Sneek
600	3:00.0	M U9	Heerenveen
2023-09-30			
1000	5:17.69	M U10	Leeuwarden
2024-06-15			
duur 4'	725	M U9	Sneek
2023-05-20			
2024-04-20	775	M U10	Leeuwarden
40h	7.7	M U9	Drachten
2023-06-24			
2024-04-20	8.4	M U10	Leeuwarden
hoog	0.95	M U9	Heerenveen
2023-09-16			
2024-05-25	0.85	M U10	Steenwijk

hurkhoog	0.70	M U9	Drachten
2023-06-24			
2024-06-29	0.75	M U10	Sneek
ver	2.79	M U9	Heerenveen
2023-09-30			
2024-05-25	2.90	M U10	Steenwijk
balstoten	5.50	M U9	Heerenveen
2023-09-16			
2024-05-25	6.40	M U10	Steenwijk
kogel 2	5.04	M U10	Leeuwarden
2024-06-15			

slingeren

2023-06-24	13.00	M U9	Drachten
2024-06-29	17.00	M U10	Sneek

vortex

2023-06-24	14.00	M U9	Drachten
2024-06-29	15.50	M U10	Sneek

Edwin Eijelaar

5000	19:10.0	M50	Heerenveen
2020-09-26			

Jan Elsinga

100	14.1	M U16	Heerenveen
2021-04-17			
800	2:29.65	M U16	Leeuwarden
2021-06-19			
1000	3:46.8	M U10	Heerenveen
2015-10-03			
2016-10-01	3:51.3	M U12	Heerenveen
2017-06-24	3:36.81	M U12	Stadskanaal
2018-06-30	3:30.48	M U14	Groningen
2019-09-01	3:18.03	M U14	Amsterdam
hoog	0.90	M U10	Heerenveen
2015-06-13			
2016-04-16	1.15	M U12	Sneek
2017-09-09	1.25	M U12	Sneek
2018-06-02	1.25	M U14	Stadskanaal
2019-07-07	1.35	M U14	Stadskanaal
ver	3.22	M U10	Heerenveen
2015-10-03			
2016-04-03	3.56	M U12	Assen
2017-10-07	3.90	M U12	Heerenveen
2018-06-30	4.11	M U14	Groningen
2019-10-05	4.32	M U14	Heerenveen

Martien Ensing

100	14.61	M U16	Heerenveen
2023-05-06			
2024-05-04	13.75	M U18	Heerenveen
200	30.2	M U16	Heerenveen
2023-09-30			
300	50.19	M U18	Steenwijk
2024-03-30			
400	1:07.46	M U18	Heerenveen
2024-05-04			
1000	3:37.03	M U16	Heerenveen
2023-05-07			
1500	6:09.27	M U18	Heerenveen
2024-05-05			
110h 91,4	21.18	M U18	Heerenveen
2024-05-05			
hoog	1.30	M U18	Heerenveen
2024-05-04			
polshoog	2.15	M U18	Heerenveen
2024-05-05			
ver	3.87	M U16	Heerenveen
2023-05-06			
2024-05-04	4.23	M U18	Heerenveen

discus 1½
2024-05-05 18.56 M U18 Heerenveen

kogel 5
2024-03-30 8.22 M U18 Steenwijk

speer 600
2023-09-30 23.77 M U16 Heerenveen

speer 700
2024-05-05 27.96 M U18 Heerenveen

10-kamp
2024-05-05 2558 M U18 Heerenveen

Andres Faber

800
2014-10-04 2:36.5 M Heerenveen
2017-10-07 2:43.3 M Heerenveen
2019-10-05 2:45.6 M Heerenveen
2021-10-02 2:36.29 M Heerenveen

mijl
2017-07-07 5:58.99 M Steenwijk

3000
2015-05-16 11:58.94 M Heerenveen
2018-10-06 12:09.50 M Heerenveen
2019-10-05 12:00.3 M Heerenveen

5000
2020-09-04 19:49.12 M Leeuwarden
2021-10-02 21:06.56 M Heerenveen
2022-08-05 19:08.99 M Utrecht
2023-05-12 19:16.11 M Zwolle

ver
2020-09-26 3.79 M Heerenveen

Lisanne Faber

5000
2020-09-26 22:33.0 V U23 Heerenveen

Simone Falkena

100
2011-06-26 14.47 V Drachten
2012-09-23 13.77 V Tilburg
2013-04-21 14.13 V Grootebroek
2015-06-14 14.10 V35 Groningen
2016-04-09 13.81w V35 Heerenveen
2019-05-12 15.14 V35 Apeldoorn

150
2016-07-08 21.19 V35 Steenwijk

200
2015-06-14 28.85 V35 Groningen
2016-06-26 28.76 V35 Harderwijk

400
2014-06-29 1:05.27 V Enschede
2015-06-07 1:05.23 V35 Harderwijk

100h 83,8
2013-06-16 19.23 V Harderwijk
2014-05-04 18.83 V Grootebroek
2016-10-01 20.2 V35 Heerenveen

300h 76,2
2014-04-27 50.53 V Epe

400h 76,2
2011-06-05 1:16.39 V Krommenie
2012-09-23 1;12.16 V Tilburg
2013-09-15 1:15.24 V Zwolle
2014-05-25 1:09.39 V Drachten
2015-05-03 1:11.27 V35 Emmeloord

hoog
2018-10-06 1.30 V35 Heerenveen

ver
2016-10-01 4.15 V35 Heerenveen
2018-05-13 4.08 V35 Emmen
2019-04-07 4.07 V35 Amersfoort

discus 1
2013-10-05 25.82 V Heerenveen
2014-05-04 25.29 V Grootebroek
2015-04-19 25.33 V35 Drachten

2022-04-24 25.90 V40 Emmen

kogel 4
2011-05-08 8.44 V Assen
2013-10-05 8.54 V Heerenveen
2022-04-24 8.17 V40 Emmen

speer 600
2013-10-05 27.39 V Heerenveen
2014-06-29 27.36 V Enschede
2022-06-19 23.15 V40 Ede

werp 3-kamp
2013-10-05 1492 V Heerenveen

Marylou Fischer

100
2024-05-25 14.08 V U20 Heerenveen

200
2024-05-25 29.76 V U20 Heerenveen

Sybre van Gelder

100
2023-05-06 13.21 M U18 Heerenveen

400
2023-05-06 1:03.27 M U18 Heerenveen

800
2022-06-11 2:32.99 M U16 Heerenveen

1500
2023-05-07 5:47.81 M U18 Heerenveen

110h 91,4
2023-05-07 18.49 M U18 Heerenveen

hoog
2023-05-06 1.54 M U18 Heerenveen

polshoog
2023-05-07 2.10 M U18 Heerenveen

ver
2023-05-06 4.68 M U18 Heerenveen

discus 1½
2023-10-15 34.02 M U18 Steenwijk
2024-06-09 35.50 M U18 Wageningen

kogel 5
2023-10-15 11.99 M U18 Steenwijk
2024-04-14 13.02 M U18 Drachten

kogelsl. 5
2023-06-11 20.95 M U18 Assen

speer 700
2023-05-28 36.88 M U18 Harderwijk
2024-04-14 39.34 M U18 Drachten

werp 3-kamp
2023-10-15 1523 M U18 Steenwijk

10-kamp
2023-05-06 3803 M U18 Heerenveen

Quinten Geleynse

100
2022-07-02 13.16 M U18 Best
2023-06-17 12.56w M U18 Assendelft

200
2023-09-30 26.0 M U18 Heerenveen

400
2022-07-02 1:02.59 M U18 Best
2023-06-17 58.71 M U18 Assendelft

800
2023-04-23 2:24.54 M U18 Drachten

1500
2022-07-03 5:23.66 M U18 Best
2023-05-28 5:02.91 M U18 Harderwijk

hoog
2022-07-02 1.55 M U18 Best
2023-06-17 1.71 M U18 Assendelft

polshoog
2022-09-04 2.72 M U18 Groningen
2023-06-18 3.20 M U18 Assendelft
2024-05-15 3.30 M U20 Kampen

ver
2022-07-02 5.37 M U18 Best
2023-05-20 5.76w M U18 Heerenveen

kogel 6
2024-04-28 11.82 M U20 Hoogeveen

speer 800
2024-04-28 36.13 M U20 Hoogeveen

Annamarijn van Ginneken

100
2021-10-02 14.27 V U18 Heerenveen
2022-06-12 13.95 V U18 Assen

400h 76,2
2021-05-01 1:18.51 V U18 Heerenveen

hoog
2021-10-02 1.40 V U18 Heerenveen
2022-06-12 1.55 V U18 Assen

ver
2021-10-02 4.07 V U18 Heerenveen
2022-05-21 3.94 V U18 Heerenveen

Thijmen Groenendal

80
2022-04-09 12.22w M U14 Emmeloord
2023-04-16 11.85w M U14 Almere
2024-04-25 11.83 M U16 Hoogeveen

100
2024-03-30 14.70 M U16 Steenwijk

150
2022-10-01 24.0 M U14 Heerenveen
2023-09-30 21.0 M U14 Heerenveen

600
2020-09-26 2:00.0 M U12 Heerenveen
2021-10-02 1:53.87 M U12 Heerenveen
2022-10-01 1:50.0 M U14 Heerenveen
2023-09-30 1:43.0 M U14 Heerenveen

800
2024-07-13 2:19.94 M U16 Groningen

1000
2021-09-04 3:30.51 M U12 Hoogeveen
2022-04-09 3:12.83 M U14 Emmeloord
2023-09-16 3:11.30 M U14 Spijkenisse
2024-03-30 3:15.68 M U16 Steenwijk

1500
2024-05-18 5:06.28 M U16 Sneek

hoog
2020-06-30 0.95 M U12 Heerenveen
2021-05-06 1.10 M U12 Heerenveen

hss
2024-05-25 9.56 M U16 Heerenveen

ver
2020-09-26 3.46 M U12 Heerenveen
2021-06-05 3.75 M U12 Heerenveen
2022-06-11 3.90 M U14 Heerenveen
2023-06-17 4.27 M U14 Heerenveen
2024-05-25 4.44 M U16 Heerenveen

kogel 3
2024-06-07 7.86 M U16 Arnhem

vortex
2024-06-07 31.96 M U16 Arnhem

sprint 2-kamp
2022-10-01 683 M U14 Heerenveen

Yente Groenhof

40
2024-06-29 9.2 V U9 Sneek

2023-09-30 1.05 M U12 Heerenveen
 2024-05-18 1.00 M U14 Sneek

ver
 2022-05-21 2.70 M U12 Steenwijk
 2023-09-16 3.75 M U12 Heerenveen
 2024-05-18 3.16 M U14 Sneek

discus 1
 2024-06-22 12.08 M U14 Heerenveen

kogel 3
 2024-06-22 5.47 M U14 Heerenveen

speer 400
 2024-06-22 13.13 M U14 Heerenveen

Isa van Heeswijk

60
 2023-05-20 10.5 V U12 Sneek

600
 2021-10-02 3:02.32 V U9 Heerenveen

duur 6'
 2023-05-20 1200 V U12 Sneek

60h
 2023-04-22 12.5 V U12 Leeuwarden

hoog
 2022-09-10 0.95 V U10 Heerenveen
 2023-04-22 0.95 V U12 Leeuwarden

polsver
 2023-04-22 2.40 V U12 Leeuwarden

ver
 2021-10-02 2.42 V U9 Heerenveen
 2022-05-21 2.65 V U10 Steenwijk
 2023-05-20 2.30 V U12 Sneek

balstoten
 2022-05-21 4.80 V U10 Steenwijk

kogel 2
 2023-04-22 5.50 V U12 Leeuwarden

slingeren
 2022-04-23 12.50 V U10 Leeuwarden
 2023-05-20 12.00 V U12 Sneek

vortex
 2021-10-02 9.66 V U9 Heerenveen
 2022-05-21 10.50 V U10 Steenwijk
 2023-04-06 16.00 V U12 Heerenveen

Jan vd Heide

100
 2011-10-01 15.4 M60 Heerenveen
 2012-10-06 15.6 M60 Heerenveen
 2020-09-26 17.1 M65 Heerenveen
 2022-10-01 16.6 M70 Heerenveen

200
 2017-10-07 34.4 M65 Heerenveen
 2018-10-06 37.44 M65 Heerenveen
 2022-06-19 35.14 M70 Ede

400
 2018-05-13 1:36.64 M65 Emmen

800
 2011-10-01 2:42.8 M60 Heerenveen
 2012-10-06 2:50.5 M60 Heerenveen
 2017-10-07 3:09.0 M65 Heerenveen
 2018-10-06 3:19.17 M65 Heerenveen

1500
 2018-05-13 6:43.86 M65 Emmen

3000
 2013-10-05 12:14.3 M60 Heerenveen

hoog
 2018-10-06 1.00 M65 Heerenveen

ver
 2011-10-01 3.57 M60 Heerenveen
 2012-10-06 3.19 M60 Heerenveen
 2017-10-07 3.32 M65 Heerenveen
 2018-10-06 2.94 M65 Heerenveen

2020-09-26 3.27 M65 Heerenveen

discus 1
 2017-10-07 20.10 M65 Heerenveen
 2018-10-06 20.20 M65 Heerenveen
 2020-09-26 22.50 M65 Heerenveen

kogel 4
 2022-10-01 6.74 M70 Heerenveen

kogelsl.
 2022-06-19 16.77 M70 Ede

speer 500
 2022-10-01 23.32 M70 Heerenveen

sprint 2-kamp
 2022-10-01 734 M70 Heerenveen

Steijn Hendriksen

60
 2023-09-30 10.0 M U12 Heerenveen

600
 2023-09-30 2:10.1 M U12 Heerenveen

1000
 2022-09-03 3:55.45 M U10 Groningen

duur 6'
 2023-04-22 1450 M U12 Leeuwarden

60h
 2023-04-22 12.2 M U12 Leeuwarden

hoog
 2022-09-10 0.95 M U10 Heerenveen
 2023-09-30 1.15 M U12 Heerenveen

polsver
 2023-04-22 2.45 M U12 Leeuwarden

ver
 2022-09-10 2.30 M U10 Heerenveen

balstoten
 2022-09-10 4.50 M U10 Heerenveen

kogel 2
 2023-04-22 5.00 M U12 Leeuwarden

slingeren
 2022-04-23 8.00 M U10 Leeuwarden

vortex
 2022-05-21 14.50 M U10 Steenwijk
 2023-04-22 15.00 M U12 Leeuwarden

Ilona Hoeksma

5000
 2020-09-26 21:08.0 V Heerenveen

Lia Hoekstra

60
 2024-04-06 9.79 V U14 Emmeloord

80
 2024-04-25 12.73 V U14 Hoogeveen

600
 2022-10-01 2:30.0 V U12 Heerenveen
 2023-05-07 2:10.65 V U14 Heerenveen
 2024-05-18 2:06.31 V U14 Sneek

1000
 2024-04-06 4:05.96 V U14 Emmeloord

60h 76,2
 2023-05-06 12.96w V U14 Heerenveen
 2024-06-22 12.19 V U14 Heerenveen

hoog
 2022-10-01 0.90 V U12 Heerenveen
 2023-05-06 1.00 V U14 Heerenveen

ver
 2022-04-07 2.30 V U12 Heerenveen
 2023-05-07 3.24 V U14 Heerenveen
 2024-06-07 3.46 V U14 Arnhem

discus ¾
 2024-06-22 15.09 V U14 Heerenveen

kogel 2
 2022-10-01 5.67 V U12 Heerenveen
 2023-05-07 6.88 V U14 Heerenveen
 2024-06-07 6.50 V U14 Arnhem

speer 400
 2023-05-06 9.52 V U14 Heerenveen
 2024-05-18 15.50 V U14 Sneek

vortex
 2024-06-07 20.12 V U14 Arnhem

6-kamp
 2023-05-06 1559 V U14 Heerenveen

Lars van Hoeven

100
 2012-09-28 13.27 M U14 Papenburg (Dui)
 2013-09-21 12.23 M U16 Leeuwarden
 2014-06-20 11.71 M U16 Utrecht
 2015-04-19 11.81 M U18 Drachten
 2016-04-09 11.67 M U18 Heerenveen
 2017-04-01 11.56 M U20 Steenwijk

150
 2011-07-15 20.4 M U14 Steenwijk
 2012-06-08 20.27 M U14 Hoogeveen
 2013-07-19 18.1 M U16 Steenwijk
 2014-08-08 17.57 M U16 Utrecht
 2015-07-10 17.01 M U18 Steenwijk
 2016-05-07 17.60 M U18 Lisse

200
 2013-05-11 25.98 M U16 Heerenveen
 2014-06-20 23.11 M U16 Utrecht
 2015-05-16 23.12 M U18 Hoorn
 2016-07-09 22.99 M U18 Emmeloord
 2017-05-28 22.66 M U20 Drachten
 2018-07-06 23.08 M U20 Wageningen

300
 2011-07-15 45.3 M U14 Steenwijk
 2012-06-08 45.20 M U14 Hoogeveen
 2013-07-19 39.0 M U16 Steenwijk
 2014-08-30 36.28 M U16 Amsterdam
 2015-07-10 36.07 M U18 Steenwijk
 2016-05-07 35.88 M U18 Lisse
 2017-04-01 36.28 M U20 Steenwijk

400
 2013-09-07 54.41 M U16 Zwolle
 2014-07-06 49.85 M U16 Amsterdam
 2015-06-28 49.98 M U18 Breda
 2016-05-28 50.06 M U18 Oordegem (Bel)
 2017-05-28 49.39 M U20 Drachten
 2018-07-28 48.30 M U20 Ninove (Bel)
 2021-07-21 48.21 M U23 Ertvelde (Bel)

600
 2017-04-08 1:22.20 M U20 Heerenveen
 2018-05-13 1:18.72 M U20 Pliezhausen (Dui)

800
 2012-08-17 2:17.67 M U14 Rotterdam
 2013-07-05 2:05.30 M U16 Utrecht
 2014-06-07 1:59.58 M U16 Groningen
 2015-04-19 2:00.01 M U18 Drachten
 2016-07-30 1:56.03 M U18 Leuven (Bel)
 2017-06-17 1:53.62 M U20 Leiden
 2018-06-08 1:50.18 M U20 Nijmegen
 2020-09-06 1:51.16 M U23 Heusden (Bel)
 2021-07-03 1:49.39 M U23 Heusden (Bel)
 2024-07-07 1:49.95 M Hengelo

1000
 2011-07-31 3:10.03 M U14 Amsterdam
 2012-05-18 2:59.42 M U14 Emmeloord
 2013-05-18 2:55.88 M U16 Stadskanaal
 2017-05-13 2:31.78 M U20 Lisse
 2020-09-12 2:26.97 M U23 Tilburg

1500
 2018-08-03 3:55.47 M U20 Utrecht

hoog
 2011-05-22 1.30 M U14 Emmeloord
 2012-05-18 1.40 M U14 Emmeloord
 2016-10-01 1.55 M U18 Heerenveen
 2017-10-07 1.50 M U20 Heerenveen

ver
2011-07-02 4.61 M U14 Leeuwarden
2012-09-09 5.04 M U14 Emmen
2013-09-21 5.74 M U16 Leeuwarden
2016-10-01 5.45 M U18 Heerenveen
2017-10-07 5.55 M U20 Heerenveen

Marrit Hofstra

100
2021-10-02 14.82 V U18 Heerenveen
2022-05-21 14.78 V U20 Heerenveen

200
2021-10-02 31.59w V U18 Heerenveen

ver
2022-10-01 4.36 V U20 Heerenveen

speer 500
2021-04-11 22.15 V U18 Heerenveen

Jeroen vd Hoogen

100
2023-05-20 12.28 M Heerenveen

ver
2011-04-02 5.77 M U16 Steenwijk
2023-09-30 5.64 M Heerenveen

Hademar Hoornveld

150
2020-07-02 24.3 M U16 Heerenveen

hoog
2020-07-02 1.30 M U16 Heerenveen

ver
2014-10-04 2.79 M U9 Heerenveen
2015-10-03 3.02 M U10 Heerenveen
2016-10-01 3.43 M U12 Heerenveen
2017-10-07 3.45 M U12 Heerenveen
2018-10-06 3.01 M U14 Heerenveen

Britt Huisman

100
2023-06-09 13.15 V U16 Ede

150
2021-10-02 20.75 V U14 Heerenveen
2023-04-16 19.84 V U16 Almere

200
2023-09-30 26.3 V U16 Heerenveen
2024-05-15 26.22w V U18 Kampen

300
2021-07-09 46.87 V U14 Steenwijk
2022-08-28 42.66 V U16 Amsterdam
2023-09-03 41.84 V U16 Amsterdam
2024-05-11 40.87 V U18 Lisse

400
2023-06-25 56.90 V U16 Bergen op Zoom
2024-06-28 56.97 V U18 Hengelo

600
2016-10-01 2:26.8 V U9 Heerenveen
2021-10-10 1:54.16 V U14 Best
2023-05-20 1:45.02 V U16 Heerenveen

800
2023-09-16 2:28.56 V U16 Apeldoorn
2024-04-14 2:28.44 V U18 Drachten

1000
2018-10-06 4:09.11 V U12 Heerenveen
2019-10-05 4:02.1 V U12 Heerenveen

hoog
2016-09-17 0.95 V U9 Heerenveen
2017-09-16 1.00 V U10 Heerenveen
2018-07-14 1.15 V U12 Heerenveen
2019-06-29 1.30 V U12 Leeuwarden
2020-09-26 1.35 V U14 Heerenveen
2021-10-09 1.51 V U14 Best
2022-07-09 1.55 V U16 Hoorn
2023-04-16 1.45 V U16 Almere

ver
2016-06-18 3.23 V U9 Heerenveen
2017-09-16 3.20 V U10 Heerenveen
2018-10-06 3.75 V U12 Heerenveen
2019-10-05 3.88 V U12 Heerenveen
2020-09-26 3.91 V U14 Heerenveen
2021-10-02 4.72 V U14 Heerenveen
2022-05-14 4.78 V U16 Heerenveen
2023-06-09 4.78 V U16 Ede

Ilse Huisman

60
2021-04-06 10.2 V U12 Heerenveen
2022-05-21 9.6 V U12 Steenwijk
2023-09-30 9.4 V U14 Heerenveen
2024-05-18 9.08 V U14 Sneek

80
2024-06-07 11.63 V U14 Arnhem

150
2024-05-25 21.83 V U14 Heerenveen

600
2019-10-05 2:31.9 V U9 Heerenveen
2020-09-26 2:29.0 V U10 Heerenveen
2022-10-01 2:24.0 V U12 Heerenveen
2023-05-07 2:09.21 V U14 Heerenveen

60h 76,2
2023-05-06 13.09w V U14 Heerenveen

hoog
2019-05-25 0.95 V U9 Steenwijk
2022-06-25 1.25 V U12 Drachten
2023-05-06 1.25 V U14 Heerenveen
2024-05-25 1.30 V U14 Heerenveen

ver
2019-10-05 3.12 V U9 Heerenveen
2020-09-26 3.03 V U10 Heerenveen
2021-04-06 3.45 V U12 Heerenveen
2022-09-10 3.45 V U12 Heerenveen
2023-09-30 3.78 V U14 Heerenveen
2024-06-22 4.41 V U14 Heerenveen

kogel 2
2024-04-25 7.83 V U14 Hoogeveen

speer 400
2023-05-06 10.55 V U14 Heerenveen

vortex
2024-06-07 20.80 V U14 Arnhem

6-kamp
2023-05-07 1761 V U14 Heerenveen

Julian Huisman

60
2022-05-21 11.0 M U12 Steenwijk
2023-05-20 10.6 M U12 Sneek
2024-05-25 10.7 M U12 Steenwijk

duur 6'
2022-06-25 1250 M U12 Drachten
2023-05-20 1300 M U12 Sneek
2024-04-20 1350 M U12 Leeuwarden

60h
2022-06-25 12.4 M U12 Drachten
2023-05-20 12.6 M U12 Sneek
2024-04-20 12.6 M U12 Leeuwarden

hoog
2022-06-25 0.90 M U12 Drachten
2023-06-24 1.00 M U12 Drachten
2024-04-20 1.00 M U12 Leeuwarden

polsver
2022-06-25 2.80 M U12 Drachten
2023-06-24 3.50 M U12 Drachten
2024-04-20 3.55 M U12 Leeuwarden

ver
2022-05-21 2.80 M U12 Steenwijk
2023-05-20 3.15 M U12 Sneek
2024-05-25 3.10 M U12 Steenwijkkogel 2
2022-06-25 5.00 M U12 Drachten
2023-06-24 4.70 M U12 Drachten

2024-04-20 4.90 M U12 Leeuwarden

slingeren
2022-05-21 11.00 M U12 Steenwijk
2023-09-16 14.00 M U12 Heerenveen
2024-05-25 14.00 M U12 Steenwijk

vortex
2022-06-25 15.50 M U12 Drachten
2023-06-24 21.00 M U12 Drachten
2024-04-20 24.00 M U12 Leeuwarden

Meike Huistra

100
2021-07-04 13.90 V U14 Dongen
2022-06-10 13.56 V U16 Ede
2023-06-23 12.93 V U16 Bergen op Zoom
2024-06-14 12.91 V U18 Utrecht

150
2020-09-19 22.17 V U14 Grootebroek
2021-10-02 20.57 V U14 Heerenveen
2022-09-10 20.10 V U16 Zoetermeer
2023-09-09 19.52 V U16 Zoetermeer

200
2024-07-06 25.91 V U18 Best

800
2024-07-07 2:28.07 V U18 Best

100h 76,2
2023-06-11 15.61 V U16 Assen
2024-05-20 14.36 V U18 Tilburg

hoog
2016-09-17 1.10 V U9 Heerenveen
2017-09-09 1.20 V U10 Sneek
2018-09-01 1.30 V U12 Deventer
2019-07-06 1.30 V U12 Emmeloord
2020-09-26 1.50 V U14 Heerenveen
2021-10-09 1.61 V U14 Best
2021-06-27 1.55 V U16 Hoofddorp
2022-09-17 1.65 V U16 Rotterdam
2023-09-09 1.65 V U16 Zoetermeer
2024-06-01 1.58 V U18 Emmeloord

ver
2015-10-03 3.07 V U8 Heerenveen
2016-10-01 3.50 V U9 Heerenveen
2017-10-07 3.64 V U10 Heerenveen
2018-06-17 4.04 V U12 Soest
2019-10-05 4.12 V U12 Heerenveen
2020-09-26 4.79 V U14 Heerenveen
2021-08-28 4.97 V U14 Papendrecht
2022-09-17 5.25 V U16 Rotterdam
2023-09-02 5.52 V U16 Amsterdam
2024-06-15 5.68w V U18 Utrecht

discus 1
2022-06-24 25.59 V U16 Steenwijk

kogel 3
2022-05-14 11.54 V U16 Emmen
2023-09-09 12.44 V U16 Zoetermeer
2024-04-28 12.38 V U18 Hoogeveen

speer 500
2022-07-09 31.86 V U16 Hoorn
2023-09-10 35.49 V U16 Zoetermeer
2024-07-07 36.33 V U18 Best

7-kamp
2024-07-07 5062 V U18 Best

Morris Huisman

100
2020-09-26 14.4 M U16 Heerenveen
2021-10-02 13.76w M U16 Heerenveen
2022-10-01 13.5 M U18 Heerenveen

150
2020-07-02 23.4 M U16 Heerenveen

200
2019-05-11 35.91 M U14 Heerenveen

hoog
2016-06-18 1.15 M U12 Heerenveen
2017-04-08 1.15 M U12 Leeuwarden

2018-06-30 1.25 M U14 Groningen
2020-07-25 1.40 M U16 Heerenveen
2021-10-02 1.50 M U16 Heerenveen

ver
2014-10-04 3.01 M U9 Heerenveen
2015-10-03 3.24 M U10 Heerenveen
2016-10-01 3.55 M U12 Heerenveen
2017-10-07 3.88 M U12 Heerenveen
2018-04-07 3.80w M U14 Steenwijk
2019-05-11 4.01w M U14 Heerenveen
2020-09-26 4.37 M U16 Heerenveen
2021-04-17 4.24 M U16 Heerenveen

Oukubay Huruy

800
2020-07-25 2:15.40 M Heerenveen

3000
2017-05-20 10:13.19 M Heerenveen

5000
2020-09-04 16:04.94 M Leeuwarden

Mark Jansen

25000
2021-07-10 1:55:11 M45 Heerenveen

Ronnie Jeeninga

100
2019-05-12 14.74 M40 Apeldoorn

800
2012-06-10 2:13.78 M35 Terneuzen
2013-05-15 2:15.10 M35 Groningen
2019-10-05 2:25.6 M40 Heerenveen
2021-10-02 3:02.57 M45 Heerenveen
2022-10-01 2:41.5 M45 Heerenveen

1500
2013-06-08 4:31.42 M35 Epe
2019-04-07 5:08.34 M40 Amersfoort

hoog
2019-04-07 1.25 M40 Amersfoort

Tim Jeeninga

150
2020-07-02 27.0 M U14 Heerenveen

800
2021-10-02 3:07.93 M U14 Heerenveen
2022-10-01 2:40.7 M U16 Heerenveen
2023-04-22 2:37.80 M U16 Groningen

1000
2018-07-14 4:13.52 M U12 Heerenveen
2019-10-05 3:54.7 M U12 Heerenveen

hoog
2018-04-21 1.05 M U12 Drachten
2019-06-29 1.05 M U12 Leeuwarden
2020-09-26 1.30 M U14 Heerenveen
2022-05-21 1.20 M U16 Heerenveen
2023-04-22 1.30 M U16 Groningen

ver
2018-07-14 2.97 M U12 Heerenveen
2019-10-05 2.96 M U12 Heerenveen

speer 600
2023-05-13 22.30 M U16 Hoogeveen

Jan Sytze Jonker

1500
2013-04-13 4:28.49 M Heerenveen

3000
2013-04-17 9:33.8 M Sneek

5000
2013-04-06 17:02.11 M Steenwijk

Wietze Jonker

5000
2020-09-26 27:04.0 M65 Heerenveen

25000
2020-02-22 2:47:20 M65 Steenwijk

Roelof Kedde

25000
2021-07-10 2:22:51 M65 Heerenveen

Norah Keijzer

100
2022-06-10 14.06w V U16 Ede
2023-06-09 14.42 V U18 Ede

150
2020-07-04 22.6 V U14 Heerenveen
2021-10-02 21.72 V U16 Heerenveen
2022-04-30 21.75 V U16 Heerenveen

200
2019-05-11 33.97 V U14 Heerenveen
2021-05-01 29.75 V U16 Heerenveen
2023-09-30 28.8 V U18 Heerenveen
2024-06-23 28.74 V U18 Drachten

300
2020-07-04 50.0 V U14 Heerenveen
2021-07-09 48.25 V U16 Steenwijk
2022-06-24 45.28 V U16 Steenwijk

400
2023-06-11 1:01.37 V U18 Assen
2024-04-28 1:03.53 V U18 Hoogeveen

600
2014-10-04 2:22.4 V U8 Heerenveen
2015-10-03 2:17.3 V U9 Heerenveen
2019-10-05 2:04.0 V U14 Heerenveen
2020-09-26 1:55.0 V U14 Heerenveen
2021-10-02 1:53.07 V U16 Heerenveen
2022-07-09 1:46.27 V U16 Hoorn

800
2020-09-19 2:52.56 V U14 Grootebroek
2021-08-28 2:40.32 V U16 Amsterdam
2022-04-09 2:34.86 V U16 Emmeloord
2023-06-23 2:30.49 V U18 Bergen op Zoom
2024-05-25 2:39.53 V U18 Heerenveen

1000
2016-10-01 4:00.6 V U10 Heerenveen
2017-10-07 3:59.4 V U12 Heerenveen
2018-10-06 3:50.19 V U12 Heerenveen

1500
2022-09-17 5:33.80 V U16 Rotterdam
2023-05-28 5:33.28 V U18 Harderwijk

hoog
2014-08-30 0.80 V U8 Assen
2016-09-17 0.95 V U10 Heerenveen
2017-07-08 1.05 V U12 Drachten
2018-07-14 1.10 V U12 Heerenveen
2019-10-05 1.25 V U14 Heerenveen
2021-10-02 1.25 V U16 Heerenveen
2022-04-30 1.10 V U16 Heerenveen

ver
2014-08-30 2.52 V U8 Assen
2015-10-03 2.83 V U9 Heerenveen
2016-10-01 3.02 V U10 Heerenveen
2017-10-07 3.22 V U12 Heerenveen
2018-10-06 3.76 V U12 Heerenveen
2019-06-22 3.58 V U14 Stadskanaal
2020-07-25 3.91 V U14 Heerenveen
2021-07-03 4.13 V U16 Assen
2022-06-10 4.11 V U16 Ede

discus 1
2021-05-22 18.89 V U16 Heerenveen
2022-09-04 21.63 V U16 Groningen

kogel 3
2021-08-28 9.05 V U16 Amsterdam
2022-06-10 9.85 V U16 Ede
2023-06-09 8.96 V U18 Ede

speer 500
2021-06-19 20.53 V U16 Leeuwarden
2022-07-09 26.60 V U16 Hoorn
2023-05-28 27.10 V U18 Harderwijk

Joost Kemme

duur 6'
2023-04-22 1250 M U12 Leeuwarden
2024-06-29 1325 M U12 Sneek

60h
2023-04-22 12.5 M U12 Leeuwarden
2024-06-29 11.6 M U12 Sneek

hoog
2022-05-21 0.80 M U10 Steenwijk
2023-06-24 0.85 M U12 Drachten
2024-06-29 0.95 M U12 Sneek

polshoog
2024-06-29 3.40 M U12 Sneek

polsver
2023-06-24 2.85 M U12 Drachten

ver
2022-05-21 2.20 M U10 Steenwijk

balstoten
2022-05-21 4.60 M U10 Steenwijk

kogel 2
2023-06-24 4.80 M U12 Drachten
2024-06-29 4.80 M U12 Sneek

slingeren
2022-04-23 11.00 M U10 Leeuwarden

vortex
2022-09-10 13.00 M U10 Heerenveen
2023-06-24 16.50 M U12 Drachten
2024-06-29 15.00 M U12 Sneek

Bram Kielman

1500
2021-08-06 4:05.02 M Utrecht

Wieger Klijnstra

100
2016-04-09 16.24w M65 Heerenveen
2017-06-17 16.59 M65 Emmeloord
2018-05-13 16.42 M65 Emmen
2019-04-07 16.75 M70 Amersfoort
2020-07-25 17.53 M70 Heerenveen
2022-04-24 17.61 M70 Emmen
2024-05-25 17.97 M75 Heerenveen

150
2017-07-07 25.39w M65 Steenwijk
2018-07-13 25.59 M65 Steenwijk
2019-07-05 25.36w M70 Steenwijk
2022-06-24 26.86 M70 Steenwijk

200
2015-10-03 35.0 M65 Heerenveen
2017-10-07 35.9 M65 Heerenveen
2018-06-10 35.51 M65 Apeldoorn
2019-07-13 35.56 M70 Rotterdam
2020-07-25 37.41w M70 Heerenveen
2024-05-25 39.80 M75 Heerenveen

300
2018-07-13 1:02.13 M65 Steenwijk
2019-07-05 1:05.55 M70 Steenwijk
2022-06-24 1:09.13 M70 Steenwijk
2024-03-30 1:08.93 M75 Steenwijk

800
2015-10-03 4:10.6 M65 Heerenveen
2018-10-06 4:17.13 M70 Heerenveen
2019-10-05 4:20.8 M70 Heerenveen

hoog
2015-10-03 1.00 M65 Heerenveen
2017-09-23 0.95 M65 Steenwijk
2018-10-06 1.00 M70 Heerenveen

ver
2015-10-03 2.21 M65 Heerenveen

2017-10-07	2.04	M65	Heerenveen	2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen	Anna Kootstra			
2018-10-06	1.94	M70	Heerenveen					100			
2019-10-05	1.85	M70	Heerenveen	werp 3-kamp				2023-09-30	16.2	V40	Heerenveen
discus 1				2017-10-07	697	M70	Heerenveen	2024-05-25	16.29	V40	Heerenveen
2017-09-23	17.33	M65	Steenwijk	2018-10-06	516	M70	Heerenveen	200			
2018-10-06	15.65	M70	Heerenveen	Jan Jelle Koerts				2023-09-30	34.8	V40	Heerenveen
2019-10-05	18.19	M70	Heerenveen	hoog				2024-05-25	34.50	V40	Heerenveen
2020-09-26	16.41	M70	Heerenveen	2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn	hoog			
2021-08-27	16.71	M70	Heerenveen	polshoog				2024-05-12	1.10	V40	Uden
kogel 4				2011-06-05	2.00	M40	Assen	discus 1			
2018-10-06	5.70	M70	Heerenveen	2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn	2024-05-12	16.91	V40	Uden
2019-10-05	6.16	M70	Heerenveen	discus 1½				kogel 4			
2020-09-26	6.17	M70	Heerenveen	2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen	2024-05-25	7.23	V40	Heerenveen
2021-08-27	5.37	M70	Heerenveen	2021-10-02	20.33	M50	Heerenveen	sprint 2-kamp			
speer 500				2022-04-24	19.34	M50	Emmen	2023-09-30	600	V40	Heerenveen
2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen	kogel 6				Hedzer Kootstra			
2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen	2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen	40			
2020-08-28	10.85	M70	Heerenveen	2021-10-02	7.98	M50	Heerenveen	2023-06-24	8.0	M U8	Drachten
2021-08-27	10.05	M70	Heerenveen	2022-04-24	7.79	M50	Emmen	2024-06-29	7.7	M U9	Sneek
werp 3-kamp				speer 700				600			
2018-10-06	322	M70	Heerenveen	2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen	2023-09-30	3:06.0	M U8	Heerenveen
2019-10-05	480	M70	Heerenveen	2021-10-02	22.21	M50	Heerenveen	duur 4'			
2020-08-28	145	M70	Heerenveen	2022-04-24	23.70	M50	Emmen	2023-06-24	650	M U8	Drachten
2021-08-27	254	M70	Heerenveen	werp 3-kamp				2024-06-29	875	M U9	Sneek
Remco Klinker				2020-08-28	744	M50	Heerenveen	40h			
800				2021-08-27	787	M50	Heerenveen	2023-06-24	10.0	M U8	Drachten
2023-09-30	2:40.6	M35	Heerenveen	Quin Kok				2024-06-29	8.5	M U9	Sneek
Femke Knijn				40				hoog			
800				2023-09-30	7.8	M U8	Heerenveen	2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen
2021-04-17	2:36.5	V U16	Heerenveen	2024-06-29	7.5	M U9	Sneek	2024-05-25	0.90	M U9	Steenwijk
1000				600				hurkhoog			
2016-10-01	4:11.4	V U10	Heerenveen	2023-09-30	3:01.0	M U8	Heerenveen	2023-06-24	0.55	M U8	Drachten
2020-07-02	3:32.1	V U14	Heerenveen	2024-06-15	2:41.30	M U9	Leeuwarden	2024-06-29	0.85	M U9	Sneek
3000				duur 4'				ver			
2021-04-11	11:21.6	V U16	Heerenveen	2023-06-24	750	M U8	Drachten	2023-09-30	2.42	M U8	Heerenveen
hoog				2024-06-29	900	M U9	Sneek	2024-05-25	2.75	M U9	Steenwijk
2017-04-08	0.95	V U12	Leeuwarden	40h				balstoten			
2018-04-21	1.05	V U12	Drachten	2023-06-24	9.0	M U8	Drachten	2023-09-16	3.80	M U8	Heerenveen
ver				2024-06-29	7.9	M U9	Sneek	2024-05-25	5.80	M U9	Steenwijk
2015-10-03	2.54	V U9	Heerenveen	hoog				slingeren			
2016-10-01	2.68	V U10	Heerenveen	2023-05-20	0.75	M U8	Sneek	2023-06-24	10.50	M U8	Drachten
2017-05-20	2.75	V U12	Steenwijk	2024-05-25	0.75	M U9	Steenwijk	2024-06-29	15.00	M U9	Sneek
2018-09-15	2.85	V U12	Heerenveen	hurkhoog				vortex			
2019-10-05	3.05	V U14	Heerenveen	2023-06-24	0.70	M U8	Drachten	2023-09-16	9.50	M U8	Heerenveen
Johan Knoester				2024-06-29	0.80	M U9	Sneek	2024-06-29	16.50	M U9	Sneek
100				ver				Jesper Kootstra			
2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen	2023-09-30	2.71	M U8	Heerenveen	40			
200				2024-06-15	3.31	M U9	Leeuwarden	2023-09-30	7.9	M U8	Heerenveen
2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen	balstoten				2024-06-29	7.5	M U9	Sneek
2018-10-06	37.86	M70	Heerenveen	2023-09-16	4.50	M U8	Heerenveen	600			
800				2024-06-15	5.70	M U9	Leeuwarden	2023-09-30	3:12.0	M U8	Heerenveen
2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen	slingeren				duur 4'			
3000				2023-04-22	8.00	M U8	Leeuwarden	2023-06-24	700	M U8	Drachten
2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen	2024-06-29	14.00	M U9	Sneek	2024-06-29	875	M U9	Sneek
hoog				vortex				40h			
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	2023-09-30	10.00	M U8	Heerenveen	2023-06-24	8.9	M U8	Drachten
ver				2024-06-29	19.00	M U9	Sneek	2024-06-29	8.7	M U9	Sneek
2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen	Mirthe Koot				hoog			
2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen	60				2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen
2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen	2023-04-06	12.9	V U12	Heerenveen	2024-05-25	0.85	M U9	Steenwijk
discus 1				ver				hurkhoog			
2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen	2022-04-07	2.20	V U10	Heerenveen	2023-06-24	0.65	M U8	Drachten
2018-10-06	18.15	M70	Heerenveen	vortex				2024-06-29	0.75	M U9	Sneek
2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen	2022-04-07	7.50	V U10	Heerenveen	ver			
kogel 4				2023-04-06	11.50	V U12	Heerenveen	2023-09-16	2.30	M U8	Heerenveen
2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen	speer 500				2024-05-25	2.50	M U9	Steenwijk
2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen	2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen	balstoten			
2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen	2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen	2023-09-16	3.30	M U8	Heerenveen

2024-05-25	5.00	M U9	Steenwijk	2021-05-06	1.15	M U12	Heerenveen	200			
slingeren				2022-10-01	1.25	M U12	Heerenveen	2024-05-15	27.19w	M U16	Kampen
2023-06-24	8.00	M U8	Drachten	2023-05-07	1.30	M U14	Heerenveen	600			
2024-06-29	15.00	M U9	Sneek	ver				2016-10-01	2:57.8	M U8	Heerenveen
vortex				2019-09-14	3.25	M U9	Sneek	2017-09-09	2:43.68	M U8	Sneek
2023-09-16	12.00	M U8	Heerenveen	2020-09-26	3.39	M U10	Heerenveen	2018-10-06	2:29.12	M U9	Heerenveen
2024-06-29	17.00	M U9	Sneek	2021-10-02	3.85	M U12	Heerenveen	2019-09-22	2:17.82	M U10	Edam
Myrthe Kootstra				2022-09-03	4.01	M U12	Groningen	2020-09-26	2:16.0	M U12	Heerenveen
60				2023-09-10	4.47	M U14	Amsterdam	2021-05-22	2:16.64	M U12	Heerenveen
2021-10-02	10.45w	V U12	Heerenveen	2024-06-22	4.97	M U14	Heerenveen	800			
2022-09-10	10.1	V U12	Heerenveen	kogel 3				2021-07-04	3:09.14	M U12	Dongen
2023-06-17	10.19	V U14	Heerenveen	2023-05-07	5.75	M U14	Heerenveen	1000			
2024-06-22	9.46	V U14	Heerenveen	2024-04-25	7.88	M U14	Hoogeveen	2019-05-18	4:26.05	M U10	Stadskanaal
80				vortex				2022-05-01	4:07.90	M U14	Heerenveen
2024-06-07	12.30	V U14	Arnhem	2024-04-25	46.89	M U14	Hoogeveen	100h 83,8			
hoog				7-kamp				2024-05-18	16.95	M U16	Sneek
2022-10-01	1.15	V U12	Heerenveen	2023-05-07	2916	M U14	Heerenveen	300h 76,2			
2023-06-17	1.30	V U14	Heerenveen	Max Kroon				2024-06-22	49.27	M U16	Heerenveen
2024-04-06	1.30	V U14	Emmeloord	100				hoog			
ver				2021-10-02	13.39w	M U16	Heerenveen	2017-09-16	0.90	M U8	Heerenveen
2021-09-04	3.30	V U12	Hoogeveen	2022-10-01	12.5	M U16	Heerenveen	2018-09-15	1.05	M U9	Heerenveen
2022-09-10	3.30	V U12	Heerenveen	2023-04-23	12.27	M U18	Drachten	2019-09-14	1.25	M U10	Sneek
2023-09-30	3.60	V U14	Heerenveen	2024-04-28	11.76	M U18	Hoogeveen	2020-09-12	1.35	M U12	Heerenveen
2024-06-07	3.98	V U14	Arnhem	150				2021-05-06	1.40	M U12	Heerenveen
kogel 2				2019-09-01	22.31	M U14	Amsterdam	2022-06-11	1.55	M U14	Heerenveen
2021-10-02	5.24	V U12	Heerenveen	2020-09-19	21.68	M U14	Grootebroek	2023-09-10	1.60	M U14	Amsterdam
2022-10-01	7.47	V U12	Heerenveen	2021-10-02	19.97	M U16	Heerenveen	2024-06-22	1.55	M U16	Heerenveen
2024-06-22	8.98	V U14	Heerenveen	200				hss			
speer 400				2021-05-01	27.97	M U16	Heerenveen	2024-05-25	10.80	M U16	Heerenveen
2024-05-25	15.72	V U14	Heerenveen	2022-10-01	25,5	M U16	Heerenveen	polsver			
vortex				2023-04-23	25.25	M U18	Drachten	2020-09-12	3.00	M U12	Heerenveen
2024-06-07	32.35	V U14	Arnhem	2024-04-28	23.91w	M U18	Hoogeveen	2021-06-26	4.65	M U12	Leeuwarden
Annemarijn Kraak				1000				ver			
100				2018-10-06	3:42.47	M U12	Heerenveen	2016-10-01	2.21	M U8	Heerenveen
2020-09-26	14.3	V U18	Heerenveen	2019-05-25	3:36.62	M U14	Sneek	2017-09-16	2.80	M U8	Heerenveen
2021-10-02	14.40	V U18	Heerenveen	ver				2018-09-15	3.65	M U9	Heerenveen
200				2018-10-06	3.85	M U12	Heerenveen	2019-10-05	3.78	M U10	Heerenveen
2021-10-02	30.27	V U18	Heerenveen	2019-09-01	4.05	M U14	Amsterdam	2020-09-26	3.98	M U12	Heerenveen
ver				2020-07-25	4.79	M U14	Heerenveen	2021-06-05	4.15	M U12	Heerenveen
2020-09-26	4.26	V U18	Heerenveen	2021-04-17	5.24	M U16	Heerenveen	2022-04-09	4.24	M U14	Emmeloord
2021-05-22	4.48	V U18	Heerenveen	2022-04-09	5.11	M U16	Emmeloord	2023-09-30	4.61	M U14	Heerenveen
discus 1				2023-05-20	5.53w	M U18	Heerenveen	2024-05-15	5.14w	M U16	Kampen
2021-05-22	20.81	V U18	Heerenveen	2024-07-05	5.87	M U18	Leeuwarden	kogel 3			
Folkert Krol				Levy de Lang				2024-06-07	10.02	M U16	Arnhem
60				40				vortex			
2021-09-11	9.0	M U12	Drachten	2023-09-30	8.8	M U7	Heerenveen	2024-04-25	36.12	M U16	Hoogeveen
2022-09-03	9.10	M U12	Groningen	2024-06-29	8.3	M U8	Sneek	7-kamp			
80				duur 4'				2022-05-01	2827	M U14	Heerenveen
2023-06-03	11.54	M U14	Groningen	2024-06-29	725	M U8	Sneek	Joris de Lange			
2024-04-06	10.69	M U14	Emmeloord	40h				600			
150				2024-04-20	9.1	M U8	Leeuwarden	2020-09-26	3:29.0	M U12	Heerenveen
2023-09-30	20.8	M U14	Heerenveen	hoog				2021-05-22	2:34.66	M U12	Heerenveen
600				2024-05-25	0.65	M U8	Steenwijk	hoog			
2019-10-05	2:20.9	M U9	Heerenveen	hurkhoog				2018-09-15	0.85	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2:14.0	M U10	Heerenveen	2023-09-30	0.55	M U7	Heerenveen	2019-05-25	1.05	M U10	Steenwijk
2021-10-02	1:58.96	M U12	Heerenveen	2024-06-29	0.65	M U8	Sneek	2020-09-12	1.10	M U12	Heerenveen
2022-10-01	2:00.0	M U12	Heerenveen	ver				2021-05-22	1.05	M U12	Heerenveen
2023-09-30	1:48.0	M U14	Heerenveen	2023-09-30	2.36	M U7	Heerenveen	ver			
2024-05-18	1:41.16	M U14	Sneek	2024-05-25	2.45	M U8	Steenwijk	2018-09-15	2.80	M U9	Heerenveen
800				slingeren				2019-05-25	2.90	M U10	Steenwijk
2023-05-20	2:41.16	M U14	Heerenveen	2024-06-29	9.50	M U8	Sneek	2020-09-26	2.73	M U12	Heerenveen
1000				vortex				2021-04-06	3.15	M U12	Heerenveen
2023-06-03	3:23.84	M U14	Groningen	2023-09-30	11.00	M U7	Heerenveen	Roan Leenes			
2024-06-22	3:08.98	M U14	Heerenveen	2024-06-29	17.50	M U8	Sneek	40			
80h 76,2				Liam de Lang				2024-06-29	7.4	M U9	Sneek
2023-05-13	15.77	M U14	Hoogeveen	80				duur 4'			
2024-05-18	13.30	M U14	Sneek	2024-06-07	10.93	M U16	Arnhem	2024-05-25	725	M U9	Steenwijk
hoog				150				40h			
2019-09-14	1.00	M U9	Sneek	2023-09-30	20.3	M U14	Heerenveen	2024-04-20	8.4	M U9	Leeuwarden
				2024-05-25	19.96	M U16	Heerenveen	hoog			
								2024-05-25	0.75	M U9	Steenwijk

hurkhoog				200				2022-09-10	3.35	V U12	Heerenveen
2024-06-29	0.80	M U9	Sneek	2019-05-11	32.99	M U14	Heerenveen	2023-04-06	3.35	V U12	Heerenveen
ver				2024-05-25	25.10	M U20	Heerenveen	2024-05-25	4.09	V U14	Heerenveen
2024-05-25	2.45	M U9	Steenwijk	300				Jasha Meijer			
balstoten				2024-06-28	38.93	M U20	Steenwijk	60			
2024-05-25	4.10	M U9	Steenwijk	400				2024-05-25	10.3	M U12	Steenwijk
slingeren				2024-07-05	54.95	M U20	Leeuwarden	duur 6'			
2024-06-29	10.00	M U9	Sneek	hoog				2024-05-25	1075	M U12	Steenwijk
vortex				2015-06-13	1.05	M U10	Heerenveen	60h			
2024-06-29	8.50	M U9	Sneek	2016-07-02	1.20	M U12	Drachten	2024-06-29	12.0	M U12	Sneek
Lasse Lenis				2017-09-09	1.30	M U12	Sneek	hoog			
60				2018-04-14	1.22	M U14	Sneek	2024-06-29	1.00	M U12	Sneek
2024-05-25	9.7	M U12	Steenwijk	ver				polsver			
600				2014-09-13	3.15	M U9	Leeuwarden	2024-06-29	3.90	M U12	Sneek
2023-09-30	2:44.0	M U10	Heerenveen	2015-10-03	3.38	M U10	Heerenveen	ver			
duur 6'				2016-09-17	3.55	M U12	Heerenveen	2024-05-25	2.55	M U12	Steenwijk
2024-05-25	1100	M U12	Steenwijk	2017-10-07	3.70	M U12	Heerenveen	kogel 2			
60h				2018-10-06	3.76	M U14	Heerenveen	2024-06-29	6.30	M U12	Sneek
2024-05-25	12.3	M U12	Steenwijk	2019-10-05	3.99	M U14	Heerenveen	slingeren			
hoog				2020-09-26	4.03	M U16	Heerenveen	2024-05-25	16.00	M U12	Steenwijk
2023-09-16	0.95	M U10	Heerenveen	Daan Looper				vortex			
ver				40				2024-06-29	26.00	M U12	Sneek
2023-09-30	3.15	M U10	Heerenveen	2024-06-15	8.75	M U8	Leeuwarden	Dean Meindertsma			
2024-05-25	2.60	M U12	Steenwijk	600				ver			
balstoten				2024-06-15	3:00.55	M U8	Leeuwarden	2017-05-20	2.70	M U12	Steenwijk
2023-09-16	5.60	M U10	Heerenveen	duur 4'				2018-05-26	3.15	M U12	Sneek
slingeren				2024-06-29	775	M U8	Sneek	Lennert Naeff			
2023-06-24	11.50	M U10	Drachten	40h				100			
2024-05-25	14.00	M U12	Steenwijk	2024-06-29	11.0	M U8	Sneek	2016-07-02	14.57	M U16	Stadskanaal
vortex				hurkhoog				2017-07-08	13.49	M U16	Stadskanaal
2023-09-30	15.50	M U10	Heerenveen	2024-06-29	0.55	M U8	Sneek	2018-05-26	12.72	M U18	Loudun (Fra)
2024-05-25	15.50	M U12	Steenwijk	ver				2019-06-01	12.71	M U18	Talence (Fra)
Afke Ligthart				2024-06-15	2.10	M U8	Leeuwarden	2023-04-02	12.15	M U23	Niort (Fra)
hoog				balstoten				200			
2022-04-13	1.25	V U23	Dronten	2024-06-15	4.25	M U8	Leeuwarden	2014-05-17	32.02	M U14	Heerenveen
2023-04-08	1.20	V U23	Groningen	slingeren				300			
ver				2024-06-29	13.50	M U8	Sneek	2015-04-11	50.23	M U14	Heerenveen
2022-05-21	3.51	V U23	Heerenveen	vortex				400			
kogel 4				2024-06-29	16.00	M U8	Sneek	2018-05-12	1:05.99	M U18	La Rochelle (Fra)
2022-10-01	8.02	V U23	Heerenveen	Thom vd Mark				2019-05-11	1:00.29	M U18	Cérizay (Fra)
speer 600				hoog				800			
2022-04-13	19.19	V U23	Dronten	2016-07-02	0.95	M U12	Drachten	2014-04-21	3:00.05	M U14	Dronten
2023-09-30	21.50	V U23	Heerenveen	2017-07-08	1.20	M U12	Drachten	1000			
Iris Linnebank				2018-10-06	1.30	M U14	Heerenveen	2011-06-07	4:10.2	M U10	Heerenveen
150				ver				2012-07-07	4:00.8	M U12	Heerenveen
2021-05-22	25.32	V U14	Heerenveen	2015-10-03	2.87	M U10	Heerenveen	2013-10-05	3:58.3	M U12	Heerenveen
1000				2016-06-18	3.15	M U12	Heerenveen	2014-06-15	3:53.64	M U14	Dronten
2017-09-09	4:26.33	V U10	Sneek	2017-04-02	3.31	M U12	Assen	2015-08-30	3:58.02	M U14	Stadskanaal
2018-10-06	4:02.95	V U12	Heerenveen	Fenna vd Meer				2016-05-16	3:58.87	M U16	Amstelveen
2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen	150				2017-07-09	3:38.14	M U16	Stadskanaal
hoog				2024-05-25	22.12	V U14	Heerenveen	1500			
2017-05-20	0.95	V U10	Steenwijk	600				2018-05-13	6:07.73	M U18	La Rochelle (Fra)
2018-07-07	1.00	V U12	Steenwijk	2018-10-06	2:35.07	V U8	Heerenveen	2019-06-02	5:44.24	M U18	Talence (Fra)
2019-04-20	1.10	V U12	Drachten	2019-10-05	2:20.4	V U8	Heerenveen	hoog			
ver				2020-09-26	2:16.0	V U9	Heerenveen	2011-07-16	1.10	M U10	Hoogeveen
2016-10-01	2.84	V U9	Heerenveen	2023-09-30	2:12.0	V U12	Heerenveen	2012-10-06	1.25	M U12	Heerenveen
2017-09-09	2.99	V U10	Sneek	60h				2013-10-05	1.25	M U12	Heerenveen
2018-10-06	3.20	V U12	Heerenveen	2024-06-22	11.37	V U14	Heerenveen	2014-09-07	1.40	M U14	Amsterdam
2019-10-05	3.38	V U12	Heerenveen	hoog				2015-08-30	1.40	M U14	Stadskanaal
2021-10-02	3.43	V U14	Heerenveen	2018-09-15	0.80	V U8	Heerenveen	2016-10-15	1.45	M U16	Neuville (Fra)
Jens Linnebank				2019-05-25	0.95	V U8	Steenwijk	2017-03-26	1.60	M U16	Chasseneuil (Fra)
100				2022-06-25	1.20	V U12	Drachten	2018-06-16	1.79	M U18	Niort (Fra)
2020-09-26	14.5	M U16	Heerenveen	2023-09-30	1.30	V U12	Heerenveen	2019-06-09	1.92	M U18	Angoulême (Fra)
2024-05-25	12.48	M U20	Heerenveen	2024-05-25	1.40	V U14	Heerenveen	2020-07-24	1.95	M U20	Brive-la-G. (Fra)
150				ver				2021-10-03	1.89	M U20	Saintes (Fra)
2020-07-02	22.4	M U16	Heerenveen	2018-10-06	2.61	V U8	Heerenveen	2022-06-19	2.06	M U23	Niort (Fra)
				2019-10-05	2.90	V U8	Heerenveen	2023-07-22	2.09	M U23	Bondoufle (Fra)
				2020-09-26	3.12	V U9	Heerenveen	2024-06-05	1.95	M U23	Niort (Fra)
								polshoog			
								2016-06-11	2.20	M U16	Groningen

2018-07-01	3.30	M U18	Brive-la-G. (Fra)
2019-06-29	4.15	M U18	Alphen a/d Rijn
2020-08-29	3.60	M U20	Poitiers (Fra)
ver			
2011-05-24	3.35	M U10	Grou
2012-06-09	3.45	M U12	Steenwijk
2013-06-23	3.57	M U12	Soest
2014-05-31	3.97	M U14	Stadskanaal
2015-08-23	4.42	M U14	Amsterdam
2016-04-09	4.45	M U16	Heerenveen
2017-06-14	4.78	M U16	Poitiers (Fra)
2018-05-12	4.97	M U18	La Rochelle (Fra)
2019-06-01	6.16	M U18	Talence (Fra)
discus 2			
2024-05-12	29.41	M U23	Cognac (Fra)
kogel 7¼			
2023-05-07	11.15	M U23	Angoulême (Fra)
speer 800			
2020-08-14	43.99	M U20	Cerizay (Fra)
2022-05-08	33.99	M U23	Limoges (Fra)
2024-04-07	44.99	M U23	Niort (Fra)

Martijn Nota

5000			
2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen

Marrit Oosterbaan

hoog			
2022-07-08	1.40	V U23	Hoorn
2023-04-08	1.40	V U23	Groningen
discus 1			
2023-10-15	19.77	V U23	Steenwijk
kogel 4			
2022-10-01	8.90	V U23	Heerenveen
2023-10-15	8.78	V U23	Steenwijk
2024-03-30	8.72	V U23	Groningen
speer 600			
2022-10-01	31.82	V U23	Heerenveen
2023-06-03	36.61	V U23	Groningen
2024-06-09	36.88	V U23	Eindhoven

werp 3-kamp			
2023-10-15	1429	V U23	Steenwijk

Jilke Oswald

100			
2021-10-02	12.93w	M U18	Heerenveen
2022-04-10	12.90	M U18	Drachten

200			
2023-05-20	24.77	M U20	Heerenveen

400			
2021-05-01	1:04.71	M U18	Heerenveen
2022-06-12	1:01.05	M U18	Assen
2023-06-24	54.70	M U20	Bergen op Zoom

400h 83,8			
2022-06-17	1:05.92	M U18	Amsterdam

ver			
2021-04-11	5.26	M U18	Heerenveen
2022-06-12	5.59	M U18	Assen
2023-06-24	5.91	M U20	Bergen op Zoom

Klaas Peereboom

discus 1			
2018-10-06	18.33	M65	Heerenveen
2019-08-30	19.03	M65	Heerenveen
2020-08-28	20.70	M65	Heerenveen
2021-07-09	19.82	M65	Steenwijk
2022-04-24	20.16	M65	Emmen
2024-03-30	19.42	M70	Steenwijk

kogel 4			
2023-09-30	7.88	M70	Heerenveen
2024-03-30	8.06	M70	Steenwijk

Bram Persson

100			
2023-07-30	11.12	M U18	Hässleholm (Zwe)
2024-07-06	10.89	M U18	Göteborg (Zwe)

200			
2023-08-13	22.33	M U18	Helsingborg (Zwe)
2024-07-07	21.54	M U18	Göteborg (Zwe)

Jeroen Persson

100			
2022-08-13	11.16	M U18	Möndal (Zwe)

200			
2022-09-04	21.79	M U18	Helsinki (Fin)
2023-07-02	21.59	M U20	Göteborg (Zwe)
2024-07-07	21.34w	M U20	Göteborg (Zwe)

400			
2022-08-27	48.50	M U18	Sollentuna (Zwe)
2023-06-11	47.88	M U20	Sollentuna (Zwe)
2024-06-29	48.05	M U20	Uddevalla (Zwe)

Jeroen Piek

60			
2019-08-25	7.26	M	Alkmaar

100			
2011-07-30	10.94w	M U23	Amsterdam
2012-04-22	11.34	M	Ede
2016-08-14	10.99w	M	Alkmaar
2018-09-09	11.17	M	Grootebroek
2019-07-06	11.14	M	Woerden
2021-10-02	11.25w	M	Heerenveen
2022-06-11	11.32	M	Leiden

150			
2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk
2019-08-09	16.80	M	Utrecht
2022-06-24	17.14	M	Steenwijk

200			
2016-08-14	22.32	M	Alkmaar
2019-07-06	22.68	M	Woerden
2021-07-10	23.59	M	Epe

300			
2019-08-09	37.38	M	Utrecht

kogel 7¼			
2012-05-20	11.70	M U23	Harderwijk

sprint 2-kamp			
2016-08-13	1714	M	Alkmaar
2021-09-18	1349	M	Delfzijl

Evi-Lynn Piersma

60			
2024-05-25	11.2	V U12	Steenwijk

duur 6'			
2024-05-25	1300	V U12	Steenwijk

60h			
2024-05-25	13.3	V U12	Steenwijk

hoog			
2024-04-20	0.80	V U12	Leeuwarden

polsver			
2024-04-20	2.30	V U12	Leeuwarden

ver			
2024-05-25	2.05	V U12	Steenwijk

kogel 2			
2024-04-20	2.80	V U12	Leeuwarden

slingeren			
2024-05-25	8.50	V U12	Steenwijk

vortex			
2024-05-25	9.50	V U12	Steenwijk

Femke Piersma

40			
2024-04-20	7.9	V U10	Leeuwarden

duur 4'			
2024-04-20	775	V U10	Leeuwarden

40h			
2024-04-20	9.6	V U10	Leeuwarden

hoog			
2024-05-25	0.85	V U10	Steenwijk

hurkhoog			
2024-04-20	0.70	V U10	Leeuwarden

ver			
2024-05-25	2.65	V U10	Steenwijk

balstoten			
2024-05-25	4.40	V U10	Steenwijk

slingeren			
2024-04-20	8.00	V U10	Leeuwarden

vortex			
2024-05-25	16.00	V U10	Steenwijk

Norah Pont

80			
2023-07-08	11.07	V U16	Breda

100			
2023-07-21	13.64	V U16	Heiloo
2024-06-01	13.24	V U16	Amsterdam

150			
2021-09-12	20.88w	V U14	Amsterdam
2022-09-04	20.64	V U14	Amsterdam
2023-09-16	20.05	V U16	Apeldoorn

200			
2023-07-21	28.11	V U16	Heiloo
2024-04-28	26.55w	V U16	Hoogeveen

300			
2023-08-20	45.06	V U16	Lisse

400			
2024-06-09	1:00.99	V U16	Wageningen

600			
2015-10-03	2:31.8	V U9	Heerenveen

80h 76,2			
2023-09-03	12.21	V U16	Amsterdam
2024-05-20	12.67	V U16	Hulst

300h 76,2			
2023-09-16	45.62	V U16	Apeldoorn
2024-06-28	46.20	V U16	Reusel

hoog			
2018-09-15	1.05	V U10	Heerenveen
2019-06-29	1.20	V U12	Leeuwarden
2021-05-22	1.35	V U14	Heerenveen

ver			
2015-10-03	2.21	V U9	Heerenveen
2018-09-15	3.20	V U10	Heerenveen
2019-05-25	3.45	V U12	Steenwijk

Gearard Posthumus

5000			
2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen

Anita Postma

100			
2023-04-23	14.82	V U18	Drachten
2024-06-14	14.26w	V U18	Utrecht

150			
2022-10-01	23.0	V U16	Heerenveen

200			
2023-04-23	30.23w	V U18	Drachten
2024-06-16	29.22w	V U18	Utrecht

hoog			
2022-10-01	1.35	V U16	Heerenveen
2023-06-11	1.40	V U18	Assen
2024-06-09	1.40	V U18	Wageningen

polshoog			
2024-06-05	2.30	V U18	Kampen

ver
2022-10-01 3.62 V U16 Heerenveen
2023-09-30 4.08 V U18 Heerenveen
2024-05-25 4.07 V U18 Heerenveen

Sanne Pultrum

100
2023-04-23 13.23w V U18 Drachten
2024-04-14 13.14 V U18 Drachten

150
2020-07-02 22.9 V U14 Heerenveen
2021-10-02 20.23 V U16 Heerenveen
2022-06-24 19.83 V U16 Steenwijk

200
2019-05-11 33.22 V U14 Heerenveen
2021-05-01 28.49 V U16 Heerenveen
2023-05-20 27.85 V U18 Heerenveen
2024-04-28 26.55w V U18 Hoogeveen

300
2022-06-24 46.02 V U16 Steenwijk

400
2019-05-05 1:14.16 V U14 Sneek

600
2019-05-05 2:06.33 V U14 Sneek
2020-09-26 1:52.0 V U14 Heerenveen
2021-05-23 1:48.04 V U16 Heerenveen
2022-05-21 1:48.20 V U16 Heerenveen

800
2020-09-19 2:47.24 V U14 Grootebroek
2021-06-19 2:32.40 V U16 Leeuwarden
2022-04-10 2:37.99 V U16 Drachten

1000
2016-10-01 3:56.0 V U10 Heerenveen
2017-06-24 3:43.95 V U12 Stadskanaal
2018-06-02 3:43.11 V U12 Stadskanaal
2019-04-06 3:35.53 V U14 Heerenveen

1500
2021-07-03 6:01.52 V U16 Assen

3000
2024-04-14 14:04.62 V U18 Drachten

hoog
2016-09-17 1.00 V U10 Heerenveen
2017-09-09 1.15 V U12 Sneek
2018-07-07 1.20 V U12 Steenwijk
2019-10-05 1.30 V U14 Heerenveen
2020-09-26 1.40 V U14 Heerenveen
2021-10-02 1.45 V U16 Heerenveen
2022-06-11 1.50 V U16 Heerenveen
2023-05-20 1.40 V U18 Heerenveen

ver
2016-10-01 3.01 V U10 Heerenveen
2017-10-07 3.39 V U12 Heerenveen
2018-10-06 3.60 V U12 Heerenveen
2019-05-05 3.63w V U14 Sneek
2021-10-10 4.50 V U16 Best
2022-06-10 4.22 V U16 Ede
2023-04-16 4.30 V U18 Almere

kogel 3
2021-10-10 7.80 V U16 Best
2022-06-10 8.66 V U16 Ede
2023-06-09 8.62 V U18 Ede

speer 500
2021-10-02 16.88 V U16 Heerenveen
2022-05-01 19.31 V U16 Heerenveen

Dorian de Raat

40
2024-04-20 8.3 M U8 Leeuwarden

duur 4'
2024-05-25 825 M U8 Steenwijk

40h
2024-04-20 9.9 M U8 Leeuwarden

hoog
2024-05-25 0.85 M U8 Steenwijk

hurkhoog
2024-04-20 0.70 M U8 Leeuwarden

ver
2024-05-25 2.40 M U8 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 3.70 M U8 Steenwijk

slingeren
2024-04-20 10.00 M U8 Leeuwarden

vortex
2024-05-25 10.00 M U8 Steenwijk

Hanna Rekelhof

40
2023-09-30 7.9 V U9 Heerenveen
2024-06-29 7.3 V U10 Sneek

600
2023-09-30 2:34.0 V U9 Heerenveen

1000
2024-06-15 4:33.40 V U10 Leeuwarden

duur 4'
2024-05-25 925 V U10 Steenwijk

60h
2024-04-20 8.4 V U10 Leeuwarden

hoog
2024-05-25 0.85 V U10 Steenwijk

hurkhoog
2024-06-29 0.80 V U10 Sneek

ver
2023-09-30 2.32 V U9 Heerenveen
2024-05-25 2.80 V U10 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 4.90 V U10 Steenwijk

kogel 2
2024-06-15 3.15 V U10 Leeuwarden

slingeren
2024-06-29 12.00 V U10 Sneek

vortex
2023-09-30 8.00 V U9 Heerenveen
2024-06-29 13.00 V U10 Sneek

Lois Richardson

100
2021-07-09 15.38 V U14 Steenwijk

1000
2018-10-06 4:29.34 V U10 Heerenveen
2019-10-05 4:11.0 V U12 Heerenveen

hoog
2016-09-17 0.85 V U8 Heerenveen
2017-09-16 0.90 V U9 Heerenveen
2018-09-15 1.10 V U10 Heerenveen
2019-06-29 1.15 V U12 Leeuwarden
2020-06-30 1.10 V U12 Heerenveen
2022-10-01 1.15 V U14 Heerenveen

ver
2015-09-19 1.55 V U8 Heerenveen
2016-10-01 2.96 V U8 Heerenveen
2017-09-09 2.97 V U9 Sneek
2018-09-15 3.30 V U10 Heerenveen
2019-04-07 3.33 V U12 Assen
2020-06-02 3.50 V U12 Heerenveen
2021-04-17 3.93 V U14 Heerenveen
2022-04-02 3.76 V U14 Steenwijk

Nynke Rijpma

100
2023-06-11 13.37 V U18 Assen

150
2021-09-12 21.05 V U16 Zoetermeer
2022-08-05 20.22 V U18 Utrecht

200
2021-05-01 29.10 V U16 Heerenveen
2022-10-01 27.5 V U18 Heerenveen
2023-06-25 27.22 V U18 Bergen op Zoom
2024-06-16 26.55w V U20 Utrecht

300
2020-09-19 49.89 V U16 Grootebroek
2022-04-02 47.9 V U18 Steenwijk
2023-05-13 44.46 V U18 Lisse

400
2022-06-18 1:05.40 V U18 Amsterdam
2023-05-28 1:06.27 V U18 Harderwijk

600
2020-07-25 1:57.69 V U16 Heerenveen
2021-05-23 1:58.17 V U16 Heerenveen

400h 76,2
2021-04-11 1:15.7 V U16 Heerenveen
2022-06-17 1:13.63 V U18 Amsterdam
2023-05-20 1:11.42 V U18 Heerenveen
2024-05-25 1:09.01 V U20 Heerenveen

hoog
2020-09-26 1.45 V U16 Heerenveen
2021-09-11 1.40 V U16 Zoetermeer

hss
2021-04-11 9.74 V U16 Heerenveen
2021-08-29 10.35 V U16 Amsterdam
2022-06-18 10.34 V U18 Amsterdam
2023-06-24 10.78w V U18 Bergen op Zoom
2024-06-16 11.65w V U20 Utrecht

ver
2020-09-26 4.91 V U16 Heerenveen
2021-05-23 5.17 V U16 Heerenveen
2022-05-21 4.87 V U18 Heerenveen
2023-04-16 5.01 V U18 Almere
2024-04-28 5.21w V U20 Hoogeveen

Hannah Ruizendaal

40
2024-06-29 8.0 V U10 Sneek

duur 4'
2024-06-29 800 V U10 Sneek

40h
2024-06-29 8.9 V U10 Sneek

hoog
2024-05-25 0.90 V U10 Steenwijk

hoog
2024-06-29 0.80 V U10 Sneek

ver
2024-05-25 2.40 V U10 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 4.80 V U10 Steenwijk

slingeren
2024-06-29 12.00 V U10 Sneek

vortex
2024-05-25 15.00 V U10 Steenwijk

Floris vd Schaaf

40
2023-09-30 10.3 M U8 Heerenveen
2024-06-29 9.5 M U9 Sneek

duur 4'
2024-06-29 725 M U9 Sneek

40h
2024-06-29 10.7 M U9 Sneek

hoog
2024-05-25 0.60 M U9 Steenwijk

hurkhoog
2024-06-29 0.60 M U9 Sneek

ver
2023-09-30 1.99 M U8 Heerenveen
2024-05-25 1.75 M U9 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 3.20 M U9 Steenwijk

slingeren
2024-06-29 10.50 M U9 Sneek

vortex
2023-09-30 7.50 M U8 Heerenveen
2024-06-29 12.00 M U9 Sneek

Julian Scholte

40
2024-06-29 8.2 M U9 Sneek

duur 4'
2024-06-29 825 M U9 Sneek

40h
2024-06-29 9.0 M U9 Sneek

hoog
2024-05-25 0.80 M U9 Steenwijk

hurkhoog
2024-06-29 0.65 M U9 Sneek

ver
2024-05-25 2.65 M U9 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 5.20 M U9 Steenwijk

slingeren
2024-06-29 17.00 M U9 Sneek

vortex
2024-06-29 19.50 M U9 Sneek

Milou Sieperda

150
2021-07-10 21.82 V U16 Delft
2022-07-02 22.21 V U16 Delft

200
2023-05-06 29.23 V U18 Heerenveen

100h 76,2
2023-05-06 18.86 V U18 Heerenveen

hoog
2020-09-26 1.50 V U14 Heerenveen
2021-10-09 1.61 V U16 Best
2022-05-14 1.60 V U16 Emmen
2023-06-03 1.60 V U18 Groningen
2024-04-28 1.45 V U18 Hoogeveen

ver
2020-09-26 4.58 V U14 Heerenveen
2021-06-27 4.63 V U16 Hoofddorp
2021-07-04 4.67 V U16 Dongen
2022-05-21 5.06w V U16 Heerenveen
2023-09-30 4.32 V U18 Heerenveen
2024-05-15 4.64 V U18 Kampen

discus 1
2021-04-17 24.53 V U16 Heerenveen
2022-06-18 29.04 V U16 Stadskanaal
2023-06-03 31.10 V U18 Groningen

kogel 3
2021-08-28 10.79 V U16 Amsterdam
2022-04-23 10.89 V U16 Almere
2023-06-11 11.00 V U18 Heerenveen
2024-04-14 9.40 V U18 Drachten

speer 500
2021-08-29 32.30 V U16 Amsterdam
2022-04-23 32.57 V U16 Almere
2023-05-07 30.79 V U18 Heerenveen
2024-05-15 27.17 V U18 Kampen

werp 3-kamp
2022-10-08 1414 V U16 Steenwijk

Jolanda Smedinga

100
2011-05-28 15.26w V45 Heerenveen
2012-06-09 15.63 V45 Terneuzen
2018-05-12 16.55 V50 Heerenveen
2020-08-23 16.79w V55 Alkmaar

2021-09-18 16.41 V55 Hengelo
2022-04-22 16.41 V55 Utrecht
2023-07-01 16.04 V55 Harderwijk
2024-07-05 16.78 V55 Leeuwarden

150
2011-07-15 23.2 V45 Steenwijk
2018-07-13 26.02 V50 Steenwijk
2019-07-05 24.86w V50 Steenwijk
2022-06-24 24.70 V55 Steenwijk

200

2011-08-19 32.60 V45 Den Haag
2012-06-10 32.30 V45 Terneuzen
2018-06-09 35.07 V50 Groningen
2019-05-19 35.05 V50 Gouda
2021-09-19 34.77 V55 Hengelo
2022-05-21 33.88 V55 Heerenveen
2023-07-02 33.88w V55 Harderwijk
2024-04-20 34.86w V55 Harderwijk

300

2011-07-15 51.4 V45 Steenwijk
2018-07-13 57.60 V50 Steenwijk
2019-07-05 56.36 V50 Steenwijk
2022-06-24 55.19 V55 Steenwijk

400

2011-06-24 1:11.87 V45 Groningen
2012-09-08 1:13.64 V45 Zwolle
2018-05-13 1:23.02 V50 Emmen
2019-05-18 1:21.44 V50 Gouda
2020-08-07 1:21.99 V50 Utrecht
2021-09-18 1:18.26 V55 Hengelo
2022-05-28 1:19.63 V55 Harderwijk
2023-05-13 1:17.66 V55 Harderwijk
2024-04-20 1:21.96 V55 Uden

800

2011-06-19 2:47.45 V45 Den Haag
2012-05-25 2:48.57 V45 Utrecht
2019-06-13 3:05.25 V50 Leeuwarden
2020-09-16 3:01.0 V55 Dronten
2021-09-08 3:01.75 V55 Hengelo
2022-07-08 3:03.44 V55 Hoorn
2023-06-11 3:09.17 V55 Enschede
2024-03-28 3:27.1 V55 Ommen

ver

2011-10-01 2.85 V45 Heerenveen
2018-06-10 2.67 V50 Apeldoorn

speer 500

2022-10-01 14.90 V55 Heerenveen
2023-06-11 13.08 V55 Enschede

sprint 2-kamp

2012-05-12 421 V45 Heerenveen
2022-10-01 1032 V55 Heerenveen

Henri Spieksa

5000
2020-09-04 23:35.29 M65 Leeuwarden
2021-10-02 24:26.82 M65 Heerenveen

Vesper Spijkman

40
2023-09-30 8.0 V U9 Heerenveen
2024-06-29 7.4 V U10 Sneek

600
2023-09-30 2:35.0 V U9 Heerenveen

duur 4'
2024-05-25 825 V U10 Steenwijk

40h
2024-06-29 8.2 V U10 Sneek

hoog
2024-05-25 0.95 V U10 Steenwijk

hurkhoog

2024-06-29 0.75 V U10 Sneek

ver

2023-09-30 2.85 V U9 Heerenveen
2024-05-25 2.85 V U10 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 6.00 V U10 Steenwijk

slingeren
2024-06-29 13.50 V U10 Sneek

vortex
2023-04-06 9.00 V U9 Heerenveen
2024-06-29 16.50 V U10 Sneek

Melvin vd Staaij

60
2022-09-10 11.0 M U12 Heerenveen
2023-05-20 11.3 M U12 Sneek

hoog
2023-06-24 1.05 M U12 Drachten

ver
2022-09-10 2.55 M U12 Heerenveen
2023-05-20 2.85 M U12 Sneek

Jordi Stam

1500
2011-04-09 4:43.3 M U18 Heerenveen

3000
2011-04-20 10:02.4 M U18 Sneek
2013-05-24 9:58.87 M U20 Utrecht

5000
2012-04-22 17:27.87 M U18 Ede
2020-09-26 17:59.0 M Heerenveen
2022-04-02 17:51.70 M Steenwijk

ver
2020-09-26 4.21 M Heerenveen

Arie vd Steen

100000
2018-02-17 10:28:54 M50 Steenwijk
2019-02-23 9:45:15 M50 Steenwijk

6-uurloop
2019-12-29 31200 M55 Almere

Floris Swart

800
2020-09-26 2:23.0 M U16 Heerenveen
2021-10-02 2:22.85 M U18 Heerenveen
2022-05-21 2:24.75 M U18 Heerenveen

1500
2021-05-22 5:14.63 M U18 Heerenveen

3000
2021-04-11 11:21.9 M U18 Heerenveen

Sasha Tarlavina

800
2022-06-11 2:24.90 V U16 Heerenveen

Hessel Teijema

80
2022-10-01 14.1 M U14 Heerenveen

150
2021-05-01 27.55 M U14 Heerenveen
2022-10-01 28.5 M U14 Heerenveen

600
2016-10-01 2:51.1 M U8 Heerenveen
2017-10-07 2:41.0 M U9 Heerenveen
2018-07-14 2:33.88 M U10 Heerenveen
2022-10-01 2:23.0 M U14 Heerenveen

800
2021-05-01 3:35.41 M U14 Heerenveen
2023-06-17 3:16.39 M U16 Heerenveen
2024-04-06 3:00.93 M U16 Emmeloord

1000
2018-10-06 4:22.10 M U10 Heerenveen
2019-10-05 4:37.0 M U12 Heerenveen

1500
2023-05-13 7:02.60 M U16 Hoogeveen

60h
2020-09-12 12.4 M U12 Heerenveen

hoog
2017-09-16 0.80 M U9 Heerenveen
2018-07-14 0.95 M U10 Heerenveen
2019-06-29 1.00 M U12 Leeuwarden
2020-09-12 1.00 M U12 Heerenveen

ver
2016-10-01 2.19 M U8 Heerenveen
2017-09-16 2.30 M U9 Heerenveen
2018-09-15 2.70 M U10 Heerenveen
2021-10-02 3.10 M U14 Heerenveen
2023-06-17 3.49 M U16 Heerenveen

speer 600
2023-05-13 15.30 M U16 Hoogeveen
2024-04-06 17.18 M U16 Emmeloord

Hugo Veenker

discus 1
2018-05-02 23.07 M60 Dronten
2021-08-27 22.12 M60 Heerenveen

kogel 5
2018-05-02 7.70 M60 Dronten
2021-08-27 6.66 M60 Heerenveen

speer 600
2021-08-27 18.04 M60 Heerenveen

werp 3-kamp
2021-08-27 791 M60 Heerenveen

Roy Veenstra

100
2023-09-30 12.2 M U20 Heerenveen

200
2023-09-30 24.5 M U20 Heerenveen
2024-05-25 24.49 M U20 Heerenveen

400
2023-05-28 56.34 M U20 Harderwijk

800
2023-04-02 2:21.07 M U20 Steenwijk

1500
2023-06-11 4:52.69 M U20 Assen

3000
2023-04-23 10:02.01 M U20 Drachten

400h 91,4
2023-04-29 1:02.85 M U20 Emmeloord
2024-04-14 1:05.24 M U20 Drachten

hoog
2023-04-16 1.60 M U20 Almere

hss
2023-05-28 11.48 M U20 Harderwijk
2024-06-16 12.89 M U20 Utrecht

ver
2023-05-20 5.81w M U20 Heerenveen
2024-05-15 5.97w M U20 Kampen

speer 800
2023-09-30 22.95 M U20 Heerenveen

sprint 2-kamp
2023-09-30 1072 M U20 Heerenveen

Hayco van der Velde

5000
2020-09-26 19:19.0 M40 Heerenveen

Jayden vd Velde

800
2022-05-21 2:50.94 M U14 Heerenveen

Henri Veldman

3000
2018-10-06 10:42.22 M55 Heerenveen

5000
2020-09-26 17:48.0 M55 Heerenveen

100
2019-10-05 12.4 M U16 Heerenveen
2020-09-26 12.1 M U16 Heerenveen
2021-05-01 11.95 M U18 Heerenveen
2022-06-12 11.69 M U18 Assen
2023-04-16 11.39 M U20 Almere

150
2018-04-02 22.05 M U14 Amersfoort
2019-05-25 19.51 M U16 Sneek
2020-07-04 18.6 M U16 Heerenveen

200
2021-04-11 24.9 M U18 Heerenveen
2022-06-19 24.04 M U18 Amsterdam
2023-04-23 23.29 M U20 Drachten

110h 99,1
2023-06-11 15.95 M U20 Assen

hoog
2015-06-27 1.00 M U12 Steenwijk
2016-06-04 1.20 M U12 Stadskanaal
2017-05-14 1.15 M U14 Sneek
2018-05-12 1.35 M U14 Heerenveen
2019-10-05 1.50 M U16 Heerenveen
2020-09-26 1.60 M U16 Heerenveen
2022-10-01 1.70 M U18 Heerenveen

hss
2020-09-04 10.31 M U16 Leeuwarden
2021-09-12 11.52 M U18 Amersfoort
2022-06-19 13.30 M U18 Amsterdam
2023-05-28 13.34 M U20 Harderwijk

ver
2014-10-04 2.70 M U10 Heerenveen
2015-10-03 3.52 M U12 Heerenveen
2016-09-17 3.65 M U12 Heerenveen
2017-05-13 4.07 M U14 Sneek
2018-05-12 5.02 M U14 Heerenveen
2019-05-11 5.53w M U16 Heerenveen
2020-09-19 5.46 M U16 Grootebroek
2021-08-28 5.82w M U18 Hoogeveen
2022-06-12 6.42 M U18 Assen
2023-06-24 6.93w M U20 Bergen op Zoom
2024-06-15 6.85w M U20 Utrecht

Ziggy Veldman

2024-06-23 13.72 V U18 Drachten

150
2022-05-14 20.81 V U16 Emmen
2023-05-06 20.34 V U16 Heerenveen

200
2024-05-04 27.41w V U18 Heerenveen

300
2022-08-28 45.47 V U16 Amsterdam
2023-04-02 43.49 V U16 Steenwijk
2024-06-28 45.77 V U18 Steenwijk

400
2023-06-14 1:04.48 V U16 Kampen
2024-06-15 1:01.45 V U18 Utrecht

600
2022-06-05 1:47.64 V U16 Emmeloord
2023-05-07 1:44.61 V U16 Heerenveen

800
2023-04-22 2:33.55 V U16 Groningen
2024-05-05 2:39.96 V U18 Heerenveen

1500
2022-05-15 5:25.91 V U16 Zwolle
2023-05-13 5:37.50 V U16 Hoogeveen

100h 76,2
2024-04-28 16.01w V U18 Hoogeveen

400h 76,2
2022-04-10 1:12.33 V U16 Drachten
2023-04-23 1:10.44 V U16 Drachten
2024-05-25 1:12.91 V U18 Heerenveen

hoog
2022-07-09 1.50 V U16 Hoorn
2023-06-14 1.55 V U16 Kampen
2024-06-09 1.45 V U18 Wageningen

ver
2022-06-05 4.78w V U16 Emmeloord
2023-09-30 4.72 V U16 Heerenveen
2024-05-15 4.90 V U18 Kampen

discus 1
2022-06-24 23.87 V U16 Steenwijk
2023-04-22 24.79 V U16 Groningen

kogel 3
2022-08-27 11.81 V U16 Amsterdam
2023-09-02 12.42 V U16 Amsterdam
2024-05-15 11.91 V U18 Kampen

speer 500
2022-05-21 29.80 V U16 Heerenveen
2023-09-10 33.68 V U16 Zoetermeer
2024-05-25 29.91 V U18 Heerenveen

7-kamp
2024-05-05 4018 V U18 Heerenveen

Bert Velkers

800
2018-10-06 2:51.96 M45 Heerenveen
2021-10-02 2:57.86 M50 Heerenveen
2022-10-01 2:51.7 M50 Heerenveen

3000
2018-10-06 12:38.37 M45 Heerenveen

5000
2020-09-26 22:17.0 M45 Heerenveen

discus 1½
2021-10-02 19.51 M50 Heerenveen

kogel 6
2021-10-02 6.95 M50 Heerenveen

speer 700
2021-10-02 19.07 M50 Heerenveen

Naomi Verkerk

400
2023-06-10 58.83 V Utrecht
2024-05-25 1:01.44 V Leiden

Marit Versfeld

100
2022-06-10 13.86 V U16 Ede
2023-04-20 13.76 V U16 Hoogeveen

2024-06-23 13.72 V U18 Drachten

150
2022-05-14 20.81 V U16 Emmen
2023-05-06 20.34 V U16 Heerenveen

200
2024-05-04 27.41w V U18 Heerenveen

300
2022-08-28 45.47 V U16 Amsterdam
2023-04-02 43.49 V U16 Steenwijk
2024-06-28 45.77 V U18 Steenwijk

400
2023-06-14 1:04.48 V U16 Kampen
2024-06-15 1:01.45 V U18 Utrecht

600
2022-06-05 1:47.64 V U16 Emmeloord
2023-05-07 1:44.61 V U16 Heerenveen

800
2023-04-22 2:33.55 V U16 Groningen
2024-05-05 2:39.96 V U18 Heerenveen

1500
2022-05-15 5:25.91 V U16 Zwolle
2023-05-13 5:37.50 V U16 Hoogeveen

100h 76,2
2024-04-28 16.01w V U18 Hoogeveen

400h 76,2
2022-04-10 1:12.33 V U16 Drachten
2023-04-23 1:10.44 V U16 Drachten
2024-05-25 1:12.91 V U18 Heerenveen

hoog
2022-07-09 1.50 V U16 Hoorn
2023-06-14 1.55 V U16 Kampen
2024-06-09 1.45 V U18 Wageningen

ver
2022-06-05 4.78w V U16 Emmeloord
2023-09-30 4.72 V U16 Heerenveen
2024-05-15 4.90 V U18 Kampen

discus 1
2022-06-24 23.87 V U16 Steenwijk
2023-04-22 24.79 V U16 Groningen

kogel 3
2022-08-27 11.81 V U16 Amsterdam
2023-09-02 12.42 V U16 Amsterdam
2024-05-15 11.91 V U18 Kampen

speer 500
2022-05-21 29.80 V U16 Heerenveen
2023-09-10 33.68 V U16 Zoetermeer
2024-05-25 29.91 V U18 Heerenveen

7-kamp
2024-05-05 4018 V U18 Heerenveen

Jodie Vianen

60
2024-04-06 9.26 V U14 Emmeloord

600
2018-10-06 2:36.26 V U8 Heerenveen
2019-10-05 2:21.6 V U9 Heerenveen
2021-10-02 2:05.29 V U12 Heerenveen
2022-10-01 2:11.0 V U12 Heerenveen
2023-05-07 1:58.50 V U14 Heerenveen

1000
2024-06-22 3:34.18 V U14 Heerenveen

60h 76,2
2023-05-13 12.25 V U14 Hoogeveen
2024-06-22 11.33 V U14 Heerenveen

hoog
2018-09-15 0.75 V U8 Heerenveen
2019-09-14 0.95 V U9 Sneek
2021-05-06 1.10 V U12 Heerenveen
2022-04-23 1.20 V U12 Leeuwarden
2023-05-13 1.35 V U14 Hoogeveen

ver
2018-10-06 2.52 V U8 Heerenveen
2019-09-14 2.75 V U9 Sneek

2020-09-12 3.00 V U10 Heerenveen
2021-04-06 3.15 V U12 Heerenveen
2022-05-21 3.45 V U12 Steenwijk
2023-04-22 3.68 V U14 Groningen

speer 400
2023-05-06 16.06 V U14 Heerenveen

6-kamp
2023-05-07 2134 V U14 Heerenveen

Lieuwe Vianen

40
2023-09-30 9.2 M U7 Heerenveen
2024-04-20 9.5 M U7 Leeuwarden

duur 4'
2024-05-25 800 M U7 Steenwijk

40h
2024-04-20 11.2 M U7 Leeuwarden

hoog
2024-05-25 0.70 M U7 Steenwijk

hurkhoog
2023-09-30 0.50 M U7 Heerenveen
2024-04-20 0.55 M U7 Leeuwarden

ver
2023-09-30 1.95 M U7 Heerenveen
2024-05-25 2.20 M U7 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 3.00 M U7 Steenwijk

slingeren
2024-04-20 8.00 M U7 Leeuwarden

vortex
2023-09-30 8.00 M U7 Heerenveen
2024-05-25 11.50 M U7 Steenwijk

Fedde Visser

60
2021-04-06 10.2 M U12 Heerenveen
2023-07-12 9.45 M U14 Heerenveen

80
2023-06-17 12.56 M U14 Heerenveen
2024-05-18 13.31 M U14 Sneek

150
2023-09-30 22.9 M U14 Heerenveen

600
2017-10-07 3:03.8 M U8 Heerenveen
2018-10-06 2:40.59 M U8 Heerenveen
2019-10-05 2:36.0 M U9 Heerenveen
2020-09-26 2:28.0 M U10 Heerenveen
2021-05-22 2:39.66 M U12 Heerenveen
2023-09-30 2:17.0 M U14 Heerenveen
2024-05-18 2:11.92 M U14 Sneek

80h 76,2
2023-09-16 19.40 M U14 Spijkenisse

hoog
2017-09-16 0.70 M U8 Heerenveen
2018-09-15 0.80 M U8 Heerenveen
2021-05-22 1.00 M U12 Heerenveen

ver
2017-09-16 1.85 M U8 Heerenveen
2018-10-06 2.29 M U8 Heerenveen
2019-10-05 2.58 M U9 Heerenveen
2020-09-26 2.81 M U10 Heerenveen
2021-04-06 2.85 M U12 Heerenveen
2023-09-30 3.65 M U14 Heerenveen
2024-05-18 2.74 M U14 Sneek

speer 400
2023-09-30 8.67 M U14 Heerenveen

Jacob Visser

100
2017-04-08 18.49 M70 Heerenveen
2020-09-26 17.9 M75 Heerenveen

200
2017-10-07 36.2 M70 Heerenveen

400
2017-04-08 1:21.68 M70 Heerenveen

800
2017-05-20 3:08.68 M70 Heerenveen
2020-09-26 3:07.0 M75 Heerenveen

1500
2017-04-08 6:31.87 M70 Heerenveen

3000
2017-05-20 14:00.11 M70 Heerenveen

5000
2011-05-28 22:14.09 M65 Heerenveen
2020-09-26 24:11.0 M75 Heerenveen

25000
2021-07-10 2:41:12 M75 Heerenveen

marathon baan
2020-02-22 4:49:29 M75 Steenwijk

hoog
2017-10-07 1.10 M70 Heerenveen

ver
2017-10-07 2.64 M70 Heerenveen

discus 1
2017-10-07 18.48 M70 Heerenveen

kogel 4
2017-10-07 7.68 M70 Heerenveen

speer 500
2017-10-07 13.07 M70 Heerenveen

werp 3-kamp
2017-10-07 623 M70 Heerenveen

Martin Jan Visser

5000
2020-09-26 21:04.0 M50 Heerenveen

Ruben Visser

100
2022-10-01 15.9 M U16 Heerenveen

200
2022-10-01 32.7 M U16 Heerenveen

800
2020-09-26 2:55.0 M U14 Heerenveen
2021-10-02 2:56.19 M U14 Heerenveen
2022-06-11 2:50.27 M U16 Heerenveen
2023-09-30 2:41.1 M U16 Heerenveen

1000
2017-10-07 4:20.5 M U10 Heerenveen
2018-10-06 3:52.61 M U12 Heerenveen
2019-10-05 3:52.2 M U12 Heerenveen
2020-07-02 3:46.3 M U14 Heerenveen
2022-04-02 4:08.21 M U16 Steenwijk

hoog
2017-09-16 1.00 M U10 Heerenveen
2018-07-07 1.05 M U12 Steenwijk
2019-06-29 1.15 M U12 Leeuwarden
2022-06-11 1.15 M U16 Heerenveen

ver
2017-10-07 2.72 M U10 Heerenveen
2018-10-06 3.22 M U12 Heerenveen
2019-10-05 3.30 M U12 Heerenveen

Anneke Visser-Bosma

800
2015-10-03 3:21.9 V35 Heerenveen

Ferre de Vries

40
2023-09-30 9.6 M U7 Heerenveen

hurkhoog
2023-09-30 0.40 M U7 Heerenveen

ver
2023-09-30 2.11 M U7 Heerenveen

vortex
2023-09-30 7.00 M U7 Heerenveen

Lara de Vries

600
2021-10-02 3:12.36 V U8 Heerenveen
2022-10-01 3:00.0 V U9 Heerenveen
2023-09-30 2:50.0 V U10 Heerenveen

duur 6'
2024-04-20 1200 V U12 Leeuwarden

60h
2024-04-20 13.7 V U12 Leeuwarden

hoog
2022-09-10 0.75 V U9 Heerenveen
2023-09-16 0.90 V U10 Heerenveen
2024-06-29 0.90 V U12 Sneek

polsver
2024-06-29 3.75 V U12 Sneek

ver
2021-04-06 1.80 V U8 Heerenveen
2022-09-10 2.15 V U9 Heerenveen
2023-09-30 2.44 V U10 Heerenveen

balstoten
2022-09-10 4.00 V U9 Heerenveen
2023-09-16 3.70 V U10 Heerenveen

kogel 2
2024-06-29 4.20 V U12 Sneek

slingeren
2021-05-06 6.00 V U8 Heerenveen
2022-04-23 9.50 V U9 Leeuwarden
2023-06-24 13.00 V U10 Drachten

vortex
2021-05-06 8.50 V U8 Heerenveen
2022-09-10 8.00 V U9 Heerenveen
2023-09-30 10.50 V U10 Heerenveen
2024-06-29 11.50 V U12 Sneek

Olivier Walgemoed

100
2023-09-30 12.9 M U18 Heerenveen

ver
2023-09-30 4.91 M U18 Heerenveen

Loeck ter Wee

40
2024-04-20 8.0 M U10 Leeuwarden

duur 4'
2024-04-20 700 M U10 Leeuwarden

40h
2024-04-20 8.8 M U10 Leeuwarden

hoog
2024-05-25 0.80 M U10 Steenwijk

hurkhoog
2024-04-20 0.75 M U10 Leeuwarden

ver
2024-05-25 2.75 M U10 Steenwijk

balstoten
2024-05-25 4.30 M U10 Steenwijk

slingeren
2024-04-20 11.00 M U10 Leeuwarden

vortex
2024-05-25 13.00 M U10 Steenwijk

Bob vd Weg

3000
2013-10-05 11:00.1 M45 Heerenveen
2014-10-04 10:56.2 M45 Heerenveen
2016-10-01 11:09.1 M45 Heerenveen

5000
2020-09-26 19:23.0 M50 Heerenveen
2021-10-02 19:47.27 M50 Heerenveen

25000
2021-07-10 1:51:48 M50 Heerenveen

50000
2018-02-17 3:54:49 M45 Steenwijk
2023-02-18 4:04:36 M50 Heerenveen

6-uurloop
2023-03-25 56400 M50 Nijverdal

Finn vd Werf

600
2020-09-26 2:51.0 M U10 Heerenveen
2021-10-02 2:45.35 M U12 Heerenveen

hoog
2021-06-26 0.90 M U12 Leeuwarden

ver
2020-09-12 2.65 M U10 Heerenveen
2021-04-06 2.80 M U12 Heerenveen
2022-04-07 2.65 M U12 Heerenveen

Jouke vd Werff

100
2024-05-15 14.07 M U16 Kampen

150
2024-05-18 21.77 M U16 Sneek

600
2022-10-01 2:17.0 M U14 Heerenveen

800
2023-05-20 3:00.51 M U14 Heerenveen

hoog
2022-10-01 1.00 M U14 Heerenveen

ver
2022-04-07 3.45 M U14 Heerenveen
2023-05-13 3.70 M U14 Hoogeveen
2024-05-18 3.95 M U16 Sneek

Marja vd Werf-Zoer

800
2019-10-05 3:37.1 V55 Heerenveen

3000
2014-10-04 14:21.9 V50 Heerenveen
2017-10-07 14:52.5 V50 Heerenveen
2018-10-06 14:42.91 V55 Heerenveen
2019-10-05 14:32.0 V55 Heerenveen

5000
2020-09-26 26:12.0 V55 Heerenveen
2021-10-02 26:16.91 V55 Heerenveen

Romke Wielstra

100
2023-09-30 13.1 M U20 Heerenveen

200
2023-09-30 27.1 M U20 Heerenveen

800
2023-07-21 2:14.02 M U20 Heiloo

sprint 2-kamp
2023-09-30 710 M U20 Heerenveen

Doutzen Wierda

600
2024-05-18 2:17.65 V U14 Sneek

1000
2024-06-22 4:13.23 V U14 Heerenveen

ver
2024-06-22 3.25 V U14 Heerenveen

discus ¾
2024-04-06 9.94 V U14 Emmeloord

kogel 2
2024-06-22 6.49 V U14 Heerenveen

speer 400
2024-04-06 10.52 V U14 Emmeloord

Jimte Wierda

60
2023-09-30 10.7 M U12 Heerenveen
2024-05-25 11.0 M U12 Steenwijk

600
2020-09-26 2:53.0 M U8 Heerenveen
2021-10-02 2:35.21 M U9 Heerenveen
2022-10-01 2:25.0 M U10 Heerenveen
2023-09-30 2:23.6 M U12 Heerenveen

duur 6'
2024-04-20 1350 M U12 Leeuwarden

60h
2024-06-29 11.2 M U12 Sneek

hoog
2021-09-11 0.80 M U9 Drachten
2022-09-10 0.95 M U10 Heerenveen
2023-09-30 1.00 M U12 Heerenveen
2024-06-29 1.10 M U12 Sneek

polsver
2024-06-29 4.50 M U12 Sneek

ver
2020-09-12 2.20 M U8 Heerenveen
2021-06-05 2.90 M U9 Heerenveen
2022-10-01 2.85 M U10 Heerenveen
2024-05-25 3.30 M U12 Steenwijk

balstoten
2020-09-12 3.90 M U8 Heerenveen
2021-09-11 4.80 M U9 Drachten
2022-09-10 6.60 M U10 Heerenveen

kogel 2
2023-09-30 6.04 M U12 Heerenveen
2024-06-29 7.30 M U12 Sneek

slingeren
2020-06-30 9.00 M U8 Heerenveen
2021-05-06 13.00 M U9 Heerenveen
2022-04-23 16.50 M U10 Leeuwarden
2024-05-25 17.50 M U12 Steenwijk

vortex
2020-09-26 13.66 M U8 Heerenveen
2021-09-11 16.50 M U9 Drachten
2022-09-10 19.50 M U10 Heerenveen
2024-04-20 25.50 M U12 Leeuwarden
2024-06-29 29.00 M U12 Sneek

Ties Wierda

40
2021-10-02 8.19 M U8 Heerenveen
2022-06-25 7.7 M U8 Drachten
2023-09-30 7.3 M U9 Heerenveen
2024-06-29 6.8 M U10 Sneek

600
2021-10-02 2:48.35 M U8 Heerenveen
2022-10-01 2:37.0 M U8 Heerenveen
2023-09-30 2:18.0 M U9 Heerenveen

duur 4'
2022-06-25 850 M U8 Drachten
2024-05-25 1000 M U10 Steenwijk

40h
2022-06-25 8.0 M U8 Drachten
2024-06-29 7.5 M U10 Sneek

hoog
2021-09-11 0.75 M U8 Drachten
2022-09-10 0.80 M U8 Heerenveen
2023-09-16 0.90 M U9 Heerenveen
2024-05-25 1.00 M U10 Steenwijk

hurkhoog
2022-06-25 0.65 M U8 Drachten
2024-06-29 0.90 M U10 Sneek

ver
2021-10-02 2.46 M U8 Heerenveen
2022-10-01 2.60 M U8 Heerenveen
2023-09-30 3.11 M U9 Heerenveen
2024-05-25 3.50 M U10 Steenwijk

balstoten
2021-09-11 3.70 M U8 Drachten
2022-09-10 4.50 M U8 Heerenveen
2023-09-16 5.70 M U9 Heerenveen
2024-05-25 6.20 M U10 Steenwijk

slingeren
2022-06-25 12.00 M U8 Drachten
2024-06-29 16.50 M U10 Sneek

vortex
2021-10-02 12.74 M U8 Heerenveen
2022-10-01 16.50 M U8 Heerenveen
2023-09-16 25.00 M U9 Heerenveen
2024-06-29 27.50 M U10 Sneek

Maja Wijma

60
2024-05-25 9.8 V U12 Steenwijk

duur 6'
2024-04-20 1375 V U12 Leeuwarden
2024-06-29 1425 V U12 Sneek

60h
2024-04-20 12.6 V U12 Leeuwarden
2024-06-29 11.2 V U12 Sneek

hoog
2024-06-29 0.95 V U12 Sneek

polsver
2024-06-29 4.10 V U12 Sneek

ver
2024-05-25 3.20 V U12 Steenwijk

kogel 2
2024-06-29 5.50 V U12 Sneek

slingeren
2024-05-25 15.00 V U12 Steenwijk

vortex
2024-06-29 14.50 V U12 Sneek

Fenne Wijngaarden

40
2022-10-01 8.6 V U8 Heerenveen
2023-04-06 7.5 V U8 Heerenveen

600
2022-10-01 2:43.0 V U8 Heerenveen
2023-09-30 2:19.0 V U8 Heerenveen

duur 4'
2023-05-20 950 V U8 Sneek

hoog
2022-09-10 0.85 V U8 Heerenveen
2023-09-16 0.90 V U8 Heerenveen

ver
2022-09-10 2.40 V U8 Heerenveen
2023-09-30 3.09 V U8 Heerenveen

balstoten
2022-09-10 3.70 V U8 Heerenveen
2023-09-16 4.70 V U8 Heerenveen

vortex
2022-09-10 9.50 V U8 Heerenveen
2023-09-30 14.00 V U8 Heerenveen

Thymo Willemse

hoog
2021-05-22 1.00 M U12 Heerenveen

ver
2019-10-05 2.68 M U10 Heerenveen
2020-09-26 3.05 M U12 Heerenveen
2021-10-02 3.13 M U12 Heerenveen

Milan van Winsum

duur 6'					
2024-04-20	1170	M U12	Leeuwarden		
60h					
2024-06-29	11.0	M U12	Sneek		
hoog					
2024-06-29	1.15	M U12	Sneek		
polsver					
2024-06-29	3.60	M U12	Sneek		
kogel 2					
2024-06-29	5.20	M U12	Sneek		
vortex					
2024-06-29	27.50	M U12	Sneek		

Bjarne Wolters

60					
2024-05-25	11.9	M U12	Steenwijk		
600					
2020-09-26	3:32.0	M U8	Heerenveen		
2021-10-02	2:50.79	M U8	Heerenveen		
2022-10-01	2:51.0	M U9	Heerenveen		
2023-09-30	2:40.0	M U10	Heerenveen		
duur 6'					
2024-04-20	1100	M U12	Leeuwarden		
60h					
2024-05-25	13.4	M U12	Steenwijk		
hoog					
2021-09-11	0.80	M U8	Drachten		
2022-09-10	0.80	M U9	Heerenveen		
2023-09-16	0.90	M U10	Heerenveen		
2024-04-20	0.90	M U12	Leeuwarden		
polsver					
2024-04-20	2.90	M U12	Leeuwarden		
ver					
2020-09-26	2.06	M U8	Heerenveen		
2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen		
2022-09-10	2.65	M U9	Heerenveen		
2023-09-30	2.55	M U10	Heerenveen		
2024-05-25	2.35	M U12	Steenwijk		
balstoten					
2020-09-12	2.60	M U8	Heerenveen		
2021-09-11	3.70	M U8	Drachten		
2022-09-10	5.30	M U9	Heerenveen		
2023-09-16	5.70	M U10	Heerenveen		
kogel 2					
2024-04-20	4.00	M U12	Leeuwarden		
slingeren					
2021-06-26	7.00	M U8	Leeuwarden		
2022-06-25	13.00	M U9	Drachten		
2023-06-24	14.00	M U10	Drachten		
2024-05-25	18.00	M U12	Steenwijk		
vortex					
2020-09-26	6.68	M U8	Heerenveen		
2021-09-11	10.00	M U8	Drachten		
2022-09-10	12.50	M U9	Heerenveen		
2023-09-16	15.00	M U10	Heerenveen		
2024-05-25	15.00	M U12	Steenwijk		

Jente Wolters

100					
2023-09-30	14.0	V U18	Heerenveen		
2024-04-28	13.64	V U18	Hoogeveen200		
2023-09-30	29.3	V U18	Heerenveen		
2024-05-15	28.44	V U18	Kampen		
600					
2020-09-26	2:06.0	V U14	Heerenveen		
2021-10-02	1:53.99	V U16	Heerenveen		
2022-06-18	1:44.72	V U16	Stadskanaal		
800					
2021-04-17	2:40.8	V U16	Heerenveen		
2022-08-27	2:30.36	V U16	Amsterdam		
2023-06-11	2:48.22	V U18	Assen		

1500					
2022-05-14	5:24.64	V U16	Emmen		
2023-05-28	6:00.91	V U18	Harderwijk		
3000					
2022-04-10	12:14.80	V U16	Drachten		
ver					
2020-09-26	3.13	V U14	Heerenveen		
2022-05-21	3.73	V U16	Heerenveen		
speer 400					
2020-09-26	11.01	V U14	Heerenveen		
sprint 2-kamp					
2023-09-30	994	V U18	Heerenveen		

Pelle vd Woude

100					
2023-09-30	12.8	M U18	Heerenveen		
200					
2023-09-30	26.9	M U18	Heerenveen		
2024-05-25	26.37	M U18	Heerenveen		
600					
2014-10-04	3:03.1	M U8	Heerenveen		
hoog					
2022-10-01	1.50	M U16	Heerenveen		
2023-05-28	1.55	M U18	Harderwijk		
2024-04-28	1.55	M U18	Hoogeveen		
polshoog					
2019-05-11	1.66	M U14	Heerenveen		
2020-07-25	1.86	M U14	Heerenveen		
2021-10-02	2.33	M U16	Heerenveen		
2022-06-23	2.70	M U16	Hengelo		
2023-05-28	2.90	M U18	Harderwijk		
2024-05-25	3.00	M U18	Heerenveen		
ver					
2014-10-04	2.33	M U8	Heerenveen		
2015-10-03	3.18	M U9	Heerenveen		
2016-10-01	3.28	M U10	Heerenveen		
2017-10-07	3.29	M U12	Heerenveen		
2018-10-06	3.75	M U12	Heerenveen		
2022-10-01	5.03	M U16	Heerenveen		
2023-05-20	5.15	M U18	Heerenveen		
sprint 2-kamp					
2023-09-30	775	M U18	Heerenveen		

Saher Yousef

3000					
2018-10-06	10:24.06	M50	Heerenveen		
5000					
2018-06-10	17:27.00	M50	Apeldoorn		

Harm Zijlstra

100					
2020-07-25	17.32	M55	Heerenveen		
2021-10-02	17.44w	M60	Heerenveen		
2022-10-01	17.7	M60	Heerenveen		
150					
2022-06-24	25.66	M60	Steenwijk		
200					
2019-10-05	34.8	M55	Heerenveen		
2020-07-25	34.39w	M55	Heerenveen		
2021-10-02	35.08w	M60	Heerenveen		
2022-10-01	35.0	M60	Heerenveen		
300					
2022-06-24	54.59	M60	Steenwijk		
400					
2019-04-07	1:14.36	M55	Amersfoort		
2022-04-24	1:17.66	M60	Emmen		
800					
2018-06-10	2:48.32	M55	Apeldoorn		
2019-05-11	2:43.46	M55	Heerenveen		
2021-10-02	3:03.34	M60	Heerenveen		
2022-10-01	2:54.2	M60	Heerenveen		
2023-09-30	2:51.1	M60	Heerenveen		

1500					
2011-05-28	5:26.52	M50	Heerenveen		
2016-04-09	5:14.61	M50	Heerenveen		
2019-04-07	5:29.88	M55	Amersfoort		
2022-04-24	6:00.64	M60	Emmen		
3000					
2013-10-05	11:04.8	M50	Heerenveen		
2017-05-20	11:37.15	M55	Heerenveen		
5000					
2013-09-21	19:31.40	M50	Leeuwarden		
2017-07-14	20:01.1	M55	Steenwijk		
2019-05-12	19:59.83	M55	Apeldoorn		
2021-10-02	22:15.60	M60	Heerenveen		
2022-06-19	21:46.59	M60	Ede		
10000					
2011-07-15	42:45.5	M50	Steenwijk		
2017-07-07	42:07.52	M55	Steenwijk		

ver					
2019-10-05	2.07	M55	Heerenveen		
sprint 2-kamp					
2022-10-01	319	M60	Heerenveen		

Josli Zwikker

100					
2022-08-28	11.84	M U16	Amsterdam		
2023-06-23	11.99	M U18	Bergen op Zoom		
150					
2022-08-27	17.82	M U16	Amsterdam		
2022-08-27	17.58w	M U16	Amsterdam		
200					
2022-10-01	24.5	M U16	Heerenveen		
ver					
2022-06-11	5.20	M U16	Heerenveen		