

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 2023

Hayat Askar

40			
2014-10-04	7.6	V U10	Heerenveen
60			
2015-06-06	10.1	V U12	Sneek
2016-05-28	9.7	V U12	Leeuwarden
2017-06-10	10.13	V U14	Sneek
2018-10-06	9.55	V U14	Heerenveen
80			
2019-10-05	12.0	V U16	Heerenveen
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
duur 6'			
2016-05-28	1275	V U12	Leeuwarden
60h			
2015-04-11	12.2	V U12	Leeuwarden
2016-09-17	11.6	V U12	Heerenveen
60h 76,2			
2017-05-06	14.61	V U14	Groningen
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
polsver			
2016-07-02	4.10	V U12	Drachten
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 ¾			
2018-09-02	18.15	V U14	Amsterdam
discus 1			
2019-04-28	19.66	V U16	Epe
kogel 2			
2014-10-04	4.75	V U10	Heerenveen
2015-10-03	6.09	V U12	Heerenveen
2016-04-16	6.60	V U12	Sneek
2017-10-07	8.12	V U14	Heerenveen
2018-05-12	9.36	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2019-04-06	8.30	V U16	Heerenveen
2020-07-02	8.78	V U16	Heerenveen
2020-09-26	9.11	V U16	Heerenveen

2021-05-22	9.09	V U18	Heerenveen
2022-05-15	9.29	V U18	Zwolle
2023-06-09	9.38	V U20	Ede
slingeren			
2016-05-28	18.50	V U12	Leeuwarden
speer 400			
2017-05-27	15.32	V U14	Stadskanaal
2018-05-12	18.45	V U14	Heerenveen
vortex			
2015-06-27	18.50	V U12	Steenwijk
2016-05-28	25.50	V U12	Leeuwarden
2023-06-09	25.40	V U20	Ede

Jula van Aurich

40			
2022-10-01	8.3	V U9	Heerenveen
2023-07-12	7.06	V U10	Heerenveen
600			
2022-10-01	2:52.0	V U9	Heerenveen
2023-09-30	2:26.4	V U10	Heerenveen
hoog			
2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
ver			
2022-10-01	2.35	V U9	Heerenveen
2023-09-30	2.85	V U10	Heerenveen
balstoten			
2023-09-16	5.50	V U10	Heerenveen
vortex			
2022-10-01	10.00	V U9	Heerenveen
2023-09-16	16.00	V U10	Heerenveen

Mariam Azouz

40			
2019-10-05	8.2	V U9	Heerenveen
2020-09-26	7.9	V U10	Heerenveen
60			
2021-09-11	10.2	V U12	Drachten
600			
2019-10-05	2:35.5	V U9	Heerenveen
2020-09-26	2:35.0	V U10	Heerenveen
duur 4'			
2019-05-25	850	V U9	Steenwijk
40h			
2020-06-30	9.0	V U10	Heerenveen
60h			
2021-09-11	14.4	V U12	Drachten
hoog			
2019-05-25	0.75	V U9	Steenwijk
hurkhoog			
2020-06-30	0.75	V U10	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.42	V U9	Heerenveen
2020-09-26	2.85	V U10	Heerenveen
2021-04-06	2.90	V U12	Heerenveen
balstoten			
2019-05-25	3.70	V U9	Steenwijk
kogel 2			
2021-05-06	4.60	V U12	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	9.50	V U10	Heerenveen
2021-09-11	12.00	V U12	Drachten
vortex			
2019-05-25	11.00	V U9	Steenwijk
2020-06-02	13.00	V U10	Heerenveen
2021-05-06	14.00	V U12	Heerenveen

Sara Azouz

60			
2019-10-05	10.3	V U14	Heerenveen
2020-09-26	9.5	V U14	Heerenveen

80			
2021-10-02	11.53	V U16	Heerenveen
150			
2021-10-02	21.56	V U16	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:33.4	V U14	Heerenveen
2020-09-26	2:02.0	V U14	Heerenveen
800			
2021-05-22	2:40.90	V U16	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.75	V U14	Heerenveen
2020-09-26	3.43	V U14	Heerenveen
2021-04-17	4.04	V U16	Heerenveen

Sedra Azouz

60			
2019-10-05	10.0	V U14	Heerenveen
80			
2020-09-26	13.1	V U16	Heerenveen
2021-05-22	13.47	V U16	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:19.5	V U14	Heerenveen
hoog			
2020-09-26	1.15	V U16	Heerenveen
ver			
2019-10-05	3.14	V U14	Heerenveen
2020-09-26	3.16	V U16	Heerenveen
2021-04-17	3.56	V U16	Heerenveen
kogel 3			
2020-07-02	4.57	V U16	Heerenveen

Kick Bakker

40h			
2022-04-07	9.5	M U9	Heerenveen
ver			
2022-04-07	2.35	M U9	Heerenveen
vortex			
2022-04-07	7.50	M U9	Heerenveen

Christiaan Balk

40			
2021-10-02	10.11w	M U8	Heerenveen
2022-06-25	7.9	M U8	Drachten
2023-04-06	7.7	M U9	Heerenveen
600			
2021-10-02	3:12.78	M U8	Heerenveen
duur 4'			
2022-06-25	700	M U8	Drachten
40h			
2022-06-25	9.4	M U8	Drachten
hoog			
2022-09-10	0.70	M U8	Heerenveen
hurkhoog			
2022-06-25	0.70	M U8	Drachten
ver			
2021-10-02	1.95	M U8	Heerenveen
2022-09-10	2.20	M U8	Heerenveen
balstoten			
2022-09-10	3.60	M U8	Heerenveen
slingeren			
2022-06-25	8.00	M U8	Drachten
vortex			
2021-10-02	8.88	M U8	Heerenveen
2022-09-10	9.50	M U8	Heerenveen

Luuk Beenen

40			
2022-10-01	8.8	M U9	Heerenveen
2023-04-06	8.0	M U10	Heerenveen

600				
2022-10-01	2:46.0	M U9	Heerenveen	
hoog				
2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen	
ver				
2022-10-01	2.45	M U9	Heerenveen	
2023-04-06	2.50	M U10	Heerenveen	
balstoten				
2022-09-10	3.60	M U9	Heerenveen	
vortex				
2022-09-10	11.50	M U9	Heerenveen	
2023-04-06	11.00	M U10	Heerenveen	

Amarins Beijgaard

60				
2018-10-06	9.81	V U14	Heerenveen	
2019-10-05	9.4	V U14	Heerenveen	
600				
2018-10-06	2:12.02	V U14	Heerenveen	
2019-10-05	2:12.6	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	2:03.0	V U16	Heerenveen	
1000				
2018-06-30	3:52.20	V U14	Groningen	
duur 6'				
2017-07-08	1425	V U12	Drachten	
60h				
2017-07-08	12.0	V U12	Drachten	
hoog				
2017-07-08	0.95	V U12	Drachten	
2019-10-05	1.25	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	1.25	V U16	Heerenveen	
polsver				
2017-07-08	3.30	V U12	Drachten	
ver				
2018-04-14	3.11w	V U14	Sneek	
kogel 2				
2017-07-08	4.10	V U12	Drachten	
2018-10-06	5.35	V U14	Heerenveen	
speer 400				
2019-10-05	12.54	V U14	Heerenveen	
speer 500				
2020-09-26	14.07	V U16	Heerenveen	
vortex				
2017-07-08	10.50	V U12	Drachten	

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	

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	

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	

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	

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	

800				
2022-06-05	2:50.18	V U20	Emmeloord	
2023-05-07	2:46.03	V U20	Heerenveen	

100h 83,8				
2022-06-04	16.55	V U20	Emmeloord	
2023-05-06	16.21	V U20	Heerenveen	

hoog				
2022-06-04	1.47	V U20	Emmeloord	
2023-05-06	1.45	V U20	Heerenveen	
ver				
2022-06-18	5.10	V U20	Amsterdam	
2023-04-16	4.90	V U20	Almere	

kogel 4				
2022-04-30	10.07	V U20	Heerenveen	
2023-05-06	10.12	V U20	Heerenveen	

speer 600				
2022-05-01	27.63	V U20	Heerenveen	
2023-05-07	30.34	V U20	Heerenveen	

7-kamp				
2022-06-05	3718	V U20	Emmeloord	
2023-05-07	3981	V U20	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	

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	

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	

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	

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

40				
2011-07-16	7.38	V U9	Hoogeveen	
2012-06-16	7.11	V U10	Stadskanaal	

60				
2013-09-01	9.85	V U12	Emmeloord	
2014-05-31	9.73	V U12	Stadskanaal	
2015-04-18	9.31	V U14	Assen	
2016-10-01	8.5	V U14	Heerenveen	

80				
2017-06-24	11.14	V U16	Stadskanaal	
2018-10-06	11.49	V U16	Heerenveen	

100				2021-10-10	4.16	V U20	Best	80			
2022-10-01	14.7	V U20	Heerenveen	2022-04-02	4.48	V U20	Steenwijk	2019-10-05	11.8	V U16	Heerenveen
150				balstoten				100			
2016-07-08	22.11	V U14	Steenwijk	2011-06-25	4.20	V U9	Heerenveen	2023-06-09	15.88	V U20	Ede
2017-07-08	21.32	V U16	Stadskanaal	balwerpen 135				150			
2018-05-20	21.83	V U16	Amstelveen	2011-06-07	20.50	V U9	Heerenveen	2018-04-02	23.07	V U14	Amersfoort
200				2012-07-07	20.00	V U10	Heerenveen	2019-05-04	23.77	V U16	Sneek
2015-05-16	32.13	V U14	Heerenveen	balwerpen 180				2020-07-02	22.2	V U16	Heerenveen
2019-10-05	30.1	V U18	Heerenveen	2013-05-11	19.88	V U12	Hoogeveen	600			
2021-10-02	29.33w	V U20	Heerenveen	2014-10-04	25.01	V U12	Heerenveen	2011-06-25	2:52.0	V U8	Heerenveen
2022-10-01	29.8	V U20	Heerenveen	discus ¾				2012-07-07	2:36.0	V U8	Heerenveen
300				2015-10-10	17.88	V U14	Steenwijk	2013-05-18	2:41.57	V U9	Stadskanaal
2016-04-09	49.51	V U14	Heerenveen	2016-06-11	23.80	V U14	Groningen	2017-05-14	2:06.52	V U14	Sneek
400				discus 1				2018-07-08	2:01.53	V U14	Stadskanaal
2018-04-02	1:13.86	V U16	Amersfoort	2017-10-15	19.29	V U16	Steenwijk	2019-10-05	2:08.2	V U16	Heerenveen
600				2018-10-14	22.59	V U16	Steenwijk	1000			
2011-06-25	2:16.1	V U9	Heerenveen	2022-05-15	22.52	V U20	Zwolle	2014-10-04	4:40.8	V U10	Heerenveen
2013-09-01	2:13.66	V U12	Emmeloord	2023-10-15	15.89	V U23	Steenwijk	2015-10-03	4:22.8	V U12	Heerenveen
2015-08-30	1:58.21	V U14	Stadskanaal	kogel 2				2016-10-01	3:58.3	V U12	Heerenveen
2016-07-03	1:52.00	V U14	Stadskanaal	2012-06-16	5.18	V U10	Stadskanaal	duur 6'			
2017-07-09	1:50.43	V U16	Stadskanaal	2013-05-18	5.43	V U12	Stadskanaal	2016-07-02	1275	V U12	Drachten
2018-07-08	2:03.66	V U16	Stadskanaal	2014-08-30	6.70	V U12	Assen	40h U9			
800				2015-10-10	8.45	V U14	Steenwijk	2013-04-13	8.3	V	Drachten
2021-10-10	3:02.39	V U20	Best	2016-06-05	9.05	V U14	Gemert	2014-04-12	7.8	V U10	Drachten
2023-09-30	3:08.5	V U23	Heerenveen	kogel 3				60h			
1000				2017-10-15	8.21	V U16	Steenwijk	2015-04-11	10.9	V U12	Leeuwarden
2012-06-05	3:55.6	V U10	Heerenveen	2018-10-14	8.98	V U16	Steenwijk	2016-09-17	11.0	V U12	Heerenveen
2013-05-18	3:54.17	V U12	Stadskanaal	2019-06-23	10.40	V U18	Drachten	60h 76,2			
2014-10-04	3:53.1	V U12	Heerenveen	2020-09-19	10.01	V U18	Grootebroek	2017-07-08	11.40	V U14	Stadskanaal
60h				kogel 4				2018-07-07	11.07w	V U14	Stadskanaal
2013-06-01	11.1	V U12	Heerenveen	2021-10-09	8.96	V U20	Best	80h 76,2			
2014-06-14	10.5	V U12	Steenwijk	2022-05-21	9.15	V U20	Heerenveen	2019-05-04	15.21	V U16	Sneek
60h 76,2				2023-05-20	8.66	V U23	Heerenveen	hoog			
2015-08-29	12.13	V U14	Stadskanaal	speer 400				2011-05-24	0.70	V U8	Grou
2016-07-02	10.13	V U14	Stadskanaal	2015-10-03	22.19	V U14	Heerenveen	2012-06-09	0.90	V U8	Steenwijk
80h 76,2				2016-09-17	24.04	V U14	Zoetermeer	2014-05-31	1.00	V U10	Stadskanaal
2017-05-14	12.81	V U16	Sneek	speer 500				2015-06-13	1.10	V U12	Heerenveen
2018-05-12	13.39	V U16	Heerenveen	2017-06-10	24.49	V U16	Sneek	2016-06-04	1.25	V U12	Stadskanaal
100h 76,2				2018-10-14	28.19	V U16	Steenwijk	2017-07-09	1.35	V U14	Stadskanaal
2019-10-05	17.2	V U18	Heerenveen	2019-05-11	25.56	V U18	Heerenveen	2018-10-06	1.40	V U14	Heerenveen
100h 83,8				2020-09-26	29.29	V U18	Heerenveen	2019-10-05	1.45	V U16	Heerenveen
2021-10-09	18.22	V U20	Best	speer 600				2020-07-04	1.30	V U16	Heerenveen
300h 76,2				2021-10-10	27.10	V U20	Best	2021-04-11	1.30	V U18	Heerenveen
2016-05-22	53.06	V U14	Epe	2022-04-10	28.19	V U20	Drachten	hurkhoog			
2017-06-10	49.08	V U16	Sneek	2023-05-20	27.51	V U23	Heerenveen	2013-09-14	0.85	V U9	Sneek
2018-06-30	51.29	V U16	Groningen	vortex				2014-09-13	1.00	V U10	Leeuwarden
400h 76,2				2013-08-31	26.57	V U12	Emmeloord	hss			
2021-05-01	1:14.12	V U20	Heerenveen	2014-09-13	28.50	V U12	Leeuwarden	2021-04-11	9.43	V U18	Heerenveen
hoog				sprint 2-kamp				polshoog			
2011-05-24	1.05	V U9	Grou	2022-10-01	849	V U20	Heerenveen	2017-06-03	1.75	V U14	Groningen
2012-06-16	1.20	V U10	Stadskanaal	werp 3-kamp				2018-05-12	1.95	V U14	Heerenveen
2013-09-01	1.25	V U12	Emmeloord	2015-10-10	1065	V U14	Steenwijk	polsver			
2014-05-31	1.30	V U12	Stadskanaal	2017-10-15	1044	V U16	Steenwijk	2016-07-02	4.40	V U12	Drachten
2015-10-03	1.40	V U14	Heerenveen	2018-10-14	1293	V U16	Steenwijk	ver			
2016-09-17	1.50	V U14	Zoetermeer	2023-10-15	1140	V U23	Steenwijk	2011-05-14	2.44	V U8	Sneek
2017-06-10	1.55	V U16	Sneek	6-kamp				2012-07-03	2.65	V U8	Leeuwarden
2018-10-06	1.45	V U16	Heerenveen	2015-08-30	2525	V U14	Stadskanaal	2013-09-14	2.80	V U9	Sneek
2019-06-23	1.50	V U18	Drachten	2016-06-05	3041	V U14	Gemert	2014-08-30	3.17	V U10	Assen
2021-10-09	1.46	V U20	Best	7-kamp				2015-10-03	3.43	V U12	Heerenveen
hss				2017-07-09	3562	V U16	Stadskanaal	2016-10-01	3.83	V U12	Heerenveen
2021-04-11	9.05	V U20	Heerenveen	2018-07-08	3256	V U16	Stadskanaal	2017-05-14	4.02	V U14	Sneek
polshoog				2021-10-10	3074	V U20	Best	2018-07-07	4.55	V U14	Stadskanaal
2017-06-03	1.95	V U16	Groningen	Jildou Binnema				2019-05-05	4.23w	V U16	Sneek
2018-05-12	1.95	V U16	Heerenveen	40				2020-08-01	4.51	V U16	Amstelveen
ver				2011-10-01	8.2	V U8	Heerenveen	2021-05-01	4.37	V U18	Heerenveen
2011-06-25	3.29	V U9	Heerenveen	2013-05-18	7.68	V U9	Stadskanaal	balstoten			
2012-07-03	3.49	V U10	Leeuwarden	2014-06-28	7.0	V U10	Sneek	2011-05-14	2.90	V U8	Sneek
2013-10-05	3.91	V U12	Heerenveen	60				2012-07-07	3.92	V U8	Heerenveen
2014-08-30	4.15	V U12	Assen	2015-10-03	9.9	V U12	Heerenveen	2013-09-14	4.40	V U9	Sneek
2015-08-30	4.20	V U14	Stadskanaal	2016-10-01	9.2	V U12	Heerenveen	2014-09-13	5.50	V U10	Leeuwarden
2016-05-01	4.42	V U14	Sneek	2017-10-07	9.0	V U14	Heerenveen	balwerpen 135			
2017-05-06	4.68w	V U16	Groningen	2018-10-06	9.03	V U14	Heerenveen	2011-06-21	8.95	V U8	Sneek
2018-05-12	4.39	V U16	Heerenveen					2011-10-01	12.75	V U8	Heerenveen
2019-03-30	4.42	V U18	Steenwijk					2013-10-05	20.66	V U9	Heerenveen
2020-09-26	4.85	V U18	Heerenveen								

discus ¾			
2017-05-06	18.87	V U14	Groningen
2018-10-14	27.12	V U14	Steenwijk
discus 1			
2019-08-30	26.71	V U16	Heerenveen
2020-08-28	28.25	V U16	Apeldoorn
2021-05-22	29.69	V U18	Heerenveen
2022-06-24	30.26	V U18	Steenwijk
2023-10-15	27.51	V U20	Steenwijk
kogel 2			
2014-10-04	4.41	V U10	Heerenveen
2015-09-26	6.48	V U12	Leeuwarden
2016-10-01	7.23	V U12	Heerenveen
2017-07-09	9.29	V U14	Stadskanaal
2018-10-14	10.48	V U14	Steenwijk
kogel 3			
2019-03-30	9.56	V U16	Steenwijk
2020-09-19	10.97	V U16	Grootebroek
2021-08-27	10.50	V U18	Heerenveen
2022-04-02	10.34	V U18	Steenwijk
kogel 4			
2023-10-15	8.31	V U20	Steenwijk
kogel sl. 3			
2022-09-04	30.07	V U18	Groningen
slingeren			
2016-09-17	21.50	V U12	Heerenveen
speer 400			
2017-09-03	27.15	V U14	Amsterdam
2018-09-02	33.30	V U14	Amsterdam
speer 500			
2019-08-30	31.67	V U16	Heerenveen
2020-09-26	35.60	V U16	Heerenveen
2021-03-20	36.23	V U18	Heerenveen
2022-05-21	38.08	V U18	Heerenveen
speer 600			
2023-05-20	31.16	V U20	Heerenveen
vortex			
2013-06-15	16.50	V U9	Steenwijk
2014-04-12	17.00	V U10	Drachten
2015-06-27	21.50	V U12	Steenwijk
2016-06-18	29.41	V U12	Heerenveen
werp 3-kamp			
2017-10-15	1085	V U14	Steenwijk
2018-10-14	1464	V U14	Steenwijk
2019-08-30	1365	V U16	Heerenveen
2020-08-14	1384	V U16	Deventer
2021-10-10	1585	V U18	Steenwijk
2022-10-08	1705	V U18	Steenwijk
2023-10-15	961	V U20	Steenwijk
6-kamp			
2017-07-09	2592	V U14	Stadskanaal
2018-07-08	2965	V U14	Stadskanaal
2019-05-05	2541	V U16	Sneek

Steijn Blaauw

40				
2020-09-26	11.0	M	U10	Heerenveen
600				
2020-09-26	3:40.0	M	U10	Heerenveen
ver				
2020-09-26	1.87	M	U10	Heerenveen
vortex				
2020-09-26	5.49	M	U10	Heerenveen

Lisa Bodewes

40			
2016-10-01	7.4	V U9	Heerenveen
2017-10-07	7.4	V U10	Heerenveen
60			
2018-05-26	9.8	V U12	Sneek
2019-09-14	9.2	V U12	Sneek
2020-09-26	9.7	V U14	Heerenveen
150			
2020-09-19	24.19	V U14	Grootebroek

600			
2016-10-01	2:27.2	V U9	Heerenveen
2021-07-03	2:10.54	V U14	Assen
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
duur 4'			
2016-07-02	900	V U9	Drachten
2017-07-08	875	V U10	Drachten
2019-06-29	900	V U12	Leeuwarden
duur 6'			
2018-07-07	1250	V U12	Steenwijk
2019-05-25	1350	V U12	Steenwijk
40h			
2016-07-02	8.4	V U9	Drachten
2017-07-08	7.9	V U10	Drachten
60h			
2018-07-07	11.0	V U12	Steenwijk
2019-09-14	10.0	V U12	Sneek
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
hurkhoog			
2016-05-28	0.95	V U9	Leeuwarden
2017-07-08	0.85	V U10	Drachten
polshoog			
2021-10-02	2.23	V U14	Heerenveen
2022-05-01	2.02	V U16	Heerenveen
polsver			
2018-07-07	3.85	V U12	Steenwijk
2019-06-29	4.55	V U12	Leeuwarden
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
balstoten			
2016-09-17	5.00	V U9	Heerenveen
2017-09-16	4.90	V U10	Heerenveen
kogel 2			
2018-07-07	5.10	V U12	Steenwijk
2019-06-29	5.60	V U12	Leeuwarden
slingeren			
2016-07-02	13.50	V U9	Drachten

Ype Boelens

5000
2020-09-04 22:16.52 M55 Leeuwarden

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

Keano de Boer

60				
2021-04-06	12.7	M	U12	Heerenveen
ver				
2021-04-06	1.40	M	U12	Heerenveen
vortex				
2021-04-06	6.00	M	U12	Heerenveen

Robert de Boer

kogel 7¼
2022-06-19 8.17 M45 Ede

Yara de Boer

200				
2022-04-30	32.99	V U18	Heerenveen	
800				
2022-05-01	3:08.61	V U18	Heerenveen	
1000h 76,2				
2022-04-30	18.62	V U18	Heerenveen	
hoog				
2022-04-10	1.45	V U18	Drachten	
ver				
2022-05-01	4.11	V U18	Heerenveen	
kogel 3				
2022-04-30	8.95	V U18	Heerenveen	
speer 500				
2022-05-01	22.06	V U18	Heerenveen	
7-kamp				
2022-05-01	2674	V U18	Heerenveen	

Jouke Boersma

hoog				
2023-09-16	0.85	M	U9	Heerenveen
ver				
2023-09-16	2.30	M	U9	Heerenveen
balstoten				
2023-09-16	2.60	M	U9	Heerenveen
vortex				
2023-09-16	10.50	M	U9	Heerenveen

Marrit Bontekoe

60				
2019-10-05	9.7	V U12	Heerenveen	
2021-05-01	10.01	V U14	Heerenveen	
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	

discus $\frac{3}{4}$
2021-10-02 13.29 V U14 Heerenveen

kogel 2				
2019-10-05	5.59	V	U12	Heerenveen
2020-07-02	4.95	V	U14	Heerenveen

speer 400				
2021-05-22	14.62	V U14	Heerenveen	

Sophia Boomsma

40				
2021-10-02	7.26w	V U9	Heerenveen	
2022-10-01	7.7	V U10	Heerenveen	

60				duur 6'			hoog				
2023-09-30	9.7	V U12	Heerenveen	2020-09-12	1000	V U12	Heerenveen	2017-07-08	1.05	V U12	Drachten
600				40h				2018-07-14	1.20	V U12	Heerenveen
2021-05-22	2:23.10	V U9	Heerenveen	2016-07-02	9.1	V U8	Drachten	2019-10-05	1.30	V U14	Heerenveen
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen	2017-07-08	9.3	V U9	Drachten	2020-07-02	1.35	V U14	Heerenveen
2023-09-30	2:12.0	V U12	Heerenveen	2018-07-07	8.0	V U10	Steenwijk	2021-04-17	1.30	V U16	Heerenveen
duur 4'				60h				polsver			
2021-05-06	850	V U9	Heerenveen	2019-06-29	12.0	V U12	Leeuwarden	2017-07-08	3.85	V U12	Drachten
40h				2020-09-12	11.7	V U12	Heerenveen	2018-04-21	4.40	V U12	Drachten
2020-06-30	10.0	V U8	Heerenveen	hoog				ver			
2021-05-22	8.48	V U9	Heerenveen	2017-05-20	0.90	V U9	Steenwijk	2017-10-07	3.02	V U12	Heerenveen
60h				2018-05-26	1.00	V U10	Sneek	2018-10-06	3.57	V U12	Heerenveen
2023-09-16	10.8	V U12	Heerenveen	2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden	discus ¾			
hoog				2020-06-30	1.15	V U12	Heerenveen	2020-09-26	20.19	V U14	Heerenveen
2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen	2021-10-02	1.25	V U14	Heerenveen	discus 1			
hurkhoog				2022-06-11	1.35	V U14	Heerenveen	2021-04-17	18.06	V U16	Heerenveen
2020-06-30	0.80	V U8	Heerenveen	2023-06-17	1.45	V U16	Heerenveen	kogel 2			
2021-05-06	0.85	V U9	Heerenveen	hurkhoog				2017-10-07	5.51	V U12	Heerenveen
ver				2016-05-28	0.75	V U8	Leeuwarden	2018-07-07	6.80	V U12	Steenwijk
2021-10-02	3.36	V U9	Heerenveen	2017-07-08	0.70	V U9	Drachten	2020-07-02	8.25	V U14	Heerenveen
2022-10-01	3.20	V U10	Heerenveen	2018-07-07	0.85	V U10	Steenwijk	slingeren			
2023-09-16	320	V U12	Heerenveen	polsver				2017-05-20	14.50	V U12	Steenwijk
balstoten				2019-06-29	3.40	V U12	Leeuwarden	2018-05-26	18.50	V U12	Sneek
2022-09-10	5.10	V U10	Heerenveen	2020-09-12	3.15	V U12	Heerenveen	speer 400			
slingeren				ver				2019-10-05	19.10	V U14	Heerenveen
2020-06-30	9.00	V U8	Heerenveen	2016-05-28	2.15	V U8	Leeuwarden	2020-07-25	15.87	V U14	Heerenveen
2021-05-06	9.50	V U9	Heerenveen	2017-10-07	2.75	V U9	Heerenveen	vortex			
2023-09-16	17.50	V U12	Heerenveen	2018-07-14	3.51	V U10	Heerenveen	2017-09-16	20.00	V U12	Heerenveen
vortex				2019-10-05	3.40	V U12	Heerenveen	2018-09-15	27.50	V U12	Heerenveen
2021-10-02	15.91	V U9	Heerenveen	2020-09-26	3.32	V U12	Heerenveen	Hester Bos			
2022-09-10	15.00	V U10	Heerenveen	2021-04-17	3.60	V U14	Heerenveen	80			
2023-09-16	20.00	V U12	Heerenveen	balstoten				2017-05-06	11.51w	V U16	Groningen
Wiebren Boonstra				2016-05-28	2.60	V U8	Leeuwarden	2018-06-30	11.23	V U16	Groningen
100				2017-05-20	4.60	V U9	Steenwijk	100			
2023-06-17	15.81	M U16	Heerenveen	2018-05-26	5.00	V U10	Sneek	2019-04-28	14.48	V U18	Epe
150				kogel 2				2020-09-26	14.0	V U18	Heerenveen
2023-05-13	24.29	M U16	Hoogeveen	2018-07-14	3.94	V U10	Heerenveen	2021-05-01	13.89	V U20	Heerenveen
ver				2019-10-05	4.29	V U12	Heerenveen	2022-06-11	13.67	V U20	Assen
2023-05-13	2.97	M U16	Hoogeveen	2020-09-26	6.18	V U12	Heerenveen	2023-09-30	14.0	V U23	Heerenveen
kogel 4				slingeren				150			
2023-06-17	6.66	M U16	Heerenveen	2016-07-02	7.50	V U8	Drachten	2018-05-19	22.23	V U16	Assen
Aafje Boorsma				2017-07-08	11.00	V U9	Drachten	2021-07-09	22.26w	V U20	Steenwijk
40				2018-07-07	12.50	V U10	Steenwijk	2022-06-24	21.12	V U20	Steenwijk
2016-07-02	7.8	V U8	Drachten	2020-06-30	15.00	V U12	Heerenveen	200			
2017-07-08	7.5	V U9	Drachten	vortex				2019-10-05	32.4	V U18	Heerenveen
2018-07-07	7.2	V U10	Steenwijk	2016-10-01	10.91	V U8	Heerenveen	2021-04-11	31.2	V U20	Heerenveen
60				2017-10-07	14.52	V U9	Heerenveen	2022-04-30	30.86	V U20	Heerenveen
2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen	2018-05-26	18.50	V U10	Sneek	2023-05-06	29.73	V U23	Heerenveen
2020-09-26	9.9	V U12	Heerenveen	2019-06-29	15.50	V U12	Leeuwarden	300			
2021-10-02	9.27	V U14	Heerenveen	2020-06-02	26.00	V U12	Heerenveen	2021-07-09	58.71	V U20	Steenwijk
2022-05-14	9.44	V U14	Emmen	2020-09-12	25.00	V U12	Heerenveen	2022-06-24	52.52	V U20	Steenwijk
150				Janne Rikst Boorsma				600			
2021-10-02	22.94	V U14	Heerenveen	60				2017-10-07	2:24.5	V U16	Heerenveen
600				2017-09-16	10.1	V U12	Heerenveen	800			
2016-10-01	2:57.9	V U8	Heerenveen	2018-10-06	10.31	V U12	Heerenveen	2021-10-10	3:06.54	V U20	Best
2017-10-07	2:31.5	V U9	Heerenveen	2019-10-05	9.8	V U14	Heerenveen	2022-05-01	3:02.73	V U20	Heerenveen
2018-07-14	2:27.95	V U10	Heerenveen	200				80h 76,2			
2020-09-26	2:22.0	V U12	Heerenveen	2019-05-11	33.54	V U14	Heerenveen	2017-05-06	17.98w	V U16	Groningen
2021-10-02	1:58.53	V U14	Heerenveen	600				2018-05-19	16.87	V U16	Assen
1000				2019-10-05	1:56.4	V U14	Heerenveen	100h 76,2			
2018-10-06	4:34.23	V U10	Heerenveen	2020-09-26	1:54.0	V U14	Heerenveen	2019-06-23	19.18	V U18	Drachten
2019-10-05	4:10.1	V U12	Heerenveen	1000				100h 83,8			
1500				2017-10-07	4:19.0	V U12	Heerenveen	2021-03-20	18.1	V U20	Heerenveen
2023-05-13	6:09.23	V U16	Hoogeveen	2018-10-06	3:47.41	V U12	Heerenveen	2022-07-02	18.23	V U20	Best
duur 4'				2019-04-06	3:30.35	V U14	Heerenveen	2023-05-06	18.60	V U23	Heerenveen
2016-07-02	775	V U8	Drachten	duur 6'				300h 76,2			
2017-07-08	825	V U9	Drachten	2017-07-08	1375	V U12	Drachten	2017-06-10	59.43	V U16	Sneek
2018-07-07	975	V U10	Steenwijk	2018-04-21	1425	V U12	Drachten	2018-06-30	1:03.03	V U16	Groningen
2019-06-29	875	V U12	Leeuwarden	60h				400h 76,2			
				2017-05-20	11.7	V U12	Steenwijk	2021-04-11	1:29.3	V U20	Heerenveen
				2018-07-07	10.9	V U12	Steenwijk	hoog			
				60h 76,2				2019-10-05	1.25	V U18	Heerenveen
				2019-04-06	13.89	V U14	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
discus 1			
2017-10-07	11.22	V U16	Heerenveen
kogel 3			
2018-10-06	7.10	V U16	Heerenveen
2019-10-05	7.01	V U18	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
speer 500			
2019-10-05	17.02	V U18	Heerenveen
2020-09-26	21.75	V U18	Heerenveen
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

Jente Bosma

60			
2020-09-26	9.5	V U14	Heerenveen
80			
2021-04-17	11.4	V U16	Heerenveen
hoog			
2020-09-26	1.10	V U14	Heerenveen
ver			
2021-04-17	4.37	V U16	Heerenveen
kogel 2			
2020-09-26	7.26	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2021-04-17	6.64	V U16	Heerenveen
speer 500			
2021-10-02	15.96	V U16	Heerenveen

Mae Bosma

80				
2022-06-11	12.07	V	U16	Heerenveen
kogel 3				
2022-06-11	6.85	V	U16	Heerenveen

Julia Bouma

40			
2019-10-05	8.2	V U8	Heerenveen
2020-09-26	8.2	V U9	Heerenveen
2021-10-02	8.04w	V U10	Heerenveen
60			
2022-05-21	10.4	V U12	Steenwijk
2023-04-06	10.4	V U12	Heerenveen
600			
2019-10-05	3:10.5	V U8	Heerenveen
2020-09-26	2:58.0	V U9	Heerenveen
2021-10-02	2:35.10	V U10	Heerenveen
2022-10-01	2:43.0	V U12	Heerenveen

duur 4'			
2020-09-12	850	V U9	Heerenveen
duur 6'			
2022-04-23	1175	V U12	Leeuwarden
40h			
2020-06-30	9.1	V U9	Heerenveen
2021-05-22	9.41	V U10	Heerenveen
60h			
2022-05-21	11.9	V U12	Steenwijk
hoog			
2022-04-23	1.05	V U12	Leeuwarden
hurkhoog			
2020-09-12	0.75	V U9	Heerenveen
polsver			
2022-06-25	2.95	V U12	Drachten
ver			
2019-10-05	2.29	V U8	Heerenveen
2020-09-26	2.43	V U9	Heerenveen
2021-10-02	2.96	V U10	Heerenveen
2022-09-10	2.95	V U12	Heerenveen
2023-04-06	2.40	V U12	Heerenveen
balstoten			
2020-09-12	4.10	V U9	Heerenveen
kogel 2			
2022-10-01	4.71	V U12	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	6.50	V U9	Heerenveen
2021-05-06	6.50	V U10	Heerenveen
2022-05-21	12.00	V U12	Steenwijk
vortex			
2019-10-05	6.05	V U8	Heerenveen
2020-09-12	9.00	V U9	Heerenveen
2021-10-02	10.49	V U10	Heerenveen
2022-06-25	13.50	V U12	Drachten
2023-04-06	16.50	V U12	Heerenveen

Leon Bouma

60				
2021-05-06	11.1	M	U12	Heerenveen
duur 6'				
2021-05-06	1025	M	U12	Heerenveen
hoog				
2021-05-06	1.00	M	U12	Heerenveen
kogel 2				
2021-05-06	4.60	M	U12	Heerenveen
vortex				
2021-05-06	14.50	M	U12	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

Kai vd Broek

40				
2021-10-02	9.35w	M U8	Heerenveen	
600				
2021-10-02	2:56.36	M U8	Heerenveen	
ver				
2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen	

vortex				
2021-10-02	7.28	M U8	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	

Marije Brouwer

100			
2020-09-26	15.0	V U18	Heerenveen
2021-03-20	14.4	V U18	Heerenveen
150			
2020-07-04	22.0	V U18	Heerenveen
200			
2021-04-11	30.9	V U18	Heerenveen
100h 76,2			
2021-03-20	18.4	V U18	Heerenveen
hoog			
2020-07-04	1.42	V U18	Heerenveen
2021-04-11	1.45	V U18	Heerenveen
2022-06-19	1.48	V U20	Amsterdam

discus 1			
2021-10-10	17.51	V U18	Steenwijk
kogel 3			
2020-09-26	9.55	V U18	Heerenveen
2021-10-02	10.83	V U18	Heerenveen
kogel 4			
2022-05-21	9.32	V U20	Heerenveen
speer 500			
2020-09-26	29.82	V U18	Heerenveen
2021-05-22	28.43	V U18	Heerenveen
speer 600			
2022-06-17	28.88	V U20	Amsterdam
werp 3-kamp			
2021-10-10	1407	V U18	Steenwijk

Tess Brouwer

40			
2023-07-12	7.44	V U12	Heerenveen
60			
2023-09-30	10.3	V U12	Heerenveen
600			
2023-09-30	2:34.0	V U12	Heerenveen
60h			
2023-09-16	12.3	V U12	Heerenveen
hoog			
2023-09-30	1.00	V U12	Heerenveen
ver			
2023-09-16	3.20	V U12	Heerenveen
kogel 2			
2023-09-30	4.57	V U12	Heerenveen
slingeren			
2023-09-16	14.50	V U12	Heerenveen
vortex			
2023-09-16	14.00	V U12	Heerenveen

Marvens Bruinsma				balstoten				40h					
100				2019-05-25	5.30	V	U10	Steenwijk	2019-06-29	10.6	M	U8	Leeuwarden
2015-10-03	12.7	M	U16	kogel 2					2021-06-05	9.0	M	U10	Heerenveen
2016-10-01	11.9	M	U16	2020-09-12	5.30	V	U12	Heerenveen	60h				
2017-06-18	12.02	M	U18	2021-10-02	6.54	V	U12	Heerenveen	2022-09-10	13.4	M	U12	Heerenveen
2018-05-12	12.01	M	U18	slingeren					2023-04-22	11.6	M	U12	Leeuwarden
2019-06-08	13.47	M	U20	2019-04-20	12.50	V	U10	Drachten	hoog				
200				2021-06-05	17.00	V	U12	Heerenveen	2019-05-25	0.75	M	U8	Steenwijk
2017-07-02	24.73	M	U18	vortex					2021-06-05	0.90	M	U10	Heerenveen
300				2019-10-05	14.88	V	U10	Heerenveen	2023-09-30	1.10	M	U12	Heerenveen
2015-04-11	43.82	M	U16	2020-09-12	16.50	V	U12	Heerenveen	hurkhoog				
2018-04-07	40.34	M	U18	2021-04-06	17.00	V	U12	Heerenveen	2019-06-29	0.60	M	U8	Leeuwarden
hoog				Jurre Buitendijk					2020-09-12	0.65	M	U9	Heerenveen
2017-05-28	1.60	M	U18	40					2021-05-06	0.70	M	U10	Heerenveen
hss				2020-06-02	9.3	M	U8	Heerenveen	polsver				
2017-06-18	12.12	M	U18	2021-10-02	8.33	M	U8	Heerenveen	2023-04-22	2.45	M	U12	Leeuwarden
ver				2022-10-01	8.0	M	U9	Heerenveen	ver				
2016-05-14	5.81	M	U16	2023-09-30	7.5	M	U10	Heerenveen	2019-05-25	1.95	M	U8	Steenwijk
2017-05-28	5.97	M	U18	600					2020-09-12	2.40	M	U9	Heerenveen
2018-05-12	5.82	M	U18	2021-10-02	2:27.07	M	U8	Heerenveen	2021-10-02	3.10	M	U10	Heerenveen
2019-03-30	5.86	M	U20	2022-10-01	2:25.0	M	U9	Heerenveen	2022-09-10	2.90	M	U12	Heerenveen
discus 1¾				2023-09-30	2:14.0	M	U10	Heerenveen	balstoten				
2019-10-13	26.51	M	U20	duur 4'					2019-05-25	2.60	M	U8	Steenwijk
kogel 6				2020-09-12	875	M	U8	Heerenveen	2020-09-12	3.60	M	U9	Heerenveen
2019-10-13	10.56	M	U20	2021-05-06	825	M	U8	Heerenveen	2021-06-05	4.40	M	U10	Heerenveen
kogel 7¾				2022-05-21	975	M	U9	Steenwijk	kogel 2				
2021-10-02	9.45	M	U23	2023-04-22	975	M	U10	Leeuwarden	2023-09-30	5.72	M	U12	Heerenveen
speer 600				40h					slingeren				
2016-10-01	29.62	M	U16	2021-05-22	12.04	M	U8	Heerenveen	2019-06-29	8.00	M	U8	Leeuwarden
speer 800				2022-04-07	9.5	M	U9	Heerenveen	2021-05-06	12.00	M	U10	Heerenveen
2019-10-05	34.49	M	U20	2023-04-22	8.7	M	U10	Leeuwarden	2022-05-21	17.50	M	U12	Steenwijk
2021-10-02	28.71	M	U23	hoog					2023-09-16	17.50	M	U12	Heerenveen
sprint 2-kamp				2022-09-10	0.85	M	U9	Heerenveen	vortex				
2017-05-14	1121	M	U18	hurkhoog					2019-10-05	10.24	M	U8	Heerenveen
werp 3-kamp				2020-09-12	0.50	M	U8	Heerenveen	2020-06-02	12.00	M	U9	Heerenveen
2019-10-13	1221	M	U20	2021-05-06	0.50	M	U8	Heerenveen	2021-05-22	16.22	M	U10	Heerenveen
				2023-04-22	0.80	M	U10	Leeuwarden	2022-04-07	17.50	M	U12	Heerenveen
				ver					2023-04-06	23.50	M	U12	Heerenveen
Eline Buitendijk				2020-09-12	1.65	M	U8	Heerenveen	Emma vd Burg				
40				2021-10-02	2.15	M	U8	Heerenveen	60				
2019-10-05	7.1	V	U10	2022-05-21	2.55	M	U9	Steenwijk	2023-09-30	10.4	V	U14	Heerenveen
60				2023-09-30	2.89	M	U10	Heerenveen	hoog				
2020-06-02	9.6	V	U12	balstoten					2023-09-30	1.10	V	U14	Heerenveen
2021-09-11	9.4	V	U12	2020-09-12	2.50	M	U8	Heerenveen	Sabrina Cruden				
600				2022-09-10	4.10	M	U9	Heerenveen	60				
2021-10-02	2:09.20	V	U12	slingeren					2013-10-05	10.1	V	U12	Heerenveen
2022-05-21	2:11.39	V	U14	2021-05-06	9.00	M	U8	Heerenveen	2014-10-04	9.1	V	U12	Heerenveen
1000				2023-04-22	11.00	M	U10	Leeuwarden	2015-10-03	8.7	V	U14	Heerenveen
2019-10-05	4:13.2	V	U10	vortex					2016-04-09	8.70w	V	U14	Heerenveen
duur 4'				2020-09-12	9.00	M	U8	Heerenveen	100				
2019-06-29	925	V	U10	2021-10-02	11.06	M	U8	Heerenveen	2016-05-06	14.12	V	U14	Rijssen
duur 6'				2022-05-21	14.00	M	U9	Steenwijk	2019-06-08	14.47	V	U18	Groningen
2020-09-12	1375	V	U12	2023-04-22	15.00	M	U10	Leeuwarden	2020-07-11	13.79	V	U18	Epe
2021-06-05	1425	V	U12	Liam Buitendijk					2023-06-03	13.29	V	U23	Grootebroek
40h				40					150				
2019-06-29	8.0	V	U10	2019-10-05	8.2	M	U8	Heerenveen	2016-03-28	21.78w	V	U14	Purmerend
60h				2020-06-02	7.5	M	U9	Heerenveen	2020-07-04	21.2	V	U18	Heerenveen
2020-09-12	11.5	V	U12	2021-10-02	7.47	M	U10	Heerenveen	200				
2021-09-11	12.1	V	U12	60					2015-05-16	31.23	V	U14	Heerenveen
hoog				2022-09-10	10.0	M	U12	Heerenveen	2016-05-14	30.64	V	U14	Heerenveen
2019-05-25	1.10	V	U10	2023-09-30	10.2	M	U12	Heerenveen	2019-06-01	28.35	V	U18	Amersfoort
2020-09-12	1.10	V	U12	600					2020-08-09	28.70w	V	U18	Haarlem
2021-05-06	1.25	V	U12	2019-10-05	2:37.8	M	U8	Heerenveen	2021-09-04	29.10	V	U20	Assendelft
hurkhoog				2021-10-02	2:13.25	M	U10	Heerenveen	2022-06-04	27.63	V	U20	Emmeloord
2019-06-29	0.90	V	U10	2023-09-30	2:09.8	M	U12	Heerenveen	2023-05-06	26.45	V	U23	Heerenveen
polsver				duur 4'					400				
2020-09-12	3.80	V	U12	2019-05-25	850	M	U8	Steenwijk	2022-05-15	1:08.26	V	U20	Zwolle
ver				2020-09-12	925	M	U9	Heerenveen	600				
2019-10-05	3.05	V	U10	2021-06-05	950	M	U10	Heerenveen	2015-10-03	1:58.0	V	U14	Heerenveen
2020-06-02	2.60	V	U12	duur 6'					2016-07-03	1:56.18	V	U14	Stadskanaal
2021-10-02	3.64	V	U12	2022-05-21	1375	M	U12	Steenwijk	800				
				2023-04-22	1425	M	U12	Leeuwarden	2019-07-07	2:45.43	V	U18	Stadskanaal

2020-09-06	2:51.40	V U18	Emmeloord	2020-09-06	3902	V U18	Emmeloord	40h			
2021-09-05	2:56.09	V U20	Assendelft	2021-09-05	3824	V U20	Assendelft	2015-04-11	8.6	V U9	Leeuwarden
2022-06-05	2:39.65	V U20	Emmeloord	2022-06-05	4581	V U20	Emmeloord	2016-04-16	8.3	V U10	Sneek
2023-07-30	2:32.02	V U23	Breda	2023-05-07	4974	V U23	Heerenveen	60h			
1000				Andrea Deelstra				2017-05-20	11.3	V U12	Steenwijk
2013-10-05	4:17.0	V U12	Heerenveen	800				2018-04-21	11.0	V U12	Drachten
2014-10-04	4:18.4	V U12	Heerenveen	2016-04-24	2:19.01	V	Grootebroek	60h 76,2			
60h				1500				2019-06-22	13.11	V U14	Stadskanaal
2014-06-28	10.5	V U12	Sneek	2011-07-22	4:28.66	V	Wageningen	80h 76,2			
60h 76,2				2012-06-24	4:32.67	V	Drachten	2021-04-17	13.5	V U16	Heerenveen
2015-09-19	10.15	V U14	Zoetermeer	2013-06-16	4:31.66	V	Harderwijk	2022-04-30	13.72	V U16	Heerenveen
2016-07-02	10.03w	V U14	Stadskanaal	2000				hoog			
100h 76,2				2011-04-27	6:08.06	V	Leiden	2016-06-18	1.00	V U10	Heerenveen
2019-07-06	15.39	V U18	Stadskanaal	2011-05-27	9:23.39	V	Utrecht	2017-07-08	1.10	V U12	Drachten
2020-08-23	15.64w	V U18	Lisse	2013-07-05	9:21.80	V	Utrecht	2018-04-21	1.15	V U12	Drachten
100h 83,8				2015-07-10	9:27.30	V	Utrecht	2020-10-08	1.40	V U14	Drachten
2021-09-11	16.43	V U20	Amersfoort	2016-04-24	9:59.42	V	Grootebroek	2021-05-22	1.35	V U16	Heerenveen
2022-06-18	15.22	V U20	Amsterdam	2017-06-02	9:31.38	V	Utrecht	2022-04-30	1.40	V U16	Heerenveen
2023-07-29	14.68	V U23	Breda	2019-05-24	9:45.08	V	Utrecht	hurkhoog			
300h 76,2				5000				2014-09-13	0.85	V U8	Leeuwarden
2015-04-26	56.58	V U14	Epe	2011-07-31	16:18.03	V	Amsterdam	2015-09-19	0.95	V U9	Heerenveen
2016-05-22	54.43	V U14	Epe	2012-05-30	16:20.47	V	Wageningen	2016-05-28	0.95	V U10	Leeuwarden
hoog				2013-05-19	17:11.71	V	Lokeren (Bel)	polsver			
2014-10-04	1.35	V U12	Heerenveen	2016-05-27	16:16.61	V	Wageningen	2017-04-08	3.55	V U12	Leeuwarden
2015-09-19	1.30	V U14	Zoetermeer	2017-09-01	16:06.88	V	Utrecht	2018-04-21	4.00	V U12	Drachten
2016-06-18	1.41	V U14	Lisse	2019-06-07	16:55.65	V	Wageningen	ver			
2019-07-06	1.49	V U18	Stadskanaal	10000				2014-10-04	2.48	V U8	Heerenveen
2020-08-23	1.50	V U18	Lisse	2012-05-19	35:26.38	V	Kopenhagen (Den)	2015-10-03	2.90	V U9	Heerenveen
2021-07-10	1.59	V U20	Lisse	2013-06-08	34:55.31	V	Pravets (Bul)	2016-09-17	3.55	V U10	Heerenveen
2022-07-09	1.62	V U20	Lisse	2014-07-26	36:56.89	V	Amsterdam	2017-10-07	3.65	V U12	Heerenveen
2023-07-29	1.71	V U23	Breda	2020-09-19	34:33.99	V35	Leiden	2018-10-06	3.73	V U12	Heerenveen
ver				speer 600				2019-04-06	3.60	V U14	Heerenveen
2013-10-05	3.21	V U12	Heerenveen	2013-09-15	20.08	V	Zwolle	2021-08-28	4.67	V U16	Amsterdam
2014-08-30	3.79	V U12	Assen	Wouter den Dekker				2022-05-21	4.82	V U16	Heerenveen
2015-05-16	4.34	V U14	Heerenveen	5000				2023-04-20	3.75	V U18	Hoogeveen
2016-06-19	4.54	V U14	Lisse	2020-09-26	20:12.0	M40	Heerenveen	balstoten			
2019-06-02	5.10	V U18	Amersfoort	Marianne Diallo				2014-09-13	3.00	V U8	Leeuwarden
2020-08-09	5.07	V U18	Haarlem	40				2015-09-19	3.90	V U9	Heerenveen
2021-09-05	5.26w	V U20	Assendelft	2014-10-04	8.0	V U8	Heerenveen	2016-09-17	4.70	V U10	Heerenveen
2022-06-18	5.61	V U20	Amsterdam	2015-10-03	7.2	V U9	Heerenveen	balwerpen 135			
2023-05-29	5.72	V U23	Tilburg	2016-10-01	6.9	V U10	Heerenveen	2014-10-04	9.87	V U8	Heerenveen
discus ¾				60				discus 1			
2016-05-14	19.96	V U14	Heerenveen	2017-05-20	9.8	V U12	Steenwijk	2022-05-14	20.36	V U16	Emmen
kogel 2				2018-10-06	9.29	V U12	Heerenveen	kogel 2			
2013-10-05	5.44	V U12	Heerenveen	2019-10-05	8.6	V U14	Heerenveen	2017-10-07	4.61	V U12	Heerenveen
2014-06-28	8.00	V U12	Sneek	2020-07-25	8.73	V U14	Heerenveen	2018-10-06	6.19	V U12	Heerenveen
2015-10-03	9.93	V U14	Heerenveen	80				2019-10-05	7.04	V U14	Heerenveen
2016-07-03	10.20	V U14	Stadskanaal	2021-05-01	11.08	V U16	Heerenveen	2020-09-26	9.66	V U14	Heerenveen
kogel 3				2022-05-21	11.02	V U16	Heerenveen	kogel 3			
2019-06-01	11.46	V U18	Amersfoort	100				2021-03-20	8.29	V U16	Heerenveen
2020-07-25	10.75	V U18	Heerenveen	2022-06-10	13.57	V U16	Ede	2022-06-10	9.19	V U16	Ede
kogel 4				2023-04-20	14.44	V U18	Hoogeveen	2023-04-20	8.35	V U18	Hoogeveen
2021-05-22	9.90	V U20	Heerenveen	150				slingeren			
2022-06-12	10.66	V U20	Assen	2020-07-04	21.5	V U14	Heerenveen	2016-04-16	12.00	V U10	Sneek
2023-05-06	11.48	V U23	Heerenveen	2021-05-22	21.90	V U16	Heerenveen	2017-05-20	14.00	V U12	Steenwijk
speer 400				2022-05-14	20.43	V U16	Emmen	2018-05-26	15.50	V U12	Sneek
2015-09-19	20.22	V U14	Zoetermeer	200				speer 500			
2016-06-04	24.13	V U14	Gemert	2021-06-18	29.01	V U16	Utrecht	2021-05-23	22.03	V U16	Heerenveen
speer 500				600				2022-05-01	21.21	V U16	Heerenveen
2019-07-07	33.72	V U18	Stadskanaal	2015-10-03	2:26.0	V U9	Heerenveen	vortex			
2020-08-23	33.53	V U18	Lisse	2019-10-05	2:01.0	V U14	Heerenveen	2014-09-13	7.00	V U8	Leeuwarden
speer 600				2021-05-23	1:53.22	V U16	Heerenveen	2015-10-03	14.01	V U9	Heerenveen
2021-07-04	31.67	V U20	Dongen	1000				2016-10-01	17.30	V U10	Heerenveen
2022-06-05	38.46	V U20	Emmeloord	2016-10-01	4:04.1	V U10	Heerenveen	2017-09-16	17.00	V U12	Heerenveen
2023-07-30	36.16	V U23	Breda	2017-10-07	4:16.6	V U12	Heerenveen	2018-09-15	19.50	V U12	Heerenveen
vortex				2018-10-06	4:01.99	V U12	Heerenveen	2022-06-10	28.44	V U16	Ede
2014-06-14	22.00	V U12	Steenwijk	duur 4'				2023-04-20	27.08	V U18	Hoogeveen
werp 3-kamp				2016-05-28	925	V U10	Leeuwarden	sprint 2-kamp			
2021-08-27	1119	V U20	Heerenveen	duur 6'				2022-10-01	1107	V U16	Heerenveen
6-kamp				2017-07-08	1375	V U12	Drachten	7-kamp			
2015-09-20	2669	V U14	Zoetermeer					2021-05-23	3242	V U16	Heerenveen
2016-07-03	2998	V U14	Stadskanaal					2022-05-01	2993	V U16	Heerenveen
7-kamp											
2023-07-30	5010	V U10	Breda								
2019-07-07	4161	V U18	Stadskanaal								

Nora Diallo

40				
2022-06-25	7.3	V U10	Drachten	
600				
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen	
duur 4'				
2022-06-25	800	V U10	Drachten	
40h				
2022-06-25	8.4	V U10	Drachten	
hoog				
2022-09-10	0.90	V U10	Heerenveen	
hurkhoog				
2022-06-25	0.80	V U10	Drachten	
ver				
2022-10-01	2.40	V U10	Heerenveen	
balstoten				
2022-09-10	4.20	V U10	Heerenveen	
slingeren				
2022-06-25	9.00	V U10	Drachten	
vortex				
2022-10-01	12.00	V U10	Heerenveen	

Jelte Dijkstra

40				
2017-04-08	8.0	M U9	Leeuwarden	
2018-10-06	8.31	M U10	Heerenveen	
60				
2019-10-05	11.3	M U12	Heerenveen	
2020-09-26	11.4	M U12	Heerenveen	
100				
2023-06-17	15.59	M U16	Heerenveen	
600				
2017-10-07	2:47.3	M U9	Heerenveen	
2020-09-26	2:24.0	M U12	Heerenveen	
1000				
2018-10-06	4:28.38	M U10	Heerenveen	
2019-10-05	4:29.6	M U12	Heerenveen	
duur 4'				
2017-07-08	850	M U9	Drachten	
2018-05-26	875	M U10	Sneek	
2019-06-29	825	M U12	Leeuwarden	
duur 6'				
2019-04-20	1225	M U12	Drachten	
2020-09-12	1275	M U12	Heerenveen	
40h				
2017-07-08	9.6	M U9	Drachten	
2018-07-07	8.8	M U10	Steenwijk	
60h				
2019-09-14	11.5	M U12	Sneek	
2020-09-12	11.0	M U12	Heerenveen	
hoog				
2017-09-16	0.85	M U9	Heerenveen	
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	
hurkhoog				
2017-07-08	0.75	M U9	Drachten	
2018-04-21	0.80	M U10	Drachten	
polsver				
2019-04-20	3.25	M U12	Drachten	
2020-09-12	2.70	M U12	Heerenveen	
ver				
2017-10-07	2.35	M U9	Heerenveen	
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	
balstoten				
2017-05-20	4.10	M U9	Steenwijk	

2018-09-15	5.00	M U10	Heerenveen	
discus 1				
2023-06-17	16.54	M U16	Heerenveen	
kogel 2				
2018-07-14	3.34	M U10	Heerenveen	
2019-06-29	4.70	M U12	Leeuwarden	
2020-09-12	6.00	M U12	Heerenveen	
kogel 3				
2022-10-01	5.70	M U14	Heerenveen	
slingeren				
2017-07-08	10.00	M U9	Drachten	
2018-07-07	11.00	M U10	Steenwijk	
2019-05-25	12.00	M U12	Steenwijk	
2020-06-30	15.00	M U12	Heerenveen	
speer 400				
2021-04-17	13.50	M U14	Heerenveen	
2022-05-21	14.75	M U14	Heerenveen	
vortex				
2017-07-08	9.50	M U9	Drachten	
2018-10-06	13.18	M U10	Heerenveen	
2019-04-20	15.50	M U12	Drachten	
2020-09-12	18.00	M U12	Heerenveen	

Wybren Dijkstra

40				
2014-06-28	8.8	M U9	Sneek	
2015-04-11	8.4	M U10	Leeuwarden	
60				
2016-10-01	11.6	M U12	Heerenveen	
2017-09-16	11.8	M U12	Heerenveen	
80				
2018-10-06	15.78	M U14	Heerenveen	
100				
2021-10-02	16.21w	M U16	Heerenveen	
200				
2018-05-12	42.54	M U14	Heerenveen	
600				
2014-10-04	3:03.6	M U9	Heerenveen	
800				
2021-10-02	2:58.64	M U16	Heerenveen	
2022-05-21	2:45.05	M U18	Heerenveen	
1000				
2015-10-03	4:48.6	M U10	Heerenveen	
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				
2022-04-10	13:58.23	M U18	Drachten	
duur 6'				
2016-05-28	1125	M U12	Leeuwarden	
2017-07-08	1225	M U12	Drachten	
40h				
2014-06-28	9.9	M U9	Sneek	
2015-04-11	9.5	M U10	Leeuwarden	
60h				
2016-09-17	13.0	M U12	Heerenveen	
2017-07-08	13.2	M U12	Drachten	
hoog				
2015-06-13	0.80	M U10	Heerenveen	
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	
hurkhoog				
2014-09-13	0.70	M U9	Leeuwarden	
2015-09-19	0.90	M U10	Heerenveen	
polsver				
2016-04-16	3.30	M U12	Sneek	
2017-07-08	3.25	M U12	Drachten	

ver				
2014-09-13	2.20	M U9	Leeuwarden	
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	
balstoten				
2014-09-13	3.40	M U9	Leeuwarden	
2015-09-19	5.40	M U10	Heerenveen	
balwerpen 135				
2014-10-04	10.16	M U9	Heerenveen	
discus 1				
2018-06-30	11.83	M U14	Groningen	
2019-06-22	12.05	M U14	Stadskanaal	
2020-09-26	18.35	M U16	Heerenveen	
2021-06-19	23.74	M U16	Leeuwarden	
discus 1½				
2022-06-12	21.26	M U18	Assen	
kogel 2				
2015-09-26	3.99	M U10	Leeuwarden	
2016-10-01	4.65	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	5.43	M U12	Heerenveen	
kogel 3				
2018-05-12	5.26	M U14	Heerenveen	
2019-04-06	5.72	M U14	Heerenveen	
kogel 4				
2020-09-26	6.62	M U16	Heerenveen	
2021-06-19	7.70	M U16	Leeuwarden	
kogel 5				
2022-06-12	8.98	M U18	Assen	
2023-09-30	9.08	M U18	Heerenveen	
slingeren				
2016-09-17	15.50	M U12	Heerenveen	
2017-05-20	15.00	M U12	Steenwijk	
speer 400				
2018-10-06	16.99	M U14	Heerenveen	
2019-06-22	17.55	M U14	Stadskanaal	
speer 600				
2020-09-26	19.32	M U16	Heerenveen	
2021-10-02	28.47	M U16	Heerenveen	
speer 700				
2022-10-01	28.43	M U18	Heerenveen	
2023-09-30	31.38	M U18	Heerenveen	
vortex				
2014-06-28	10.00	M U9	Sneek	
2015-09-19	18.50	M U10	Heerenveen	
2016-09-17	24.00	M U12	Heerenveen	
2017-09-16	25.50	M U12	Heerenveen	

Janine Does

800				
2018-10-06	3:31.38	V45	Heerenveen	
2021-10-02	3:17.34	V45	Heerenveen	
3000				
2018-10-06	14:18.42	V45	Heerenveen	
discus 1				
2018-10-06	11.52	V45	Heerenveen	
2020-09-26	10.95	V45	Heerenveen	
2021-10-02	10.70	V45	Heerenveen	
kogel 4				
2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen	
2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen	
2021-10-02	4.61	V45	Heerenveen	
speer 600				
2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen	
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				discus 1½				40h			
150				2021-05-23	39.44	M U18	Heerenveen	2015-06-27	7.9	M U10	Steenwijk
2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	discus 1¾				60h			
200				2022-05-01	33.49	M U20	Heerenveen	2016-07-02	11.5	M U12	Drachten
2019-07-12	26.72	M	Utrecht	discus 2				2017-05-20	10.7	M U12	Steenwijk
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen	2023-03-16	28.63	M U20	Houston (USA)	80h 76,2			
2021-09-19	26.85	M35	Hengelo	kogel 5				2018-05-19	16.21	M U14	Assen
2022-04-24	26.95	M35	Emmen	2021-07-04	13.39	M U18	Dongen	2019-07-07	16.13	M U14	Stadskanaal
2023-05-20	26.89	M35	Heerenveen	kogel 6				hoog			
300				2022-04-30	12.03	M U20	Heerenveen	2015-06-13	0.90	M U10	Heerenveen
2019-07-05	41.71	M	Steenwijk	speer 700				2016-04-16	1.15	M U12	Sneek
2023-04-02	42.34	M35	Steenwijk	2021-09-05	53.75	M U18	Assendelft	2017-09-09	1.25	M U12	Sneek
400				speer 800				2018-06-02	1.25	M U14	Stadskanaal
2019-05-11	59.42	M	Heerenveen	2022-04-10	51.97	M U20	Drachten	2019-07-07	1.35	M U14	Stadskanaal
2022-04-24	1:01.91	M35	Emmen	2023-06-23	56.04	M U20	Bergen op Zoom	hurkhoog			
800				werp 3-kamp				2015-09-19	1.10	M U10	Heerenveen
2018-02-06	2:26.0	M	Den Burg	2021-08-27	1792	M U18	Heerenveen	polsver			
2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen	10-kamp				2016-04-16	4.10	M U12	Sneek
2021-10-02	2:29.80	M35	Heerenveen	2021-10-10	6400	M U18	Best	2017-04-08	4.50	M U12	Leeuwarden
5000				2022-05-01	6233	M U20	Heerenveen	ver			
2022-06-19	21:05.77	M35	Ede					2015-10-03	3.22	M U10	Heerenveen
Jordi Dommerholt				Ruben Eerdmans				2016-04-03	3.56	M U12	Assen
1500				40				2017-10-07	3.90	M U12	Heerenveen
2022-09-16	4:18.78	M	Wageningen	2023-09-30	7.2	M U9	Heerenveen	2018-06-30	4.11	M U14	Groningen
3000				600				2019-10-05	4.32	M U14	Heerenveen
2022-07-23	9:18.80	M	Eindhoven	2023-09-30	3:00.0	M U9	Heerenveen	balstoten			
2023-09-01	9:22.04	M	Utrecht	duur 4'				2015-09-19	7.20	M U10	Heerenveen
5000				2023-05-20	725	M U9	Sneek	discus 1			
2022-08-19	16:31.73	M	Wageningen	40h				2021-10-02	23.12	M U16	Heerenveen
2023-08-04	15:59.86	M	Utrecht	2023-06-24	7.7	M U9	Drachten	kogel 2			
Jesse van Doorn				hoog				2015-09-26	5.50	M U10	Leeuwarden
40				2023-09-16	0.95	M U9	Heerenveen	2016-10-01	6.44	M U12	Heerenveen
2021-10-02	8.32	M U9	Heerenveen	hurkhoog				2017-10-07	7.24	M U12	Heerenveen
600				2023-06-24	0.70	M U9	Drachten	kogel 3			
2021-10-02	2:53.46	M U9	Heerenveen	ver				2018-10-06	6.99	M U14	Heerenveen
ver				2023-09-30	2.79	M U9	Heerenveen	2019-10-05	7.53	M U14	Heerenveen
2021-10-02	2.66	M U9	Heerenveen	balstoten				kogel 4			
vortex				2023-09-16	5.50	M U9	Heerenveen	2021-10-02	9.25	M U16	Heerenveen
2021-10-02	13.38	M U9	Heerenveen	slingeren				slingeren			
Tjalle-Durk vd Eems				2023-06-24	13.00	M U9	Drachten	2016-09-17	17.50	M U12	Heerenveen
100				vortex				2017-05-20	19.00	M U12	Steenwijk
2021-10-02	11.75w	M U18	Heerenveen	2023-06-24	14.00	M U9	Drachten	speer 400			
2022-04-30	12.20	M U20	Heerenveen	Edwin Eijgelaar				2019-07-06	15.97	M U14	Stadskanaal
200				5000				vortex			
2021-04-11	24.8	M U18	Heerenveen	2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen	2015-09-19	17.00	M U10	Heerenveen
400				Jan Elsinga				2016-09-17	19.00	M U12	Heerenveen
2021-10-09	53.09	M U18	Best	40				2017-05-20	17.50	M U12	Steenwijk
2022-04-30	54.07	M U20	Heerenveen	2015-10-03	6.8	M U10	Heerenveen	7-kamp			
800				60				2019-07-07	2920	M U14	Stadskanaal
2022-04-10	2:10.64	M U20	Drachten	2016-04-03	10.03	M U12	Assen	Martien Ensing			
1500				2017-04-02	9.39	M U12	Assen	100			
2021-10-10	4:32.02	M U18	Best	80				2023-05-06	14.61	M U16	Heerenveen
2022-05-01	4:30.66	M U20	Heerenveen	2018-10-06	12.01	M U14	Heerenveen	200			
110h 91,4				2019-07-06	11.41	M U14	Stadskanaal	2023-09-30	30.2	M U16	Heerenveen
2021-05-01	15.77	M U18	Heerenveen	100				1000			
110h 99,1				2021-04-17	14.1	M U16	Heerenveen	2023-05-07	3:37.03	M U16	Heerenveen
2022-05-01	16.04	M U20	Heerenveen	800				100h 83,8			
2023-06-11	16.39	M U20	Assen	2021-06-19	2:29.65	M U16	Leeuwarden	2023-05-07	20.42w	M U16	Heerenveen
hoog				1000				ver			
2021-09-04	1.88	M U18	Assendelft	2015-10-03	3:46.8	M U10	Heerenveen	2023-05-06	3.87	M U16	Heerenveen
2022-04-30	1.81	M U20	Heerenveen	2016-10-01	3:51.3	M U12	Heerenveen	discus 1			
2023-06-11	1.65	M U20	Assen	2017-06-24	3:36.81	M U12	Stadskanaal	2023-10-15	20.59	M U16	Steenwijk
polshoog				2018-06-30	3:30.48	M U14	Groningen	kogel 4			
2021-10-02	3.23	M U18	Heerenveen	2019-09-01	3:18.03	M U14	Amsterdam	2023-10-15	8.09	M U16	Steenwijk
2022-05-01	3.50	M U20	Heerenveen	duur 6'				speer 600			
ver				2016-07-02	1450	M U12	Drachten	2023-09-30	23.77	M U16	Heerenveen
2021-10-09	6.44	M U18	Best	2017-05-20	1550	M U12	Steenwijk	sprint 2-kamp			
2022-04-30	6.50	M U20	Heerenveen					2023-09-30	317	M U16	Heerenveen

werp 3-kamp				
2023-10-15	1067	M U16	Steenwijk	
8-kamp				
2023-05-07	2510	M U16	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	
Siska Folkertsma				
200				
2017-10-07	35.9	V50	Heerenveen	
2018-10-06	37.76	V55	Heerenveen	
800				
2014-10-04	3:25.6	V50	Heerenveen	
2017-10-07	3:30.0	V50	Heerenveen	
2018-10-06	3:49.42	V55	Heerenveen	
hoog				
2018-10-06	1.20	V55	Heerenveen	
ver				
2017-10-07	2.86	V50	Heerenveen	
discus 1				
2018-10-06	21.72	V55	Heerenveen	
2019-08-30	20.18	V55	Heerenveen	
2020-09-26	20.42	V55	Heerenveen	
kogel 3				
2017-10-07	7.11	V50	Heerenveen	
2018-10-06	7.55	V55	Heerenveen	
2019-05-12	7.74	V55	Apeldoorn	
2020-09-26	7.34	V55	Heerenveen	
kogelsl. 3				
2018-06-10	15.73	V55	Apeldoorn	
2019-05-12	15.47	V55	Apeldoorn	
speer 500				
2017-10-07	16.77	V50	Heerenveen	
2018-10-06	18.58	V55	Heerenveen	
2019-08-30	13.80	V55	Heerenveen	
2020-09-26	17.58	V55	Heerenveen	
werp 3-kamp				
2018-10-06	1561	V55	Heerenveen	
2019-08-30	1338	V55	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 1				
2022-06-11	30.81	M U16	Heerenveen	
discus 1½				
2023-10-15	34.02	M U18	Steenwijk	
kogel 4				
2022-06-11	11.21	M U16	Heerenveen	
kogel 5				
2023-10-15	11.99	M U18	Steenwijk	
kogelsl. 5				
2023-06-11	20.95	M U18	Assen	
speer 700				
2023-05-28	36.88	M U18	Harderwijk	

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	
110h 91,4				
2022-06-06	19.28	M U18	Amstelveen	
2023-06-18	17.39	M U18	Assendelft	
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	
ver				
2022-07-02	5.37	M U18	Best	
2023-05-20	5.76w	M U18	Heerenveen	
discus 1½				
2022-09-04	29.86	M U18	Groningen	
2023-06-18	35.14	M U18	Assendelft	
kogel 5				
2022-05-21	9.76	M U18	Heerenveen	
2023-06-17	12.09	M U18	Assendelft	
speer 700				
2022-07-03	27.22	M U18	Best	
2023-06-18	35.61	M U18	Assendelft	
10-kamp				
2022-07-03	3859	M U18	Best	
2023-06-18	5110	M U18	Assendelft	
Annamarijn van Ginneken				
100				
2021-10-02	14.27	V U18	Heerenveen	
2022-06-12	13.95	V U18	Assen	
100h 76,2				
2021-05-01	17.47	V U18	Heerenveen	
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	
speer 500				
2022-05-21	21.39	V U18	Heerenveen	
Thijmen Groenendal				
60				
2020-09-26	10.1	M U12	Heerenveen	
2021-10-02	9.51	M U12	Heerenveen	
80				
2022-04-09	12.22w	M U14	Emmeloord	
2023-04-16	11.85w	M U14	Almere	
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	
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	
duur 6'				
2021-06-26	1675	M U12	Leeuwarden	
60h				
2020-06-30	12.1	M U12	Heerenveen	
2021-06-05	10.7	M U12	Heerenveen	
hoog				
2020-06-30	0.95	M U12	Heerenveen	
2021-05-06	1.10	M U12	Heerenveen	
polsver				
2021-06-26	4.55	M U12	Leeuwarden	
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	
kogel 2				
2020-09-26	5.37	M U12	Heerenveen	
2021-06-26	7.70	M U12	Leeuwarden	
kogel 3				
2022-10-01	5.70	M U14	Heerenveen	
2023-04-20	6.30	M U14	Hoogeveen	
slingeren				
2020-06-30	16.50	M U12	Heerenveen	
2021-06-05	19.50	M U12	Heerenveen	
speer 400				
2022-10-01	15.71	M U14	Heerenveen	
vortex				
2020-06-02	21.00	M U12	Heerenveen	
2021-06-26	29.00	M U12	Leeuwarden	
sprint 2-kamp				
2022-10-01	683	M U14	Heerenveen	
Doutzen Groenendijk				
60				
2021-06-05	10.4	V U12	Heerenveen	
600				
2021-05-22	2:33.55	V U12	Heerenveen	
duur 6'				
2021-06-26	1300	V U12	Leeuwarden	
60h				
2021-06-26	10.8	V U12	Leeuwarden	
2022-04-07	11.2	V U12	Heerenveen	
hoog				
2021-06-26	1.05	V U12	Leeuwarden	
polsver				
2021-06-26	2.65	V U12	Leeuwarden	
ver				
2021-06-05	2.55	V U12	Heerenveen	
2022-04-07	2.90	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2021-06-26	4.20	V U12	Leeuwarden	
slingeren				
2021-06-05	12.00	V U12	Heerenveen	
vortex				
2021-06-26	10.00	V U12	Leeuwarden	
2022-04-07	10.50	V U12	Heerenveen	
Famke Groenendijk				
60				
2020-09-26	11.2	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	11.03	V U12	Heerenveen	
2022-05-21	10.51	V U14	Heerenveen	

600				
2020-09-26	2:40.0	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	2:29.36	V U12	Heerenveen	
duur 6'				
2020-09-12	1150	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	1300	V U12	Leeuwarden	
60h				
2020-09-12	12.6	V U12	Heerenveen	
2021-06-05	12.3	V U12	Heerenveen	
hoog				
2020-09-12	1.00	V U12	Heerenveen	
2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen	
2022-05-21	1.00	V U14	Heerenveen	
polsver				
2020-09-12	3.75	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	3.25	V U12	Leeuwarden	
ver				
2020-09-26	2.83	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	2.91	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2020-09-12	5.20	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	5.20	V U12	Leeuwarden	
2022-10-01	5.76	V U14	Heerenveen	
slingeren				
2020-06-30	12.00	V U12	Heerenveen	
2021-06-05	15.00	V U12	Heerenveen	
speer 400				
2022-10-01	13.40	V U14	Heerenveen	
vortex				
2020-06-02	12.50	V U12	Heerenveen	
2021-04-06	13.00	V U12	Heerenveen	
Rixt de Grouw				
100				
2021-04-11	15.9	V U18	Heerenveen	
hoog				
2020-09-26	1.20	V U18	Heerenveen	
2021-04-11	1.25	V U18	Heerenveen	
ver				
2020-09-26	3.72	V U18	Heerenveen	
speer 500				
2020-09-26	23.33	V U18	Heerenveen	
2021-04-11	22.17	V U18	Heerenveen	
Eline de Haan				
100				
2020-09-26	15.6	V U23	Heerenveen	
2022-04-02	15.16w	V	Steenwijk	
300				
2022-04-02	51.4	V	Steenwijk	
800				
2020-09-26	3:06.0	V U23	Heerenveen	
Elisabeth de Haan				
40				
2015-06-27	7.0	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	6.7	V U10	Drachten	
60				
2017-05-20	9.2	V U12	Steenwijk	
2018-10-06	8.66	V U12	Heerenveen	
2019-04-06	8.41	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	8.4	V U14	Heerenveen	
80				
2021-05-01	10.72	V U16	Heerenveen	
150				
2019-09-01	20.84	V U14	Amsterdam	
2020-07-02	20.4	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	19.85	V U16	Heerenveen	
200				
2019-05-11	29.54	V U14	Heerenveen	
2021-05-01	27.03	V U16	Heerenveen	

600				
2019-10-05	1:59.5	V U14	Heerenveen	
1000				
2017-10-07	4:18.0	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	4:00.12	V U12	Heerenveen	
duur 4'				
2016-07-02	925	V U10	Drachten	
duur 6'				
2017-04-08	1325	V U12	Leeuwarden	
2018-05-26	1350	V U12	Sneek	
40h				
2015-06-27	7.2	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	7.3	V U10	Drachten	
60h				
2017-05-20	10.7	V U12	Steenwijk	
2018-05-26	10.7	V U12	Sneek	
60h 76,2				
2019-05-25	10.86	V U14	Sneek	
2020-07-25	10.39	V U14	Heerenveen	
80h 76,2				
2021-04-17	14.7	V U16	Heerenveen	
hoog				
2016-09-17	1.15	V U10	Heerenveen	
2017-04-08	1.20	V U12	Leeuwarden	
2018-07-14	1.40	V U12	Heerenveen	
2019-05-25	1.45	V U14	Sneek	
2020-07-02	1.45	V U14	Heerenveen	
hurkhoog				
2015-09-19	1.00	V U9	Heerenveen	
2016-05-28	1.10	V U10	Leeuwarden	
polsver				
2017-04-08	4.00	V U12	Leeuwarden	
2018-04-21	4.25	V U12	Drachten	
ver				
2015-09-19	2.60	V U9	Heerenveen	
2016-05-28	3.40	V U10	Leeuwarden	
2016-09-17	3.80	V U10	Heerenveen	
2017-10-07	4.00	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	4.61	V U12	Heerenveen	
2019-06-22	4.88	V U14	Stadskanaal	
2020-07-25	4.94	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	5.25	V U16	Heerenveen	
balstoten				
2015-09-19	5.30	V U9	Heerenveen	
2016-09-17	6.70	V U10	Heerenveen	
kogel 2				
2017-10-07	5.32	V U12	Heerenveen	
2018-04-21	6.40	V U12	Drachten	
2020-07-02	8.85	V U14	Heerenveen	
slingeren				
2016-07-02	15.50	V U10	Drachten	
2017-09-16	16.00	V U12	Heerenveen	
2018-09-15	18.00	V U12	Heerenveen	
speer 400				
2019-10-05	17.66	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	17.20	V U14	Heerenveen	
vortex				
2015-06-27	17.50	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	17.50	V U10	Drachten	
2017-09-16	17.00	V U12	Leeuwarden	
2018-05-26	19.00	V U12	Sneek	
Gerwin de Haan				
80				
2011-07-05	12.2	M U14	Leeuwarden	
2012-07-07	11.81	M U14	Stadskanaal	
100				
2013-08-31	13.23	M U16	Emmeloord	
2014-10-04	12.2	M U16	Heerenveen	
2015-07-04	12.49	M U18	Best	
2016-07-09	12.04w	M U18	Emmeloord	
2017-07-08	11.75	M U20	Stadskanaal	
2018-04-28	12.10	M U20	Sneek	
2021-04-02	11.61w	M U23	Bolivar (USA)	
2023-05-04	11.74	M	San Marcos (USA)	

150				ver				Hilbert de Haan			
2013-07-19	19.9	M U16	Steenwijk	2011-05-28	3.77	M U14	Heerenveen	60			
2014-07-18	19.1	M U16	Steenwijk	2012-07-13	4.38	M U14	Steenwijk	2017-05-25	8.05w	M	Hengelo
2015-07-10	18.63	M U18	Steenwijk	2013-09-15	5.10	M U16	Hoogeveen	100			
200				2014-09-20	5.66	M U16	Tilburg	2014-10-04	12.0	M	Heerenveen
2015-10-03	25.7	M U18	Heerenveen	2015-08-14	5.72	M U18	Utrecht	2017-05-26	12.78	M	Hengelo
2016-10-01	24.8	M U18	Heerenveen	2016-06-04	6.18	M U18	Gemert	200			
2018-05-12	24.43	M U20	Heerenveen	2017-07-08	6.04	M U20	Stadskanaal	2016-10-01	25.8	M	Heerenveen
300				2018-04-07	6.36w	M U20	Steenwijk	2017-05-27	25.86	M	Hengelo
2018-04-07	38.21	M U20	Steenwijk	2021-03-07	6.75w	M U23	Hickory (USA)	400			
400				2023-05-04	6.38	M	San Marcos (USA)	2014-06-29	55.36	M	Enschede
2015-07-04	57.43	M U18	Best	discus 1				2017-05-25	55.64	M	Hengelo
2016-05-14	54.82	M U18	Alphen a/d Rijn	2011-07-02	22.25	M U14	Leeuwarden	2018-05-27	53.44	M	Drachten
2017-07-08	52.88	M U20	Stadskanaal	2012-09-09	29.58	M U14	Emmen	800			
2023-05-04	53.54	M	San Marcos (USA)	2013-08-25	34.08	M U16	Amsterdam	2013-06-16	2:00.20	M	Harderwijk
800				2014-09-21	41.40	M U16	Tilburg	2014-09-21	1:59.05	M	Hoogeveen
2013-10-05	2:44.5	M U16	Heerenveen	discus 1½				2016-10-01	2:12.6	M	Heerenveen
2014-10-04	2:40.7	M U16	Heerenveen	2015-07-05	39.66	M U18	Best	2017-05-26	2:06.77	M	Hengelo
2015-10-03	2:22.4	M U18	Heerenveen	2016-06-05	43.60	M U18	Gemert	2018-10-06	2:07.69	M	Heerenveen
2016-10-01	2:29.9	M U18	Heerenveen	discus 1¾				1000			
1000				2017-05-20	40.22	M U20	Heerenveen	2014-06-20	2:40.15	M	Utrecht
2011-10-01	3:38.9	M U14	Heerenveen	2018-07-13	41.48	M U20	Utrecht	2017-05-27	2:50.25	M	Hengelo
2012-05-18	3:38.29	M U14	Emmeloord	discus 2				1500			
2013-09-01	3:18.39	M U16	Emmeloord	2021-04-17	41.30	M U23	Bourbonnais (USA)	2011-09-18	4:32.33	M U23	Weert
2014-09-21	3:19.00	M U16	Tilburg	2022-03-05	39.72	M U23	Long Beach (USA)	2013-06-02	4:11.32	M	Drachten
1500				2023-03-11	41.11	M	Fullerton (USA)	2017-05-25	4:26.90	M	Hengelo
2015-08-30	5:10.29	M U18	Stadskanaal	kogel 3				2018-07-20	4:32.23	M	Heiloo
2016-05-15	5:04.81	M U18	Alphen a/d Rijn	2011-09-09	7.43	M U14	Leeuwarden	mijl			
2017-05-14	4:59.35	M U20	Emmeloord	2012-09-09	9.90	M U14	Emmen	2014-07-18	4:43.5	M	Steenwijk
2018-07-13	4:45.55	M U20	Utrecht	kogel 4				2017-07-07	4:58.99	M	Steenwijk
2023-05-05	4:56.89	M	San Marcos (USA)	2014-09-20	11.86	M U16	Tilburg	2021-07-09	4:50.57	M	Steenwijk
80h 76,2				kogel 5				3000			
2011-05-22	17.01	M U14	Emmeloord	2015-07-04	12.07	M U18	Best	2017-08-11	9:57.99	M	Utrecht
2012-07-08	14.93	M U14	Stadskanaal	2016-04-20	12.66	M U18	Heerde	2018-10-06	10:20.92	M	Heerenveen
100h 83,8				kogel 6				5000			
2013-09-01	16.53	M U16	Emmeloord	2017-05-13	12.71	M U20	Emmeloord	2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk
2014-05-10	15.18	M U16	Drachten	2018-04-07	12.43	M U20	Steenwijk	2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk
110h 91,4				kogel 7¼				2017-06-18	18:39.39	M	Harderwijk
2015-10-03	16.1	M U18	Heerenveen	2021-05-02	11.70	M U23	Bolivar (USA)	2020-09-04	17:11.21	M	Leeuwarden
2016-06-11	15.20	M U18	Groningen	2023-05-04	11.40	M	San Marcos (USA)	10000			
110h 99,1				speer 400				2017-05-28	40:22.06	M	Hengelo
2017-07-09	15.81	M U20	Stadskanaal	2011-10-01	30.49	M U14	Heerenveen	2018-09-09	1:11.59	M	Grootebroek
2018-05-12	15.67	M U20	Heerenveen	2012-10-14	37.10	M U14	Steenwijk	400h 91,4			
110h 106,7				speer 600				2014-10-04	1.70	M	Heerenveen
2021-03-20	15.95	M U23	Owensboro (USA)	2013-08-24	39.00	M U16	Amsterdam	2016-10-01	1.60	M	Heerenveen
2023-03-30	15.76	M	Fresno (USA)	2014-08-30	44.49	M U16	Amsterdam	2018-05-27	1.65	M	Drachten
300h 76,2				speer 700				ver			
2013-04-06	50.40	M U16	Steenwijk	2015-10-03	48.80	M U18	Heerenveen	2016-10-01	4.80	M	Heerenveen
2014-04-27	45.92	M U16	Epe	2016-07-02	53.72	M U18	Breda	speer 800			
400h 83,8				speer 800				2014-10-04	34.70	M	Heerenveen
2014-05-17	1:07.14	M U16	Heerenveen	2017-06-30	51.52	M U20	Vught	Sander de Haan			
2015-06-26	1:02.17	M U18	Breda	2018-06-15	54.20	M U20	Emmeloord	100			
hoog				2021-04-09	50.89	M U23	Lisle (USA)	2021-10-09	12.74	M U16	Best
2011-10-01	1.40	M U14	Heerenveen	2023-05-05	56.48	M	San Marcos (USA)	2022-04-09	12.55w	M U16	Emmeloord
2012-10-06	1.40	M U14	Heerenveen	werp 3-kamp				2023-09-30	11.7	M U18	Heerenveen
2013-09-15	1.65	M U16	Hoogeveen	2011-10-09	1180	M U14	Steenwijk	150			
2014-09-20	1.80	M U16	Tilburg	2012-10-14	1567	M U14	Steenwijk	2021-07-03	19.53	M U16	Assen
2015-07-05	1.77	M U18	Best	2013-05-22	1331	M U16	Sneek	2022-05-14	18.93	M U16	Emmen
2016-08-27	1.78	M U18	Amersfoort	2014-05-21	1707	M U16	Sneek	200			
2017-07-08	1.82	M U20	Stadskanaal	2015-06-05	1805	M U18	Steenwijk	2023-09-30	24.4	M U18	Heerenveen
2018-07-07	1.93	M U20	Stadskanaal	2016-10-09	1715	M U18	Steenwijk	400			
2021-04-17	1.95	M U23	Bourbonnais (USA)	2018-03-21	1770	M U20	Assen	2023-05-06	1:00.94	M U18	Heerenveen
2023-05-04	1.97	M	San Marcos (USA)	7-kamp				800			
hss				2011-05-22	2483	M U14	Emmeloord	2021-03-20	2:54.2	M U16	Heerenveen
2013-09-15	10.52	M U16	Hoogeveen	2012-05-18	3272	M U14	Emmeloord	1000			
polshoog				8-kamp				2021-10-10	3:32.75	M U16	Best
2012-05-12	2.30	M U14	Heerenveen	2013-09-01	4747	M U16	Emmeloord	1500			
2014-04-12	2.60	M U16	Heerenveen	2014-09-21	5457	M U16	Tilburg	2023-05-07	5:47.76	M U18	Heerenveen
2015-07-04	2.73	M U18	Best	10-kamp				100h 83,8			
2016-09-18	3.80	M U18	Hengelo	2015-07-05	5195	M U18	Best	2021-05-23	16.88	M U16	Heerenveen
2017-07-09	4.20	M U20	Stadskanaal	2016-06-05	6205	M U18	Gemert				
2018-05-12	4.05	M U20	Heerenveen	2017-07-09	6470	M U20	Stadskanaal				
2019-05-11	3.86	M U23	Heerenveen	2018-07-08	4222	M U20	Stadskanaal				
2021-02-27	4.35	M U23	Hickory (USA)	2023-05-05	6761	M	San Marcos (USA)				
2022-03-05	4.38	M U23	Long Beach (USA)								
2023-05-05	4.50	M	San Marcos (USA)								

2022-05-14	16.07	M U16	Emmen	ver				kogel 2				
110h 91,4				2022-04-07	2.55	M U12	Heerenveen	2021-10-02	5.76	V U12	Heerenveen	
2023-05-07	18.61	M U18	Heerenveen	kogel 2				2022-06-25	6.00	V U12	Drachten	
300h 76,2				2023-09-30	4.76	M U12	Heerenveen	2023-06-17	6.11	V U14	Heerenveen	
2021-05-01	52.08	M U16	Heerenveen	vortex				slingeren				
hoog				2022-04-07	5.00	M U12	Heerenveen	2021-09-11	13.00	V U12	Drachten	
2021-10-09	1.46	M U16	Best	2023-04-06	9.50	M U12	Heerenveen	2022-09-10	13.50	V U12	Heerenveen	
2023-09-30	1.62	M U18	Heerenveen					vortex				
polshoog				Leanne Haitisma				2020-06-02	14.50	V U10	Heerenveen	
2021-09-15	2.80	M U16	Dronten	40				2021-09-11	16.50	V U12	Drachten	
2022-09-04	3.12	M U16	Groningen	2022-06-25	8.0	V U9	Drachten	2022-06-25	17.00	V U12	Drachten	
2023-06-24	3.25	M U18	Bergen op Zoom	2023-06-24	7.7	V U10	Drachten					
ver				600				Rudy Hartog				
2021-06-27	5.11	V U16	Hoofddorp	2023-09-30	2:39.0	V U10	Heerenveen	100				
2021-08-29	5.23	M U16	Amsterdam	duur 4'				2020-07-25	15.92	M65	Heerenveen	
2023-04-16	5.39	M U18	Almere	2022-05-21	875	V U9	Steenwijk	200				
discus 1				2023-05-20	850	V U10	Sneek	2018-10-06	33.51	M65	Heerenveen	
2021-10-10	22.99	M U16	Best	40h				2019-10-05	33.3	M65	Heerenveen	
2022-06-18	27.56	M U16	Stadskanaal	2022-06-25	9.7	V U9	Drachten	2020-07-25	32.70w	M65	Heerenveen	
discus 1½				2023-06-24	8.3	V U10	Drachten	800				
2023-05-07	24.62	M U18	Heerenveen	hoog				2019-10-05	4:15.7	M65	Heerenveen	
kogel 4				2022-05-21	0.75	V U9	Steenwijk	hoog				
2021-05-22	9.93	M U16	Heerenveen	2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen	2018-10-06	1.20	M65	Heerenveen	
kogel 5				hurkhoog				2019-10-05	1.10	M65	Heerenveen	
2023-06-11	9.42	M U18	Assen	2022-06-25	0.65	V U9	Drachten	ver				
speer 600				2023-06-24	0.70	V U10	Drachten	2018-10-06	3.06	M65	Heerenveen	
2021-05-23	26.22	M U16	Heerenveen	ver				discus 1				
2022-05-21	30.82	M U16	Heerenveen	2022-05-21	2.30	V U9	Steenwijk	2018-10-06	24.90	M65	Heerenveen	
speer 700				2023-05-20	2.85	V U10	Sneek	2019-10-05	25.38	M65	Heerenveen	
2023-05-07	31.64	M U18	Heerenveen	balstoten				kogel 5				
sprint 2-kamp				2022-09-10	3.50	V U9	Heerenveen	2018-10-06	6.94	M65	Heerenveen	
2023-09-30	1181	M U18	Heerenveen	2023-05-20	4.20	V U10	Sneek	2019-10-05	7.11	M65	Heerenveen	
8-kamp				slingeren				speer 600				
2021-10-10	4109	M U16	Best	2022-06-25	9.50	V U9	Drachten	2018-10-06	19.35	M65	Heerenveen	
10-kamp				2023-06-24	10.00	V U10	Drachten	2019-10-05	17.99	M65	Heerenveen	
2023-05-07	4099	M U18	Heerenveen	vortex				werp 3-kamp				
				2022-09-10	8.50	V U9	Heerenveen	2018-10-06	934	M65	Heerenveen	
				2023-09-16	12.50	V U10	Heerenveen	2019-10-05	925	M65	Heerenveen	
Lars Haanstra				Linde Hamer				Sarah Hartsema				
40				40				40				
2022-06-25	7.8	M U9	Drachten	2020-06-02	7.6	V U10	Heerenveen	2022-06-25	7.8	V U9	Drachten	
600				60				2023-06-24	7.2	V U10	Drachten	
2022-10-01	3:00.0	M U9	Heerenveen	2021-10-02	11.59w	V U12	Heerenveen	600				
duur 4'				2022-09-10	12.9	V U12	Heerenveen	2022-10-01	2:47.0	V U9	Heerenveen	
2022-06-25	850	M U9	Drachten	2020-09-26	2:39.0	V U10	Heerenveen	2023-09-30	2:37.0	V U10	Heerenveen	
40h				2021-10-02	2:44.49	V U12	Heerenveen	duur 4'				
2022-06-25	9.1	M U9	Drachten	600				2022-05-21	825	V U9	Steenwijk	
hoog				2020-09-12	850	V U10	Heerenveen	2023-05-20	775	V U10	Sneek	
2022-09-10	0.80	M U9	Heerenveen	duur 6'				40h				
hurkhoog				2021-06-05	1100	V U12	Heerenveen	2022-04-07	9.4	V U9	Heerenveen	
2022-06-25	0.75	M U9	Drachten	2022-06-25	875	V U12	Drachten	2023-06-24	7.5	V U10	Drachten	
ver				60h				hoog				
2022-09-10	2.50	M U9	Heerenveen	2021-09-11	15.4	V U12	Drachten	2022-09-10	0.80	V U9	Heerenveen	
balstoten				2022-06-25	14.5	V U12	Drachten	2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen	
2022-09-10	4.50	M U9	Heerenveen	hoog				hurkhoog				
slingeren				2021-05-22	1.00	V U12	Heerenveen	2022-06-25	0.75	V U9	Drachten	
2022-06-25	10.50	M U9	Drachten	2022-06-25	1.05	V U12	Drachten	2023-06-24	0.70	V U10	Drachten	
vortex				hurkhoog				ver				
2022-05-21	17.00	M U9	Steenwijk	2020-09-12	0.75	V U10	Heerenveen	2022-04-07	3.00	V U9	Heerenveen	
Aron Hagg				polsver				2023-05-20	3.00	V U10	Sneek	
60				2022-06-25	2.80	V U12	Drachten	balstoten				
2023-09-30	10.7	M U12	Heerenveen	ver				2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen	
600				2020-09-26	2.77	V U10	Heerenveen	2023-09-16	4.60	V U10	Heerenveen	
2023-09-30	2:38.0	M U12	Heerenveen	2021-06-05	2.40	V U12	Heerenveen	slingeren				
60h				2022-09-10	2.45	V U12	Heerenveen	2022-06-25	9.50	V U9	Drachten	
2022-04-07	13.7	M U12	Heerenveen	2023-06-17	2.53	V U14	Heerenveen	2023-06-24	11.00	V U10	Drachten	
hoog				balstoten				vortex				
2023-09-30	1.00	M U12	Heerenveen	2020-09-12	4.90	V U10	Heerenveen	2022-09-10	11.00	V U9	Heerenveen	
								2023-05-20	15.00	V U10	Sneek	

Thijs Hartsema

60				
2022-09-10	10.9	M U12	Heerenveen	
2023-05-20	10.7	M U12	Sneek	
600				
2022-10-01	2:52.0	M U12	Heerenveen	
2023-09-30	2:28.0	M U12	Heerenveen	
duur 6'				
2022-05-21	1225	M U12	Steenwijk	
2023-06-24	1175	M U12	Drachten	
60h				
2022-04-07	13.1	M U12	Heerenveen	
2023-09-16	12.4	M U12	Heerenveen	
hoog				
2022-10-01	1.00	M U12	Heerenveen	
2023-09-30	1.05	M U12	Heerenveen	
polsver				
2022-06-25	3.30	M U12	Drachten	
2023-06-24	3.70	M U12	Drachten	
ver				
2022-05-21	2.70	M U12	Steenwijk	
2023-09-16	3.75	M U12	Heerenveen	
kogel 2				
2022-10-01	5.24	M U12	Heerenveen	
2023-09-30	6.94	M U12	Heerenveen	
slingeren				
2022-05-21	15.50	M U12	Steenwijk	
2023-09-16	17.50	M U12	Heerenveen	
vortex				
2022-04-07	18.50	M U12	Heerenveen	
2023-06-24	23.00	M U12	Drachten	
Isa van Heeswijk				
40				
2021-10-02	8.58w	V U9	Heerenveen	
2022-04-23	7.6	V U10	Leeuwarden	
60				
2023-05-20	10.5	V U12	Sneek	
600				
2021-10-02	3:02.32	V U9	Heerenveen	
duur 4'				
2022-06-25	800	V U10	Drachten	
duur 6'				
2023-05-20	1200	V U12	Sneek	
40h				
2022-06-25	8.6	V U10	Drachten	
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	
hurkhoog				
2022-06-25	0.90	V U10	Drachten	
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	
kogel 5				
2017-10-07	6.95	M65	Heerenveen	
2018-10-06	6.70	M65	Heerenveen	
kogelsl.				
2022-06-19	16.77	M70	Ede	
speer 500				
2022-10-01	23.32	M70	Heerenveen	
speer 600				
2011-10-01	23.53	M60	Heerenveen	
2012-10-06	24.30	M60	Heerenveen	
2017-10-07	20.08	M65	Heerenveen	
2018-10-06	21.72	M65	Heerenveen	
sprint 2-kamp				
2022-10-01	734	M70	Heerenveen	
werp 3-kamp				
2017-10-07	816	M65	Heerenveen	
2018-10-06	837	M65	Heerenveen	
Lenneke vd Heide				
100				
2011-10-01	14.7	V	Heerenveen	
800				
2011-10-01	2:51.1	V	Heerenveen	
2015-04-19	2:46.07	V35	Drachten	
1500				
2015-06-07	5:29.28	V35	Harderwijk	
3000				
2014-05-25	11:28.23	V35	Drachten	
2015-04-19	11:53.08	V35	Drachten	
ver				
2011-10-01	3.90	V	Heerenveen	
discus 1				
2011-10-01	21.84	V	Heerenveen	
2012-10-06	18.06	V	Heerenveen	
kogel 4				
2012-10-06	6.84	V	Heerenveen	

speer 600				
2012-10-06	15.87	V	Heerenveen	
werp 3-kamp				
2012-10-06	926	V	Heerenveen	
Mirthe vd Heide				
60				
2021-10-02	11.22	V U12	Heerenveen	
600				
2021-10-02	3:33.51	V U12	Heerenveen	
ver				
2021-10-02	2.87	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2021-10-02	6.02	V U12	Heerenveen	
Inge Helder				
3000				
2014-10-04	15:03.9	V55	Heerenveen	
Steijn Hendriksen				
40				
2022-04-23	8.0	M U10	Leeuwarden	
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 4'				
2022-05-21	975	M U10	Steenwijk	
duur 6'				
2023-04-22	1450	M U12	Leeuwarden	
40h				
2022-04-23	8.1	M U10	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	
hurkhoog				
2022-04-23	0.85	M U10	Leeuwarden	
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				
2022-10-01	10.5	V U12	Heerenveen	
600				
2022-10-01	2:30.0	V U12	Heerenveen	
2023-05-07	2:10.65	V U14	Heerenveen	
60h				
2022-04-07	12.7	V U12	Heerenveen	

60h 76,2							
2023-05-06	12.96w	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				
kogel 2							
2022-10-01	5.67	V U12	Heerenveen				
2023-05-07	6.88	V U14	Heerenveen				
speer 400							
2023-05-06	9.52	V U14	Heerenveen				
vortex							
2022-04-07	10.50	V U12	Heerenveen				
6-kamp							
2023-05-06	1559	V U14	Heerenveen				
Rutger Hoekstra							
100							
2017-06-24	12.92w	M U16	Stadskanaal				
2018-09-22	12.57	M U16	Zoetermeer				
2019-04-13	13.44	M U18	Haaksbergen				
2021-04-11	12.4	M U20	Heerenveen				
200							
2018-05-12	26.32	M U16	Heerenveen				
300							
2018-07-13	41.36	M U16	Steenwijk				
2019-03-30	41.07	M U18	Steenwijk				
400							
2018-04-02	1:01.96	M U16	Amersfoort				
800							
2017-10-07	2:36.9	M U16	Heerenveen				
2018-10-06	2:27.07	M U16	Heerenveen				
1000							
2017-06-05	3:17.94	M U16	Amstelveen				
2018-05-21	3:06.55	M U16	Amstelveen				
100h 83,8							
2017-07-09	16.10	M U16	Stadskanaal				
2018-07-08	14.71	M U16	Stadskanaal				
110h 91,4							
2019-04-13	18.89	M U18	Haaksbergen				
110h 99,1							
2021-05-01	15.70	M U20	Heerenveen				
300h 76,2							
2017-08-27	48.62	M U16	Amsterdam				
2018-06-30	45.05	M U16	Groningen				
hoog							
2017-05-27	1.70	M U16	Stadskanaal				
2018-07-07	1.80	M U16	Stadskanaal				
2019-08-09	1.81	M U18	Utrecht				
2020-09-12	1.90	M U18	Amersfoort				
2021-06-13	1.84	M U20	Amersfoort				
2022-03-05	1.90	M U20	Clinton (USA)				
hss							
2018-08-25	12.10	M U16	Amsterdam				
polshoog							
2017-06-03	2.35	M U16	Groningen				
2018-05-12	2.75	M U16	Heerenveen				
2020-07-25	3.41	M U18	Heerenveen				
2021-05-01	3.36	M U20	Heerenveen				
ver							
2017-05-20	5.14	M U16	Heerenveen				
2018-09-22	5.54	M U16	Zoetermeer				
2019-04-13	5.58	M U18	Haaksbergen				
2020-07-04	6.02	M U18	Heerenveen				
2021-05-01	6.07	M U20	Heerenveen				
discus 1							
2017-05-14	32.78	M U16	Sneek				
2018-06-02	38.34	M U16	Stadskanaal				
discus 1½							
2019-06-30	33.28	M U18	Alphen a/d Rijn				

kogel 4							
2017-10-15	9.19	M U16	Steenwijk				
2018-07-13	10.56	M U16	Steenwijk				
kogel 5							
2019-06-08	10.85	M U18	Groningen				
speer 600							
2017-10-15	33.69	M U16	Steenwijk				
2018-10-06	38.90	M U16	Heerenveen				
speer 700							
2018-10-14	36.07	M U16	Steenwijk				
2019-04-13	38.80	M U18	Haaksbergen				
speer 800							
2022-05-07	50.96	M U20	Clinton (USA)				
werp 3-kamp							
2017-10-15	1447	M U16	Steenwijk				
2018-10-14	1288	M U16	Steenwijk				
8-kamp							
2017-07-09	4678	M U16	Stadskanaal				
2018-07-08	5361	M U16	Stadskanaal				
Steijn Hoen							
40h							
2022-04-07	8.8	M U10	Heerenveen				
ver							
2022-04-07	2.20	M U10	Heerenveen				
vortex							
2022-04-07	14.00	M U10	Heerenveen				
Lars van Hoeven							
80							
2011-05-14	11.18	M U14	Assen				
2012-05-17	10.62	M U14	Emmeloord				
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	Oordegeem (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)				
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				
80h 76,2							
2011-06-21	15.3	M U14	Sneek				
2012-05-18	15.55	M U14	Emmeloord				
200h							
2017-09-02	27.82	M U20	Assen				
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				
discus 1							
2011-07-15	20.76	M U14	Steenwijk				
2012-09-09	28.16	M U14	Emmen				
2013-04-20	31.27	M U16	Drachten				
2014-05-10	32.29	M U16	Drachten				
kogel 3							
2011-10-01	8.60	M U14	Heerenveen				
2012-09-09	9.79	M U14	Emmen				
kogel 4							
2012-09-28	7.32	M U14	Papenburg (Dui)				
2014-05-10	11.43	M U16	Drachten				
speer 400							
2011-07-02	26.58	M U14	Leeuwarden				
2012-09-16	34.56	M U14	Hoogeveen				
speer 600							
2013-10-05	31.09	M U16	Heerenveen				
werp 3-kamp							
2012-09-16	1454	M U14	Hoogeveen				
7-kamp							
2011-05-22	3038	M U14	Emmeloord				
2012-05-18	3839	M U14	Emmeloord				
Nanou Hofmann							
60							
2016-10-01	10.6	V U12	Heerenveen				
2017-06-24	9.53w	V U14	Stadskanaal				
2018-05-12	9.20	V U14	Heerenveen				
80							
2018-05-25	12.12	V U14	Soest				
2019-10-05	11.3	V U16	Heerenveen				
2020-07-25	11.61	V U16	Heerenveen				
100							
2019-08-02	14.38	V U16	Heiloo				
2021-10-02	14.97	V U18	Heerenveen				
150							
2017-09-03	23.41	V U14	Amsterdam				
2018-07-13	23.26	V U14	Steenwijk				
2019-07-05	21.72w	V U16	Steenwijk				
200							
2017-05-20	33.12	V U14	Heerenveen				
2018-05-12	33.68	V U14	Heerenveen				
2019-08-02	31.03	V U16	Heiloo				

300				
2017-07-07	56.84	V U14	Steenwijk	
600				
2017-05-14	2:13.45	V U14	Sneek	
2018-10-06	2:22.56	V U14	Heerenveen	
2019-10-05	2:03.5	V U16	Heerenveen	
1000				
2016-10-01	5:45.3	V U12	Heerenveen	
duur 6'				
2016-07-02	1175	V U12	Drachten	
60h				
2016-07-02	11.8	V U12	Drachten	
60h 76,2				
2017-05-27	13.02	V U14	Stadskanaal	
2018-04-14	13.37	V U14	Sneek	
80h 76,2				
2019-09-07	14.29	V U16	Deventer	
300h 76,2				
2019-06-22	53.41	V U16	Stadskanaal	
2020-07-11	54.87	V U16	Epe	
hoog				
2016-07-02	1.00	V U12	Drachten	
2017-06-24	1.30	V U14	Stadskanaal	
2018-10-13	1.30	V U14	Veendam	
2019-08-31	1.35	V U16	Veendam	
polsver				
2016-07-02	3.75	V U12	Drachten	
ver				
2016-10-01	3.06	V U12	Heerenveen	
2017-06-10	3.88	V U14	Sneek	
2018-04-07	4.34w	V U14	Steenwijk	
2019-05-05	4.33w	V U16	Sneek	
discus ¾				
2018-10-06	22.39	V U14	Heerenveen	
discus 1				
2019-07-05	21.63	V U16	Steenwijk	
2020-09-26	23.90	V U16	Heerenveen	
2021-05-22	21.65	V U18	Heerenveen	
kogel 2				
2016-07-02	5.90	V U12	Drachten	
2017-05-14	6.93	V U14	Sneek	
2018-06-09	9.43	V U14	Groningen	
kogel 3				
2019-10-05	8.89	V U16	Heerenveen	
2020-09-19	8.60	V U16	Grootebroek	
2021-04-11	9.77	V U18	Heerenveen	
slingeren				
2016-09-17	16.50	V U12	Heerenveen	
speer 400				
2017-06-03	12.76	V U14	Groningen	
2018-10-14	18.41	V U14	Steenwijk	
speer 500				
2019-05-05	15.58	V U16	Sneek	
vortex				
2016-09-17	17.50	V U12	Heerenveen	
werp 3-kamp				
2018-10-14	1054	V U14	Steenwijk	
6-kamp				
2017-05-14	1739	V U14	Sneek	
2019-05-05	2582	V U16	Sneek	
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	

Floris vd Hoogen

100				
2014-10-04	12.8	M U16	Heerenveen	
200				
2017-10-07	25.6	M U18	Heerenveen	
2019-10-05	26.2	M U20	Heerenveen	
800				
2014-10-04	2:52.6	M U16	Heerenveen	
2017-10-07	3:08.3	M U18	Heerenveen	
2019-10-05	2:55.8	M U20	Heerenveen	
80h 76,2				
2012-05-26	16.37	M U14	Assen	
100h 83,8				
2019-10-05	15.9	M U20	Heerenveen	
hoog				
2012-04-14	1.15	M U14	Heerenveen	
2019-10-05	1.40	M U20	Heerenveen	
ver				
2014-10-04	4.56	M U16	Heerenveen	
kogel 6				
2019-10-05	8.58	M U20	Heerenveen	
speer 400				
2012-04-21	19.83	M U14	Drachten	
speer 600				
2014-10-04	35.19	M U16	Heerenveen	
2017-10-07	35.04	M U18	Heerenveen	
speer 800				
2019-10-05	34.19	M U20	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				
40				
2014-10-04	7.7	M U9	Heerenveen	
2015-04-11	7.8	M U10	Leeuwarden	
60				
2016-10-01	10.5	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	10.2	M U12	Heerenveen	
80				
2018-10-06	13.72	M U14	Heerenveen	
150				
2020-07-02	24.3	M U16	Heerenveen	
600				
2014-10-04	2:58.2	M U9	Heerenveen	
1000				
2015-10-03	5:01.7	M U10	Heerenveen	
2016-10-01	4:45.9	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	4:52.4	M U12	Heerenveen	
2018-10-06	4:45.11	M U14	Heerenveen	
duur 6'				
2016-05-28	1225	M U12	Leeuwarden	
40h				
2015-04-11	9.2	M U10	Leeuwarden	
60h				
2016-05-28	11.7	M U12	Leeuwarden	
hoog				
2020-07-02	1.30	M U16	Heerenveen	
hurkhoog				
2015-04-11	0.75	M U10	Leeuwarden	
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	

balwerpen 135

2014-10-04	13.68	M U9	Heerenveen	
kogel 2				
2016-10-01	4.59	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	4.87	M U12	Heerenveen	
kogel 4				
2020-07-02	4.84	M U16	Heerenveen	
slingeren				
2016-09-17	15.00	M U12	Heerenveen	
speer 400				
2018-10-06	11.63	M U14	Heerenveen	
vortex				
2015-10-03	12.14	M U10	Heerenveen	
2016-09-17	12.50	M U12	Heerenveen	
Britt Huisman				
40				
2016-10-01	7.2	V U9	Heerenveen	
2017-07-08	7.3	V U10	Drachten	
60				
2018-10-06	9.86	V U12	Heerenveen	
2019-10-05	9.2	V U12	Heerenveen	
2020-09-26	9.4	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	8.78	V U14	Heerenveen	
80				
2022-06-18	11.17	V U16	Stadskanaal	
2023-06-17	10.89	V U16	Heerenveen	
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	
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	
400				
2023-06-25	56.90	V U16	Bergen op Zoom	
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	
1000				
2018-10-06	4:09.11	V U12	Heerenveen	
2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen	
duur 4'				
2016-07-02	925	V U9	Drachten	
2017-07-08	925	V U10	Drachten	
2019-06-29	975	V U12	Leeuwarden	
duur 6'				
2018-07-07	1375	V U12	Steenwijk	
40h				
2016-07-02	8.0	V U9	Drachten	
2017-07-08	7.5	V U10	Drachten	
60h				
2018-07-07	10.5	V U12	Steenwijk	
2019-06-29	10.2	V U12	Leeuwarden	
60h 76,2				
2021-04-17	10.6	V U14	Heerenveen	
80h 76,2				
2022-09-17	13.24	V U16	Rotterdam	
300h 76,2				
2022-06-11	49.41	V U16	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	hurkhoog			Meike Huistra		
2020-09-26	1.35	V U14	Heerenveen	2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden	40	
2021-10-09	1.51	V U14	Best	2020-09-12	0.95	V U10	Heerenveen	2015-06-13	7.49 V U8 Heerenveen
2022-07-09	1.55	V U16	Hoorn	polsver				2016-10-01	6.9 V U9 Heerenveen
2023-04-16	1.45	V U16	Almere	2022-06-25	3.70	V U12	Drachten	2017-10-07	6.9 V U10 Heerenveen
hurkhoog				ver				60	
2016-05-28	0.95	V U9	Leeuwarden	2019-10-05	3.12	V U9	Heerenveen	2018-03-25	9.88 V U12 Assen
2017-07-08	0.90	V U10	Drachten	2020-09-26	3.03	V U10	Heerenveen	2019-10-05	9.2 V U12 Heerenveen
polsver				2021-04-06	3.45	V U12	Heerenveen	2020-09-06	8.89 V U14 Barendrecht
2018-07-07	3.85	V U12	Steenwijk	2022-09-10	3.45	V U12	Heerenveen	2021-06-27	8.55 V U14 Hoofddorp
2019-06-29	5.00	V U12	Leeuwarden	2023-09-30	3.78	V U14	Heerenveen	80	
ver				balstoten				2022-10-01	10.8 V U16 Heerenveen
2016-06-18	3.23	V U9	Heerenveen	2019-05-25	4.10	V U9	Steenwijk	100	
2017-09-16	3.20	V U10	Heerenveen	2020-09-12	4.70	V U10	Heerenveen	2021-07-04	13.90 V U14 Dongen
2018-10-06	3.75	V U12	Heerenveen	kogel 2				2022-06-10	13.56 V U16 Ede
2019-10-05	3.88	V U12	Heerenveen	2022-10-01	6.19	V U12	Heerenveen	2023-06-23	12.93 V U16 Bergen op Zoom
2020-09-26	3.91	V U14	Heerenveen	2023-05-07	6.61	V U14	Heerenveen	150	
2021-10-02	4.72	V U14	Heerenveen	slingeren				2020-09-19	22.17 V U14 Grootebroek
2022-05-14	4.78	V U16	Heerenveen	2019-06-29	9.00	V U9	Leeuwarden	2021-10-02	20.57 V U14 Heerenveen
2023-06-09	4.78	V U16	Ede	2022-09-10	14.00	V U12	Heerenveen	2022-09-10	20.10 V U16 Zoetermeer
balstoten				speer 400				2023-09-09	19.52 V U16 Zoetermeer
2016-09-17	4.70	V U9	Heerenveen	2023-05-06	10.55	V U14	Heerenveen	600	
2017-09-16	4.50	V U10	Heerenveen	vortex				2015-10-03	2:27.1 V U8 Heerenveen
kogel 2				2019-10-05	12.16	V U9	Heerenveen	2016-06-18	2:18.20 V U9 Heerenveen
2018-07-07	5.70	V U12	Steenwijk	2020-09-12	12.00	V U10	Heerenveen	2019-04-07	2:14.29 V U12 Assen
2019-10-05	6.53	V U12	Heerenveen	2021-04-06	15.50	V U12	Heerenveen	2019-05-17	2:13.05 V U12 Amsterdam
2021-10-10	7.64	V U14	Best	2022-06-25	14.00	V U12	Drachten	2020-07-25	2:01.93 V U14 Heerenveen
kogel 3				6-kamp				2021-09-12	1:49.27 V U14 Zoetermeer
2023-04-20	8.51	V U16	Hoogeveen	2023-05-07	1761	V U14	Heerenveen	2022-09-11	1:50.59 V U16 Zoetermeer
slingeren				Julian Huisman				2023-09-10	1:45.10 V U16 Zoetermeer
2016-07-02	12.00	V U9	Drachten	60				1000	
2017-04-08	14.00	V U10	Leeuwarden	2022-05-21	11.0	M U12	Steenwijk	2017-10-07	4:12.7 V U10 Heerenveen
2018-09-15	13.50	V U12	Heerenveen	2023-05-20	10.6	M U12	Sneek	2018-10-06	3:56.15 V U12 Heerenveen
speer 400				duur 6'				2019-10-05	3:51.2 V U12 Heerenveen
2021-10-09	17.44	V U14	Best	2022-06-25	1250	M U12	Drachten	duur 4'	
vortex				2023-05-20	1300	M U12	Sneek	2016-07-02	950 V U9 Drachten
2016-07-02	13.00	V U9	Drachten	60h				2017-07-08	950 V U10 Drachten
2017-04-08	16.50	V U10	Leeuwarden	2022-06-25	12.4	M U12	Drachten	duur 6'	
2018-07-07	16.50	V U12	Steenwijk	2023-05-20	12.6	M U12	Sneek	2018-07-07	1400 V U12 Steenwijk
2019-06-29	24.50	V U12	Leeuwarden	hoog				40h	
2023-06-09	27.18	V U16	Ede	2022-06-25	0.90	M U12	Drachten	2016-07-02	7.7 V U9 Drachten
7-kamp				2023-06-24	1.00	M U12	Drachten	2017-07-08	7.6 V U10 Drachten
2021-10-10	2843	V U14	Best	polsver				60h	
Ilse Huisman				2022-06-25	2.80	M U12	Drachten	2018-07-07	10.9 V U12 Steenwijk
40				2023-06-24	3.50	M U12	Drachten	60h 76,2	
2020-09-26	7.3	V U10	Heerenveen	ver				2020-09-06	11.39 V U14 Barendrecht
50				2022-05-21	2.80	M U12	Steenwijk	2021-07-03	9.85 V U14 Assen
2019-10-05	7.6	V U9	Heerenveen	2023-05-20	3.15	M U12	Sneek	80h 76,2	
60				kogel 2				2022-05-26	11.79w V U16 Gorinchem
2021-04-06	10.2	V U12	Heerenveen	2022-06-25	5.00	M U12	Drachten	2023-09-09	12.02 V U16 Zoetermeer
2022-05-21	9.6	V U12	Steenwijk	2023-06-24	4.70	M U12	Drachten	100h 76,2	
2023-09-30	9.4	V U14	Heerenveen	slingeren				2023-06-11	15.61 V U16 Assen
600				2022-05-21	11.00	M U12	Steenwijk	hoog	
2019-10-05	2:31.9	V U9	Heerenveen	2023-09-16	14.00	M U12	Heerenveen	2016-09-17	1.10 V U9 Heerenveen
2020-09-26	2:29.0	V U10	Heerenveen	vortex				2017-09-09	1.20 V U10 Sneek
2022-10-01	2:24.0	V U12	Heerenveen	2022-06-25	15.50	M U12	Drachten	2018-09-01	1.30 V U12 Deventer
2023-05-07	2:09.21	V U14	Heerenveen	2023-06-24	21.00	M U12	Drachten	2019-07-06	1.30 V U12 Emmeloord
duur 4'				Melvin Huisman				2020-09-26	1.50 V U14 Heerenveen
2019-06-29	875	V U9	Leeuwarden	60				2021-10-09	1.61 V U14 Best
2020-09-12	900	V U10	Heerenveen	2023-05-20	10.6	M U12	Sneek	2021-06-27	1.55 V U16 Hoofddorp
duur 6'				duur 6'				2022-09-17	1.65 V U16 Rotterdam
2022-06-25	1300	V U12	Drachten	2023-05-20	1300	M U12	Sneek	2023-09-09	1.65 V U16 Zoetermeer
40h				60h				hurkhoog	
2019-06-29	8.3	V U9	Leeuwarden	2023-09-16	13.4	M U12	Heerenveen	2015-09-19	0.95 V U8 Heerenveen
60h				slingeren				2016-07-02	0.90 V U9 Drachten
2022-09-10	11.3	V U12	Heerenveen	2023-05-20	14.00	M U12	Sneek	2017-07-08	0.95 V U10 Drachten
60h 76,2				vortex				polsver	
2023-05-06	13.09w	V U14	Heerenveen	2023-05-20	18.00	M U12	Sneek	2018-07-07	3.95 V U12 Steenwijk
hoog				Meike Huistra				ver	
2019-05-25	0.95	V U9	Steenwijk	2015-10-03	3.07	V U8	Heerenveen	2015-10-03	3.07 V U8 Heerenveen
2022-06-25	1.25	V U12	Drachten	2016-10-01	3.50	V U9	Heerenveen	2016-10-01	3.50 V U9 Heerenveen
2023-05-06	1.25	V U14	Heerenveen	2017-10-07	3.64	V U10	Heerenveen	2017-10-07	3.64 V U10 Heerenveen
				2018-06-17	4.04	V U12	Soest	2018-06-17	4.04 V U12 Soest
				2019-10-05	4.12	V U12	Heerenveen	2019-10-05	4.12 V U12 Heerenveen
				2020-09-26	4.79	V U14	Heerenveen	2020-09-26	4.79 V U14 Heerenveen

2021-08-28	4.97	V U14	Paapendrecht
2022-09-17	5.25	V U16	Rotterdam
2023-09-02	5.52	V U16	Amsterdam
balstoten			
2015-09-19	4.30	V U8	Heerenveen
2016-09-17	5.90	V U9	Heerenveen
2017-09-16	6.70	V U10	Heerenveen
discus ¾			
2021-10-02	29.90	V U14	Heerenveen
discus 1			
2022-06-24	25.59	V U16	Steenwijk
kogel 2			
2018-09-01	6.75	V U12	Deventer
2019-10-05	8.13	V U12	Heerenveen
2020-07-25	10.03	V U14	Heerenveen
2021-09-12	13.32	V U14	Zoetermeer
kogel 3			
2022-05-14	11.54	V U16	Emmen
2023-09-09	12.44	V U16	Zoetermeer
slingeren			
2016-07-02	13.50	V U9	Drachten
2017-07-08	14.00	V U10	Drachten
2019-05-17	19.00	V U12	Amsterdam
speer 400			
2020-09-26	27.78	V U14	Heerenveen
2021-07-03	33.40	V U14	Assen
speer 500			
2022-07-09	31.86	V U16	Hoorn
2023-09-10	35.49	V U16	Zoetermeer
vortex			
2015-10-03	12.60	V U8	Heerenveen
2016-10-01	18.15	V U9	Heerenveen
2017-09-09	20.40	V U10	Sneek
2018-07-07	23.50	V U12	Steenwijk
2019-05-26	27.62	V U12	Soest
2022-06-10	41.13	V U16	Ede
2023-06-09	41.72	V U16	Ede
werp 3-kamp			
2022-10-08	1370	V U16	Steenwijk
5-kamp			
2019-07-06	2534	V U12	Emmeloord
6-kamp			
2021-09-12	3618	V U14	Zoetermeer
7-kamp			
2022-09-11	4198	V U16	Zoetermeer
2023-09-10	4596	V U16	Zoetermeer
Morris Hulsman			
40			
2014-10-04	7.5	M U9	Heerenveen
2015-06-27	7.1	M U10	Steenwijk
60			
2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen
2017-10-07	9.3	M U12	Heerenveen
80			
2018-10-06	12.33	M U14	Heerenveen
2019-10-05	11.5	M U14	Heerenveen
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
600			
2014-10-04	2:43.6	M U9	Heerenveen
1000			
2015-10-03	4:22.5	M U10	Heerenveen
2016-10-01	4:05.7	M U12	Heerenveen
2017-10-07	4:13.0	M U12	Heerenveen
2018-10-06	4:14.33	M U14	Heerenveen
2019-10-05	4:14.1	M U14	Heerenveen

duur 6'			
2016-05-28	1350	M U12	Leeuwarden
2017-07-08	1400	M U12	Drachten
40h			
2015-04-11	8.3	M U10	Leeuwarden
60h			
2016-05-28	11.7	M U12	Leeuwarden
2017-09-16	10.9	M U12	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
hurkhoog			
2015-06-27	0.80	M U10	Steenwijk
polsver			
2016-07-02	4.40	M U12	Drachten
2017-04-08	4.80	M U12	Leeuwarden
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
balwerpen 135			
2014-10-04	14.11	M U9	Heerenveen
discus 1			
2018-04-07	11.87	M U14	Steenwijk
2019-05-25	14.58	M U14	Sneek
2021-10-02	17.83	M U16	Heerenveen
kogel 2			
2015-09-26	4.01	M U10	Leeuwarden
2016-09-24	5.90	M U12	Leeuwarden
2017-10-07	6.00	M U12	Heerenveen
kogel 4			
2020-07-02	6.02	M U16	Heerenveen
2021-05-22	7.02	M U16	Heerenveen
kogel 5			
2022-10-01	8.31	M U18	Heerenveen
slingeren			
2016-09-17	15.50	M U12	Heerenveen
2017-05-20	20.50	M U12	Steenwijk
speer 400			
2018-06-30	16.57	M U14	Groningen
2019-04-06	17.07	M U14	Heerenveen
speer 600			
2021-05-01	18.91	M U16	Heerenveen
vortex			
2015-06-27	14.50	M U10	Steenwijk
2016-09-17	22.00	M U12	Heerenveen
2017-04-08	22.00	M U12	Leeuwarden
Anne Hulzebos			
40			
2019-10-05	8.4	V U10	Heerenveen
60			
2020-06-02	11.3	V U12	Heerenveen
2021-05-06	11.3	V U12	Heerenveen
2022-05-21	10.98	V U14	Heerenveen
600			
2020-09-26	2:46.0	V U12	Heerenveen
2021-05-22	2:49.71	V U12	Heerenveen
duur 6'			
2020-09-12	1125	V U12	Heerenveen
2021-06-05	1175	V U12	Heerenveen
60h			
2020-09-12	12.7	V U12	Heerenveen
2021-06-05	12.8	V U12	Heerenveen

hoog			
2020-06-30	1.00	V U12	Heerenveen
2021-05-06	1.00	V U12	Heerenveen
2022-06-11	1.05	V U14	Heerenveen
polsver			
2020-09-12	2.55	V U12	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.60	V U10	Heerenveen
2020-09-26	2.86	V U12	Heerenveen
2021-06-05	2.55	V U12	Heerenveen
2022-05-21	2.95	V U14	Heerenveen
kogel 2			
2020-09-12	5.00	V U12	Heerenveen
2021-05-06	5.00	V U12	Heerenveen
2022-10-01	6.46	V U14	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	12.00	V U12	Heerenveen
2021-06-05	17.00	V U12	Heerenveen
speer 400			
2022-10-01	11.90	V U14	Heerenveen
vortex			
2019-10-05	11.14	V U10	Heerenveen
2020-09-12	11.50	V U12	Heerenveen
2021-05-06	17.00	V U12	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			
60			
2018-09-15	10.7	M U12	Heerenveen
2019-10-05	10.4	M U12	Heerenveen
80			
2021-06-19	13.17	M U14	Leeuwarden
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
duur 4'			
2019-06-29	925	M U12	Leeuwarden
duur 6'			
2018-04-21	1250	M U12	Drachten

2019-05-25	1350	M U12	Steenwijk
60h			
2018-05-26	12.9	M U12	Sneek
2019-09-14	11.5	M U12	Sneek
100h 83,8			
2023-05-13	22.03	M U16	Hoogeveen
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
polsver			
2018-04-21	3.25	M U12	Drachten
2019-06-29	3.55	M U12	Leeuwarden
ver			
2018-07-14	2.97	M U12	Heerenveen
2019-10-05	2.96	M U12	Heerenveen
discus 1			
2023-06-17	19.39	M U16	Heerenveen
kogel 2			
2018-07-14	5.04	M U12	Heerenveen
2019-06-29	5.60	M U12	Leeuwarden
kogel 3			
2020-07-02	5.45	M U14	Heerenveen
slingeren			
2018-05-26	13.50	M U12	Sneek
2019-05-25	15.00	M U12	Steenwijk
speer 400			
2020-09-26	12.66	M U14	Heerenveen
2021-06-19	16.37	M U14	Leeuwarden
speer 600			
2022-10-01	22.99	M U16	Heerenveen
2023-05-13	22.30	M U16	Hoogeveen
vortex			
2018-05-26	17.50	M U12	Sneek
2019-06-29	21.00	M U12	Leeuwarden

Jorrick de Jong

60			
2021-10-02	10.21	M U12	Heerenveen
2022-09-10	9.6	M U12	Heerenveen
600			
2021-10-02	2:20.62	M U12	Heerenveen
2022-10-01	2:22.0	M U12	Heerenveen
60h			
2022-09-10	10.5	M U12	Heerenveen
hoog			
2022-10-01	1.10	M U12	Heerenveen
ver			
2021-10-02	3.01	M U12	Heerenveen
2022-04-07	3.30	M U12	Heerenveen
kogel 2			
2021-10-02	5.40	M U12	Heerenveen
2022-10-01	6.26	M U12	Heerenveen
slingeren			
2022-09-10	16.50	M U12	Heerenveen
vortex			
2022-09-10	24.50	M U12	Heerenveen

Mia de Jong

40			
2022-10-01	8.4	V U9	Heerenveen
2023-04-06	7.6	V U10	Heerenveen
600			
2022-10-01	2:53.0	V U9	Heerenveen
ver			
2022-10-01	2.35	V U9	Heerenveen
2023-04-06	2.65	V U10	Heerenveen
vortex			
2022-10-01	7.50	V U9	Heerenveen

2023-04-06	10.00	V U10	Heerenveen
------------	-------	-------	------------

Cas Jonker

40			
2015-06-13	9.42	M U8	Heerenveen
2016-07-02	7.8	M U8	Drachten
2017-07-08	7.7	M U9	Drachten
2018-04-21	7.4	M U10	Drachten
60			
2020-09-26	10.4	M U12	Heerenveen
80			
2021-05-22	13.29	M U14	Heerenveen
2023-04-20	11.23	M U16	Hoogeveen
600			
2015-06-13	2:55.74	M U8	Heerenveen
2017-10-07	2:30.5	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2:17.0	M U12	Heerenveen
2022-05-14	1:52.68	M U14	Emmen
800			
2021-05-22	3:07.97	M U14	Heerenveen
2023-06-17	2:34.82	M U16	Heerenveen
1000			
2021-04-17	3:59.0	M U14	Heerenveen
2022-06-11	3:25.78	M U14	Heerenveen
duur 4'			
2016-07-02	925	M U8	Drachten
2017-07-08	925	M U9	Drachten
2018-04-21	925	M U10	Drachten
40h			
2016-07-02	8.5	M U8	Drachten
2017-07-08	9.1	M U9	Drachten
2018-07-07	7.5	M U10	Steenwijk
hoog			
2016-09-17	0.85	M U8	Heerenveen
2017-05-20	0.85	M U9	Steenwijk
hurkhoog			
2016-05-28	0.85	M U8	Leeuwarden
2017-07-08	0.65	M U9	Drachten
2018-04-21	0.75	M U10	Drachten
ver			
2015-10-03	2.35	M U8	Heerenveen
2016-05-28	3.25	M U8	Leeuwarden
2017-10-07	2.44	M U9	Heerenveen
2020-09-26	3.01	M U12	Heerenveen
2022-05-14	4.10	M U14	Emmen
2023-04-20	3.94	M U16	Hoogeveen
balstoten			
2016-09-17	4.50	M U8	Heerenveen
2017-05-20	4.80	M U9	Steenwijk
kogel 2			
2020-09-26	6.88	M U12	Heerenveen
kogel 3			
2021-04-17	6.89	M U14	Heerenveen
2022-06-11	8.98	M U14	Heerenveen
kogel 4			
2023-06-17	8.22	M U16	Heerenveen
slingeren			
2016-07-02	12.00	M U8	Drachten
2017-07-08	15.00	M U9	Drachten
2018-04-21	13.50	M U10	Drachten
speer 400			
2021-04-17	16.46	M U14	Heerenveen
2022-04-09	16.78	M U14	Emmeloord
vortex			
2015-10-03	12.05	M U8	Heerenveen
2016-05-28	11.00	M U8	Leeuwarden
2017-05-20	12.50	M U9	Steenwijk
2018-04-21	16.50	M U10	Drachten
2020-06-02	22.50	M U12	Heerenveen
2023-04-20	41.19	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

Harmen Jorritsma

800			
2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen
2018-10-06	2:46.86	M50	Heerenveen
3000			
2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen
2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen

Erik Sjoerd Kan

100			
2011-10-01	12.7	M	Heerenveen
800			
2011-10-01	3:29.2	M	Heerenveen

Rienk Kan

100			
2011-10-01	12.4	M U20	Heerenveen
2012-06-24	12.27	M U20	Drachten
2013-06-14	12.25	M U23	Utrecht
2014-10-04	11.8	M U23	Heerenveen
2015-06-12	11.99	M U23	Wageningen
2016-05-16	11.79w	M	Tilburg
2017-09-23	12.14	M	Amersfoort
150			
2014-08-08	18.07	M U23	Utrecht
200			
2012-07-06	24.60	M U20	Alkmaar
2013-05-11	23.91	M U23	Heerenveen
2014-05-17	23.97	M U23	Heerenveen
2015-10-03	23.6	M U23	Heerenveen
2016-10-01	24.0	M	Heerenveen
2017-10-07	25.1	M	Heerenveen
300			
2014-08-08	39.32	M U23	Utrecht
400			
2011-06-24	58.52	M U20	Groningen
2014-05-04	53.87	M U23	Grootebroek
2015-05-08	53.99	M U23	Utrecht
2016-06-04	54.75	M	Gemert
2017-07-08	58.76	M	Stadskanaal
800			
2011-10-01	2:32.0	M U20	Heerenveen
2012-10-06	2:47.3	M U20	Heerenveen
2013-10-05	2:24.7	M U23	Heerenveen
2014-10-04	2:21.3	M U23	Heerenveen
2015-06-12	2:11.44	M U23	Wageningen
2016-10-01	2:29.6	M	Heerenveen
2017-10-07	2:39.0	M	Heerenveen
1500			
2015-07-31	4:54.38	M U23	Amsterdam
2016-06-05	5:13.72	M	Gemert
2017-07-09	5:27.45	M	Stadskanaal
110h 106,7			
2014-05-09	18.85	M U23	Utrecht
2015-07-31	17.62	M U23	Amsterdam
2016-06-05	18.06	M	Gemert
2017-07-09	18.56	M	Stadskanaal
2018-04-22	19.41	M	Assen
hoog			
2011-10-01	1.70	M U20	Heerenveen
2012-05-20	1.75	M U20	Harderwijk
2014-05-31	1.66	M U23	Gemert
2015-08-29	1.77	M U23	Stadskanaal
2016-06-04	1.78	M	Gemert

2017-07-08	1.70	M	Stadskanaal	2023-06-09	14.42	V U18	Ede	balwerpen 135			
2018-04-22	1.70	M	Assen	150				2014-08-30	11.68	V U8	Assen
hss				2020-07-04	22.6	V U14	Heerenveen	discus ¾			
2011-07-10	13.17	M U20	Alphen a/d Rijn	2021-10-02	21.72	V U16	Heerenveen	2019-04-06	12.41	V U14	Heerenveen
2012-06-03	13.32	M U20	Breda	2022-04-30	21.75	V U16	Heerenveen	discus 1			
2013-07-20	13.84w	M U23	Amsterdam	200				2021-05-22	18.89	V U16	Heerenveen
2014-05-04	13.15	M U23	Grootebroek	2019-05-11	33.97	V U14	Heerenveen	2022-09-04	21.63	V U16	Groningen
2015-05-25	14.04	M U23	Tilburg	2021-05-01	29.75	V U16	Heerenveen	kogel 2			
2016-06-26	13.62w	M	Harderwijk	2023-09-30	28.8	V U18	Heerenveen	2017-04-08	5.00	V U12	Leeuwarden
2017-06-18	13.12	M	Harderwijk	300				2018-06-02	6.28	V U12	Stadskanaal
2018-07-01	13.06	M	Harderwijk	2020-07-04	50.0	V U14	Heerenveen	2019-10-05	7.81	V U14	Heerenveen
polshoog				2021-07-09	48.25	V U16	Steenwijk	kogel 3			
2015-08-30	2.60	M U23	Stadskanaal	2022-06-24	45.28	V U16	Steenwijk	2021-08-28	9.05	V U16	Amsterdam
2016-06-05	2.60	M	Gemert	400				2022-06-10	9.85	V U16	Ede
2017-07-09	2.50	M	Stadskanaal	2023-06-11	1:01.37	V U18	Assen	2023-06-09	8.96	V U18	Ede
ver				600				slingeren			
2011-04-02	6.06	M U20	Steenwijk	2014-10-04	2:22.4	V U8	Heerenveen	2016-07-02	12.50	V U10	Drachten
2012-04-25	6.18w	M U20	Kampen	2015-10-03	2:17.3	V U9	Heerenveen	2018-09-15	17.00	V U12	Heerenveen
2013-06-02	6.05	M U23	Drachten	2019-10-05	2:04.0	V U14	Heerenveen	speer 400			
2014-10-04	6.11	M U23	Heerenveen	2020-09-26	1:55.0	V U14	Heerenveen	2019-05-11	12.02	V U14	Heerenveen
2015-05-16	6.82w	M U23	Heerenveen	2021-10-02	1:53.07	V U16	Heerenveen	2020-09-26	18.50	V U14	Heerenveen
2016-05-16	6.78w	M	Tilburg	2022-07-09	1:46.27	V U16	Hoorn	speer 500			
2017-04-08	6.31	M	Heerenveen	800				2021-06-19	20.53	V U16	Leeuwarden
2018-09-09	6.07	M	Grootebroek	2020-09-19	2:52.56	V U14	Grootebroek	2022-07-09	26.60	V U16	Hoorn
discus 1¾				2021-08-28	2:40.32	V U16	Amsterdam	2023-05-28	27.10	V U18	Harderwijk
2012-10-06	32.20	M U20	Heerenveen	2022-04-09	2:34.86	V U16	Emmeloord	vortex			
discus 2				2023-06-23	2:30.49	V U18	Bergen op Zoom	2014-06-28	11.00	V U8	Sneek
2013-10-05	26.88	M U23	Heerenveen	1000				2015-10-03	15.09	V U9	Heerenveen
2015-07-05	33.87	M U23	Best	2016-10-01	4:00.6	V U10	Heerenveen	2016-10-01	14.04	V U10	Heerenveen
2016-05-06	32.87	M	Rijssen	2017-10-07	3:59.4	V U12	Heerenveen	2017-07-08	14.50	V U12	Drachten
2017-09-23	32.28	M	Amersfoort	2018-10-06	3:50.19	V U12	Heerenveen	2018-07-07	22.00	V U12	Steenwijk
2018-07-01	31.87	M	Harderwijk	1500				2022-06-10	31.08	V U16	Ede
kogel 7¾				2022-09-17	5:33.80	V U16	Rotterdam	2023-06-09	33.96	V U18	Ede
2013-06-16	9.26	M U23	Harderwijk	2023-05-28	5:33.28	V U18	Harderwijk	7-kamp			
2014-05-21	9.13	M U23	Sneek	duur 4'				2021-10-10	2854	V U16	Best
2015-10-03	10.45	M U23	Heerenveen	2016-07-02	950	V U10	Drachten	2022-05-01	2986	V U16	Heerenveen
2016-05-29	10.41	M	Emmeloord	duur 6'				Joost Kemme			
2017-09-23	9.69	M	Amersfoort	2017-07-08	1450	V U12	Drachten	40			
2018-04-22	10.01	M	Assen	40h				2022-04-23	7.9	M U10	Leeuwarden
speer 800				2014-04-12	8.2	V U8	Drachten	duur 4'			
2011-10-01	37.81	M U20	Heerenveen	2016-07-02	8.2	V U10	Drachten	2022-05-21	850	M U10	Steenwijk
2014-10-04	41.19	M U23	Heerenveen	60h				duur 6'			
2015-07-31	47.24	M U23	Amsterdam	2017-07-08	11.7	V U12	Drachten	2023-04-22	1250	M U12	Leeuwarden
2016-06-05	44.21	M	Gemert	2018-07-07	11.4	V U12	Steenwijk	40h			
2017-09-23	48.04	M	Amersfoort	80h 76,2				2022-04-23	10.4	M U10	Leeuwarden
2018-05-27	47.32	M	Drachten	2021-10-09	15.58	V U16	Best	60h			
sprint 2-kamp				2022-04-30	15.12	V U16	Heerenveen	2023-04-22	12.5	M U12	Leeuwarden
2012-05-12	1035	M U20	Heerenveen	hoog				hoog			
werp 3-kamp				2014-08-30	0.80	V U8	Assen	2022-05-21	0.80	M U10	Steenwijk
2014-05-21	1367	M U23	Sneek	2016-09-17	0.95	V U10	Heerenveen	2023-06-24	0.85	M U12	Drachten
2015-06-05	1484	M U23	Steenwijk	2017-07-08	1.05	V U12	Drachten	hurkhoog			
10-kamp				2018-07-14	1.10	V U12	Heerenveen	2022-04-23	0.65	M U10	Leeuwarden
2015-07-05	5329	M U23	Best	2019-10-05	1.25	V U14	Heerenveen	polsver			
2016-06-05	5285	M	Gemert	2021-10-02	1.25	V U16	Heerenveen	2023-06-24	2.85	M U12	Drachten
2017-07-09	4728	M	Stadskanaal	2022-04-30	1.10	V U16	Heerenveen	ver			
discus 2				hurkhoog				2022-05-21	2.20	M U10	Steenwijk
2014-06-29	30.44	M U23	Enschede	2014-09-13	0.75	V U8	Leeuwarden	balstoten			
Roelof Kedde				2015-09-19	0.90	V U9	Heerenveen	2022-05-21	4.60	M U10	Steenwijk
25000				polsver				kogel 2			
2021-07-10	2:22:51	M65	Heerenveen	2017-07-08	3.45	V U12	Drachten	2023-06-24	4.80	M U12	Drachten
Norah Keijzer				2018-04-21	3.45	V U12	Drachten	slingeren			
40				ver				2022-04-23	11.00	M U10	Leeuwarden
2014-06-28	7.6	V U8	Sneek	2014-08-30	2.52	V U8	Assen	vortex			
2015-06-13	7.75	V U9	Heerenveen	2015-10-03	2.83	V U9	Heerenveen	2022-09-10	13.00	M U10	Heerenveen
2016-10-01	7.2	V U10	Heerenveen	2016-10-01	3.02	V U10	Heerenveen	2023-06-24	16.50	M U12	Drachten
60				2017-10-07	3.22	V U12	Heerenveen	Bram Kielman			
2017-10-07	10.4	V U12	Heerenveen	2018-10-06	3.76	V U12	Heerenveen	1500			
2018-10-06	9.94	V U12	Heerenveen	2019-06-22	3.58	V U14	Stadskanaal	2021-08-06	4:05.02	M	Utrecht
2019-10-05	9.5	V U14	Heerenveen	2020-07-25	3.91	V U14	Heerenveen				
80				2021-07-03	4.13	V U16	Assen				
2021-06-19	12.18	V U16	Leeuwarden	2022-06-10	4.11	V U16	Ede				
100				balstoten							
2022-06-10	14.06w	V U16	Ede	2014-09-13	3.40	V U8	Leeuwarden				
				2015-09-19	4.30	V U9	Heerenveen				
				2016-09-17	4.50	V U10	Heerenveen				

Fylèn Kirindongo				kogel 5				vortex			
40				2015-10-03	5.48	M65	Heerenveen	2015-10-03	10.26	V U9	Heerenveen
2022-04-23	7.3	V U9	Leeuwarden	2017-09-23	5.53	M65	Steenwijk	2016-10-01	16.96	V U10	Heerenveen
600				speer 500				2017-07-08	19.00	V U12	Drachten
2022-10-01	3:22.0	V U9	Heerenveen	2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen	2018-04-21	20.00	V U12	Drachten
duur 4'				2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen	Johan Knoester			
2022-05-21	750	V U9	Steenwijk	2020-08-28	10.85	M70	Heerenveen	100			
40h				2021-08-27	10.05	M70	Heerenveen	2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen
2022-04-23	9.0	V U9	Leeuwarden	speer 600				200			
hoog				2015-10-03	11.97	M65	Heerenveen	2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen
2021-09-11	0.85	V U8	Drachten	2017-09-23	12.63	M65	Steenwijk	2018-10-06	37.86	M70	Heerenveen
2022-09-10	0.85	V U9	Heerenveen	werp 3-kamp				800			
hurkhoog				2017-10-07	233	M65	Heerenveen	2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen
2022-04-23	0.75	V U9	Leeuwarden	2018-10-06	322	M70	Heerenveen	3000			
ver				2019-10-05	480	M70	Heerenveen	2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen
2021-09-11	2.65	V U8	Drachten	2020-08-28	145	M70	Heerenveen	hoog			
2022-10-01	2.45	V U9	Heerenveen	2021-08-27	254	M70	Heerenveen	2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen
balstoten				Remco Klinker				ver			
2021-09-11	2.90	V U8	Drachten	800				2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen
2022-05-21	4.50	V U9	Steenwijk	2023-09-30	2:40.6	M35	Heerenveen	2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen
slingeren				Femke Knijn				2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen
2022-04-23	8.00	V U9	Leeuwarden	40				discus 1			
vortex				2015-06-13	8.52	V U9	Heerenveen	2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen
2021-09-11	9.50	V U8	Drachten	2016-10-01	7.5	V U10	Heerenveen	2018-10-06	18.15	M70	Heerenveen
2022-10-01	14.00	V U9	Heerenveen	60				2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen
Wieger Klijnstra				2017-09-16	10.6	V U12	Heerenveen	kogel 4			
100				2018-09-15	10.6	V U12	Heerenveen	2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen
2016-04-09	16.24w	M65	Heerenveen	2019-10-05	10.1	V U14	Heerenveen	2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen
2017-06-17	16.59	M65	Emmeloord	600				speer 500			
2018-05-13	16.42	M65	Emmen	2015-05-16	2:41.66	V U9	Heerenveen	2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen
2019-04-07	16.75	M70	Amersfoort	2019-10-05	2:10.7	V U14	Heerenveen	2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen
2020-07-25	17.53	M70	Heerenveen	2020-09-26	1:54.0	V U14	Heerenveen	2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen
2022-04-24	17.61	M70	Emmen	800				werp 3-kamp			
150				2021-04-17	2:36.5	V U16	Heerenveen	2017-10-07	697	M70	Heerenveen
2017-07-07	25.39w	M65	Steenwijk	1000				2018-10-06	516	M70	Heerenveen
2018-07-13	25.59	M65	Steenwijk	2016-10-01	4:11.4	V U10	Heerenveen	Jan Jelle Koerts			
2019-07-05	25.36w	M70	Steenwijk	2020-07-02	3:32.1	V U14	Heerenveen	hoog			
2022-06-24	26.86	M70	Steenwijk	3000				2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn
200				2021-04-11	11:21.6	V U16	Heerenveen	polshoog			
2015-10-03	35.0	M65	Heerenveen	duur 4'				2011-06-05	2.00	M40	Assen
2017-10-07	35.9	M65	Heerenveen	2016-07-02	925	V U10	Drachten	ver			
2018-06-10	35.51	M65	Apeldoorn	duur 6'				2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn
2019-07-13	35.56	M70	Rotterdam	2017-07-08	1450	V U12	Drachten	discus 1½			
2020-07-25	37.41w	M70	Heerenveen	2018-04-21	1475	V U12	Drachten	2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen
300				40h				2021-10-02	20.33	M50	Heerenveen
2018-07-13	1:02.13	M65	Steenwijk	2016-07-02	8.3	V U10	Drachten	2022-04-24	19.34	M50	Emmen
2019-07-05	1:05.55	M70	Steenwijk	60h				discus 2			
2022-06-24	1:09.13	M70	Steenwijk	2017-07-08	12.7	V U12	Drachten	2019-10-05	19.40	M45	Heerenveen
800				2018-04-21	12.2	V U12	Drachten	kogel 6			
2015-10-03	4:10.6	M65	Heerenveen	hoog				2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen
2018-10-06	4:17.13	M70	Heerenveen	2017-04-08	0.95	V U12	Leeuwarden	2021-10-02	7.98	M50	Heerenveen
2019-10-05	4:20.8	M70	Heerenveen	2018-04-21	1.05	V U12	Drachten	2022-04-24	7.79	M50	Emmen
hoog				hurkhoog				kogel 7¼			
2015-10-03	1.00	M65	Heerenveen	2016-07-02	0.90	V U10	Drachten	2019-10-05	7.29	M45	Heerenveen
2017-09-23	0.95	M65	Steenwijk	polsver				speer 700			
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	2017-07-08	3.60	V U12	Drachten	2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen
ver				2018-04-21	3.85	V U12	Drachten	2021-10-02	22.21	M50	Heerenveen
2015-10-03	2.21	M65	Heerenveen	ver				2022-04-24	23.70	M50	Emmen
2017-10-07	2.04	M65	Heerenveen	2015-10-03	2.54	V U9	Heerenveen	speer 800			
2018-10-06	1.94	M70	Heerenveen	2016-10-01	2.68	V U10	Heerenveen	2014-10-04	25.19	M40	Heerenveen
2019-10-05	1.85	M70	Heerenveen	2017-05-20	2.75	V U12	Steenwijk	2015-10-03	23.25	M45	Heerenveen
discus 1				2018-09-15	2.85	V U12	Heerenveen	2019-04-07	23.79	M45	Amersfoort
2017-09-23	17.33	M65	Steenwijk	2019-10-05	3.05	V U14	Heerenveen	werp 3-kamp			
2018-10-06	15.65	M70	Heerenveen	kogel 2				2019-10-05	912	M45	Heerenveen
2019-10-05	18.19	M70	Heerenveen	2017-07-08	4.40	V U12	Drachten	2020-08-28	744	M50	Heerenveen
2020-09-26	16.41	M70	Heerenveen	2018-04-21	5.00	V U12	Drachten	2021-08-27	787	M50	Heerenveen
2021-08-27	16.71	M70	Heerenveen	slingeren				Quin Kok			
kogel 4				2016-04-16	11.00	V U10	Sneek	40			
2018-10-06	5.70	M70	Heerenveen	2017-05-20	13.50	V U12	Steenwijk	2023-09-30	7.8	M U8	Heerenveen
2019-10-05	6.16	M70	Heerenveen	2018-09-15	15.50	V U12	Heerenveen				
2020-09-26	6.17	M70	Heerenveen								
2021-08-27	5.37	M70	Heerenveen								

600				40h			Maaike Kramer			
2023-09-30	3:01.0	M U8	Heerenveen	2023-06-24	8.9	M U8	Drachten	40		
duur 4'				hoog				2011-10-01	8.5	V U8 Heerenveen
2023-06-24	750	M U8	Drachten	2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen	2012-05-12	8.30	V U9 Hoogeveen
40h				hurkhoog				2013-04-13	7.2	V U10 Drachten
2023-06-24	9.0	M U8	Drachten	2023-06-24	0.65	M U8	Drachten	60		
hoog				ver				2014-10-04	11.0	V U12 Heerenveen
2023-05-20	0.75	M U8	Sneek	2023-09-16	2.30	M U8	Heerenveen	2015-10-03	10.6	V U12 Heerenveen
hurkhoog				balstoten				2016-10-01	9.7	V U14 Heerenveen
2023-06-24	0.70	M U8	Drachten	2023-09-16	3.30	M U8	Heerenveen	2017-05-06	10.00	V U14 Groningen
ver				slingeren				80		
2023-09-30	2.71	M U8	Heerenveen	2023-06-24	8.00	M U8	Drachten	2018-10-06	12.59	V U16 Heerenveen
balstoten				vortex				200		
2023-09-16	4.50	M U8	Heerenveen	2023-09-16	12.00	M U8	Heerenveen	2017-05-20	34.89	V U14 Heerenveen
slingeren				Myrthe Kootstra				600		
2023-04-22	8.00	M U8	Leeuwarden	60				2011-07-16	2:42.87	V U8 Hoogeveen
vortex				2021-10-02	10.45w	V U12	Heerenveen	2012-04-14	2:32.3	V U9 Heerenveen
2023-09-30	10.00	M U8	Heerenveen	2022-09-10	10.1	V U12	Heerenveen	2016-04-09	2:17.92	V U14 Heerenveen
Mirthe Koot				2023-06-17	10.19	V U14	Heerenveen	2017-10-07	2:14.5	V U14 Heerenveen
60				600				800		
2023-04-06	12.9	V U12	Heerenveen	2021-10-02	2:23.50	V U12	Heerenveen	2018-05-12	3:12.13	V U16 Heerenveen
40h				2022-10-01	2:27.0	V U12	Heerenveen	1000		
2022-04-07	9.8	V U10	Heerenveen	duur 6'				2013-10-05	4:21.3	V U10 Heerenveen
ver				2022-04-23	1225	V U12	Leeuwarden	2014-10-04	4:17.9	V U12 Heerenveen
2022-04-07	2.20	V U10	Heerenveen	60h				2015-10-03	4:11.2	V U12 Heerenveen
vortex				2022-09-10	11.2	V U12	Heerenveen	2016-04-23	4:16.57	V U14 Assen
2022-04-07	7.50	V U10	Heerenveen	hoog				2017-06-10	3:51.05	V U14 Sneek
2023-04-06	11.50	V U12	Heerenveen	2022-10-01	1.15	V U12	Heerenveen	40h		
Anna Kootstra				2023-06-17	1.30	V U14	Heerenveen	2013-04-13	8.5	V U10 Drachten
100				polsver				60h		
2023-09-30	16.2	V40	Heerenveen	2022-04-23	2.00	V U12	Leeuwarden	2014-06-28	12.4	V U12 Sneek
200				ver				2015-04-11	10.9	V U12 Leeuwarden
2023-09-30	34.8	V40	Heerenveen	2021-09-04	3.30	V U12	Hoogeveen	hoog		
sprint 2-kamp				2022-09-10	3.30	V U12	Heerenveen	2012-06-09	0.90	V U9 Steenwijk
2023-09-30	600	V40	Heerenveen	2023-09-30	3.60	V U14	Heerenveen	2014-06-28	1.05	V U12 Sneek
Hedzer Kootstra				kogel 2				2015-06-27	1.00	V U12 Steenwijk
40				2021-10-02	5.24	V U12	Heerenveen	2016-10-01	1.15	V U14 Heerenveen
2023-06-24	8.0	M U8	Drachten	2022-10-01	7.47	V U12	Heerenveen	hurkhoog		
600				slingeren				2013-09-14	1.10	V U10 Sneek
2023-09-30	3:06.0	M U8	Heerenveen	2022-05-21	14.00	V U12	Steenwijk	polshoog		
duur 4'				vortex				2018-06-09	2.26	V U16 Groningen
2023-06-24	650	M U8	Drachten	2022-09-10	18.00	V U12	Heerenveen	2019-04-28	2.10	V U16 Epe
40h				Marcel Kortekaas				2020-07-25	2.41	V U18 Heerenveen
2023-06-24	10.0	M U8	Drachten	100				2021-09-15	2.40	V U18 Dronten
hoog				2014-10-04	16.2	M55	Heerenveen	2022-06-23	2.50	V U20 Hengelo
2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen	800				2023-05-20	2.40	V U20 Heerenveen
hurkhoog				2014-10-04	3:00.1	M55	Heerenveen	ver		
2023-06-24	0.55	M U8	Drachten	ver				2011-05-14	2.35	V U8 Sneek
ver				2014-10-04	2.99	M55	Heerenveen	2012-07-07	2.58	V U9 Heerenveen
2023-09-30	2.42	M U8	Heerenveen	discus 1½				2013-10-05	2.83	V U10 Heerenveen
balstoten				2014-10-04	14.31	M55	Heerenveen	2014-06-14	2.50	V U12 Steenwijk
2023-09-16	3.80	M U8	Heerenveen	kogel 6				2015-10-03	3.16	V U12 Heerenveen
slingeren				2014-10-04	5.82	M55	Heerenveen	2017-10-07	3.80	V U14 Heerenveen
2023-06-24	10.50	M U8	Drachten	Annemarijn Kraak				2018-10-06	3.65	V U16 Heerenveen
vortex				100				2019-05-11	3.82w	V U16 Heerenveen
2023-09-16	9.50	M U8	Heerenveen	2020-09-26	14.3	V U18	Heerenveen	balstoten		
Jesper Kootstra				2021-10-02	14.40	V U18	Heerenveen	2011-05-14	3.48	V U8 Sneek
40				200				2012-06-09	4.02	V U9 Steenwijk
2023-09-30	7.9	M U8	Heerenveen	2021-10-02	30.27	V U18	Heerenveen	2013-09-14	4.80	V U10 Sneek
600				ver				balwerpen 135		
2023-09-30	3:12.0	M U8	Heerenveen	2020-09-26	4.26	V U18	Heerenveen	2011-06-25	15.76	V U8 Heerenveen
duur 4'				2021-05-22	4.48	V U18	Heerenveen	2012-07-07	16.00	V U9 Heerenveen
2023-06-24	700	M U8	Drachten	discus 1				discus ¾		
				2021-05-22	20.81	V U18	Heerenveen	2016-10-01	14.55	V U14 Heerenveen
								2017-10-07	18.96	V U14 Heerenveen
								discus 1		
								2018-06-09	18.26	V U16 Groningen
								2019-04-28	19.47	V U16 Epe
								kogel 2		
								2013-10-05	4.25	V U10 Heerenveen
								2014-06-28	5.40	V U12 Sneek
								2015-10-03	5.44	V U12 Heerenveen
								2016-06-25	6.03	V U14 Emmen

kogel 3			
2018-06-30	7.15	V U16	Groningen
2020-07-25	8.14	V U18	Heerenveen
speer 400			
2016-04-09	10.34	V U14	Heerenveen
vortex			
2013-06-15	14.50	V U10	Steenwijk
2014-04-12	17.50	V U12	Drachten
2015-06-27	15.50	V U12	Steenwijk
Folkert Krol			
40			
2019-10-05	6.9	M U9	Heerenveen
2020-06-02	6.7	M U10	Heerenveen
60			
2021-09-11	9.0	M U12	Drachten
2022-09-03	9.10	M U12	Groningen
80			
2023-06-03	11.54	M U14	Groningen
150			
2023-09-30	20.8	M U14	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:20.9	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2:14.0	M U10	Heerenveen
2021-10-02	1:58.96	M U12	Heerenveen
2022-10-01	2:00.0	M U12	Heerenveen
2023-09-30	1:48.0	M U14	Heerenveen
800			
2023-05-20	2:41.16	M U14	Heerenveen
1000			
2023-06-03	3:23.84	M U14	Groningen
duur 4'			
2019-06-29	975	M U9	Leeuwarden
2020-09-12	1025	M U10	Heerenveen
duur 6'			
2021-06-05	1525	M U12	Heerenveen
2022-06-25	1550	M U12	Drachten
40h			
2019-06-29	7.9	M U9	Leeuwarden
2020-06-30	8.0	M U10	Heerenveen
60h			
2021-06-05	10.8	M U12	Heerenveen
2022-09-10	9.3	M U12	Heerenveen
80h 76,2			
2023-05-13	15.77	M U14	Hoogeveen
hoog			
2019-09-14	1.00	M U9	Sneek
2021-05-06	1.15	M U12	Heerenveen
2022-10-01	1.25	M U12	Heerenveen
2023-05-07	1.30	M U14	Heerenveen
hurkhoog			
2019-06-29	0.95	M U9	Leeuwarden
2020-09-12	0.85	M U10	Heerenveen
polsver			
2022-06-25	4.25	M U12	Drachten
ver			
2019-09-14	3.25	M U9	Sneek
2020-09-26	3.39	M U10	Heerenveen
2021-10-02	3.85	M U12	Heerenveen
2022-09-03	4.01	M U12	Groningen
2023-09-10	4.47	M U14	Amsterdam
balstoten			
2019-09-14	5.80	M U9	Sneek
2020-09-12	5.40	M U10	Heerenveen
kogel 2			
2021-10-02	6.69	M U12	Heerenveen
2022-10-01	6.61	M U12	Heerenveen
kogel 3			
2023-05-07	5.75	M U14	Heerenveen
slingeren			
2019-06-29	15.00	M U9	Leeuwarden
2020-06-30	11.50	M U10	Heerenveen

2021-06-05	18.00	M U12	Heerenveen
2022-09-10	17.00	M U12	Heerenveen
speer 400			
2023-05-06	20.63	M U14	Heerenveen
vortex			
2019-09-14	24.50	M U9	Sneek
2020-09-26	28.84	M U10	Heerenveen
2021-05-06	33.50	M U12	Heerenveen
2022-06-25	36.50	M U12	Drachten
7-kamp			
2023-05-07	2916	M U14	Heerenveen
Max Kroon			
60			
2018-10-06	9.52	M U12	Heerenveen
80			
2019-10-05	11.7	M U14	Heerenveen
2020-07-25	11.24	M U14	Heerenveen
100			
2021-10-02	13.39w	M U16	Heerenveen
2022-10-01	12.5	M U16	Heerenveen
2023-04-23	12.27	M U18	Drachten
150			
2019-09-01	22.31	M U14	Amsterdam
2020-09-19	21.68	M U14	Grootebroek
2021-10-02	19.97	M U16	Heerenveen
200			
2021-05-01	27.97	M U16	Heerenveen
2022-10-01	25.5	M U16	Heerenveen
2023-04-23	25.25	M U18	Drachten
1000			
2018-10-06	3:42.47	M U12	Heerenveen
2019-05-25	3:36.62	M U14	Sneek
80h 76,2			
2019-05-25	16.69	M U14	Sneek
2020-07-25	14.30	M U14	Heerenveen
100h 83,8			
2021-07-03	18.48	M U16	Assen
2022-05-14	16.22	M U16	Emmen
300h 76,2			
2022-06-11	48.20	M U16	Heerenveen
ver			
2018-10-06	3.85	M U12	Heerenveen
2019-09-01	4.05	M U14	Amsterdam
2020-07-25	4.79	M U14	Heerenveen
2021-04-17	5.24	M U16	Heerenveen
2022-04-09	5.11	M U16	Emmeloord
2023-05-20	5.53w	M U18	Heerenveen
kogel 2			
2018-10-06	5.84	M U12	Heerenveen
kogel 3			
2019-10-05	6.32	M U14	Heerenveen
2020-09-26	6.82	M U14	Heerenveen
speer 600			
2022-05-21	25.60	M U16	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2022-10-01	933	M U16	Heerenveen
Levy de Lang			
40			
2023-09-30	8.8	M U7	Heerenveen
hurkhoog			
2023-09-30	0.55	M U7	Heerenveen
ver			
2023-09-30	2.36	M U7	Heerenveen
vortex			
2023-09-30	11.00	M U7	Heerenveen
Liam de Lang			
40			
2016-10-01	8.2	M U8	Heerenveen

2017-09-09	7.80	M U8	Sneek
2018-10-06	7.04	M U9	Heerenveen
2019-10-05	6.7	M U10	Heerenveen
60			
2020-09-26	9.8	M U12	Heerenveen
2021-09-11	8.9	M U12	Drachten
80			
2022-04-30	12.40	M U14	Heerenveen
2023-06-03	11.46	M U14	Groningen
150			
2023-09-30	20.3	M U14	Heerenveen
600			
2016-10-01	2:57.8	M U8	Heerenveen
2017-09-09	2:43.68	M U8	Sneek
2018-10-06	2:29.12	M U9	Heerenveen
2019-09-22	2:17.82	M U10	Edam
2020-09-26	2:16.0	M U12	Heerenveen
2021-05-22	2:16.64	M U12	Heerenveen
800			
2021-07-04	3:09.14	M U12	Dongen
1000			
2019-05-18	4:26.05	M U10	Stadskanaal
2022-05-01	4:07.90	M U14	Heerenveen
duur 4'			
2017-05-20	850	M U8	Steenwijk
2018-07-07	875	M U9	Steenwijk
2019-05-25	900	M U10	Steenwijk
duur 6'			
2020-09-12	1275	M U12	Heerenveen
2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden
40h			
2017-07-08	9.0	M U8	Drachten
2018-04-21	7.7	M U9	Drachten
2019-04-20	7.5	M U10	Drachten
60h			
2020-09-12	10.7	M U12	Heerenveen
2021-09-11	10.4	M U12	Drachten
80h 76,2			
2022-04-09	14.15	M U14	Emmeloord
2023-09-16	13.14	M U14	Spijkensisse
hoog			
2017-09-16	0.90	M U8	Heerenveen
2018-09-15	1.05	M U9	Heerenveen
2019-09-14	1.25	M U10	Sneek
2020-09-12	1.35	M U12	Heerenveen
2021-05-06	1.40	M U12	Heerenveen
2022-06-11	1.55	M U14	Heerenveen
2023-09-10	1.60	M U14	Amsterdam
hurkhoog			
2017-07-08	0.80	M U8	Drachten
2018-07-07	0.95	M U9	Steenwijk
2019-06-29	1.10	M U10	Leeuwarden
polsver			
2020-09-12	3.00	M U12	Heerenveen
2021-06-26	4.65	M U12	Leeuwarden
ver			
2016-10-01	2.21	M U8	Heerenveen
2017-09-16	2.80	M U8	Heerenveen
2018-09-15	3.65	M U9	Heerenveen
2019-10-05	3.78	M U10	Heerenveen
2020-09-26	3.98	M U12	Heerenveen
2021-06-05	4.15	M U12	Heerenveen
2022-04-09	4.24	M U14	Emmeloord
2023-09-30	4.61	M U14	Heerenveen
balstoten			
2017-09-16	4.60	M U8	Heerenveen
2018-09-15	6.10	M U9	Heerenveen
2019-09-14	7.50	M U10	Sneek
balwerpen 135			
2017-06-24	19.75	M U8	Stadskanaal
2018-06-02	25.34	M U9	Stadskanaal
discus 1			
2022-04-02	20.32	M U14	Steenwijk
kogel 2			
2019-09-22	6.55	M U10	Edam

2020-09-12	7.60	M U12	Heerenveen	2021-04-06	24.50	M U12	Heerenveen	duur 4'			
2021-09-04	7.73	M U12	Hoogeveen					2023-06-24	750	M U10	Drachten
kogel 3				Yara Lanza				40h			
2022-10-01	7.19	M U14	Heerenveen	40				2023-06-24	8.1	M U10	Drachten
2023-04-20	8.62	M U14	Hoogeveen	2018-07-14	8.16	V U8	Heerenveen	hoog			
slingeren				2019-10-05	7.6	V U9	Heerenveen	2023-09-16	0.95	M U10	Heerenveen
2017-07-08	10.50	M U8	Drachten	2020-06-02	7.1	V U10	Heerenveen	hurkhoog			
2018-07-07	16.00	M U9	Steenwijk	60				2023-06-24	0.75	M U10	Drachten
2019-04-20	18.00	M U10	Drachten	2021-10-02	10.35w	V U12	Heerenveen	ver			
2020-06-30	20.50	M U12	Heerenveen	2022-09-10	9.6	V U12	Heerenveen	2023-09-30	3.15	M U10	Heerenveen
2021-06-05	25.00	M U12	Heerenveen	600				balstoten			
speer 400				2018-10-06	2:42.07	V U8	Heerenveen	2023-09-16	5.60	M U10	Heerenveen
2022-10-01	26.85	M U14	Heerenveen	2019-10-05	2:30.0	V U9	Heerenveen	slingeren			
2023-09-30	32.08	M U14	Heerenveen	2021-10-02	2:16.05	V U12	Heerenveen	2023-06-24	11.50	M U10	Drachten
vortex				2022-10-01	2:23.0	V U12	Heerenveen	vortex			
2016-10-01	14.00	M U8	Heerenveen	duur 4'				2023-09-30	15.50	M U10	Heerenveen
2017-07-08	18.00	M U8	Drachten	2018-07-07	800	V U8	Steenwijk				
2018-10-06	23.78	M U9	Heerenveen	2019-05-25	850	V U9	Steenwijk	Afke Ligthart			
2019-09-14	29.50	M U10	Sneek	2020-09-12	950	V U10	Heerenveen	hoog			
2020-06-02	30.00	M U12	Heerenveen	duur 6'				2022-04-13	1.25	V U23	Dronten
2021-06-26	36.50	M U12	Leeuwarden	2021-05-06	1250	V U12	Heerenveen	2023-04-08	1.20	V U23	Groningen
2023-04-20	28.22	M U14	Hoogeveen	2022-05-21	1225	V U12	Steenwijk	ver			
7-kamp				40h				2022-05-21	3.51	V U23	Heerenveen
2022-05-01	2827	M U14	Heerenveen	2018-07-07	9.6	V U8	Steenwijk	kogel 4			
Joris de Lange				2019-04-20	8.9	V U9	Drachten	2022-10-01	8.02	V U23	Heerenveen
40				2020-06-30	8.5	V U10	Heerenveen	speer 600			
2018-07-07	9.7	M U9	Steenwijk	60h				2022-04-13	19.19	V U23	Dronten
2019-04-20	7.8	M U10	Drachten	2021-05-22	12.69	V U12	Heerenveen	2023-09-30	21.50	V U23	Heerenveen
60				2022-09-10	10.8	V U12	Heerenveen				
2020-09-26	11.7	M U12	Heerenveen	60h 76,2				Mathijs vd Lindt			
2021-04-06	10.8	M U12	Heerenveen	2023-04-22	13.53	V U14	Groningen	40			
600				hoog				2022-04-23	9.4	M U9	Leeuwarden
2020-09-26	3:29.0	M U12	Heerenveen	2018-05-26	0.80	V U8	Sneek	duur 4'			
2021-05-22	2:34.66	M U12	Heerenveen	2019-05-25	0.95	V U9	Steenwijk	2022-05-21	550	M U9	Steenwijk
duur 4'				2021-05-06	1.05	V U12	Heerenveen	40h			
2018-05-26	750	M U9	Sneek	2022-10-01	1.05	V U12	Heerenveen	2022-04-23	12.2	M U9	Leeuwarden
2019-05-25	775	M U10	Steenwijk	2023-04-22	1.05	V U14	Groningen	hoog			
duur 6'				hurkhoog				2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen
2020-09-12	1250	M U12	Heerenveen	2018-07-07	0.55	V U8	Steenwijk	hurkhoog			
40h				2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden	2022-04-23	0.55	M U9	Leeuwarden
2018-07-07	10.0	M U9	Steenwijk	2020-09-12	0.90	V U10	Heerenveen	ver			
2019-04-20	8.7	M U10	Drachten	polsver				2022-09-10	1.70	M U9	Heerenveen
60h				2022-04-23	2.00	V U12	Leeuwarden	balstoten			
2020-09-12	13.3	M U12	Heerenveen	ver				2022-05-21	3.10	M U9	Steenwijk
2021-05-22	12.55	M U12	Heerenveen	2018-10-06	2.66	V U8	Heerenveen	slingeren			
hoog				2019-10-05	3.01	V U9	Heerenveen	2022-04-23	9.50	M U9	Leeuwarden
2018-09-15	0.85	M U9	Heerenveen	2020-09-12	2.90	V U10	Heerenveen	vortex			
2019-05-25	1.05	M U10	Steenwijk	2021-10-02	3.26	V U12	Heerenveen	2022-05-21	8.00	M U9	Steenwijk
2020-09-12	1.10	M U12	Heerenveen	2022-05-21	3.35	V U12	Steenwijk				
2021-05-22	1.05	M U12	Heerenveen	2023-04-22	3.38	V U14	Groningen	Iris Linnebank			
hurkhoog				balstoten				40			
2018-07-07	0.75	M U9	Steenwijk	2018-09-15	3.40	V U8	Heerenveen	2016-07-02	7.9	V U9	Drachten
2019-04-20	0.95	M U10	Drachten	2019-09-14	4.20	V U9	Sneek	2017-10-07	6.9	V U10	Heerenveen
polsver				2020-09-12	4.30	V U10	Heerenveen	60			
2020-09-12	2.70	M U12	Heerenveen	kogel 2				2018-10-06	10.48	V U12	Heerenveen
ver				2021-10-02	4.02	V U12	Heerenveen	2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen
2018-09-15	2.80	M U9	Heerenveen	2022-04-23	4.60	V U12	Leeuwarden	150			
2019-05-25	2.90	M U10	Steenwijk	slingeren				2021-05-22	25.32	V U14	Heerenveen
2020-09-26	2.73	M U12	Heerenveen	2018-07-07	6.50	V U8	Steenwijk	600			
2021-04-06	3.15	M U12	Heerenveen	2019-06-29	8.50	V U9	Leeuwarden	2016-10-01	2:29.1	V U9	Heerenveen
balstoten				2020-06-30	8.00	V U10	Heerenveen	2020-09-26	2:11.0	V U14	Heerenveen
2018-09-15	4.80	M U9	Heerenveen	2022-05-21	12.50	V U12	Steenwijk	1000			
2019-05-25	4.60	M U10	Steenwijk	vortex				2017-09-09	4:26.33	V U10	Sneek
kogel 2				2018-09-15	7.50	V U8	Heerenveen	2018-10-06	4:02.95	V U12	Heerenveen
2020-09-12	5.60	M U12	Heerenveen	2019-09-14	9.50	V U9	Sneek	2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen
2021-05-22	5.60	M U12	Heerenveen	2020-09-12	10.50	V U10	Heerenveen	duur 4'			
slingeren				2021-04-06	10.50	V U12	Heerenveen	2016-07-02	950	V U9	Drachten
2018-07-07	12.00	M U9	Steenwijk	2022-04-23	13.00	V U12	Leeuwarden	2017-07-08	925	V U10	Drachten
2019-04-20	12.50	M U10	Drachten	Lasse Lenis							
vortex				40							
2018-09-15	14.50	M U9	Heerenveen	2023-06-24	6.6	M U10	Drachten				
2019-04-20	14.00	M U10	Drachten	600							
2020-09-12	22.50	M U12	Heerenveen	2023-09-30	2:44.0	M U10	Heerenveen				

duur 6'			
2018-07-07	1325	V U12	Steenwijk
2019-04-20	1375	V U12	Drachten
40h			
2016-07-02	9.4	V U9	Drachten
2017-07-08	8.7	V U10	Drachten
60h			
2018-09-15	12.6	V U12	Heerenveen
2019-09-14	11.0	V U12	Sneek
hoog			
2017-05-20	0.95	V U10	Steenwijk
2018-07-07	1.00	V U12	Steenwijk
2019-04-20	1.10	V U12	Drachten
hurkhoog			
2016-07-02	0.75	V U9	Drachten
2017-07-08	0.75	V U10	Drachten
polsver			
2018-07-07	3.70	V U12	Steenwijk
2019-04-20	3.60	V U12	Drachten
ver			
2016-10-01	2.84	V U9	Heerenveen
2017-09-09	2.99	V U10	Sneek
2018-10-06	3.20	V U12	Heerenveen
2019-10-05	3.38	V U12	Heerenveen
2021-10-02	3.43	V U14	Heerenveen
balstoten			
2016-09-24	5.18	V U9	Leeuwarden
2017-05-20	5.10	V U10	Steenwijk
kogel 2			
2018-10-06	5.04	V U12	Heerenveen
2019-10-05	6.10	V U12	Heerenveen
2020-09-26	6.16	V U14	Heerenveen
2021-10-02	7.24	V U14	Heerenveen
slingeren			
2016-07-02	9.00	V U9	Drachten
2017-07-08	11.00	V U10	Drachten
2018-05-26	12.50	V U12	Sneek
2019-05-25	16.00	V U12	Steenwijk
vortex			
2016-07-02	16.00	V U9	Drachten
2017-04-08	16.00	V U10	Leeuwarden
2018-09-15	15.00	V U12	Heerenveen
2019-09-14	19.50	V U12	Sneek
Jens Linnebank			
40			
2014-10-04	7.4	M U9	Heerenveen
2015-09-26	7.39	M U10	Leeuwarden
60			
2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen
2017-10-07	9.6	M U12	Heerenveen
80			
2018-10-06	12.17	M U14	Heerenveen
2019-10-05	11.8	M U14	Heerenveen
100			
2020-09-26	14.5	M U16	Heerenveen
150			
2020-07-02	22.4	M U16	Heerenveen
200			
2019-05-11	32.99	M U14	Heerenveen
600			
2014-10-04	2:28.2	M U9	Heerenveen
1000			
2015-10-03	4:17.2	M U10	Heerenveen
2016-10-01	4:02.0	M U12	Heerenveen
2017-09-09	4:03.98	M U12	Sneek
2018-10-06	3:46.28	M U14	Heerenveen
2019-04-06	3:46.10	M U14	Heerenveen
duur 6'			
2016-05-28	1350	M U12	Leeuwarden
2017-07-08	1400	M U12	Drachten
40h			
2014-06-28	8.0	M U9	Sneek

2015-06-27	8.2	M U10	Steenwijk
60h			
2016-09-17	10.9	M U12	Heerenveen
2017-09-16	10.3	M U12	Heerenveen
80h 76,2			
2019-05-25	15.83	M U14	Sneek
hoog			
2015-06-13	1.05	M U10	Heerenveen
2016-07-02	1.20	M U12	Drachten
2017-09-09	1.30	M U12	Sneek
2018-04-14	1.22	M U14	Sneek
hurkhoog			
2014-06-14	0.90	M U9	Steenwijk
2015-09-19	1.15	M U10	Heerenveen
polsver			
2016-07-02	3.90	M U12	Drachten
2017-04-08	4.25	M U12	Leeuwarden
ver			
2014-09-13	3.15	M U9	Leeuwarden
2015-10-03	3.38	M U10	Heerenveen
2016-09-17	3.55	M U12	Heerenveen
2017-10-07	3.70	M U12	Heerenveen
2018-10-06	3.76	M U14	Heerenveen
2019-10-05	3.99	M U14	Heerenveen
2020-09-26	4.03	M U16	Heerenveen
balstoten			
2014-09-13	5.20	M U9	Leeuwarden
2015-09-19	6.70	M U10	Heerenveen
balwerpen 135			
2014-10-04	16.54	M U9	Heerenveen
kogel 2			
2015-09-26	4.65	M U10	Leeuwarden
2016-09-24	6.27	M U12	Leeuwarden
2017-04-08	6.60	M U12	Leeuwarden
kogel 3			
2018-10-06	5.61	M U14	Heerenveen
2019-05-25	6.22	M U14	Sneek
kogel 4			
2020-09-26	6.04	M U16	Heerenveen
slingeren			
2016-09-17	17.00	M U12	Heerenveen
2017-05-20	20.00	M U12	Steenwijk
vortex			
2014-06-14	11.00	M U9	Steenwijk
2015-09-19	20.50	M U10	Heerenveen
2016-07-02	22.50	M U12	Drachten
2017-05-20	21.50	M U12	Steenwijk
Zenna vd Lubbe			
100			
2023-04-16	13.63	V U20	Almere
200			
2023-04-16	28.50	V U20	Almere
Thom vd Mark			
40			
2015-10-03	7.8	M U10	Heerenveen
60			
2016-10-01	11.1	M U12	Heerenveen
2017-10-07	10.3	M U12	Heerenveen
80			
2018-10-06	13.68	M U14	Heerenveen
1000			
2015-10-03	4:31.1	M U10	Heerenveen
2016-06-18	4:17.41	M U12	Heerenveen
2017-09-09	4:04.39	M U12	Sneek
2018-10-06	4:09.65	M U14	Heerenveen
duur 6'			
2016-07-02	1375	M U12	Drachten
2017-05-20	1325	M U12	Steenwijk
60h			
2016-09-17	11.8	M U12	Heerenveen

2017-07-08	11.8	M U12	Drachten
hoog			
2016-07-02	0.95	M U12	Drachten
2017-07-08	1.20	M U12	Drachten
2018-10-06	1.30	M U14	Heerenveen
polsver			
2016-07-02	3.85	M U12	Drachten
2017-07-08	4.00	M U12	Drachten
ver			
2015-10-03	2.87	M U10	Heerenveen
2016-06-18	3.15	M U12	Heerenveen
2017-04-02	3.31	M U12	Assen
discus 1			
2018-10-14	15.57	M U14	Steenwijk
2021-10-02	29.26	M U16	Heerenveen
kogel 2			
2016-07-02	7.30	M U12	Drachten
2017-07-08	7.10	M U12	Drachten
kogel 3			
2018-10-06	7.66	M U14	Heerenveen
kogel 4			
2021-10-02	10.76	M U16	Heerenveen
slingeren			
2016-05-28	17.50	M U12	Leeuwarden
2017-05-20	20.00	M U12	Steenwijk
speer 400			
2018-10-14	18.80	M U14	Steenwijk
speer 600			
2021-10-02	33.61	M U16	Heerenveen
vortex			
2015-10-03	25.38	M U10	Heerenveen
2016-09-17	29.50	M U12	Heerenveen
2017-09-09	33.20	M U12	Sneek
werp 3-kamp			
2018-10-14	920	M U14	Steenwijk
Florian Marks			
40			
2021-04-06	8.7	M U8	Heerenveen
2022-04-23	8.0	M U9	Leeuwarden
2023-06-24	7.5	M U10	Drachten
600			
2021-10-02	3:05.97	M U8	Heerenveen
duur 4'			
2022-04-23	725	M U9	Leeuwarden
2023-04-22	750	M U10	Leeuwarden
40h			
2022-06-25	9.0	M U9	Drachten
2023-06-24	8.8	M U10	Drachten
hoog			
2021-09-11	0.75	M U8	Drachten
2022-05-21	0.85	M U9	Steenwijk
2023-05-20	0.85	M U10	Sneek
hurkhoog			
2022-06-25	0.75	M U9	Drachten
2023-04-22	0.75	M U10	Leeuwarden
ver			
2021-09-11	2.40	M U8	Drachten
2022-09-10	2.50	M U9	Heerenveen
2023-05-20	2.90	M U10	Sneek
balstoten			
2021-09-11	3.50	M U8	Drachten
2022-05-21	4.10	M U9	Steenwijk
2022-09-10	4.90	M U9	Heerenveen
2023-05-20	5.30	M U10	Sneek
slingeren			
2022-04-23	14.50	M U9	Leeuwarden
2023-06-24	14.00	M U10	Drachten
vortex			
2021-10-02	14.85	M U8	Heerenveen
2022-04-23	17.50	M U9	Leeuwarden
2023-05-20	19.50	M U10	Sneek

Fenna vd Meer				duur 4'				ver						
40				2020-09-12	750	M	U10	Heerenveen	2017-10-07	3.21	V50	Heerenveen		
2018-10-06	8.09	V	U8	Heerenveen	duur 6'				kogel 3					
2019-10-05	7.3	V	U8	Heerenveen	2021-05-06	1150	M	U12	Heerenveen	2017-10-07	5.24	V50	Heerenveen	
2020-06-02	7.1	V	U9	Heerenveen	40h				speer 500					
60				2020-06-30	8.8	M	U10	Heerenveen	2017-10-07	11.18	V50	Heerenveen		
2022-09-10	9.2	V	U12	Heerenveen	60h				Sietse vd Mei					
2023-04-06	9.5	V	U12	Heerenveen	2021-09-11	13.6	M	U12	Drachten	100				
600				hoog					2014-10-04	16.4	M55	Heerenveen		
2018-10-06	2:35.07	V	U8	Heerenveen	2021-05-06	0.90	M	U12	Heerenveen	800				
2019-10-05	2:20.4	V	U8	Heerenveen	2022-10-01	0.95	M	U12	Heerenveen	2014-10-04	3:03.7	M55	Heerenveen	
2020-09-26	2:16.0	V	U9	Heerenveen	hurkhoog				ver					
2023-09-30	2:12.0	V	U12	Heerenveen	2020-06-30	0.70	M	U10	Heerenveen	2014-10-04	3.23	M55	Heerenveen	
duur 4'				2020-09-12	0.80	M	U10	Heerenveen	speer 700					
2018-07-07	875	V	U8	Steenwijk	ver				2014-10-04	18.68	M55	Heerenveen		
2019-06-29	925	V	U8	Leeuwarden	2019-10-05	2.38	M	U9	Heerenveen	Mila Meibos				
2020-09-12	1000	V	U9	Heerenveen	2020-09-26	2.64	M	U10	Heerenveen	60				
duur 6'				2021-10-02	2.89	M	U12	Heerenveen	2021-10-02	10.37	V	U12	Heerenveen	
2022-04-23	1375	V	U12	Leeuwarden	balstoten				2022-05-21	10.11	V	U14	Heerenveen	
40h				2020-09-12	4.50	M	U10	Heerenveen	600					
2018-07-07	9.1	V	U8	Steenwijk	kogel 2				2021-10-02	2:15.85	V	U12	Heerenveen	
2019-06-29	8.0	V	U8	Leeuwarden	2021-05-06	4.00	M	U12	Heerenveen	2022-05-21	2:19.70	V	U14	Heerenveen
2020-06-30	7.9	V	U9	Heerenveen	2022-10-01	4.96	M	U12	Heerenveen	hoog				
60h				2022-09-10	11.4	V	U12	Heerenveen	2022-05-21	1.20	V	U14	Heerenveen	
hoog				2018-09-15	0.80	V	U8	Heerenveen	ver					
2019-05-25	0.95	V	U8	Steenwijk	2019-05-25	0.95	V	U8	Steenwijk	2021-10-02	3.41	V	U12	Heerenveen
2022-06-25	1.20	V	U12	Drachten	2022-06-25	1.20	V	U12	Drachten	2022-05-21	3.34w	V	U14	Heerenveen
2023-09-30	1.30	V	U12	Heerenveen	2023-09-30	1.30	V	U12	Heerenveen	kogel 2				
hurkhoog				2018-07-07	0.70	V	U8	Steenwijk	2021-10-02	4.42	V	U12	Heerenveen	
2019-06-29	0.85	V	U8	Leeuwarden	2019-06-29	0.85	V	U8	Leeuwarden	Dylan Meijer				
2020-09-12	0.85	V	U9	Heerenveen	2020-09-12	0.85	V	U9	Heerenveen	80				
polsver				2022-06-25	4.20	V	U12	Drachten	2022-06-25	4.20	V	U12	Drachten	
ver				2018-10-06	2.61	V	U8	Heerenveen	2016-05-21	12.23w	M	U14	Drachten	
2018-10-06	2.61	V	U8	Heerenveen	2019-10-05	2.90	V	U8	Heerenveen	ver				
2019-10-05	2.90	V	U8	Heerenveen	2020-09-26	3.12	V	U9	Heerenveen	2016-05-21	3.26w	M	U14	Drachten
2020-09-26	3.12	V	U9	Heerenveen	2022-09-10	3.35	V	U12	Heerenveen	2017-06-10	3.72	M	U14	Sneek
2022-09-10	3.35	V	U12	Heerenveen	2023-04-06	3.35	V	U12	Heerenveen	discus 1				
2023-04-06	3.35	V	U12	Heerenveen	balstoten				2016-05-21	11.69	M	U14	Drachten	
2018-09-15	3.20	V	U8	Heerenveen	2018-09-15	3.20	V	U8	Heerenveen	2017-06-10	12.30	M	U14	Sneek
2019-09-14	4.80	V	U8	Sneek	2019-09-14	4.80	V	U8	Sneek	Dean Meindertsma				
2020-09-12	5.10	V	U9	Heerenveen	40				60					
kogel 2				2022-04-23	5.30	V	U12	Leeuwarden	2017-09-16	10.4	M	U12	Heerenveen	
2022-04-23	5.30	V	U12	Leeuwarden	2023-09-30	6.81	V	U12	Heerenveen	2018-10-06	10.63	M	U12	Heerenveen
2023-09-30	6.81	V	U12	Heerenveen	duur 4'				duur 6'					
slingeren				2018-07-07	6.50	V	U8	Steenwijk	2017-05-20	1225	M	U12	Steenwijk	
2018-07-07	6.50	V	U8	Steenwijk	2019-06-29	12.50	V	U8	Leeuwarden	2018-05-26	1100	M	U12	Sneek
2019-06-29	12.50	V	U8	Leeuwarden	2020-06-30	8.50	V	U9	Heerenveen	60h				
2020-06-30	8.50	V	U9	Heerenveen	2022-09-10	14.00	V	U12	Heerenveen	2017-05-20	12.7	M	U12	Steenwijk
2022-09-10	14.00	V	U12	Heerenveen	hoog				2018-05-26	13.0	M	U12	Sneek	
vortex				2018-04-21	11.00	V	U8	Drachten	ver					
2018-04-21	11.00	V	U8	Drachten	2019-09-14	14.50	V	U8	Sneek	2017-05-20	2.70	M	U12	Steenwijk
2019-09-14	14.50	V	U8	Sneek	2020-09-12	15.00	V	U9	Heerenveen	2018-05-26	3.15	M	U12	Sneek
2020-09-12	15.00	V	U9	Heerenveen	2022-06-25	18.00	V	U12	Drachten	kogel 2				
2022-06-25	18.00	V	U12	Drachten	2023-04-06	20.00	V	U12	Heerenveen	2018-10-06	5.67	M	U12	Heerenveen
2023-04-06	20.00	V	U12	Heerenveen	balstoten				slingeren					
Siem vd Meer				2023-05-20	3.50	V	U8	Sneek	2017-09-16	17.00	M	U12	Heerenveen	
40				2023-05-20	3.50	V	U8	Sneek	2018-05-26	17.00	M	U12	Sneek	
2019-10-05	7.7	M	U9	Heerenveen	slingeren				vortex					
2020-09-26	7.9	M	U10	Heerenveen	2023-06-24	8.50	V	U8	Drachten	2017-09-16	16.50	M	U12	Heerenveen
60				2020-09-26	7.9	M	U10	Heerenveen	2023-05-20	10.00	V	U8	Sneek	
2021-09-11	10.6	M	U12	Drachten	vortex				2023-05-20	10.00	V	U8	Sneek	
2022-10-01	10.9	M	U12	Heerenveen	2023-05-20	10.00	V	U8	Sneek	Nada Mohammad				
600				2022-10-01	10.9	M	U12	Heerenveen	2023-05-20	10.00	V	U8	Sneek	
2019-10-05	2:21.2	M	U9	Heerenveen	Bea vd Mei				60					
2020-09-26	2:42.0	M	U10	Heerenveen	200				2023-09-30	9.6	V	U12	Heerenveen	
2021-10-02	2:25.26	M	U12	Heerenveen	2017-10-07	35.4	V50	Heerenveen	600					
2022-10-01	2:52.0	M	U12	Heerenveen	800				2023-09-30	2:24.0	V	U12	Heerenveen	
					2017-10-07	3:10.6	V50	Heerenveen						

hoog 2023-09-30	1.00	V U12	Heerenveen	2020-07-24 (Fra)	1.95	M U20	Brive-la-Gaillarde	Iris Nanninga				
kogel 2 2023-09-30	4.80	V U12	Heerenveen	2021-10-03	1.89	M U20	Saintes (Fra)	60				
				2022-06-19	2.06	M U23	Niort (Fra)	2021-09-11	10.0	V U12	Drachten	
				2023-07-22	2.09	M U23	Bondoufle (Fra)	600				
Thea Mooij				polshoog				2021-10-02	2:33.60	V U12	Heerenveen	
100 2014-10-04	19.1	V50	Heerenveen	2016-06-11	2.20	M U16	Groningen	duur 6'				
				2018-07-01 (Fra)	3.30	M U18	Brive-la-Gaillarde	2022-06-25	1275	V U12	Drachten	
ver 2014-10-04	2.22	V50	Heerenveen	2019-06-29	4.15	M U18	Alphen a/d Rijn	60h				
				2020-08-29	3.60	M U20	Poitiers (Fra)	2021-09-11	12.6	V U12	Drachten	
				ver				2022-06-25	12.0	V U12	Drachten	
Lennert Naeff				2011-05-24	3.35	M U10	Grou	hoog				
40 2011-07-16	7.49	M U10	Hoogeveen	2012-06-09	3.45	M U12	Steenwijk	2022-06-25	1.15	V U12	Drachten	
				2013-06-23	3.57	M U12	Soest	polsver				
50 2017-06-14	7.24	M U16	Poitiers (Fra)	2014-05-31	3.97	M U14	Stadskanaal	2022-06-25	3.40	V U12	Drachten	
				2015-08-23	4.42	M U14	Amsterdam	ver				
60 2012-07-07	9.9	M U12	Heerenveen	2016-04-09	4.45	M U16	Heerenveen	2021-10-02	2.95	V U12	Heerenveen	
2013-05-18	10.11	M U12	Stadskanaal	2017-06-14	4.78	M U16	Poitiers (Fra)	2022-04-07	2.90	V U12	Heerenveen	
				2018-05-12	4.97	M U18	La Rochelle (Fra)					
80 2014-05-24	12.26	M U14	Assen	2019-06-01	6.16	M U18	Talence (Fra)	kogel 2				
2015-05-24	12.09	M U14	Amstelveen	balwerpen 135				2021-10-02	3.93	V U12	Heerenveen	
				2011-06-07	26.00	M U10	Heerenveen	2022-06-25	5.30	V U12	Drachten	
100 2016-07-02	14.57	M U16	Stadskanaal	balwerpen 180				slingeren				
2017-07-08	13.49	M U16	Stadskanaal	2012-06-19	30.17	M U12	Sneek	2021-09-11	14.00	V U12	Drachten	
2018-05-26	12.72	M U18	Loudun (Fra)	2013-10-05	28.74	M U12	Heerenveen	vortex				
2019-06-01	12.71	M U18	Talence (Fra)	discus 1				2021-09-11	9.00	V U12	Drachten	
2023-04-02	12.15	M U23	Niort (Fra)	2014-05-21	17.46	M U14	Sneek	2022-06-25	13.00	V U12	Drachten	
				2015-06-21	22.45	M U14	Emmen					
200 2014-05-17	32.02	M U14	Heerenveen	2016-05-14	23.11	M U16	Heerenveen	Stefan de Nekker				
300 2015-04-11	50.23	M U14	Heerenveen	2017-07-09	23.15	M U16	Stadskanaal	800				
400 2018-05-12	1:05.99	M U18	La Rochelle (Fra)	discus 1½				2020-09-26	2:20.0	M	Heerenveen	
2019-05-11	1:00.29	M U18	Cérizay (Fra)	2018-01-28	24.46	M U18	Angoulême (Fra)	2021-10-02	2:20.80	M	Heerenveen	
				2019-06-02	36.14	M U18	Talence (Fra)	3000				
800 2014-04-21	3:00.05	M U14	Dronten	kogel 2				2019-10-05	9:38.4	M	Heerenveen	
				2011-06-21	5.89	M U10	Sneek	2020-09-18	9:15.1	M	Hoogeveen	
1000 2011-06-07	4:10.2	M U10	Heerenveen	2012-07-03	6.55	M U12	Leeuwarden	5000				
2012-07-07	4:00.8	M U12	Heerenveen	2013-05-11	6.99	M U12	Hoogeveen	2019-08-30	17:17.05	M	Utrecht	
2013-10-05	3:58.3	M U12	Heerenveen	kogel 3				2020-09-04	16:18.67	M	Leeuwarden	
2014-06-15	3:53.64	M U14	Dronten	2014-05-21	6.82	M U14	Sneek	2021-06-13	17:09.12	M	Amersfoort	
2015-08-30	3:58.02	M U14	Stadskanaal	2015-08-30	8.17	M U14	Stadskanaal	2022-05-20	16:58.21	M	Zwolle	
2016-05-16	3:58.87	M U16	Amstelveen	kogel 4				Martijn Nota				
2017-07-09	3:38.14	M U16	Stadskanaal	2016-04-03	8.31	M U16	Steenwijk	5000				
				2017-04-01	8.70	M U16	Migné-Auxances (Fra)	2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen	
1500 2018-05-13	6:07.73	M U18	La Rochelle (Fra)	kogel 5				Sverre Nota				
2019-06-02	5:44.24	M U18	Talence (Fra)	2018-05-12	8.62	M U18	La Rochelle (Fra)	60				
80h 2015-08-30	16.31	M U14	Stadskanaal	2019-05-11	11.20	M U18	Cérizay (Fra)	2019-10-05	9.3	M U12	Heerenveen	
80h 76,2 2014-06-15	17.80	M U14	Dronten	kogel 7¼				80				
100h 83,8 2016-06-05	20.40	M U16	Gemert	2023-05-07	11.15	M U23	Angoulême (Fra)	2021-10-02	11.40w	M U14	Heerenveen	
2017-07-09	18.22	M U16	Stadskanaal	speer 400				100				
110h 91,4 2018-05-13	19.50	M U18	La Rochelle (Fra)	2014-09-07	29.84	M U14	Amsterdam	2022-06-11	13.95	M U16	Heerenveen	
2019-06-01	17.34	M U18	Talence (Fra)	2015-04-11	31.53	M U14	Heerenveen	150				
300h 76,2 2015-04-26	1:01.06	M U14	Epe	speer 600				2020-07-02	25.1	M U14	Heerenveen	
2016-06-25	59.02	M U16	Emmen	2016-10-15 (Fra)	31.52	M U16	Neuville-de-Poitou	2023-05-13	20.55	M U16	Hoogeveen	
hoog 2011-07-16	1.10	M U10	Hoogeveen	2017-06-02	35.11	M U16	Chasseneuil-sur-Bonnieure (Fra)	1000				
2012-10-06	1.25	M U12	Heerenveen	speer 700				2019-10-05	3:51.9	M U12	Heerenveen	
2013-10-05	1.25	M U12	Heerenveen	2018-04-21	41.07	M U18	Poitiers (Fra)	duur 4'				
2014-09-07	1.40	M U14	Amsterdam	2019-05-12	40.36	M U18	Cérizay (Fra)	2019-06-29	975	M U12	Leeuwarden	
2015-08-30	1.40	M U14	Stadskanaal	speer 800				duur 6'				
2016-10-15 (Fra)	1.45	M U16	Neuville-de-Poitou	2020-08-14	43.99	M U20	Cerizay (Fra)	2019-05-25	1400	M U12	Steenwijk	
2017-03-26	1.60	M U16	Chasseneuil-sur-Bonnieure (Fra)	2022-05-08	33.99	M U23	Limoges (Fra)	60h				
2018-06-16	1.79	M U18	Niort (Fra)	werp 3-kamp				2019-09-14	10.6	M U12	Sneek	
2019-06-09	1.92	M U18	Angoulême (Fra)	2014-05-21	1017	M U14	Sneek	80h 76,2				
				2015-10-10	1120	M U14	Steenwijk	2021-07-03	15.08	M U14	Assen	
				7-kamp				hoog				
				2014-06-15	2430	M U14	Dronten	2019-06-29	1.20	M U12	Leeuwarden	
				2015-08-30	2851	M U14	Stadskanaal	2020-09-26	1.30	M U14	Heerenveen	
				8-kamp				2021-03-20	1.40	M U14	Heerenveen	
				2016-06-05	3311	M U16	Gemert	2022-06-11	1.55	M U16	Heerenveen	
				2017-07-09	3940	M U16	Stadskanaal	2023-05-13	1.60	M U16	Hoogeveen	
				10-kamp								
				2018-05-13	3496	M U18	La Rochelle (Fra)					
				2019-06-02	5209	M U18	Talence (Fra)					

polshoog				speer 700				2018-04-21	6.8	V U10	Drachten
2021-09-12	2.40	M U14	Amsterdam	2022-10-01	31.67	M U18	Heerenveen	60			
2022-05-01	2.62	M U16	Heerenveen					2019-05-25	9.5	V U12	Steenwijk
				Klaas Peereboom				2021-07-03	8.46	V U14	Assen
polsver				discus 1				2022-07-09	8.61	V U14	Hoorn
2019-06-29	4.45	M U12	Leeuwarden	2018-10-06	18.33	M65	Heerenveen	80			
ver				2019-08-30	19.03	M65	Heerenveen	2023-07-08	11.07	V U16	Breda
2019-10-05	3.48	M U12	Heerenveen	2020-08-28	20.70	M65	Heerenveen	100			
2020-09-26	4.11	M U14	Heerenveen	2021-07-09	19.82	M65	Steenwijk	2023-07-21	13.64	V U16	Heiloo
2021-04-17	3.59	M U14	Heerenveen	2022-04-24	20.16	M65	Emmen	150			
2021-07-03	4.51	M U14	Assen	kogel 4				2021-09-12	20.88w	V U14	Amsterdam
2022-05-21	4.67	M U16	Heerenveen	2023-09-30	7.88	M70	Heerenveen	2022-09-04	20.64	V U14	Amsterdam
kogel 2				kogel 5				2023-09-16	20.05	V U16	Apeldoorn
2019-10-05	6.85	M U12	Heerenveen	2018-10-06	7.97	M65	Heerenveen	200			
kogel 3				2019-05-12	7.09	M65	Apeldoorn	2023-07-21	28.11	V U16	Heiloo
2020-09-26	7.11	M U14	Heerenveen	2020-09-26	7.53	M65	Heerenveen	300			
2021-03-20	7.52	M U14	Heerenveen	2021-07-09	7.33	M65	Steenwijk	2023-08-20	45.06	V U16	Lisse
kogel 4				speer 600				600			
2022-04-09	8.23	M U16	Emmeloord	2018-10-06	19.53	M65	Heerenveen	2015-10-03	2:31.8	V U9	Heerenveen
slingeren				2019-08-30	17.90	M65	Heerenveen	duur 4'			
2019-09-14	17.00	M U12	Sneek	2020-08-28	17.55	M65	Heerenveen	2018-05-26	1050	V U10	Sneek
vortex				2021-10-02	18.01	M65	Heerenveen	2019-06-29	975	V U12	Leeuwarden
2019-06-29	23.00	M U12	Leeuwarden	werp 3-kamp				duur 6'			
				2018-10-06	849	M65	Heerenveen	2019-05-25	1425	V U12	Steenwijk
Siebert Nutma				2019-08-30	730	M65	Heerenveen	40h			
800				2020-08-28	754	M65	Heerenveen	2018-04-21	7.5	V U10	Drachten
2022-09-04	2:06.29	M U23	Groningen					60h			
				Bram Persson				2019-09-14	10.8	V U12	Sneek
Siebert Nutma				100				60h 76,2			
800				2023-07-30	11.12	M U18	Hässleholm (Zwe)	2021-09-12	10.20	V U14	Amsterdam
2023-05-20	2:04.65	M	Heerenveen	200				2022-07-09	9.89	V U14	Hoorn
3000				2023-08-13	22.33	M U18	Helsingborg (Zwe)	80h 76,2			
2023-07-21	9:39.16	M	Heiloo					2023-09-03	12.21	V U16	Amsterdam
5000				Jeroen Persson				300h 76,2			
2023-07-14	16:37.55	M	Amsterdam	100				2023-09-16	45.62	V U16	Apeldoorn
				2022-08-13	11.16	M U18	Möln dal (Zwe)	hoog			
Marrit Oosterbaan				200				2018-09-15	1.05	V U10	Heerenveen
hoog				2022-09-04	21.79	M U18	Helsinki (Fin)	2019-06-29	1.20	V U12	Leeuwarden
2022-07-08	1.40	V U23	Hoorn	2023-07-02	21.59	M U20	Göteborg (Zwe)	2021-05-22	1.35	V U14	Heerenveen
2023-04-08	1.40	V U23	Groningen	400				hurkhoog			
discus 1				2022-08-27	48.50	M U18	Sollentuna (Zwe)	2018-04-21	0.85	V U10	Drachten
2023-10-15	19.77	V U23	Steenwijk	2023-06-11	47.88	M U20	Sollentuna (Zwe)	polsver			
kogel 4								2019-04-20	4.25	V U12	Drachten
2022-10-01	8.90	V U23	Heerenveen	Jeroen Piek				ver			
2023-10-15	8.78	V U23	Steenwijk	60				2015-10-03	2.21	V U9	Heerenveen
speer 600				2019-08-25	7.26	M	Alkmaar	2018-09-15	3.20	V U10	Heerenveen
2022-10-01	31.82	V U23	Heerenveen	100				2019-05-25	3.45	V U12	Steenwijk
2023-06-03	36.61	V U23	Groningen	2011-07-30	10.94w	M U23	Amsterdam	balstoten			
werp 3-kamp				2012-04-22	11.34	M	Ede	2018-09-15	5.60	V U10	Heerenveen
2023-10-15	1429	V U23	Steenwijk	2016-08-14	10.99w	M	Alkmaar	kogel 2			
				2018-09-09	11.17	M	Grootebroek	2018-03-25	4.56	V U10	Assen
Jilke Oswald				2019-07-06	11.14	M	Woerden	2019-04-20	6.30	V U12	Drachten
100				2021-10-02	11.25w	M	Heerenveen	slingeren			
2021-10-02	12.93w	M U18	Heerenveen	2022-06-11	11.32	M	Leiden	2018-04-21	10.00	V U10	Drachten
2022-04-10	12.90	M U18	Drachten	150				2019-05-25	14.50	V U12	Steenwijk
200				2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk	vortex			
2023-05-20	24.77	M U20	Heerenveen	2019-08-09	16.80	M	Utrecht	2015-10-03	14.74	V U9	Heerenveen
400				2022-06-24	17.14	M	Steenwijk	2018-09-15	16.50	V U10	Heerenveen
2021-05-01	1:04.71	M U18	Heerenveen	200				2019-06-29	24.50	V U12	Leeuwarden
2022-06-12	1:01.05	M U18	Assen	2016-08-14	22.32	M	Alkmaar				
2023-06-24	54.70	M U20	Bergen op Zoom	2019-07-06	22.68	M	Woerden	Eric Portema			
400h 83,8				2021-07-10	23.59	M	Epe	discus 2			
2022-06-17	1:05.92	M U18	Amsterdam	300				2011-10-09	27.23	M	Steenwijk
ver				2019-08-09	37.38	M	Utrecht	2013-10-05	28.81	M	Heerenveen
2021-04-11	5.26	M U18	Heerenveen	kogel 7¼				2015-09-05	25.58	M	Groningen
2022-06-12	5.59	M U18	Assen	2012-05-20	11.70	M U23	Harderwijk	2016-05-13	24.21	M	Apeldoorn
2023-06-24	5.91	M U20	Bergen op Zoom	sprint 2-kamp				kogel 7¼			
kogel 5				2016-08-13	1714	M	Alkmaar	2011-06-05	11.45	M	Assen
2021-03-20	7.38	M U18	Heerenveen	2021-09-18	1349	M	Delfzijl	2012-05-20	10.53	M	Harderwijk
2022-10-01	9.98	M U18	Heerenveen	Norah Pont				2013-04-21	11.39	M	Grootebroek
				40				2014-05-25	11.25	M	Drachten
				2015-10-03	7.8	V U9	Heerenveen				

2015-05-03	10.19	M	Emmeloord	100				discus ¾				
2016-05-13	9.00	M	Apeldoorn	2022-06-10	13.39	V U16	Ede	2019-03-30	10.10	V U14	Steenwijk	
kogelsl. 7¼				2023-04-23	13.23w	V U18	Drachten	kogel 2				
2013-04-21	18.75	M	Grootebroek	150				2017-10-07	5.30	V U12	Heerenveen	
2014-05-04	20.88	M	Grootebroek	2020-07-02	22.9	V U14	Heerenveen	2018-10-06	6.62	V U12	Heerenveen	
speer 800				2021-10-02	20.23	V U16	Heerenveen	2019-10-05	7.77	V U14	Heerenveen	
2011-10-09	46.88	M	Steenwijk	2022-06-24	19.83	V U16	Steenwijk	2020-07-02	8.45	V U14	Heerenveen	
2012-05-17	49.52	M	Hengelo	200				kogel 3				
2013-05-09	51.48	M	Groningen	2019-05-11	33.22	V U14	Heerenveen	2021-10-10	7.80	V U16	Best	
2014-06-29	50.58	M	Enschede	2021-05-01	28.49	V U16	Heerenveen	2022-06-10	8.66	V U16	Ede	
2015-06-07	47.09	M	Harderwijk	2023-05-20	27.85	V U18	Heerenveen	2023-06-09	8.62	V U18	Ede	
2016-05-29	46.18	M	Emmeloord	300				slingeren				
2017-05-28	42.58	M	Drachten	2022-06-24	46.02	V U16	Steenwijk	2016-07-02	11.50	V U10	Drachten	
werp 3-kamp				400				2017-05-20	14.50	V U12	Steenwijk	
2011-10-09	1463	M	Steenwijk	2019-05-05	1:14.16	V U14	Sneek	2018-09-15	16.00	V U12	Heerenveen	
2013-10-05	1593	M	Heerenveen	600				speer 400				
2016-05-13	1251	M	Apeldoorn	2019-05-05	2:06.33	V U14	Sneek	2019-03-30	9.53	V U14	Steenwijk	
Jasper Post				2020-09-26	1:52.0	V U14	Heerenveen	speer 500				
40				2021-05-23	1:48.04	V U16	Heerenveen	2021-10-02	16.88	V U16	Heerenveen	
2018-10-06	8.95	M U8	Heerenveen	2022-05-21	1:48.20	V U16	Heerenveen	2022-05-01	19.31	V U16	Heerenveen	
600				800				vortex				
2018-10-06	2:57:28	M U8	Heerenveen	2020-09-19	2:47.24	V U14	Grootebroek	2016-07-02	12.00	V U10	Drachten	
ver				2021-06-19	2:32.40	V U16	Leeuwarden	2017-07-08	14.00	V U12	Drachten	
2018-10-06	2.10	M U8	Heerenveen	2022-04-10	2:37.99	V U16	Drachten	2018-09-15	18.00	V U12	Heerenveen	
kogel 2				1000				2022-06-10	28.76	V U16	Ede	
2021-05-06	4.10	M U12	Heerenveen	2016-10-01	3:56.0	V U10	Heerenveen	2023-06-09	26.25	V U18	Ede	
vortex				2017-06-24	3:43.95	V U12	Stadskanaal	sprint 2-kamp				
2018-10-06	8.89	M U8	Heerenveen	2018-06-02	3:43.11	V U12	Stadskanaal	2022-10-01	1068	V U16	Heerenveen	
2021-05-06	14.00	M U12	Heerenveen	2019-04-06	3:35.53	V U14	Heerenveen	6-kamp				
Gearard Posthumus				1500				2019-05-05	1767	V U14	Sneek	
5000				2021-07-03	6:01.52	V U16	Assen	7-kamp				
2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	duur 4'				2021-05-23	3321	V U16	Heerenveen	
Anita Postma				2016-07-02	975	V U10	Drachten	2022-05-01	3461	V U16	Heerenveen	
80				duur 6'				Hanna Rekelhof				
2022-10-01	11.8	V U16	Heerenveen	2017-07-08	1450	V U12	Drachten	40				
100				2018-04-21	1500	V U12	Drachten	2023-09-30	7.9	V U9	Heerenveen	
2023-04-23	14.82	V U18	Drachten	40h				600				
150				2016-07-02	8.7	V U10	Drachten	2023-09-30	2:34.0	V U9	Heerenveen	
2022-10-01	23.0	V U16	Heerenveen	60h				ver				
200				2017-09-16	12.3	V U12	Heerenveen	2023-09-30	2.32	V U9	Heerenveen	
2023-04-23	30.23w	V U18	Drachten	2018-09-15	12.1	V U12	Heerenveen	vortex				
hoog				60h 76,2				2023-09-30	8.00	V U9	Heerenveen	
2022-10-01	1.35	V U16	Heerenveen	2019-05-25	13.32	V U14	Sneek	Finn Richardson				
2023-06-11	1.40	V U18	Assen	80h 76,2				40				
ver				2021-10-09	14.08	V U16	Best	2020-09-26	8.9	M U8	Heerenveen	
2022-10-01	3.62	V U16	Heerenveen	2022-04-30	13.97	V U16	Heerenveen	2021-05-06	8.4	M U8	Heerenveen	
2023-09-30	4.08	V U18	Heerenveen	300h 76,2				600				
sprint 2-kamp				2022-06-11	51.95	V U16	Heerenveen	2020-09-26	3:18.0	M U8	Heerenveen	
2022-10-01	826	V U16	Heerenveen	hoog				2021-05-22	2:53.80	M U8	Heerenveen	
Patrick Postma				2016-09-17	1.00	V U10	Heerenveen	duur 4'				
3000				2017-09-09	1.15	V U12	Sneek	2020-09-12	750	M U8	Heerenveen	
2019-03-30	10:14.41	M	Steenwijk	2018-07-07	1.20	V U12	Steenwijk	2021-06-05	825	M U8	Heerenveen	
5000				2019-10-05	1.30	V U14	Heerenveen	40h				
2012-06-24	18:26.80	M U23	Drachten	2020-09-26	1.40	V U14	Heerenveen	2021-06-05	8.9	M U8	Heerenveen	
Sanne Pultrum				2021-10-02	1.45	V U16	Heerenveen	hoog				
40				2022-06-11	1.50	V U16	Heerenveen	2021-06-05	0.70	M U8	Heerenveen	
2016-10-01	7.0	V U10	Heerenveen	2023-05-20	1.40	V U18	Heerenveen	hurkhoog				
60				hurkhoog				2020-06-30	0.70	M U8	Heerenveen	
2017-10-07	10.0	V U12	Heerenveen	2016-07-02	0.75	V U10	Drachten	2021-05-06	0.70	M U8	Heerenveen	
2018-10-06	9.81	V U12	Heerenveen	polsver				ver				
2019-10-05	9.2	V U14	Heerenveen	2017-07-08	3.65	V U12	Drachten	2020-09-26	2.32	M U8	Heerenveen	
2020-07-25	9.21	V U14	Heerenveen	2018-07-07	4.05	V U12	Steenwijk	2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen	
80				ver				balstoten				
2022-09-04	10.92	V U16	Groningen	2016-10-01	3.01	V U10	Heerenveen	2020-09-12	4.30	M U8	Heerenveen	
2022-09-17	10.81w	V U16	Rotterdam	2017-10-07	3.39	V U12	Heerenveen	2021-06-05	4.70	M U8	Heerenveen	
				2018-10-06	3.60	V U12	Heerenveen	slingeren				
				2019-05-05	3.63w	V U14	Sneek	2020-06-30	3.00	M U8	Heerenveen	
				2021-10-10	4.50	V U16	Best	2021-05-06	12.00	M U8	Heerenveen	
				2022-06-10	4.22	V U16	Ede					
				2023-04-16	4.30	V U18	Almere					
				balstoten								
				2016-09-17	5.00	V U10	Heerenveen					

vortex			
2020-09-26	11.54	M U8	Heerenveen
2021-05-06	13.00	M U8	Heerenveen

Loïs Richardson

40			
2016-10-01	7.5	V U8	Heerenveen
2017-09-02	7.66	V U9	Deventer
2018-10-06	7.21	V U10	Heerenveen

60			
2019-10-05	9.9	V U12	Heerenveen
2020-06-02	10.0	V U12	Heerenveen
2021-04-17	9.4	V U14	Heerenveen

100			
2021-07-09	15.38	V U14	Steenwijk

600			
2016-10-01	2:44.1	V U8	Heerenveen
2017-10-07	2:19.9	V U9	Heerenveen
2019-04-07	2:19.90	V U12	Assen

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

duur 4'			
2016-07-02	875	V U8	Drachten
2017-05-20	900	V U9	Steenwijk
2018-05-26	950	V U10	Sneek
2019-06-29	925	V U12	Leeuwarden

duur 6'			
2019-05-25	1325	V U12	Steenwijk

40h			
2016-07-02	9.5	V U8	Drachten
2017-07-08	8.8	V U9	Drachten
2018-07-07	7.5	V U10	Steenwijk

60h			
2019-06-29	10.8	V U12	Leeuwarden
2020-09-12	10.4	V U12	Heerenveen

60h 76,2			
2021-07-03	12.62	V U14	Assen
2022-06-11	13.03	V U14	Heerenveen

300h 76,2			
2022-05-21	1:01.52	V U14	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

hurkhoog			
2015-09-19	0.65	V U8	Heerenveen
2016-07-02	0.75	V U8	Drachten
2017-07-08	0.80	V U9	Drachten
2018-07-07	0.90	V U10	Steenwijk

polsver			
2019-06-29	4.05	V U12	Leeuwarden
2020-09-12	3.30	V U12	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

balstoten			
2015-09-19	2.20	V U8	Heerenveen
2016-09-17	3.60	V U8	Heerenveen
2017-09-16	4.70	V U9	Heerenveen
2018-09-15	5.50	V U10	Heerenveen

balwerpen 180			
2017-06-24	11.30	V U9	Stadskanaal

discus ¾			
2022-04-02	16.92	V U14	Steenwijk

kogel 2			
2018-07-14	3.98	V U10	Heerenveen
2019-04-20	5.40	V U12	Drachten
2020-09-12	6.40	V U12	Heerenveen
2022-10-01	7.35	V U14	Heerenveen

slingeren			
2016-07-02	9.00	V U8	Drachten
2017-07-08	11.00	V U9	Drachten
2018-07-07	13.50	V U10	Steenwijk
2019-09-14	15.50	V U12	Sneek
2020-06-30	15.50	V U12	Heerenveen

speer 400			
2022-10-01	20.76	V U14	Heerenveen

vortex			
2015-09-19	4.50	V U8	Heerenveen
2016-10-01	11.20	V U8	Heerenveen
2017-09-09	12.60	V U9	Sneek
2018-10-06	14.07	V U10	Heerenveen
2019-06-29	21.50	V U12	Leeuwarden
2020-09-12	21.00	V U12	Heerenveen

Stef Rijkema

60			
2020-09-26	8.4	M U9	Heerenveen

600			
2020-09-26	2:48.0	M U9	Heerenveen

duur 4'			
2021-06-05	950	M U10	Heerenveen

40h			
2020-06-30	9.6	M U9	Heerenveen
2021-06-05	8.2	M U10	Heerenveen

hoog			
2021-06-05	0.95	M U10	Heerenveen

hurkhoog			
2020-06-30	0.75	M U9	Heerenveen

ver			
2020-09-26	2.82	M U9	Heerenveen
2021-06-05	3.25	M U10	Heerenveen

balstoten			
2021-06-05	4.80	M U10	Heerenveen

slingeren			
2020-06-30	9.50	M U9	Heerenveen

vortex			
2020-09-26	16.18	M U9	Heerenveen

Nynke Rijpma

80			
2020-09-26	10.9	V U16	Heerenveen
2021-04-17	11.1	V U16	Heerenveen

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
2023-04-16	28.07	V U18	Almere
2023-06-25	27.22	V U18	Bergen op Zoom

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

80h 76,2			
2020-07-25	15.24	V U16	Heerenveen
2021-09-11	13.70	V U16	Zoetermeer

300h 76,2			
2020-07-04	52.6	V U16	Heerenveen
2021-05-01	51.83	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

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

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

kogel 3			
2021-09-11	9.68	V U16	Zoetermeer
2022-10-01	9.67	V U18	Heerenveen
2023-09-30	10.18	V U18	Heerenveen

speer 500			
2021-05-23	23.82	V U16	Heerenveen

7-kamp			
2021-05-23	3564	V U16	Heerenveen

Teade Rispens

3000			
2014-10-04	11:19.2	M	Heerenveen

Sem van Rooijen

60			
2020-08-23	7.37w	M U18	Alkmaar

100			
2020-07-25	11.70w	M U18	Heerenveen
2021-07-09	11.32w	M U20	Steenwijk
2022-06-12	11.26	M U20	Assen

150			
2020-07-11	18.18	M U18	Epe
2021-07-09	17.16w	M U20	Steenwijk

200			
2021-09-12	23.76	M U20	Amersfoort
2022-06-19	22.78	M U20	Amsterdam

400			
2021-05-01	55.10	M U20	Heerenveen

800			
2021-03-20	2:10.5	M U20	Heerenveen

ver			
2021-03-20	5.56	M U20	Heerenveen

Floris vd Schaaf

40			
2023-09-30	10.3	M U8	Heerenveen

ver			
2023-09-30	1.99	M U8	Heerenveen

vortex			
2023-09-30	7.50	M U8	Heerenveen

Franck ter Schure

40			
2019-10-05	8.3	M U8	Heerenveen
2020-09-26	8.2	M U9	Heerenveen
2021-10-02	7.76	M U10	Heerenveen

600			
2019-10-05	3:10.4	M U8	Heerenveen
2020-09-26	2:52.0	M U9	Heerenveen
2021-10-02	2:39.13	M U10	Heerenveen

duur 4'			
2020-09-12	850	M U9	Heerenveen
2021-06-05	875	M U10	Heerenveen
40h			
2020-06-30	9.2	M U9	Heerenveen
2021-06-05	8.7	M U10	Heerenveen
hoog			
2019-09-14	0.65	M U8	Sneek
2021-06-05	0.85	M U10	Heerenveen
hurkhoog			
2020-06-30	0.75	M U9	Heerenveen
ver			
2019-09-14	2.15	M U8	Sneek
2020-09-26	2.80	M U9	Heerenveen
2021-06-05	3.00	M U10	Heerenveen
balstoten			
2019-09-14	4.20	M U8	Sneek
2020-09-12	4.70	M U9	Heerenveen
2021-06-05	5.40	M U10	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	10.50	M U9	Heerenveen
2021-05-06	11.50	M U10	Heerenveen
vortex			
2019-09-14	13.00	M U8	Sneek
2020-09-26	14.84	M U9	Heerenveen
2021-10-02	21.88	M U10	Heerenveen
Lars Seijsener			
40			
2020-06-02	9.0	M U10	Heerenveen
60			
2021-04-06	12.8	M U12	Heerenveen
ver			
2020-06-02	2.05	M U10	Heerenveen
2021-04-06	2.00	M U12	Heerenveen
kogel 2			
2021-05-06	3.80	M U12	Heerenveen
vortex			
2020-06-02	9.00	M U10	Heerenveen
2021-04-06	10.00	M U12	Heerenveen
Milou Sieperda			
60			
2020-09-19	9.31	V U14	Grootebroek
80			
2021-06-27	11.50	V U16	Hoofddorp
2022-09-17	11.39w	V U16	Rotterdam
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
600			
2020-09-13	2:12.19	V U14	Zoetermeer
2021-10-10	1:59.49	V U16	Best
2022-07-03	2:01.17	V U16	Delft
60h 106,7			
2020-09-12	11.08w	V U14	Zoetermeer
80h 76,2			
2021-07-10	14.22	V U16	Delft
2022-07-02	14.34	V U16	Delft
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
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
discus ¾			
2020-09-19	21.61	V U14	Grootebroek
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 2			
2020-09-13	12.15	V U14	Zoetermeer
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
speer 400			
2020-09-06	31.18	V U14	Heerenveen
speer 500			
2021-08-29	32.30	V U16	Amsterdam
2022-04-23	32.57	V U16	Almere
2023-04-23	30.60	V U18	Drachten
2023-05-07	30.79	V U18	Heerenveen
werp 3-kamp			
2022-10-08	1414	V U16	Steenwijk
6-kamp			
2020-09-13	2367	V U14	Zoetermeer
7-kamp			
2021-07-11	3562	V U16	Delft
2022-07-03	3529	V U16	Delft
2023-05-07	3015	V U18	Heerenveen

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
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
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
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
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
speer 600			
2011-10-01	14.45	V45	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2012-05-12	421	V45	Heerenveen
2022-10-01	1032	V55	Heerenveen

Henri Spieksma

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

Vesper Spijkmán

40			
2023-09-30	8.0	V U9	Heerenveen
600			
2023-09-30	2:35.0	V U8	Heerenveen
ver			
2023-09-30	2.85	V U8	Heerenveen
vortex			
2023-04-06	9.00	V U9	Heerenveen

Melvin vd Staaíj

60			
2022-09-10	11.0	M U12	Heerenveen
2023-05-20	11.3	M U12	Sneek
duur 6'			
2023-06-24	1225	M U12	Drachten
60h			
2022-09-10	13.7	M U12	Heerenveen
2023-04-22	12.4	M U12	Leeuwarden
hoog			
2023-06-24	1.05	M U12	Drachten
polsver			
2023-06-24	4.35	M U12	Drachten
ver			
2022-09-10	2.55	M U12	Heerenveen
2023-05-20	2.85	M U12	Sneek
kogel 2			
2023-06-24	5.90	M U12	Drachten
slingeren			
2022-09-10	8.50	M U12	Heerenveen
2023-05-20	11.50	M U12	Sneek
vortex			
2022-09-10	13.50	M U12	Heerenveen
2023-06-24	15.50	M U12	Drachten

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

Daan Stegeman				2017-10-07	2:41.0	M U9	Heerenveen	2017-05-06	9.83	V U14	Groningen
	40			2018-07-14	2:33.88	M U10	Heerenveen	2018-10-06	9.71	V U14	Heerenveen
	2018-10-06	7.77	M U10	2022-10-01	2:23.0	M U14	Heerenveen	150			
	60			800				2017-07-07	24.50w	V U14	Steenwijk
	2019-10-05	10.4	M U12	2021-05-01	3:35.41	M U14	Heerenveen	200			
	2020-09-26	10.0	M U12	2023-06-17	3:16.39	M U16	Heerenveen	2017-05-20	34.13	V U14	Heerenveen
	80			1000				300			
	2021-10-02	12.82w	M U14	2018-10-06	4:22.10	M U10	Heerenveen	2017-07-07	55.77	V U14	Steenwijk
	600			2019-10-05	4:37.0	M U12	Heerenveen	600			
	2020-09-26	2:29.0	M U12	1500				2017-05-14	2:10.95	V U14	Sneek
				2023-05-13	7:02.60	M U16	Hoogeveen	2018-10-06	2:16.88	V U14	Heerenveen
	1000			duur 4'				1000			
	2018-10-06	4:16.41	M U10	2017-07-08	850	M U9	Drachten	2015-10-03	4:40.2	V U12	Heerenveen
	2019-10-05	4:51.1	M U12	2018-05-26	875	M U10	Sneek	2016-10-01	4:23.9	V U12	Heerenveen
	duur 4'			2019-06-29	825	M U12	Leeuwarden	2017-06-10	4:10.87	V U14	Sneek
	2018-04-21	775	M U10	duur 6'				2018-06-09	3:58.83	V U14	Groningen
	40h			2019-04-20	1225	M U12	Drachten	duur 6'			
	2018-04-21	8.7	M U10	2020-09-12	1250	M U12	Heerenveen	2016-07-02	1275	V U12	Drachten
	hoog			40h				60h			
	2021-04-17	1.10	M U14	2017-07-08	9.8	M U9	Drachten	2016-05-28	12.3	V U12	Leeuwarden
	2022-10-01	1.20	M U14	2018-07-07	9.6	M U10	Steenwijk	60h 76,2			
	hurkhoog			60h				2017-06-10	13.19	V U14	Sneek
	2018-04-21	0.80	M U10	2019-04-20	13.0	M U12	Drachten	2018-05-19	13.23	V U14	Assen
	ver			60h				hoog			
	2018-10-06	2.88	M U10	2020-09-12	12.4	M U12	Heerenveen	2016-07-02	1.10	V U12	Drachten
	2019-10-05	3.20	M U12	hoog				2017-05-20	1.20	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	3.16	M U12	2017-09-16	0.80	M U9	Heerenveen	2018-10-06	1.30	V U14	Heerenveen
	2021-10-02	3.29	M U14	2018-07-14	0.95	M U10	Heerenveen	2019-04-28	1.30	V U16	Epe
	2022-10-01	3.15	M U14	2019-06-29	1.00	M U12	Leeuwarden	polshoog			
	kogel 2			2020-09-12	1.00	M U12	Heerenveen	2017-06-03	1.75	V U14	Groningen
	2019-10-05	5.10	M U12	hurkhoog				2018-05-12	1.95	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	5.74	M U12	2017-07-08	0.70	M U9	Drachten	2019-06-08	1.96	V U16	Groenlo
	kogel 3			2018-07-07	0.80	M U10	Steenwijk	2020-07-25	2.26	V U16	Heerenveen
	2022-10-01	6.60	M U14	polsver				2021-10-02	2.33	V U18	Heerenveen
	slingeren			2019-06-29	3.45	M U12	Leeuwarden	2022-09-04	2.82	V U18	Groningen
	2018-04-21	11.50	M U10	2020-09-12	3.15	M U12	Heerenveen	2023-06-24	2.87	V U20	Bergen op Zoom
	speer 400			ver				polsver			
	2021-10-02	14.69	M U14	2016-10-01	2.19	M U8	Heerenveen	2016-04-16	4.00	V U12	Sneek
	2022-10-01	13.17	M U14	2017-09-16	2.30	M U9	Heerenveen	ver			
	vortex			2018-09-15	2.70	M U10	Heerenveen	2015-10-03	3.12	V U12	Heerenveen
	2018-10-06	15.06	M U10	2021-10-02	3.10	M U14	Heerenveen	2016-06-18	3.33	V U12	Heerenveen
	2020-06-02	18.50	M U12	2023-06-17	3.49	M U16	Heerenveen	2017-05-20	3.44	V U14	Heerenveen
	Floris Swart			balstoten				kogel 2			
	800			2017-09-16	4.20	M U9	Heerenveen	2015-10-03	4.12	V U12	Heerenveen
	2020-09-26	2:23.0	M U16	2018-09-15	4.80	M U10	Heerenveen	2016-10-01	4.35	V U12	Heerenveen
	2021-10-02	2:22.85	M U18	kogel 2				2017-05-14	6.25	V U14	Sneek
	2022-05-21	2:24.75	M U18	2018-07-14	4.06	M U10	Heerenveen	2018-10-06	7.12	V U14	Heerenveen
	1500			2019-10-05	5.19	M U12	Heerenveen	slingeren			
	2021-05-22	5:14.63	M U18	2020-09-12	5.90	M U12	Heerenveen	2016-09-17	12.50	V U12	Heerenveen
	3000			kogel 3				speer 400			
	2021-04-11	11:21.9	M U18	2022-10-01	6.25	M U14	Heerenveen	2017-05-13	10.60	V U14	Sneek
	Sasha Tarlavina			slingeren				vortex			
	800			2017-07-08	8.00	M U9	Drachten	2016-05-28	17.50	V U12	Leeuwarden
	2022-06-11	2:24.90	V U16	2018-07-07	11.00	M U10	Steenwijk	6-kamp			
				2020-06-30	15.00	M U12	Heerenveen	2017-05-14	1621	V U14	Sneek
				speer 400				Indy Terzic			
	2021-04-17	13.17	M U14	2021-04-17	13.17	M U14	Heerenveen	60			
	2022-06-11	12.45	M U14	2022-06-11	12.45	M U14	Heerenveen	2021-10-02	10.68	V U12	Heerenveen
				speer 600				2022-05-21	9.97	V U14	Heerenveen
	2023-05-13	15.30	M U16	2023-05-13	15.30	M U16	Hoogeveen	600			
	Hessel Teijema			vortex				2021-10-02	2:29.50	V U12	Heerenveen
	40			2016-10-01	8.26	M U8	Heerenveen	hoog			
	2016-10-01	8,7	M U8	2017-07-08	10.50	M U9	Drachten	2022-05-21	1.00	V U14	Heerenveen
	2017-10-07	8.4	M U9	2018-07-07	14.00	M U10	Steenwijk	ver			
	2018-10-06	7.91	M U10	2019-04-20	16.50	M U12	Drachten	2021-10-02	3.16	V U12	Heerenveen
	60			2020-09-12	17.50	M U12	Heerenveen	2022-05-21	3.57	V U14	Heerenveen
	2019-10-05	10.7	M U12	sprint 2-kamp				kogel 2			
	80			2022-10-01	66	M U14	Heerenveen	2021-10-02	3.78	V U12	Heerenveen
	2022-10-01	14.1	M U14	Alicia vd Tempel				60			
	150			60				2015-10-03	10.7	V U12	Heerenveen
	2021-05-01	27.55	M U14	2015-10-03	10.3	V U12	Heerenveen	2016-10-01			
	2022-10-01	28.5	M U14								
	600										
	2016-10-01	2:51.1	M U8								

Rebecca Ugen				kogelsl. 7¼				5000				
60				2016-05-14	29.70	M	Heerenveen	2020-09-26	17:48.0	M55	Heerenveen	
2019-10-05	10.6	V U14	Heerenveen	2017-04-30	31.56	M	Hoorn					
				speer 800				Ziggy Veldman				
1000				2013-09-01	40.68	M	Amersfoort	40				
2019-10-05	4:52.0	V U14	Heerenveen	2014-10-04	44.27	M	Heerenveen	2014-10-04	7.1	M U10	Heerenveen	
hoog				2015-08-30	44.48	M	Stadskanaal	60				
2020-07-02	1.20	V U14	Heerenveen	werp 3-kamp				2015-06-06	9.2	M U12	Sneek	
2021-05-22	1.15	V U16	Heerenveen	2014-05-21	1515	M U23	Sneek	2016-10-01	9.2	M U12	Heerenveen	
ver				10-kamp				80				
2019-10-05	3.17	V U14	Heerenveen	2013-09-01	5413	M U23	Amersfoort	2017-09-03	11.52w	M U14	Amsterdam	
2021-10-02	3.16	V U16	Heerenveen	2014-07-06	5699	M U23	Stadskanaal	2018-10-06	10.93	M U14	Heerenveen	
discus 1				2015-08-30	5740	M	Stadskanaal	100				
2021-10-02	12.02	V U16	Heerenveen	Hugo Veenker				2019-10-05	12.4	M U16	Heerenveen	
kogel 2				discus 1				2020-09-26	12.1	M U16	Heerenveen	
2019-10-05	4.65	V U14	Heerenveen	2018-05-02	23.07	M60	Dronten	2021-05-01	11.95	M U18	Heerenveen	
2020-07-02	5.58	V U14	Heerenveen	2021-08-27	22.12	M60	Heerenveen	2022-06-12	11.69	M U18	Assen	
speer 500				kogel 5				2023-04-16	11.39	M U20	Almere	
2021-05-22	14.59	V U16	Heerenveen	2018-05-02	7.70	M60	Dronten	150				
Dennis Veenker				2021-08-27	6.66	M60	Heerenveen	2018-04-02	22.05	M U14	Amersfoort	
100				kogel 6				2019-05-25	19.51	M U16	Sneek	
2013-08-31	11.83	M U23	Amersfoort	2016-10-01	8.59	M55	Heerenveen	2020-07-04	18.6	M U16	Heerenveen	
2014-05-25	11.64	M U23	Drachten	speer 600				200				
2015-06-07	11.54w	M	Harderwijk	2021-08-27	18.04	M60	Heerenveen	2021-04-11	24.9	M U18	Heerenveen	
2016-04-09	11.24	M	Heerenveen	werp 3-kamp				2022-06-19	24.04	M U18	Amsterdam	
2017-05-28	11.42w	M	Drachten	2021-08-27	791	M60	Heerenveen	2023-04-23	23.39	M U20	Drachten	
2018-07-01	11.94	M	Harderwijk	Ina Veenstra				800				
150				3000				2019-10-05	3:03.0	M U16	Heerenveen	
2015-07-10	17.33	M	Steenwijk	2012-10-06	16:20.8	V50	Heerenveen	1000				
200				Roy Veenstra				2014-10-04	5:17.2	M U10	Heerenveen	
2014-05-17	24.06	M U23	Heerenveen	100				2015-10-03	4:37.1	M U12	Heerenveen	
2016-10-01	23.6	M	Heerenveen	2023-09-30	12.2	M U20	Heerenveen	2016-10-01	4:28.2	M U12	Heerenveen	
400				200				2017-10-07	4:13.9	M U14	Heerenveen	
2014-05-31	57.45	M U23	Gemert	2023-09-30	24.5	M U20	Heerenveen	2018-10-06	3:50.64	M U14	Heerenveen	
2013-08-31	59.28	M	Amersfoort	400				duur 6'				
2015-07-30	55.73	M	Amsterdam	2023-05-28	56.34	M U20	Harderwijk	2016-07-02	1200	M U12	Drachten	
800				800				60h				
2013-10-05	2:39.3	M	Heerenveen	2023-04-02	2:21.07	M U20	Steenwijk	2015-04-11	10.9	M U12	Leeuwarden	
2016-10-01	2:43.8	M	Heerenveen	1500				2016-04-16	10.2	M U12	Sneek	
1500				2023-06-11	4:52.69	M U20	Assen	80h 76,2				
2013-09-01	5:41.30	M	Amersfoort	3000				2017-05-27	16.95	M U14	Stadskanaal	
2014-06-01	5:18.97	M	Gemert	2023-04-23	10:02.01	M U20	Drachten	2018-06-09	13.35	M U14	Groningen	
2015-07-31	5:29.19	M	Amsterdam	400h 91,4				100h 83,8				
110h 106,7				2023-04-29	1:02.85	M U20	Emmeloord	2019-05-11	16.87	M U16	Heerenveen	
2013-09-01	16.23	M U23	Amersfoort	hoog				2020-07-25	15.17	M U16	Heerenveen	
2014-07-06	15.85	M U23	Stadskanaal	2023-04-16	1.60	M U20	Almere	110h 91,4				
2015-06-07	15.67	M	Harderwijk	hss				2021-05-01	16.59	M U18	Heerenveen	
2016-04-24	15.66w	M	Grootebroek	2023-05-28	11.48	M U20	Harderwijk	2022-06-12	15.73	M U18	Assen	
hoog				ver				110h 99,1				
2013-08-31	1.60	M	Amersfoort	2023-05-20	5.81w	M U20	Heerenveen	2023-06-11	15.95	M U20	Assen	
2014-07-05	1.65	M	Stadskanaal	speer 800				hoog				
2015-08-29	1.71	M	Stadskanaal	2023-09-30	22.95	M U20	Heerenveen	2015-06-27	1.00	M U12	Steenwijk	
2016-10-01	1.60	M	Heerenveen	sprint 2-kamp				2016-06-04	1.20	M U12	Stadskanaal	
polshoog				2023-09-30	1072	M U20	Heerenveen	2017-05-14	1.15	M U14	Sneek	
2013-07-05	4.60	M U23	Utrecht	Hayco van der Velde				2018-05-12	1.35	M U14	Heerenveen	
2014-07-06	4.50	M	Stadskanaal	5000				2019-10-05	1.50	M U16	Heerenveen	
2015-08-30	4.40	M	Stadskanaal	2020-09-26	19:19.0	M40	Heerenveen	2020-09-26	1.60	M U16	Heerenveen	
ver				Jayden vd Velde				2022-10-01	1.70	M U18	Heerenveen	
2013-08-31	6.28	M U23	Amersfoort	800				hss				
2014-05-25	6.35	M U23	Drachten	2022-05-21	2:50.94	M U14	Heerenveen	2020-09-04	10.31	M U16	Leeuwarden	
discus 2				Henri Veldman				2021-09-12	11.52	M U18	Amersfoort	
2013-09-01	27.57	M U23	Amersfoort	3000				2022-06-19	13.30	M U18	Amsterdam	
2014-07-06	27.98	M U23	Stadskanaal	2018-10-06	10:42.22	M55	Heerenveen	2023-05-28	13.34	M U20	Harderwijk	
2015-07-31	31.84	M	Amsterdam	Ziggy Veldman				polsver				
2017-06-18	31.40	M	Harderwijk	40				2016-07-02	4.20	M U12	Drachten	
kogel 7¼				60				ver				
2013-08-31	10.42	M U23	Amersfoort	2014-10-04				2014-10-04	2.70	M U10	Heerenveen	
2014-05-21	11.28	M U23	Sneek	2015-10-03				2015-10-03	3.52	M U12	Heerenveen	
2015-08-29	11.27	M	Stadskanaal	2016-09-17				2016-09-17	3.65	M U12	Heerenveen	
2016-09-18	12.01	M	Hengelo	2017-05-13				2017-05-13	4.07	M U14	Sneek	
2017-06-18	11.31	M	Harderwijk	2018-05-12				2018-05-12	5.02	M U14	Heerenveen	
2018-05-27	11.35	M	Drachten	2019-05-11				2019-05-11	5.53w	M U16	Heerenveen	

2023-06-24	6.93w	M U20	Bergen op Zoom	kogel 4				2023-09-30	9.3	V U14	Heerenveen
discus 1				2020-07-02	5.38	M U16	Heerenveen	600			
2017-04-01	13.34	M U14	Steenwijk	Naomi Verkerk				2018-10-06	2:36.26	V U8	Heerenveen
2018-06-02	24.03	M U14	Stadskanaal					2019-10-05	2:21.6	V U9	Heerenveen
2019-05-18	21.62	M U16	Stadskanaal	400				2021-10-02	2:05.29	V U12	Heerenveen
kogel 2				2023-06-10	58.83	V	Utrecht	2022-10-01	2:11.0	V U12	Heerenveen
2014-10-04	4.02	M U10	Heerenveen	Marit Versfeld				2023-05-07	1:58.50	V U14	Heerenveen
2015-06-27	6.70	M U12	Steenwijk	80				duur 4'			
2016-10-01	8.18	M U12	Heerenveen	2022-04-09	11.01	V U16	Emmeloord	2018-07-07	850	V U8	Steenwijk
kogel 3				100				2019-06-29	950	V U9	Leeuwarden
2017-10-07	7.77	M U14	Heerenveen	2022-06-10	13.86	V U16	Ede	2020-09-12	1025	V U10	Heerenveen
2018-10-06	7.26	M U14	Heerenveen	2023-04-20	13.76	V U16	Hoogeveen	duur 6'			
kogel 4				150				2021-05-06	1400	V U12	Heerenveen
2019-10-05	8.49	M U16	Heerenveen	2022-05-14	20.81	V U16	Emmen	2022-04-23	1475	V U12	Leeuwarden
kogel 5				2023-05-06	20.34	V U16	Heerenveen	40h			
2021-03-20	8.78	M U18	Heerenveen	300				2018-07-07	9.4	V U8	Steenwijk
2022-10-01	10.30	M U18	Heerenveen	2022-08-28	45.47	V U16	Amsterdam	2019-06-29	8.6	V U9	Leeuwarden
slingeren				2023-04-02	43.49	V U16	Steenwijk	2020-06-30	8.2	V U10	Heerenveen
2016-09-17	20.50	M U12	Heerenveen	400				60h			
speer 400				2023-06-14	1:04.48	V U16	Kampen	2021-05-22	12.78	V U12	Heerenveen
2017-05-13	18.83	M U14	Sneek	600				2022-09-10	10.6	V U12	Heerenveen
speer 700				2022-06-05	1:47.64	V U16	Emmeloord	60h 76,2			
2022-10-01	30.05	M U18	Heerenveen	2023-05-07	1:44.61	V U16	Heerenveen	2023-05-13	12.25	V U14	Hoogeveen
vortex				800				hoog			
2015-09-19	16.00	M U12	Heerenveen	2023-04-22	2:33.55	V U16	Groningen	2018-09-15	0.75	V U8	Heerenveen
2016-09-17	21.00	M U12	Heerenveen	1500				2019-09-14	0.95	V U9	Sneek
7-kamp				2022-05-15	5:25.91	V U16	Zwolle	2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen
2017-05-14	2349	M U14	Sneek	2023-05-13	5:37.50	V U16	Hoogeveen	2022-04-23	1.20	V U12	Leeuwarden
Bert Velkers				80h 76,2				2023-05-13	1.35	V U14	Hoogeveen
800				2022-06-04	13.66	V U16	Emmeloord	hurkhoog			
2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen	2023-06-14	13.03	V U16	Kampen	2018-07-07	0.60	V U8	Steenwijk
2021-10-02	2:57.86	M50	Heerenveen	300h 76,2				2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden
2022-10-01	2:51.7	M50	Heerenveen	2022-08-27	49.68	V U16	Amsterdam	2020-09-12	0.90	V U10	Heerenveen
3000				2023-06-24	48.35	V U16	Dronnten	polsver			
2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen	400h 76,2				2022-04-23	2.95	V U12	Leeuwarden
5000				2022-04-10	1:12.33	V U16	Drachten	ver			
2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen	2023-04-23	1:10.44	V U16	Drachten	2018-10-06	2.52	V U8	Heerenveen
discus 1½				hoog				2019-09-14	2.75	V U9	Sneek
2021-10-02	19.51	M50	Heerenveen	2022-07-09	1.50	V U16	Hoorn	2020-09-12	3.00	V U10	Heerenveen
discus 2				2023-06-14	1.55	V U16	Kampen	2021-04-06	3.15	V U12	Heerenveen
2018-10-06	14.60	M45	Heerenveen	ver				2022-05-21	3.45	V U12	Steenwijk
2020-09-26	16.01	M45	Heerenveen	2022-06-05	4.78w	V U16	Emmeloord	2023-04-22	3.68	V U14	Groningen
kogel 6				2023-09-30	4.72	V U16	Heerenveen	balstoten			
2021-10-02	6.95	M50	Heerenveen	discus 1				2018-09-15	3.40	V U8	Heerenveen
kogel 7¼				2022-06-24	23.87	V U16	Steenwijk	2019-09-14	4.00	V U9	Sneek
2018-10-06	6.65	M45	Heerenveen	2023-04-22	24.79	V U16	Groningen	2020-09-12	4.70	V U10	Heerenveen
speer 700				kogel 3				kogel 2			
2021-10-02	19.07	M50	Heerenveen	2022-08-27	11.81	V U16	Amsterdam	2021-10-02	4.81	V U12	Heerenveen
speer 800				2023-09-02	12.42	V U16	Amsterdam	2022-04-23	5.40	V U12	Leeuwarden
2018-10-06	21.80	M45	Heerenveen	speer 500				2023-05-07	6.52	V U14	Heerenveen
2020-09-26	20.66	M45	Heerenveen	2022-05-21	29.80	V U16	Heerenveen	slingeren			
werp 3-kamp				2023-09-10	33.68	V U16	Zoetermeer	2018-07-07	7.50	V U8	Steenwijk
2018-10-06	654	M45	Heerenveen	vortex				2019-04-20	12.50	V U9	Drachten
Tom Velkers				2022-06-10	42.39	V U16	Ede	2020-06-30	8.50	V U10	Heerenveen
100				2023-04-20	51.66	V U16	Hoogeveen	2022-05-21	15.50	V U12	Steenwijk
2020-09-26	14.6	M U16	Heerenveen	erp 3-kamp				speer 400			
2021-10-02	13.95w	M U16	Heerenveen	2022-10-08	1327	V U16	Steenwijk	2023-05-06	16.06	V U14	Heerenveen
2022-10-01	13.9	M U18	Heerenveen	2023-10-15	1419	V U16	Steenwijk	vortex			
150				7-kamp				2018-07-14	9.03	V U8	Heerenveen
2020-07-02	23.4	M U16	Heerenveen	2022-06-05	3864	V U16	Emmeloord	2019-09-14	12.50	V U9	Sneek
hoog				2023-09-10	4034	V U16	Zoetermeer	2020-09-12	15.00	V U10	Heerenveen
2020-09-26	1.30	M U16	Heerenveen	Jodie Vianen				2021-05-06	16.00	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1.35	M U16	Heerenveen	40				2022-04-23	16.50	V U12	Leeuwarden
ver				2018-10-06	8.21	V U8	Heerenveen	6-kamp			
2020-09-26	3.79	M U16	Heerenveen	2019-10-05	7.4	V U9	Heerenveen	2023-05-07	2134	V U14	Heerenveen
2021-10-02	4.24	M U16	Heerenveen	2020-06-02	6.9	V U10	Heerenveen	Lieuwe Vianen			
2022-10-01	4.70	M U18	Heerenveen	60				40			
				2021-10-02	10.20w	V U12	Heerenveen	2023-09-30	9.2	M U7	Heerenveen
				2022-10-01	9.6	V U12	Heerenveen	hurkhoog			
								2023-09-30	0.50	M U7	Heerenveen
								ver			
								2023-09-30	1.95	M U7	Heerenveen

vortex				
2023-09-30	8.00	M U7		Heerenveen
Fedde Visser				
40				
2017-10-07	9.5	M U8		Heerenveen
2018-10-06	8.31	M U8		Heerenveen
2019-10-05	7.6	M U9		Heerenveen
2020-09-26	7.6	M U10		Heerenveen
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
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
duur 4'				
2020-09-12	925	M U10		Heerenveen
duur 6'				
2021-06-05	1250	M U12		Heerenveen
60h				
2021-05-22	13.77	M U12		Heerenveen
80h 76,2				
2023-09-16	19.40	M U14		Spijkensisse
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
hurkhoog				
2020-09-12	0.85	M U10		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
balstoten				
2017-09-16	2.20	M U8		Heerenveen
2018-09-15	3.40	M U8		Heerenveen
2020-09-12	4.70	M U10		Heerenveen
kogel 2				
2021-05-22	4.03	M U12		Heerenveen
slingeren				
2021-06-05	12.00	M U12		Heerenveen
speer 400				
2023-09-30	8.67	M U14		Heerenveen
vortex				
2017-10-07	4.30	M U8		Heerenveen
2018-09-15	12.00	M U8		Heerenveen
2019-10-05	6.83	M U9		Heerenveen
2020-09-12	10.50	M U10		Heerenveen
2021-04-06	9.00	M U12		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				
40				
2017-10-07	7.2	M U10		Heerenveen
60				
2018-10-06	10.67	M U12		Heerenveen
2019-10-05	10.1	M U12		Heerenveen
80				
2020-09-26	13.4	M U14		Heerenveen
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
duur 4'				
2017-05-20	975	M U10		Steenwijk
2019-06-29	1025	M U12		Leeuwarden
duur 6'				
2018-05-26	1450	M U12		Sneek
60h				
2018-07-07	11.8	M U12		Steenwijk
2019-09-14	10.7	M U12		Sneek
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
polsver				
2018-07-07	3.95	M U12		Steenwijk
2019-06-29	3.95	M U12		Leeuwarden
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

balstoten			
2017-09-16	5.00	M U10	Heerenveen
kogel 2			
2018-04-21	5.40	M U12	Drachten
2019-10-05	6.22	M U12	Heerenveen
slingeren			
2018-05-26	13.50	M U12	Sneek
2019-09-14	15.00	M U12	Sneek
vortex			
2017-05-20	12.50	M U10	Steenwijk
2018-05-26	17.50	M U12	Sneek
2019-06-29	20.00	M U12	Leeuwarden
sprint 2-kamp			
2022-10-01	50	M U16	Heerenveen
Anneke Visser-Bosma			
800			
2015-10-03	3:21.9	V35	Heerenveen
Jan Jouke Vos			
800			
2012-10-06	2:19.9	M	Heerenveen
2014-08-24	2:21.01	M	Newcastle (GB)
2019-10-05	2:30.4	M35	Heerenveen
3000			
2011-07-17	9:22.02	M	Utrecht
2012-10-06	9:59.0	M	Heerenveen
2014-10-04	10:16.0	M	Heerenveen
2018-05-12	10:48.80	M35	Heerenveen
5000			
2011-06-26	16:13.44	M	Emmen
2012-04-22	16:27.26	M	Ede
2013-04-21	16:54.49	M	Grootebroek
3000st			
2011-06-15	10:02.00	M	Wageningen
2012-05-20	10:20.92	M	Harderwijk
2013-06-02	10:40.18	M	Drachten
Pieter Vos			
discus 1			
2014-10-04	16.22	M60	Heerenveen
kogel 5			
2014-10-04	6.97	M60	Heerenveen
speer 600			
2014-10-04	22.94	M60	Heerenveen
werp 3-kamp			
2014-10-04	659	M60	Heerenveen
Féra Fieke de Vries			
60			
2015-10-03	9.8	V U12	Heerenveen
2016-10-01	9.3	V U14	Heerenveen
2017-10-07	9.6	V U14	Heerenveen
80			
2018-10-06	12.17	V U16	Heerenveen
300			
2016-04-09	55.25	V U14	Heerenveen
2017-04-08	53.03	V U14	Heerenveen
400			
2018-04-02	1:16.47	V U16	Amersfoort
600			
2016-10-01	2:00.0	V U14	Heerenveen
2017-04-08	2:05.18	V U14	Heerenveen
800			
2018-06-30	2:44.44	V U16	Groningen
2019-04-06	2:40.73	V U16	Heerenveen
1000			
2015-10-03	3:55.7	V U12	Heerenveen
2016-09-04	3:47.94	V U14	Amsterdam
2017-06-10	3:49.03	V U14	Sneek
2018-10-06	3:42.93	V U16	Heerenveen

60h 76,2			
2016-06-04	14.09	V U14	Gemert
1000st			
2017-09-03	4:07.97	V U14	Amsterdam
1500st			
2019-04-22	6:17.39	V U16	Amersfoort
hoog			
2016-10-01	1.15	V U14	Heerenveen
2017-10-07	1.20	V U14	Heerenveen
2020-09-26	1.25	V U18	Heerenveen
polshoog			
2018-06-09	1.96	V U16	Groningen
2019-06-08	2.16	V U16	Groningen
ver			
2015-10-03	3.14	V U12	Heerenveen
2016-06-04	3.18	V U14	Gemert
2017-06-24	3.55	V U14	Stadskanaal
2018-05-12	4.17	V U16	Heerenveen
2020-09-26	4.09	V U18	Heerenveen
discus ¾			
2016-10-01	13.94	V U14	Heerenveen
2017-10-07	15.39	V U14	Heerenveen
discus 1			
2018-04-14	15.37	V U16	Sneek
kogel 2			
2015-10-03	5.75	V U12	Heerenveen
2016-06-05	6.76	V U14	Gemert
kogel 3			
2018-10-06	8.08	V U16	Heerenveen
2019-04-22	8.42	V U16	Amersfoort
2020-09-26	8.39	V U18	Heerenveen
speer 400			
2016-06-04	11.03	V U14	Gemert
2017-04-08	18.30	V U14	Heerenveen
6-kamp			
2016-06-05	1636	V U14	Gemert
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			
40			
2021-10-02	9.41w	V U8	Heerenveen
2022-04-23	8.5	V U9	Leeuwarden
2023-09-30	8.2	V U10	Heerenveen
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 4'			
2022-05-21	750	V U9	Steenwijk
2023-06-24	675	V U10	Drachten
40h			
2021-05-22	12.63	V U8	Heerenveen
2022-06-25	10.4	V U9	Drachten
2023-06-24	8.2	V U10	Drachten
hoog			
2022-09-10	0.75	V U9	Heerenveen
2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
hurkhoog			
2021-05-06	0.55	V U8	Heerenveen
2022-04-23	0.70	V U9	Leeuwarden
2023-06-24	0.60	V U10	Drachten
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
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
Saar de Vries			
600			
2023-05-20	2:13.28	V U14	Heerenveen
Ilse vd Wal			
60			
2020-09-26	11.9	V U12	Heerenveen
2021-10-02	11.69w	V U12	Heerenveen
600			
2020-09-26	2:53.0	V U12	Heerenveen
2021-10-02	2:53.44	V U12	Heerenveen
duur 6'			
2021-06-05	1175	V U12	Heerenveen
60h			
2020-06-30	13.5	V U12	Heerenveen
2021-05-22	13.61	V U12	Heerenveen
hoog			
2020-06-30	0.95	V U12	Heerenveen
2021-05-06	1.00	V U12	Heerenveen
ver			
2020-09-26	2.46	V U12	Heerenveen
2021-04-06	2.65	V U12	Heerenveen
kogel 2			
2020-09-26	3.35	V U12	Heerenveen
2021-10-02	4.16	V U12	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	11.50	V U12	Heerenveen
2021-06-05	13.00	V U12	Heerenveen
vortex			
2020-06-02	10.00	V U12	Heerenveen
2021-04-06	9.00	V U12	Heerenveen
Olivier Walgemoed			
100			
2023-09-30	12.9	M U18	Heerenveen
ver			
2023-09-30	4.91	M U18	Heerenveen
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
Ienskje vd Weg			
3000			
2012-10-06	15:10.8	V40	Heerenveen

Finn vd Werf			
40			
2020-09-26	8.3	M U10	Heerenveen
60			
2021-09-11	10.5	M U12	Drachten
600			
2020-09-26	2:51.0	M U10	Heerenveen
2021-10-02	2:45.35	M U12	Heerenveen
duur 4'			
2020-09-12	825	M U10	Heerenveen
duur 6'			
2021-06-26	1200	M U12	Leeuwarden
40h			
2020-06-30	9.1	M U10	Heerenveen
60h			
2021-06-26	13.6	M U12	Leeuwarden
2022-04-07	16.0	M U12	Heerenveen
hoog			
2021-06-26	0.90	M U12	Leeuwarden
hurkhoog			
2020-09-12	0.75	M U10	Heerenveen
polsver			
2021-06-26	2.80	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
balstoten			
2020-09-12	4.10	M U10	Heerenveen
kogel 2			
2021-10-02	5.08	M U12	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	9.50	M U10	Heerenveen
2021-09-11	13.00	M U12	Drachten
vortex			
2020-09-12	13.50	M U10	Heerenveen
2021-06-26	15.50	M U12	Leeuwarden
2022-04-07	15.00	M U12	Heerenveen
Jouke vd Werff			
60			
2022-09-10	9.6	M U12	Heerenveen
80			
2023-05-20	11.48	M U14	Heerenveen
600			
2022-10-01	2:17.0	M U12	Heerenveen
800			
2023-05-20	3:00.51	M U14	Heerenveen
60h			
2022-09-10	10.8	M U12	Heerenveen
hoog			
2022-10-01	1.00	M U12	Heerenveen
ver			
2022-04-07	3.45	M U12	Heerenveen
2023-05-13	3.70	M U14	Hoogeveen
kogel 2			
2022-10-01	6.99	M U12	Heerenveen
slingeren			
2022-09-10	16.50	M U12	Heerenveen
speer 400			
2023-06-17	18.70	M U14	Heerenveen
vortex			
2022-09-10	22.50	M U12	Heerenveen
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
Tom Westendorp			
40			
2022-06-25	7.7	M U9	Drachten
2023-04-06	7.8	M U10	Heerenveen
duur 4'			
2022-06-25	875	M U9	Drachten
2023-05-20	825	M U10	Sneek
40h			
2022-06-25	8.5	M U9	Drachten
2023-04-22	8.0	M U10	Leeuwarden
hoog			
2022-09-10	0.85	M U9	Heerenveen
2023-09-16	0.95	M U10	Heerenveen
hurkhoog			
2022-06-25	0.70	M U9	Drachten
2023-04-22	0.75	M U10	Leeuwarden
ver			
2022-04-07	2.40	M U9	Heerenveen
2023-09-16	2.85	M U10	Heerenveen
balstoten			
2022-09-10	5.10	M U9	Heerenveen
2023-09-16	5.30	M U10	Heerenveen
slingeren			
2022-06-25	13.00	M U9	Drachten
2023-04-22	12.50	M U10	Leeuwarden
vortex			
2022-06-25	18.50	M U9	Drachten
2023-09-16	22.00	M U10	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
Jimte Wierda			
40			
2020-09-26	8.5	M U8	Heerenveen
2021-10-02	8.09	M U9	Heerenveen
2022-04-23	7.5	M U10	Leeuwarden
60			
2023-09-30	10.7	M U12	Heerenveen
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 4'			
2020-09-12	850	M U8	Heerenveen
2021-06-05	875	M U9	Heerenveen
2022-05-21	925	M U10	Steenwijk
40h			
2020-06-30	9.8	M U8	Heerenveen
2021-06-05	9.4	M U9	Heerenveen
2022-04-23	8.3	M U10	Leeuwarden
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

hurkhoog			
2020-06-30	0.65	M U8	Heerenveen
2021-05-06	0.75	M U9	Heerenveen
2022-06-25	0.80	M U10	Drachten
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
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
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
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
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
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
40h			
2022-06-25	8.0	M U8	Drachten
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
hurkhoog			
2022-06-25	0.65	M U8	Drachten
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
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
slingeren			
2022-06-25	12.00	M U8	Drachten
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
Sybout Wijma			
100			
2011-05-25	12.15	M	Heerde
2012-04-22	11.71	M	Ede
2013-08-31	12.14	M	Amersfoort
2014-10-04	11.9	M	Heerenveen
200			
2011-05-08	24.42	M	Ede
2012-07-06	23.98	M	Alkmaar
2014-05-04	25.41	M	Grootebroek
2015-10-03	26.8	M	Heerenveen
2016-10-01	28.5	M	Heerenveen
400			
2011-06-26	54.03	M	Emmen
2012-05-12	53.99	M	Heerenveen
2013-04-21	55.45	M	Grootebroek
2014-05-31	56.55	M	Gemert

800			
2011-04-20	2:05.03	M	Epe
2014-10-04	2:15.2	M	Heerenveen
2015-10-03	2:27.3	M	Heerenveen
2016-10-01	2:41.0	M	Heerenveen
2017-10-07	2:35.9	M	Heerenveen
1500			
2013-09-01	4:56.54	M	Amersfoort
2014-06-01	4:45.02	M	Gemert
2015-05-29	5:04.94	M	Utrecht
110h 106,7			
2012-07-20	16.43	M	Wageningen
2013-06-16	15.86	M	Harderwijk
2014-05-04	16.04	M	Grootebroek
2015-10-03	17.0	M	Heerenveen
2017-06-18	17.08	M	Harderwijk
200h			
2012-07-06	25.73	M	Alkmaar
300h 83,8			
2011-05-02	40.13	M	Epe
2012-04-29	3 9.67	M	Epe
2014-04-16	43.1	M	Sneek
400h 91,4			
2011-07-17	56.77	M	Utrecht
2012-05-25	56.05	M	Utrecht
2013-05-09	58.48	M	Groningen
2014-05-25	58.56	M	Drachten
2015-05-03	1:00.47	M	Emmeloord
2018-05-27	1:02.82	M	Drachten
hoog			
2013-08-31	1.78	M	Amersfoort
2014-10-04	1.75	M	Heerenveen
2015-10-03	1.70	M	Heerenveen
2016-10-01	1.70	M	Heerenveen
2017-10-07	1.65	M	Heerenveen
polshoog			
2013-09-01	2.65	M	Amersfoort
2014-06-29	2.70	M	Enschede
ver			
2013-07-05	6.08	M	Utrecht
2014-05-09	5.65	M	Utrecht
2015-10-03	5.61	M	Heerenveen
2016-10-01	5.36	M	Heerenveen
discus 2			
2012-10-06	23.83	M	Heerenveen
2013-09-01	25.63	M	Amersfoort
2014-05-21	28.25	M	Sneek
kogel 7¼			
2012-10-06	9.66	M	Heerenveen
2013-08-31	9.10	M	Amersfoort
2014-05-31	8.90	M	Gemert
2015-10-03	8.70	M	Heerenveen
kogelsl. 7¼			
2015-04-19	23.94	M	Drachten
2016-04-24	25.34	M	Grootebroek
speer 800			
2012-10-06	39.06	M	Heerenveen
2013-09-01	39.07	M	Amersfoort
2014-05-21	36.30	M	Sneek
2015-10-03	32.64	M	Heerenveen
werp 3-kamp			
2012-10-06	1237	M	Heerenveen
2014-05-21	1235	M	Sneek
10-kamp			
2013-09-01	5171	M	Amersfoort
2014-06-01	5019	M	Gemert
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'				40h				80						
2023-05-20	950	V	U8	Sneek	2021-06-26	10.3	M	U8	Leeuwarden	2022-10-01	13.1	M	U14	Heerenveen
hoog					2022-06-25	8.8pr	M	U9	Drachten	150				
2022-09-10	0.85	V	U8	Heerenveen	2023-04-22	9.3	M	U10	Leeuwarden	2022-10-01	25.1	M	U14	Heerenveen
2023-09-16	0.90	V	U8	Heerenveen	2023-06-24	9.3	M	U10	Drachten	600				
ver					hoog					2020-09-26	2:25.0	M	U12	Heerenveen
2022-09-10	2.40	V	U8	Heerenveen	2021-09-11	0.80	M	U8	Drachten	2021-10-02	2:14.63	M	U12	Heerenveen
2023-09-30	3.09	V	U8	Heerenveen	2022-09-10	0.80	M	U9	Heerenveen	1000				
					2023-09-16	0.90	M	U10	Heerenveen	2019-10-05	4:25.9	M	U10	Heerenveen
balstoten					hurkhoog					duur 4'				
2022-09-10	3.70	V	U8	Heerenveen	2020-09-12	0.60	M	U8	Heerenveen	2018-07-07	875	M	U9	Steenwijk
2023-09-16	4.70	V	U8	Heerenveen	2021-06-26	0.65	M	U8	Leeuwarden	2019-06-29	850	M	U10	Leeuwarden
vortex					2022-06-25	0.70	M	U9	Drachten	duur 6'				
2022-09-10	9.50	V	U8	Heerenveen	2023-04-22	0.80	M	U10	Leeuwarden	2020-09-12	1325	M	U12	Heerenveen
2023-09-30	14.00	V	U8	Heerenveen	ver					2021-06-26	1375	M	U12	Leeuwarden
Cor Wijnja					2020-09-26	2.06	M	U8	Heerenveen	40h				
800					2021-06-05	2.50	M	U8	Heerenveen	2018-07-07	9.3	M	U9	Steenwijk
2014-10-04	3:21.4	M	55	Heerenveen	2022-09-10	2.65	M	U9	Heerenveen	2019-06-29	8.6	M	U10	Leeuwarden
3000					2023-09-30	2.55	M	U10	Heerenveen	60h				
2014-10-04	13:29.6	M	55	Heerenveen	balstoten					2020-09-12	11.9	M	U12	Heerenveen
					2020-09-12	2.60	M	U8	Heerenveen	2021-06-26	11.5	M	U12	Leeuwarden
Thymo Willemse					2021-09-11	3.70	M	U8	Drachten	80h 76,2				
40					2022-09-10	5.30	M	U9	Heerenveen	2022-05-14	17.75w	M	U14	Emmen
2019-06-29	7.6	M	U10	Leeuwarden	2023-09-16	5.70	M	U10	Heerenveen	hoog				
60					slingeren					2017-09-16	0.70	M	U8	Heerenveen
2020-09-26	11.0	M	U12	Heerenveen	2021-06-26	7.00	M	U8	Leeuwarden	2018-09-15	0.80	M	U9	Heerenveen
2021-10-02	10.74	M	U12	Heerenveen	2022-06-25	13.00	M	U9	Drachten	2019-09-14	0.95	M	U10	Sneek
600					2023-06-24	14.00	M	U10	Drachten	2020-09-12	1.00	M	U12	Heerenveen
2020-09-26	2:41.0	M	U12	Heerenveen	vortex					2021-06-26	1.10	M	U12	Leeuwarden
2021-10-02	2:30.67	M	U12	Heerenveen	2020-09-26	6.68	M	U8	Heerenveen	2022-05-14	1.20	M	U14	Emmen
1000					2021-09-11	10.00	M	U8	Drachten	hurkhoog				
2019-10-05	4:34.1	M	U10	Heerenveen	2022-09-10	12.50	M	U9	Heerenveen	2018-07-07	0.75	M	U9	Steenwijk
duur 4'					2023-09-16	15.00	M	U10	Heerenveen	2019-06-29	0.80	M	U10	Leeuwarden
2019-06-29	875	M	U10	Leeuwarden	Jente Wolters					polsver				
40h					60					2020-09-12	3.10	M	U12	Heerenveen
2019-06-29	8.2	M	U10	Leeuwarden	2020-09-26	9.7	V	U14	Heerenveen	2021-06-26	3.90	M	U12	Leeuwarden
60h					80					ver				
2021-05-22	13.10	M	U12	Heerenveen	2021-10-02	12.13	V	U16	Heerenveen	2017-09-16	2.05	M	U8	Heerenveen
hoog					2022-04-09	11.71	V	U16	Emmeloord	2018-09-15	2.50	M	U9	Heerenveen
2021-05-22	1.00	M	U12	Heerenveen	100					2019-10-05	2.89	M	U10	Heerenveen
hurkhoog					2023-09-30	14.0	V	U18	Heerenveen	2020-09-26	3.26	M	U12	Heerenveen
2019-06-29	0.85	M	U10	Leeuwarden	200					2021-06-05	3.35	M	U12	Heerenveen
ver					2023-09-30	29.3	V	U18	Heerenveen	2022-10-01	3.33	M	U14	Heerenveen
2019-10-05	2.68	M	U10	Heerenveen	600					balstoten				
2020-09-26	3.05	M	U12	Heerenveen	2020-09-26	2:06.0	V	U14	Heerenveen	2017-09-16	2.50	M	U8	Heerenveen
2021-10-02	3.13	M	U12	Heerenveen	2021-10-02	1:53.99	V	U16	Heerenveen	2018-05-26	3.80	M	U9	Sneek
kogel 2					2022-06-18	1:44.72	V	U16	Stadskanaal	2019-09-14	5.20	M	U10	Sneek
2020-09-26	5.34	M	U12	Heerenveen	800					discus 1				
2021-05-22	6.45	M	U12	Heerenveen	2021-04-17	2:40.8	V	U16	Heerenveen	2022-06-11	13.12	M	U14	Heerenveen
slingeren					2022-08-27	2:30.36	V	U16	Amsterdam	2023-09-16	17.42	M	U14	Spijkenisse
2019-06-29	10.50	M	U10	Leeuwarden	2023-06-11	2:48.22	V	U18	Assen	kogel 2				
vortex					1500					2020-09-26	5.86	M	U12	Heerenveen
2019-10-05	15.51	M	U10	Heerenveen	2022-05-14	5:24.64	V	U16	Emmen	2021-06-26	6.20	M	U12	Leeuwarden
2021-04-06	20.00	M	U12	Heerenveen	2023-05-28	6:00.91	V	U18	Harderwijk	kogel 3				
Bjarne Wolters					3000					2023-09-30	8.44	M	U14	Heerenveen
40					2022-04-10	12:14.80	V	U16	Drachten	slingeren				
2020-09-26	9.3	M	U8	Heerenveen	ver					2018-07-07	8.50	M	U9	Steenwijk
2021-10-02	8.08	M	U8	Heerenveen	2020-09-26	3.13	V	U14	Heerenveen	2019-06-29	10.00	M	U10	Leeuwarden
2022-06-25	7.8	M	U9	Drachten	2022-05-21	3.73	V	U16	Heerenveen	2020-06-30	12.50	M	U12	Heerenveen
2023-06-24	7.1	M	U10	Drachten	speer 400					2021-06-05	17.50	M	U12	Heerenveen
600					2020-09-26	11.01	V	U14	Heerenveen	speer 400				
2020-09-26	3:32.0	M	U8	Heerenveen	sprint 2-kamp					2023-04-22	23.71	M	U14	Groningen
2021-10-02	2:50.79	M	U8	Heerenveen	2023-09-30	994	V	U18	Heerenveen	vortex				
2022-10-01	2:51.0	M	U9	Heerenveen	Sverre Wolters					2017-09-16	7.50	M	U8	Heerenveen
2023-09-30	2:40.0	M	U10	Heerenveen	40					2018-09-15	13.00	M	U9	Heerenveen
duur 4'					2018-04-21	7.5	M	U9	Drachten	2019-10-05	17.95	M	U10	Heerenveen
2020-09-12	625	M	U8	Heerenveen	2019-10-05	7.2	M	U10	Heerenveen	2020-09-12	19.50	M	U12	Heerenveen
2021-06-26	750	M	U8	Leeuwarden	60					2021-05-06	24.00	M	U12	Heerenveen
2022-06-25	775	M	U9	Drachten	2020-09-26	10.3	M	U12	Heerenveen	sprint 2-kamp				
2023-06-24	775	M	U10	Drachten	2021-09-11	9.5	M	U12	Drachten	2022-10-01	536	M	U14	Heerenveen
					2023-07-12	9.58	M	U14	Heerenveen					

Albert vd Woude				balwerpen 135				3000			
800				2014-10-04	6.49	M U8	Heerenveen	2013-10-05	11:04.8	M50	Heerenveen
2021-05-01	2:25.44	M U18	Heerenveen	kogel 2				2017-05-20	11:37.15	M55	Heerenveen
hoog				2017-10-07	5.22	M U12	Heerenveen	5000			
2021-05-01	1.60	M U18	Heerenveen	2018-10-06	6.51	M U12	Heerenveen	2013-09-21	19:31.40	M50	Leeuwarden
Berber vd Woude				vortex				2017-07-14	20:01.1	M55	Steenwijk
60				2015-09-19	14.50	M U9	Heerenveen	2019-05-12	19:59.83	M55	Apeldoorn
2014-10-04	11.5	V U12	Heerenveen	2016-10-01	21.46	M U10	Heerenveen	2021-10-02	22:15.60	M60	Heerenveen
2015-10-03	11.2	V U12	Heerenveen	sprint 2-kamp				2022-06-19	21:46.59	M60	Ede
2016-10-01	10.1	V U14	Heerenveen	2023-09-30	775	M U18	Heerenveen	10000			
2017-10-07	10.6	V U14	Heerenveen	David Yousef				2011-07-15	42:45.5	M50	Steenwijk
600				40				2017-07-07	42:07.52	M55	Steenwijk
2016-10-01	2:29.2	V U14	Heerenveen	2021-10-02	9.02	M U9	Heerenveen	ver			
1000				2022-06-25	8.3	M U10	Drachten	2019-10-05	2.07	M55	Heerenveen
2014-10-04	5:11.2	V U12	Heerenveen	600				kogel 6			
2015-10-03	4:53.0	V U12	Heerenveen	2021-10-02	2:25.06	M U9	Heerenveen	2019-10-05	5.12	M55	Heerenveen
2017-10-07	4:40.8	V U14	Heerenveen	duur 4'				speer 700			
hoog				2022-06-25	950	M U10	Drachten	2019-10-05	13.73	M55	Heerenveen
2015-06-13	0.90	V U12	Heerenveen	40h				sprint 2-kamp			
ver				2022-04-07	8.0	M U10	Heerenveen	2022-10-01	319	M60	Heerenveen
2014-10-04	2.57	V U12	Heerenveen	hoog				Timotej Zoetendal			
2015-10-03	2.88	V U12	Heerenveen	2022-09-10	0.85	M U10	Heerenveen	40			
2016-10-01	2.90	V U14	Heerenveen	hurkhoog				2017-10-07	7.7	M U9	Heerenveen
2017-10-07	2.95	V U14	Heerenveen	2022-06-25	0.65	M U10	Drachten	2018-10-06	7.24	M U10	Heerenveen
kogel 2				ver				60			
2014-10-04	3.72	V U12	Heerenveen	2021-10-02	2.25	M U9	Heerenveen	2019-10-05	9.7	M U12	Heerenveen
2015-10-03	4.04	V U12	Heerenveen	2022-04-07	2.95	M U10	Heerenveen	2020-09-26	10.0	M U12	Heerenveen
2016-10-01	5.06	V U14	Heerenveen	balstoten				80			
2017-10-07	5.91	V U14	Heerenveen	2022-05-21	5.20	M U10	Steenwijk	2021-10-02	12.75w	M U14	Heerenveen
vortex				slingeren				2022-04-09	13.15w	M U14	Emmeloord
2015-06-13	8.31	V U12	Heerenveen	2022-06-25	13.50	M U10	Drachten	2023-04-20	13.49	M U16	Hoogeveen
Pelle vd Woude				vortex				150			
40				2021-10-02	10.31	M U9	Heerenveen	2021-05-01	25.35	M U14	Heerenveen
2014-10-04	7.8	M U8	Heerenveen	2022-09-10	21.00	M U10	Heerenveen	2022-10-01	29.3	M U14	Heerenveen
2015-10-03	7.3	M U9	Heerenveen	Saher Yousef				600			
2016-10-01	6.9	M U10	Heerenveen	3000				2017-10-07	2:20.2	M U9	Heerenveen
60				2018-10-06	10:24.06	M50	Heerenveen	2018-07-14	2:16.12	M U10	Heerenveen
2017-10-07	10.6	M U12	Heerenveen	5000				2020-09-26	2:32.0	M U12	Heerenveen
2018-10-06	9.47	M U12	Heerenveen	2018-06-10	17:27.00	M50	Apeldoorn	1000			
100				Harm Zijlstra				2018-10-06	4:23.17	M U10	Heerenveen
2023-09-30	12.8	M U18	Heerenveen	100				2019-10-05	4:13.9	M U12	Heerenveen
200				2020-07-25	17.32	M55	Heerenveen	60h			
2023-09-30	26.9	M U18	Heerenveen	2021-10-02	17.44w	M60	Heerenveen	2020-06-30	13.7	M U12	Heerenveen
600				2022-10-01	17.7	M60	Heerenveen	hoog			
2014-10-04	3:03.1	M U8	Heerenveen	150				2017-09-16	0.90	M U9	Heerenveen
2015-10-03	2:25.0	M U9	Heerenveen	2022-06-24	25.66	M60	Steenwijk	2018-07-14	0.95	M U10	Heerenveen
1000				200				2020-06-30	1.15	M U12	Heerenveen
2016-10-01	4:34.5	M U10	Heerenveen	2019-10-05	34.8	M55	Heerenveen	2021-04-17	1.10	M U14	Heerenveen
2017-10-07	4:40.9	M U12	Heerenveen	2020-07-25	34.39w	M55	Heerenveen	ver			
2018-10-06	4:03.15	M U12	Heerenveen	2021-10-02	35.08w	M60	Heerenveen	2017-10-07	2.61	M U9	Heerenveen
hoog				2022-10-01	35.0	M60	Heerenveen	2018-10-06	3.01	M U10	Heerenveen
2022-10-01	1.50	M U16	Heerenveen	300				2020-09-26	3.20	M U12	Heerenveen
2023-05-28	1.55	M U18	Harderwijk	2022-06-24	54.59	M60	Steenwijk	2021-04-17	3.50	M U14	Heerenveen
hurkhoog				400				2023-04-20	2.72	M U16	Hoogeveen
2015-09-19	1.00	M U9	Heerenveen	2019-04-07	1:14.36	M55	Amersfoort	balstoten			
polshoog				2022-04-24	1:17.66	M60	Emmen	2017-09-16	5.00	M U9	Heerenveen
2019-05-11	1.66	M U14	Heerenveen	800				kogel 2			
2020-07-25	1.86	M U14	Heerenveen	2018-06-10	2:48.32	M55	Apeldoorn	2018-07-14	4.79	M U10	Heerenveen
2021-10-02	2.33	M U16	Heerenveen	2019-05-11	2:43.46	M55	Heerenveen	2020-09-26	6.33	M U12	Heerenveen
2022-06-23	2.70	M U16	Hengelo	2021-10-02	3:03.34	M60	Heerenveen	kogel 3			
2023-05-28	2.90	M U18	Harderwijk	2022-10-01	2:54.2	M60	Heerenveen	2021-05-22	5.37	M U14	Heerenveen
ver				2023-09-30	2:51.1	M60	Heerenveen	2022-10-01	6.96	M U14	Heerenveen
2014-10-04	2.33	M U8	Heerenveen	1500				slingeren			
2015-10-03	3.18	M U9	Heerenveen	2011-05-28	5:26.52	M50	Heerenveen	2020-06-30	14.50	M U12	Heerenveen
2016-10-01	3.28	M U10	Heerenveen	2016-04-09	5:14.61	M50	Heerenveen	speer 400			
2017-10-07	3.29	M U12	Heerenveen	2019-04-07	5:29.88	M55	Amersfoort	2021-05-22	16.60	M U14	Heerenveen
2018-10-06	3.75	M U12	Heerenveen	2022-04-24	6:00.64	M60	Emmen	2022-04-09	15.82	M U14	Emmeloord
2022-10-01	5.03	M U16	Heerenveen					vortex			
2023-05-20	5.15	M U18	Heerenveen					2017-10-07	13.44	M U9	Heerenveen
balstoten								2018-10-06	17.35	M U10	Heerenveen
2015-09-19	4.30	M U9	Heerenveen					2020-06-02	16.50	M U12	Heerenveen
								2023-04-20	25.04	M U16	Hoogeveen

sprint 2-kamp
2022-10-01 32 M U14 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

sprint 2-kamp
2022-10-01 1111 M U16 Heerenveen