

Een persoonlijk record (pr) wordt gegeven bij de evenaring of verbetering van een bestaande beste prestatie (voor zover bekend). Indoorprestaties blijven hiervoor buiten beschouwing. Meedoen aan een nieuw nummer is altijd een pr. Als nieuw nummer geldt ook: hogere horden en zwaarder werpmateriaal. Masters beginnen iedere vijf jaar bij de nieuwe categorie met een 'schone lijst'.
Voor de vergelijking van handtijden met elektronisch gemeten tijden zijn op de sprintnummers de gebruikelijke correcties toegepast (+0.24, 400 +0.14). Bijvoorbeeld: een elektronisch gemeten tijd van 12.24 is daarbij dus gelijkwaardig aan een handtijd van 12.0.

PR's vanaf het baanseizoen van 2011

Bijgewerkt op vr 22 oktober 2021

Laura vd Akker

80			
2019-05-08	13.02	V40	Kampen
100			
2019-09-28	15.88	V40	Leeuwarden
2021-07-09	15.82w	V40	Steenwijk
hoog			
2019-09-28	1.20	V40	Leeuwarden
2021-07-04	1.20	V40	Dongen
2021-09-08	1.25	V40	Hengelo
ver			
2021-07-04	3.66	V40	Dongen
2021-08-28	3.90w	V40	Hoogeveen
2021-09-19	3.93	V40	Hengelo
discus 1			
2012-09-01	33.37	V35	Soest
2012-10-06	36.64	V35	Heerenveen
2013-05-22	36.77	V35	Sneek
2013-05-31	36.98	V35	Steenwijk
2013-07-19	37.13	V35	Steenwijk
2018-10-06	32.63	V40	Heerenveen
2019-04-07	33.34	V40	Amersfoort
2019-05-08	34.41	V40	Kampen
kogel 4			
2012-09-01	10.08	V35	Soest
2018-10-06	8.99	V40	Heerenveen
2019-04-07	9.42	V40	Amersfoort
2019-10-05	9.43	V40	Heerenveen
speer 600			
2012-10-06	28.17	V35	Heerenveen
2013-05-22	29.33	V35	Sneek
2018-10-06	25.88	V40	Heerenveen
2019-05-12	26.18	V40	Apeldoorn
2019-06-08	26.48	V40	Groningen
2021-10-10	27.59	V40	Steenwijk
werp 3-kamp			
2012-10-06	1897	V35	Heerenveen
2018-10-06	1849	V40	Heerenveen
2019-10-05	1897	V40	Heerenveen
2021-10-10	1908	V40	Steenwijk

Selena Algra

40			
2020-09-26	8.9	mpm	Heerenveen
600			
2020-09-26	2:57.0	mpm	Heerenveen
ver			
2020-09-26	2.54	mpm	Heerenveen
vortex			

2020-09-26	8.70	mpm	Heerenveen
Hayat Askar			
40			
2014-10-04	7.6	mpB	Heerenveen
60			
2015-06-06	10.1	mpA	Sneek
2016-05-28	9.7	mpA	Leeuwarden
2018-10-06	9.55	mD	Heerenveen
80			
2019-10-05	12.0	mC	Heerenveen
600			
2017-04-08	2:14.45	mD	Heerenveen
2019-10-05	2:02.1	mC	Heerenveen
1000			
2014-10-04	4:25.8	mpB	Heerenveen
2016-10-01	4:16.2	mpA	Heerenveen
duur 6'			
2016-05-28	1275	mpA	Leeuwarden
60h			
2015-04-11	12.2	mpA	Leeuwarden
2016-07-02	11.8	mpA	Drachten
2016-09-17	11.6	mpA	Heerenveen
60h 76,2			
2017-05-06	14.61	mD	Groningen
hoog			
2015-04-11	0.90	mpA	Leeuwarden
2015-06-27	1.00	mpA	Steenwijk
2016-04-16	1.20	mpA	Sneek
2017-04-08	1.20	mD	Heerenveen
2018-05-12	1.15	mD	Heerenveen
2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen
2019-05-25	1.30	mC	Sneek
2019-06-22	1.30	mC	Stadskanaal
polsver			
2016-04-16	3.70	mpA	Sneek
2016-07-02	4.10	mpA	Drachten
ver			
2014-10-04	2.43	mpB	Heerenveen
2015-06-06	2.95	mpA	Sneek
2015-10-03	3.16	mpA	Heerenveen
2016-05-28	3.32	mpA	Leeuwarden
2016-09-17	3.35	mpA	Heerenveen
2017-04-08	3.53	mD	Heerenveen
2020-09-26	4.02	mC	Heerenveen
discus ¾			
2018-04-14	16.81	mD	Sneek
2018-06-09	17.53	mD	Groningen
2018-09-02	18.15	mD	Amsterdam
discus 1			
2019-04-28	19.66	mC	Epe
kogel 2			
2014-10-04	4.75	mpB	Heerenveen
2015-04-11	5.00	mpA	Leeuwarden
2015-06-27	5.90	mpA	Steenwijk
2015-10-03	6.09	mpA	Heerenveen
2016-04-16	6.60	mpA	Sneek
2017-04-08	8.05	mD	Heerenveen
2017-05-27	8.11	mD	Stadskanaal
2017-10-07	8.12	mD	Heerenveen
2018-04-14	8.43	mD	Sneek
2018-05-12	9.36	mD	Heerenveen
kogel 3			
2019-04-06	8.30	mC	Heerenveen
2020-07-02	8.78	mC	Heerenveen
2020-09-26	9.11	mC	Heerenveen
slingeren			
2016-05-28	18.50	mpA	Leeuwarden

speer 400			
2017-05-27	15.32	mD	Stadskanaal
2018-05-12	18,45	mD	Heerenveen
vortex			
2015-04-11	14.00	mpA	Leeuwarden
2015-06-06	18.50	mpA	Sneek
2015-06-27	18.50	mpA	Steenwijk
2016-04-16	19.00	mpA	Sneek
2016-05-28	25.50	mpA	Leeuwarden

Mariam Azouz

40			
2019-10-05	8.2	mpC	Heerenveen
2020-06-02	7.9	mpB	Heerenveen
2020-09-26	7.9	mpB	Heerenveen
60			
2021-04-06	11.0	mpA	Heerenveen
2021-09-11	10.2	mpA	Drachten
600			
2019-10-05	2:35.5	mpC	Heerenveen
2020-09-26	2:35.0	mpB	Heerenveen
duur 4'			
2019-05-25	850	mpC	Steenwijk
40h			
2020-06-30	9.0	mpB	Heerenveen
60h			
2021-09-11	14.4	mpA	Drachten
hoog			
2019-05-25	0.75	mpC	Steenwijk
hurkhoog			
2020-06-30	0.75	mpB	Heerenveen
ver			
2019-05-25	2.30	mpC	Steenwijk
2019-10-05	2.42	mpC	Heerenveen
2020-06-02	2.45	mpB	Heerenveen
2020-09-26	2.85	mpB	Heerenveen
2021-04-06	2.90	mpA	Heerenveen
balstoten			
2019-05-25	3.70	mpC	Steenwijk
kogel 2			
2021-05-06	4.60	mpA	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	9.50	mpB	Heerenveen
2021-09-11	12.00	mpA	Drachten
vortex			
2019-05-25	11.00	mpC	Steenwijk
2020-06-02	13.00	mpB	Heerenveen
2021-05-06	14.00	mpA	Heerenveen

Sara Azouz

60			
2019-10-05	10.3	mD	Heerenveen
2020-09-26	9.5	mD	Heerenveen
80			
2021-05-22	11.91	mC	Heerenveen
2021-10-02	11.53	mC	Heerenveen
150			
2021-10-02	21.56	mC	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:33.4	mD	Heerenveen
2020-09-26	2:02.0	mD	Heerenveen
800			
2021-04-17	2:44.0	mC	Heerenveen
2021-05-22	2:40.90	mC	Heerenveen

ver				2015-04-04	3.28	mD	Steenwijk	2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal
2019-10-05	2.75	mD	Heerenveen	2015-10-03	3.52	mD	Heerenveen	2020-07-25	30.06	V40	Heerenveen
2020-09-26	3.43	mD	Heerenveen	kogel 2				2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek
2021-04-17	4.04	mC	Heerenveen	2014-04-12	4.00	mpA	Drachten	2021-08-13	29.07	V40	Heerhugowaard
Sedra Azouz				2015-10-03	4.79	mD	Heerenveen	2021-10-02	28.32	V40	Heerenveen
60				vortex				300			
2019-10-05	10.0	mD	Heerenveen	2014-04-12	6.00	mpA	Drachten	2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk
80				2014-06-14	9.00	mpA	Steenwijk	2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen
2020-09-26	13.1	mC	Heerenveen	2014-06-28	9.50	mpA	Sneek	2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk
600				2014-09-13	10.00	mpA	Leeuwarden	400			
2019-10-05	2:19.5	mD	Heerenveen	Amarins Beijaard				2021-07-04	1:07.53	V40	Dongen
hoog				60				2021-08-28	1:07.42	V40	Hoogeveen
2020-07-02	1.05	mC	Heerenveen	2018-05-19	10.26	mD	Assen	2021-09-18	1:05.57	V40	Hengelo
2020-09-26	1.15	mC	Heerenveen	2018-10-06	9.81	mD	Heerenveen	800			
ver				2019-10-05	9.4	mD	Heerenveen	2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen
2019-10-05	3.14	mD	Heerenveen	600				2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal
2020-09-26	3.16	mC	Heerenveen	2018-10-06	2:12.02	mD	Heerenveen	2021-10-09	2:36.09	V40	Best
2021-04-17	3.56	mC	Heerenveen	2020-09-26	2:03.0	mC	Heerenveen	80h 76,2			
kogel 3				1000				2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal
2020-07-02	4.57	mC	Heerenveen	2018-05-19	3:59.12	mD	Assen	400h 76,2			
Christiaan Balk				2018-06-30	3:52.20	mD	Groningen	2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo
40				duur 6'				hoog			
2021-10-02	10.11w	jpm	Heerenveen	2017-07-08	1425	mpA	Drachten	2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen
600				60h				2019-03-30	1.25	V40	Steenwijk
2021-10-02	3:12.78	jpm	Heerenveen	2017-07-08	12.0	mpA	Drachten	2019-05-12	1.25	V40	Apeldoorn
ver				hoog				2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal
2021-10-02	1.95	jpm	Heerenveen	2017-07-08	0.95	mpA	Drachten	2020-10-09	1.30	V40	Drachten
vortex				2019-10-05	1.25	mD	Heerenveen	2021-10-08	1.36	V40	Best
2021-10-02	8.88	jpm	Heerenveen	2020-09-26	1.25	mC	Heerenveen	ver			
Ylse Barkmeijer				polsver				2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen
60				2017-07-08	3.30	mpA	Drachten	2019-03-30	3.75	V40	Steenwijk
2014-06-14	11.2	mpA	Steenwijk	ver				2019-05-08	4.04	V40	Kampen
2014-09-13	10.9	mpA	Leeuwarden	2018-04-14	3.11w	mD	Sneek	2019-06-08	4.20	V40	Groningen
2014-10-04	10.7	mpA	Heerenveen	kogel 2				2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen
2015-04-04	10.65	mD	Steenwijk	2017-07-08	4.10	mpA	Drachten	2020-09-04	4.49	V40	Leeuwarden
2015-10-03	10.1	mD	Heerenveen	2018-10-06	5.35	mD	Heerenveen	2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen
600				speer 400				2021-07-04	4.61	V40	Dongen
2015-04-11	2:24.5	mD	Heerenveen	2019-10-05	12.54	mD	Heerenveen	2021-08-28	4.65w	V40	Hoogeveen
2015-10-03	2:02.0	mD	Heerenveen	speer 500				2021-09-08	4.66	V40	Hengelo
800				2020-09-26	14.07	mC	Heerenveen	2021-09-19	4.69	V40	Hengelo
2016-08-26	3:09.43	mD	Assen	vortex				discus 1			
2017-05-06	2:54.67	mC	Groningen	2017-07-08	10.50	mpA	Drachten	2019-08-30	21.85	V40	Heerenveen
2018-05-19	2:52.88	mC	Assen	Jikke vd Berg				2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk
1000				3000				kogel 4			
2014-10-04	4:09.3	mpA	Heerenveen	2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn	2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen
2015-04-04	4:09.32	mD	Steenwijk	5000				2019-05-11	7.47	V40	Heerenveen
2015-06-14	4:02.65	mD	Groningen	2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen	2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden
2016-05-21	3:53.31	mD	Drachten	Linda vd Berg				2020-07-04	8.35	V40	Heerenveen
2016-06-11	3:44.18	mD	Groningen	80				2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek
2020-07-02	3:49.2	mB	Heerenveen	2019-05-08	12.21	V40	Kampen	2021-07-09	8.87	V40	Steenwijk
1500				100				2021-09-08	9.11	V40	Hengelo
2017-07-21	6:09.73	mC	Heiloo	2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk	speer 600			
60h				2020-07-25	14.41	V40	Heerenveen	2019-07-07	15.94	V40	Stadskanaal
2014-04-12	12.4	mpA	Drachten	2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek	2019-08-30	19.95	V40	Heerenveen
2014-06-14	11.9	mpA	Steenwijk	2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk	2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk
2014-06-28	11.6	mpA	Sneek	150				2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen
hoog				2020-07-04	21.8	V40	Heerenveen	2021-10-02	28.36	V40	Heerenveen
2014-04-12	0.85	mpA	Drachten	2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek	werp 3-kamp			
2014-06-28	0.95	mpA	Sneek	2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk	2019-10-05	1337	V40	Heerenveen
2015-04-11	1.10	mD	Heerenveen	200				2019-10-13	1430	V40	Steenwijk
ver				2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen	7-kamp			
2014-06-14	2.75	mpA	Steenwijk	2019-04-07	32.28	V40	Amersfoort	2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal
2014-09-13	2.95	mpA	Leeuwarden	2019-05-12	31.31	V40	Apeldoorn	2021-10-09	3886	V40	Best
2014-10-04	3.08	mpA	Heerenveen					Mart Bijker			
								40			
								2015-04-11	7.5	jpC	Leeuwarden
								2015-06-13	7.38	jpC	Heerenveen
								2015-10-03	7.0	jpC	Heerenveen
								2016-04-16	6.8	jpB	Sneek
								60			
								2017-09-09	10.24	jpA	Sneek
								2017-10-07	9.8	jpA	Heerenveen

2018-06-17	9.44	jpA	Soest	balwerpen 135		150					
80				2015-07-04	10.72	jpC	Assen	2016-07-08	22.11	mD	Steenwijk
2019-04-06	12.22	jd	Heerenveen	kogel 2				2017-05-13	21.55	mC	Sneek
150				2016-04-03	4.67	jpB	Assen	2017-07-08	21.32	mC	Stadskanaal
2020-07-04	23.9	jd	Heerenveen	2017-10-07	5.69	jpA	Heerenveen	200			
400				2018-04-21	6.10	jpA	Drachten	2015-05-16	32.13	mD	Heerenveen
2015-07-04	1:24.45	jpC	Assen	2018-07-14	6.56	jpA	Heerenveen	2019-10-05	30.1	mB	Heerenveen
600				slingeren				2021-10-02	29.33w	mA	Heerenveen
2015-05-16	2:18.08	jpC	Heerenveen	2016-04-16	17.50	jpB	Sneek	300			
2015-06-13	2:15.72	jpC	Heerenveen	2018-09-15	19.00	jpA	Heerenveen	2016-04-09	49.51	mD	Heerenveen
2015-10-03	2:15.0	jpC	Heerenveen	vortex				400			
800				2015-04-11	10.50	jpC	Leeuwarden	2018-04-02	1:13.86	mC	Amersfoort
2020-07-25	2:35.96	jd	Heerenveen	2015-06-27	11.00	jpC	Steenwijk	600			
2021-03-20	2:25.9	jc	Heerenveen	2015-10-03	17.30	jpC	Heerenveen	2011-04-09	2:27.6	mpC	Heerenveen
1000				2016-04-16	17.50	jpB	Sneek	2011-04-16	2:26.0	mpC	Leeuwarden
2016-06-18	4:01.89	jpB	Heerenveen	2016-05-28	18.00	jpB	Leeuwarden	2011-06-21	2:19.5	mpC	Sneek
2017-09-09	3:58.99	jpA	Sneek	Betty Bijker-Bangma				2011-06-25	2:16.1	mpC	Heerenveen
2017-10-07	3:44.9	jpA	Heerenveen	100				2013-09-01	2:13.66	mpA	Emmeloord
2018-04-28	3:35.30	jpA	Sneek	2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn	2015-04-11	2:12.6	mD	Heerenveen
2018-06-17	3:29.15	jpA	Soest	150				2015-08-30	1:58.21	mD	Stadskanaal
2019-03-30	3:23.01	jd	Steenwijk	2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk	2016-05-01	1:54.48	mD	Sneek
2019-04-06	3:21.12	jd	Heerenveen	200				2016-06-05	1:53.97	mD	Gemert
2019-05-25	3:19.09	jd	Sneek	2018-05-13	32.59	V55	Emmen	2016-07-03	1:52.00	mD	Stadskanaal
2019-09-01	3:17.71	jd	Amsterdam	300				2017-07-09	1:50.43	mC	Stadskanaal
mijl				2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk	800			
2019-07-05	5:50.07	jd	Steenwijk	400				2021-10-10	3:02.39	mA	Best
duur 6'				2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek	1000			
2018-04-21	1600	jpA	Drachten	800				2012-04-14	4:10.2	mpB	Heerenveen
40h				2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen	2012-05-12	3:59.08	mpB	Hoogeveen
2015-04-11	8.4	jpC	Leeuwarden	2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn	2012-06-05	3:55.6	mpB	Heerenveen
2015-06-27	8.1	jpC	Steenwijk	2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard	2013-05-18	3:54.17	mpA	Stadskanaal
2016-04-16	8.0	jpB	Sneek	1000				2014-10-04	3:53.1	mpA	Heerenveen
2016-07-02	7.7	jpB	Drachten	2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo	60h			
60h				1500				2013-06-01	11.1	mpA	Heerenveen
2018-07-07	10.7	jpA	Steenwijk	2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen	2014-06-14	10.5	mpA	Steenwijk
80h 76,2				mijl				60h 76,2			
2019-06-29	16.43	jd	Hoorn	2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk	2015-05-30	13.10	mD	Drachten
2019-09-01	16.18	jd	Amsterdam	3000				2015-08-29	12.13	mD	Stadskanaal
2020-07-04	14.6	jd	Heerenveen	5000				2016-04-09	10.45w	mD	Heerenveen
2020-07-25	14.49	jd	Heerenveen	2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen	2016-05-21	10.45	mD	Drachten
hoog				2021-10-02	21:25.11	V55	Heerenveen	2016-06-04	10.23	mD	Gemert
2015-07-04	1.00	jpC	Assen	Anke Binnema				2016-07-02	10.13	mD	Stadskanaal
2016-06-18	1.00	jpB	Heerenveen	40				80h 76,2			
2016-09-17	1.00	jpB	Heerenveen	2011-04-09	7.5	mpC	Heerenveen	2017-04-08	13.44	mC	Heerenveen
2017-09-09	1.10	jpA	Sneek	2011-04-16	7.3	mpC	Leeuwarden	2017-04-23	12.86	mC	Epe
2018-07-07	1.10	jpA	Steenwijk	2011-07-16	7.38	mpC	Hoogeveen	2017-05-14	12.81	mC	Sneek
hurkhoog				2012-04-21	7.0	mpB	Leeuwarden	100h 76,2			
2015-04-11	0.75	jpC	Leeuwarden	2012-05-12	7.12	mpB	Hoogeveen	2019-10-05	17.2	mB	Heerenveen
2015-06-06	0.95	jpC	Sneek	2012-06-16	7.11	mpB	Stadskanaal	100h 83,8			
2015-09-19	0.95	jpC	Heerenveen	60				2021-10-09	18.22	mA	Best
2016-04-16	0.95	jpB	Sneek	2013-05-11	10.14	mpA	Hoogeveen	300h 76,2			
2016-05-28	1.10	jpB	Leeuwarden	2013-05-18	10.10	mpA	Stadskanaal	2016-05-14	55.02	mD	Heerenveen
polsver				2013-09-01	9.85	mpA	Emmeloord	2016-05-22	53.06	mD	Epe
2018-07-07	3.95	jpA	Steenwijk	2014-05-31	9.73	mpA	Stadskanaal	2017-04-23	49.95	mC	Epe
ver				2014-10-04	9.4	mpA	Heerenveen	2017-05-20	49.78	mC	Heerenveen
2015-06-06	2.75	jpC	Sneek	2015-04-04	9.42	mD	Steenwijk	2017-06-10	49.08	mC	Sneek
2015-06-13	2.87	jpC	Heerenveen	2015-04-18	9.31	mD	Assen	400h 76,2			
2015-09-19	2.95	jpC	Heerenveen	2016-04-03	9.12	mD	Steenwijk	2021-04-11	1:16.5	mA	Heerenveen
2015-10-03	3.11	jpC	Heerenveen	2016-06-11	9.00	mD	Groningen	2021-05-01	1:14.12	mA	Heerenveen
2016-04-03	3.18	jpB	Assen	2016-10-01	8.5	mD	Heerenveen	hoog			
2016-05-28	3.35	jpB	Leeuwarden	80				2011-04-16	0.90	mpC	Leeuwarden
2016-06-18	3.44	jpB	Heerenveen	2017-04-23	11.72	mC	Epe	2011-05-14	1.00	mpC	Sneek
2018-07-14	3.82	jpA	Heerenveen	2017-05-20	11.60	mC	Heerenveen	2011-05-24	1.05	mpC	Grou
balstoten				2017-06-24	11.14	mC	Stadskanaal	2012-04-14	1.10	mpB	Heerenveen
2015-06-06	4.10	jpC	Sneek					2012-05-12	1.20	mpB	Hoogeveen
2015-09-19	5.00	jpC	Heerenveen					2012-06-16	1.20	mpB	Stadskanaal
2016-05-28	5.30	jpB	Leeuwarden					2013-09-01	1.25	mpA	Emmeloord
								2014-04-12	1.30	mpA	Drachten
								2014-05-31	1.30	mpA	Stadskanaal
								2015-04-11	1.30	mD	Heerenveen

2015-04-18	1.30	mD	Assen	kogel 4	600						
2015-05-16	1.30	mD	Heerenveen	2021-10-02	8.87	mA	Heerenveen	2011-06-04	4:10.35	mpm	Stadskanaal
2015-05-30	1.35	mD	Drachten	2021-10-09	8.96	mA	Best	2011-06-21	3:07.9	mpm	Sneek
2015-06-21	1.40	mD	Emmen					2011-06-25	2:52.0	mpm	Heerenveen
2015-08-23	1.40	mD	Amsterdam	speer 400				2012-05-12	2:47.31	mpm	Hoogeveen
2015-10-03	1.40	mD	Heerenveen	2015-04-04	14.18	mD	Steenwijk	2012-07-07	2:36.0	mpm	Heerenveen
2016-04-09	1.45	mD	Heerenveen	2015-04-11	14.89	mD	Heerenveen	2017-04-08	2:08.92	mD	Heerenveen
2016-04-23	1.45	mD	Assen	2015-08-29	21.45	mD	Stadskanaal	2017-05-14	2:06.52	mD	Sneek
2016-04-30	1.45	mD	Sneek	2015-10-03	22.19	mD	Heerenveen	2018-05-21	2:04.09	mD	Amstelveen
2016-05-21	1.50	mD	Drachten	2016-04-03	22.55	mD	Steenwijk	2018-07-08	2:01.53	mD	Stadskanaal
2016-06-04	1.50	mD	Gemert	2016-04-09	22.81	mD	Heerenveen				
2016-07-02	1.50	mD	Stadskanaal	2016-06-04	23.47	mD	Gemert	1000			
2016-09-17	1.50	mD	Zoetermeer	2016-09-17	24.04	mD	Zoetermeer	2014-05-31	5:02.72	mpB	Stadskanaal
2017-05-06	1.50	mC	Groningen					2014-10-04	4:40.8	mpB	Heerenveen
2017-05-13	1.50	mC	Sneek	speer 500				2015-09-26	4:36.54	mpA	Leeuwarden
2017-05-27	1.50	mC	Stadskanaal	2017-04-08	21.60	mC	Heerenveen	2015-10-03	4:22.8	mpA	Heerenveen
2017-06-10	1.55	mC	Sneek	2017-05-14	22.00	mC	Sneek	2016-10-01	3:58.3	mpA	Heerenveen
				2017-06-03	23.57	mC	Groningen				
hss				2017-06-10	24.49	mC	Sneek	duur 6'			
2021-04-11	9.05	mA	Heerenveen	2018-05-19	24.65	mC	Assen	2016-04-16	1250	mpA	Sneek
				2018-06-30	27.46	mC	Groningen	2016-05-28	1275	mpA	Leeuwarden
polshoog				2018-10-14	28.19	mC	Steenwijk	2016-07-02	1275	mpA	Drachten
2017-06-03	1.95	mC	Groningen	2020-09-26	29.29	mB	Heerenveen				
2018-05-12	1.95	mC	Heerenveen					40h			
				speer 600				2013-04-13	8.3	mpC	Drachten
ver				2021-03-20	26.28	mA	Heerenveen	2014-04-12	7.8	mpB	Drachten
2011-04-09	3.10	mpC	Heerenveen	2021-10-10	27.10	mA	Best				
2011-06-25	3.29	mpC	Heerenveen					60h			
2012-04-21	3.32	mpB	Leeuwarden	vortex				2015-04-11	10.9	mpA	Leeuwarden
2012-07-03	3.49	mpB	Leeuwarden	2013-04-13	18.50	mpA	Drachten				
2013-05-11	3.77	mpA	Hoogeveen	2013-08-31	26.57	mpA	Emmeloord	60h 76,2			
2013-10-05	3.91	mpA	Heerenveen	2014-09-13	28.50	mpA	Leeuwarden	2017-04-08	12.25	mD	Heerenveen
2014-08-30	4.15	mpA	Assen	werp 3-kamp				2017-05-06	11.97w	mD	Groningen
2015-08-30	4.20	mD	Stadskanaal	2015-10-10	1065	mD	Steenwijk	2017-05-13	11.80	mD	Sneek
2016-05-01	4.42	mD	Sneek	2017-10-15	1044	mC	Steenwijk	2017-06-10	11.58	mD	Sneek
2017-04-08	4.61	mC	Heerenveen	2018-10-14	1293	mC	Steenwijk	2017-07-08	11.40	mD	Stadskanaal
2017-05-06	4.68w	mC	Groningen	6-kamp				2018-05-12	11.39	mD	Heerenveen
2020-09-19	4.78	mB	Grootebroek	2015-08-30	2525	mD	Stadskanaal	2018-06-30	11.26w	mD	Groningen
2020-09-26	4.85	mB	Heerenveen	2016-05-01	2813	mD	Sneek	2018-07-07	11.07w	mD	Stadskanaal
				2016-06-05	3041	mD	Gemert				
balstoten								80h 76,2			
2011-05-14	4.20	mpC	Sneek	7-kamp				2019-05-04	15.21	mC	Sneek
2011-06-25	4.20	mpC	Heerenveen	2017-05-14	3526	mC	Sneek	hoog			
				2017-07-09	3562	mC	Stadskanaal	2011-05-14	0.65	mpm	Sneek
balwerpen 135				2021-10-10	3074	mA	Best	2011-05-24	0.70	mpm	Grou
2011-04-09	16.38	mpC	Heerenveen					2012-04-21	0.80	mpm	Leeuwarden
2011-06-07	20.50	mpC	Heerenveen					2012-05-22	0.80	mpm	Grou
								2012-06-09	0.90	mpm	Steenwijk
balwerpen 180				Jildou Binnema				2014-05-31	1.00	mpB	Stadskanaal
2013-05-11	19.88	mpA	Hoogeveen	40				2015-06-13	1.10	mpA	Heerenveen
2014-10-04	25.01	mpA	Heerenveen	2011-04-09	8.8	mpm	Heerenveen	2016-04-16	1.20	mpA	Sneek
				2011-05-14	8.4	mpm	Sneek	2016-06-04	1.25	mpA	Stadskanaal
discus ¾				2011-07-05	8.3	mpm	Leeuwarden	2017-04-08	1.35	mD	Heerenveen
2015-10-10	17.88	mD	Steenwijk	2011-10-01	8.2	mpm	Heerenveen	2017-05-13	1.35	mD	Sneek
2016-05-14	22.73	mD	Heerenveen	2012-04-21	8.0	mpm	Leeuwarden	2017-05-20	1.35	mD	Heerenveen
2016-06-11	23.80	mD	Groningen	2012-05-12	8.23	mpm	Hoogeveen	2017-07-09	1.35	mD	Stadskanaal
				2013-04-13	7.7	mpC	Drachten	2018-04-14	1.35	mD	Sneek
discus 1				2013-05-11	7.94	mpC	Hoogeveen	2018-06-30	1.40	mD	Groningen
2017-10-15	19.29	mC	Steenwijk	2013-05-18	7.68	mpC	Stadskanaal	2018-07-08	1.40	mD	Stadskanaal
2018-07-13	22.19	mC	Steenwijk	2014-04-12	7.4	mpB	Drachten	2018-10-06	1.40	mD	Heerenveen
2018-10-14	22.59	mC	Steenwijk	2014-06-28	7.0	mpB	Sneek	2019-10-05	1.45	mC	Heerenveen
kogel 2				60				hurkhoog			
2012-04-14	4.85	mpB	Heerenveen	2015-06-06	10.3	mpA	Sneek	2013-04-13	0.75	mpC	Drachten
2012-06-09	4.89	mpB	Steenwijk	2015-09-26	10.29	mpA	Leeuwarden	2013-06-01	0.75	mpC	Heerenveen
2012-06-16	5.18	mpB	Stadskanaal	2015-10-03	9.9	mpA	Heerenveen	2013-06-15	0.75	mpC	Steenwijk
2013-05-18	5.43	mpA	Stadskanaal	2016-04-03	10.14	mpA	Assen	2013-09-14	0.85	mpC	Sneek
2014-04-12	5.90	mpA	Drachten	2016-05-28	9.7	mpA	Leeuwarden	2014-04-12	0.85	mpB	Drachten
2014-05-31	6.10	mpA	Stadskanaal	2016-06-04	9.78	mpA	Stadskanaal	2014-06-14	1.00	mpB	Steenwijk
2014-06-28	6.50	mpA	Sneek	2016-06-18	9.75	mpA	Heerenveen	2014-09-13	1.00	mpB	Leeuwarden
2014-08-30	6.70	mpA	Assen	2016-10-01	9.2	mpA	Heerenveen				
2015-08-30	7.78	mD	Stadskanaal	2017-05-20	9.33	mD	Heerenveen	hss			
2015-10-10	8.45	mD	Steenwijk	2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen	2021-04-11	9.43	mB	Heerenveen
2016-06-05	9.05	mD	Gemert	2018-10-06	9.03	mD	Heerenveen				
								polshoog			
kogel 3				80				2017-06-03	1.75	mD	Groningen
2017-05-13	7.99	mC	Sneek	2019-03-30	12.10	mC	Steenwijk	2018-05-12	1.95	mD	Heerenveen
2017-10-15	8.21	mC	Steenwijk	2019-10-05	11.8	mC	Heerenveen				
2018-04-14	8.34	mC	Sneek					polsver			
2018-07-07	8.50	mC	Stadskanaal	150				2016-04-16	4.10	mpA	Sneek
2018-10-06	8.73	mC	Heerenveen	2018-04-02	23.07	mD	Amersfoort	2016-07-02	4.40	mpA	Drachten
2018-10-14	8.98	mC	Steenwijk	2020-07-02	22.2	mC	Heerenveen				
2019-03-30	9.58	mB	Steenwijk					ver			
2019-06-23	10.40	mB	Drachten					2011-04-09	2.18	mpm	Heerenveen

2019-04-20	18.00	mpA	Drachten	2021-05-06	9.50	mpC	Heerenveen	2017-10-07	2.75	mpC	Heerenveen
Ype Boelens				vortex				2018-05-26	2.85	mpB	Sneek
5000				2021-04-06	12.00	mpC	Heerenveen	2018-07-14	3.51	mpB	Heerenveen
2020-09-04	22:16.52	M55	Leeuwarden	2021-05-06	12.00	mpC	Heerenveen	2021-04-17	3.60	mD	Heerenveen
				2021-05-22	15.91	mpC	Heerenveen	balstoten			
				2021-10-02	15.91	mpC	Heerenveen	2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden
Keano de Boer				Aafje Boersma				2017-05-20	4.60	mpC	Steenwijk
60				40				2018-05-26	5.00	mpB	Sneek
2021-04-06	12.7	jpA	Heerenveen	2016-06-18	8.25	mpm	Heerenveen	kogel 2			
ver				2016-07-02	7.8	mpm	Drachten	2018-07-14	3.94	mpB	Heerenveen
2021-04-06	1.40	jpA	Heerenveen	2017-07-08	7.5	mpC	Drachten	2019-06-29	4.90	mpA	Leeuwarden
vortex				2018-04-21	7.3	mpB	Drachten	2019-10-05	4.29	mpA	Heerenveen
2021-04-06	6.00	jpA	Heerenveen	2018-07-07	7.2	mpB	Steenwijk	2020-09-12	5.70	mpA	Heerenveen
				60				2020-09-26	6.18	mpA	Heerenveen
Jelte Bontekoe				2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen	slingeren			
150				2020-06-02	10.0	mpA	Heerenveen	2016-07-02	7.50	mpm	Drachten
2020-07-02	25.9	jC	Heerenveen	2020-09-26	9.9	mpA	Heerenveen	2017-04-08	8.50	mpC	Leeuwarden
1000				2021-04-17	9.5	mD	Heerenveen	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten
2020-07-02	4:28.7	jC	Heerenveen	2021-05-01	9.63	mD	Heerenveen	2018-04-21	11.50	mpB	Drachten
hoog				2021-10-02	9.27	mD	Heerenveen	2018-07-07	12.50	mpB	Steenwijk
2020-07-02	1.20	jC	Heerenveen	150				2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen
kogel 4				2021-05-01	23.68	mD	Heerenveen	vortex			
2020-07-02	4.93	jC	Heerenveen	2021-10-02	22.94	mD	Heerenveen	2016-05-28	7.50	mpm	Leeuwarden
				600				2016-07-02	9.00	mpm	Drachten
Marrit Bontekoe				2016-06-18	3:02.48	mpm	Heerenveen	2016-10-01	10.91	mpm	Heerenveen
60				2016-10-01	2:57.9	mpm	Heerenveen	2017-04-08	12.00	mpC	Leeuwarden
2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen	2017-10-07	2:31.5	mpC	Heerenveen	2017-05-20	13.50	mpC	Steenwijk
1000				2018-07-14	2:27.95	mpB	Heerenveen	2017-07-08	15.50	mpC	Drachten
2019-10-05	4:13.0	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2:22.0	mpA	Heerenveen	2017-10-07	14.52	mpC	Heerenveen
hoog				2021-10-02	1:58.53	mD	Heerenveen	2018-04-21	15.50	mpB	Drachten
2020-07-02	1.25	mD	Heerenveen	1000				2018-05-26	18.50	mpB	Sneek
ver				2018-10-06	4:34.23	mpB	Heerenveen	2020-06-02	26.00	mpA	Heerenveen
2019-10-05	3.33	mpA	Heerenveen	2019-10-05	4:10.1	mpA	Heerenveen	Janne Rikst Boersma			
2021-05-01	3.42	mD	Heerenveen	duur 4'				60			
2021-10-02	3.48	mD	Heerenveen	2016-05-28	600	mpm	Leeuwarden	2017-05-20	10.3	mpA	Steenwijk
discus ¾				2016-07-02	775	mpm	Drachten	2017-09-16	10.1	mpA	Heerenveen
2021-10-02	13.29	mD	Heerenveen	2017-04-08	775	mpC	Leeuwarden	2018-07-14	10.51	mpA	Heerenveen
kogel 2				2017-05-20	825	mpC	Steenwijk	2018-10-06	10.31	mpA	Heerenveen
2019-10-05	5.59	mpA	Heerenveen	2017-07-08	825	mpC	Drachten	2019-10-05	9.8	mD	Heerenveen
speer 400				2018-04-21	850	mpB	Drachten	200			
2021-05-01	14.31	mD	Heerenveen	2018-05-26	875	mpB	Sneek	2019-05-11	33.54	mD	Heerenveen
2021-05-22	14.62	mD	Heerenveen	2018-07-07	975	mpB	Steenwijk	600			
Sophia Boomsma				duur 6'				2019-10-05	1:56.4	mD	Heerenveen
40				2020-09-12	1000	mpA	Heerenveen	2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen
2021-04-06	7.1	mpC	Heerenveen	40h				1000			
2021-10-02	7.26w	mpC	Heerenveen	2016-07-02	9.1	mpm	Drachten	2017-10-07	4:19.0	mpA	Heerenveen
600				2018-04-21	8.4	mpB	Drachten	2018-07-14	3:48.76	mpA	Heerenveen
2021-05-22	2:23.10	mpC	Heerenveen	2018-07-07	8.0	mpB	Steenwijk	2018-10-06	3:47.41	mpA	Heerenveen
duur 4'				60h				2019-03-30	3:30.60	mD	Steenwijk
2021-05-06	850	mpC	Heerenveen	2019-06-29	12.0	mpA	Leeuwarden	2019-04-06	3:30.35	mD	Heerenveen
40h				2020-09-12	11.7	mpA	Heerenveen	duur 6'			
2020-06-30	10.0	mpm	Heerenveen	hoog				2017-04-08	1325	mpA	Leeuwarden
2021-05-22	8.48	mpC	Heerenveen	2017-05-20	0.90	mpC	Steenwijk	2017-07-08	1375	mpA	Drachten
hurkhoog				2018-05-26	1.00	mpB	Sneek	2018-04-21	1425	mpA	Drachten
2020-06-30	0.80	mpm	Heerenveen	2019-06-29	1.15	mpA	Leeuwarden	60h			
2021-05-06	0.85	mpC	Heerenveen	2020-06-30	1.15	mpA	Heerenveen	2017-04-08	12.2	mpA	Leeuwarden
ver				2021-04-17	1.20	mD	Heerenveen	2017-05-20	11.7	mpA	Steenwijk
2021-04-06	2.85	mpC	Heerenveen	2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen	2018-04-21	11.1	mpA	Drachten
2021-05-22	2.86	mpC	Heerenveen	2021-10-02	1.25	mD	Heerenveen	2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk
2021-10-02	3.36	mpC	Heerenveen	hurkhoog				60h 76,2			
slingeren				2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden	2019-04-06	13.89	mD	Heerenveen
2020-06-30	9.00	mpm	Heerenveen	2018-04-21	0.80	mpB	Drachten	hoog			
				2018-07-07	0.85	mpB	Steenwijk	2017-04-08	1.00	mpA	Leeuwarden
				polsver				2017-07-08	1.05	mpA	Drachten
				2019-06-29	3.40	mpA	Leeuwarden	2018-04-21	1.20	mpA	Drachten
				ver				2018-07-07	1.20	mpA	Steenwijk
				2016-05-28	2.15	mpm	Leeuwarden	2018-07-14	1.20	mpA	Heerenveen
				2017-05-20	2.35	mpC	Steenwijk	2019-05-11	1.25	mD	Heerenveen
								2019-05-25	1.30	mD	Sneek
								2019-10-05	1.30	mD	Heerenveen

2020-07-02	1.35	mD	Heerenveen	400h 76,2			1000		
polsver				2021-04-11	1:29.3	mA	Heerenveen	2017-09-09	4:14.28 mpB Sneek
2017-04-08	3.65	mpA	Leeuwarden	hoog				2018-04-29	4:12.88 mpA Sneek
2017-07-08	3.85	mpA	Drachten	2019-10-05	1.25	mB	Heerenveen	2018-10-06	4:10.55 mpA Heerenveen
2018-04-21	4.40	mpA	Drachten	2021-10-09	1.26	mA	Best	2020-07-02	4:08.3 mD Heerenveen
ver				hss				duur 4'	
2017-05-20	2.90	mpA	Steenwijk	2021-04-11	8.37	mA	Heerenveen	2016-04-16	800 mpC Sneek
2017-10-07	3.02	mpA	Heerenveen	ver				2016-05-28	875 mpC Leeuwarden
2018-09-15	3.30	mpA	Heerenveen	2017-04-08	2.98	mC	Heerenveen	2016-07-02	925 mpC Drachten
2018-10-06	3.57	mpA	Heerenveen	2017-06-10	3.83	mC	Sneek	2017-07-08	925 mpB Drachten
discus ¾				2018-10-06	3.94	mC	Heerenveen	duur 6'	
2020-09-26	20.19	mD	Heerenveen	2019-06-23	4.00	mB	Drachten	2018-04-21	1325 mpA Drachten
discus 1				2020-09-26	4.12	mB	Heerenveen	2018-07-07	1350 mpA Steenwijk
2021-04-17	18.06	mC	Heerenveen	2021-03-20	4.39	mA	Heerenveen	2019-04-20	1375 mpA Drachten
kogel 2				2021-05-01	4.47	mA	Heerenveen	40h	
2017-04-08	5.20	mpA	Leeuwarden	discus 1				2016-04-16	11.3 mpC Sneek
2017-07-08	5.50	mpA	Drachten	2017-10-07	11.22	mC	Heerenveen	2016-07-02	10.8 mpC Drachten
2017-10-07	5.51	mpA	Heerenveen	kogel 3				2017-04-08	10.4 mpB Leeuwarden
2018-04-21	6.50	mpA	Drachten	2018-10-06	7.10	mC	Heerenveen	2017-07-08	8.5 mpB Drachten
2018-07-07	6.80	mpA	Steenwijk	kogel 4				60h	
2020-07-02	8.25	mD	Heerenveen	2021-10-09	6.10	mA	Best	2018-04-21	14.8 mpA Drachten
slingeren				speer 500				2018-07-07	12.3 mpA Steenwijk
2017-05-20	14.50	mpA	Steenwijk	2019-10-05	17.02	mB	Heerenveen	hoog	
2018-05-26	18.50	mpA	Sneek	2020-09-26	21.75	mB	Heerenveen	2016-06-04	0.80 mpC Stadskanaal
speer 400				speer 600				2016-09-17	0.80 mpC Heerenveen
2019-04-06	17.00	mD	Heerenveen	2021-03-20	19.55	mA	Heerenveen	2017-09-09	0.90 mpB Sneek
2019-10-05	19.10	mD	Heerenveen	2021-05-01	21.01	mA	Heerenveen	2017-09-16	0.90 mpB Heerenveen
vortex				2021-10-10	21.36	mA	Best	2018-04-21	1.00 mpA Drachten
2017-04-08	19.00	mpA	Leeuwarden	7-kamp				2018-07-07	1.00 mpA Steenwijk
2017-05-20	19.50	mpA	Steenwijk	2021-10-10	2120	mA	Best	2019-04-20	1.10 mpA Drachten
2017-07-08	20.00	mpA	Drachten	Jente Bosma				2020-07-02	1.10 mD Heerenveen
2017-09-16	20.00	mpA	Heerenveen	60				2020-07-25	1.15 mD Heerenveen
2018-04-21	25.50	mpA	Drachten	2020-09-26	9.5	mD	Heerenveen	hurkhoog	
2018-05-26	27.50	mpA	Sneek	80				2015-09-19	0.70 mpm Heerenveen
2018-09-15	27.50	mpA	Heerenveen	2021-04-17	11.4	mC	Heerenveen	2016-05-28	0.85 mpC Leeuwarden
Hester Bos				hoog				polsver	
80				2020-09-26	1.10	mD	Heerenveen	2018-04-21	3.10 mpA Drachten
2017-04-08	12.13	mC	Heerenveen	ver				2018-07-07	3.10 mpA Steenwijk
2017-05-06	11.51w	mC	Groningen	2021-04-17	4.37	mC	Heerenveen	2019-04-20	3.35 mpA Drachten
2018-06-30	11.23	mC	Groningen	kogel 2				ver	
100				2020-09-26	7.26	mD	Heerenveen	2015-09-19	2.00 mpm Heerenveen
2019-04-28	14.48	mB	Epe	kogel 3				2016-05-28	3.20 mpC Leeuwarden
2020-09-26	14.0	mB	Heerenveen	2021-04-17	6.64	mC	Heerenveen	2020-07-25	3.29 mD Heerenveen
2021-03-20	13.9	mA	Heerenveen	speer 500				balstoten	
2021-05-01	13.89	mA	Heerenveen	2021-10-02	15.96	mC	Heerenveen	2015-09-19	2.40 mpm Heerenveen
150				Foske Bouma				2016-05-28	3.70 mpC Leeuwarden
2018-05-19	22.23	mC	Assen	40				2016-09-17	3.80 mpC Heerenveen
200				2016-04-16	8.4	mpC	Sneek	2017-09-16	4.90 mpB Heerenveen
2019-10-05	32.4	mB	Heerenveen	2016-06-04	8.59	mpC	Stadskanaal	balwerpen 135	
2021-04-11	31.2	mA	Heerenveen	2016-07-02	8.2	mpC	Drachten	2016-06-04	11.02 mpC Stadskanaal
300				2017-07-08	8.0	mpB	Drachten	kogel 2	
2021-07-09	58.71	mA	Steenwijk	60				2018-04-21	3.90 mpA Drachten
600				2018-09-15	10.9	mpA	Heerenveen	2018-07-07	4.90 mpA Steenwijk
2017-10-07	2:24.5	mC	Heerenveen	2018-10-06	10.89	mpA	Heerenveen	2018-10-06	4.93 mpA Heerenveen
800				150				2019-04-20	5.50 mpA Drachten
2021-10-10	3:06.54	mA	Best	2020-07-02	28.8	mD	Heerenveen	slingeren	
80h 76,2				600				2016-04-16	7.00 mpC Sneek
2017-05-06	17.98w	mC	Groningen	2016-06-04	2:40.83	mpC	Stadskanaal	2016-07-02	8.00 mpC Drachten
2018-04-14	17.30	mC	Sneek	2020-07-25	2:10.25	mD	Heerenveen	2017-04-08	9.00 mpB Leeuwarden
2018-05-19	16.87	mC	Assen	2020-09-26	2:03.0	mD	Heerenveen	2017-07-08	11.00 mpB Drachten
100h 76,2				2021-05-01	1:59.84	mD	Heerenveen	2018-09-15	12.00 mpA Heerenveen
2019-04-28	19.55	mB	Epe	2021-10-02	1:59.29	mD	Heerenveen	2019-05-25	14.50 mpA Steenwijk
2019-06-23	19.18	mB	Drachten	ver				vortex	
100h 83,8				2016-06-04	2:40.83	mpC	Stadskanaal	2015-09-19	7.00 mpm Heerenveen
2021-03-20	18.1	mA	Heerenveen	2020-07-25	2:10.25	mD	Heerenveen	2016-04-16	9.00 mpC Sneek
300h 76,2				2020-09-26	2:03.0	mD	Heerenveen	2016-05-28	9.50 mpC Leeuwarden
2017-06-10	59.43	mC	Sneek	2021-05-01	1:59.84	mD	Heerenveen	2016-09-17	10.00 mpC Heerenveen
				2021-10-02	1:59.29	mD	Heerenveen	2017-07-08	12.00 mpB Drachten
								2017-09-09	12.00 mpB Sneek
								2017-09-16	12.50 mpB Heerenveen

2018-07-07	16.50	mpA	Steenwijk	balstoten				2016-10-01	11.9	jC	Heerenveen
2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen	2020-09-12	2.70	jpm	Heerenveen	2017-05-14	12.11	jB	Emmeloord
2019-04-20	21.50	mpA	Drachten	vortex				2017-06-18	12.02	jB	Harderwijk
Julia Bouma				2020-09-12	4.50	jpm	Heerenveen	2018-05-12	12.01	jB	Heerenveen
40				2020-09-26	5.10	jpm	Heerenveen	200			
2019-10-05	8.2	mpm	Heerenveen	Eva Brandsma				2017-05-14	24.93	jB	Emmeloord
2020-09-26	8.2	mpC	Heerenveen	800				2017-07-02	24.73	jB	Vught
2021-10-02	8.04w	mpB	Heerenveen	300				2015-04-11	43.82	jC	Heerenveen
600				2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen	2018-04-07	40.34	jB	Steenwijk
2019-10-05	3:10.5	mpm	Heerenveen	2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen	hoog			
2020-09-26	2:58.0	mpC	Heerenveen	3000				2017-05-28	1.60	jB	Drachten
2021-05-22	2:55.54	mpB	Heerenveen	2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen	hss			
2021-10-02	2:35.10	mpB	Heerenveen	Kai vd Broek				2017-06-18	12.12	jB	Harderwijk
duur 4'				40				ver			
2020-09-12	850	mpC	Heerenveen	2021-10-02	9.35w	jpm	Heerenveen	2016-05-14	5.81	jC	Heerenveen
40h				600				2017-05-28	5.97	jB	Drachten
2020-06-30	9.1	mpC	Heerenveen	2021-10-02	2:56.36	jpm	Heerenveen	discus 1¼			
hurkhoog				ver				2019-10-05	24.69	jA	Heerenveen
2020-06-30	0.75	mpC	Heerenveen	2021-10-02	2.15	jpm	Heerenveen	2019-10-13	26.51	jA	Steenwijk
2020-09-12	0.75	mpC	Heerenveen	vortex				kogel 6			
ver				2021-10-02	7.28	jpm	Heerenveen	2019-10-05	10.03	jA	Heerenveen
2019-10-05	2.29	mpm	Heerenveen	Kyra Brouwer				2019-10-13	10.56	jA	Steenwijk
2020-09-12	2.35	mpC	Heerenveen	800				kogel 7¼			
2020-09-26	2.43	mpC	Heerenveen	2019-05-10	2:44.54	mC	Hoogeveen	2021-10-02	9.45	Mneo	Heerenveen
2021-05-22	2.44	mpB	Heerenveen	2021-05-22	2:40.39	mB	Heerenveen	speer 600			
2021-10-02	2.96	mpB	Heerenveen	1500				2016-10-01	29.62	jC	Heerenveen
balstoten				2021-05-22	5:26.82	mB	Heerenveen	speer 800			
2020-09-12	4.10	mpC	Heerenveen	3000				2019-10-05	34.49	jA	Heerenveen
slingeren				2021-05-01	11:42.83	mB	Heerenveen	sprint 2-kamp			
2020-06-30	6.50	mpC	Heerenveen	2021-08-13	11:28.33	mB	Heerhugowaard	2017-05-14	1121	jB	Emmeloord
2021-05-06	6.50	mpB	Heerenveen	5000				werp 3-kamp			
vortex				2020-09-04	20:09.28	mB	Leeuwarden	2019-10-05	1214	jA	Heerenveen
2019-10-05	6.05	mpm	Heerenveen	400h 76,2				2019-10-13	1221	jA	Steenwijk
2020-09-12	9.00	mpC	Heerenveen	2020-07-25	1:19.77	mB	Heerenveen	Eline Buitendijk			
2021-05-22	10.31	mpB	Heerenveen	hoog				40			
2021-10-02	10.49	mpB	Heerenveen	2019-05-11	1.30	mC	Heerenveen	2019-04-20	7.1	mpB	Drachten
Leon Bouma				2021-04-11	1.30	mB	Heerenveen	2019-06-29	7.1	mpB	Leeuwarden
60				Marije Brouwer				2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen
2021-05-06	11.1	jpA	Heerenveen	100				60			
duur 6'				2020-09-26	15.0	mB	Heerenveen	2020-06-02	9.6	mpA	Heerenveen
2021-05-06	1025	jpA	Heerenveen	2021-03-20	14.4	mB	Heerenveen	2021-09-11	9.4	mpA	Drachten
hoog				200				600			
2021-05-06	1.00	jpA	Heerenveen	2021-04-11	30.9	mB	Heerenveen	2021-05-22	2:17.42	mpA	Heerenveen
kogel 2				100h 76,2				2021-10-02	2:09.20	mpA	Heerenveen
2021-05-06	4.60	jpA	Heerenveen	2021-03-20	18.4	mB	Heerenveen	1000			
vortex				discus 1				2019-10-05	4:13.2	mpB	Heerenveen
2021-05-06	14.50	jpA	Heerenveen	2021-10-10	17.51	mB	Steenwijk	duur 4'			
Luc Bouma				kogel 3				2019-04-20	825	mpB	Drachten
40				2021-03-20	9.70	mB	Heerenveen	2019-05-25	925	mpB	Steenwijk
2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen	2021-04-11	10.38	mB	Heerenveen	2019-06-29	925	mpB	Leeuwarden
600				2021-10-02	10.83	mB	Heerenveen	duur 6'			
2020-09-26	3:09.0	jpm	Heerenveen	speer 500				2020-09-12	1375	mpA	Heerenveen
duur 4'				2020-07-04	27.05	mB	Heerenveen	2021-05-06	1400	mpA	Heerenveen
2020-09-12	775	jpm	Heerenveen	2020-09-26	29.82	mB	Heerenveen	2021-06-05	1425	mpA	Heerenveen
hurkhoog				werp 3-kamp				40h			
2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen	2021-10-10	1407	mB	Steenwijk	2019-04-20	9.0	mpB	Drachten
ver				Marvens Bruinsma				2019-06-29	8.0	mpB	Leeuwarden
2020-09-12	1.90	jpm	Heerenveen	100				60h			
2020-09-26	2.05	jpm	Heerenveen	2015-04-11	13.05	jC	Heerenveen	2020-09-12	11.5	mpA	Heerenveen
				2015-10-03	12.7	jC	Heerenveen	hoog			
				2016-04-09	12.21w	jC	Heerenveen	2019-05-25	1.10	mpB	Steenwijk
								2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen
								2021-05-06	1.25	mpA	Heerenveen

2015-05-16	9.10	mD	Heerenveen	Marianne Diallo	ver			
2015-10-03	9.93	mD	Heerenveen	40	2014-09-13	2.45	mpm	Leeuwarden
2016-07-03	10.20	mD	Stadskanaal	2014-10-04	2014-10-04	2.48	mpm	Heerenveen
kogel 3				2014-10-04	2015-06-06	2.80	mpC	Sneek
2019-06-01	11.46	mB	Amersfoort	2015-04-11	2015-06-13	2.89	mpC	Heerenveen
kogel 4				2015-06-13	2015-10-03	2.90	mpC	Heerenveen
2020-09-19	9.21	mB	Grootebroek	2015-10-03	2016-05-28	3.10	mpB	Leeuwarden
2020-09-26	9.74	mB	Heerenveen	2016-06-18	2016-06-18	3.14	mpB	Heerenveen
2021-05-22	9.90	mA	Heerenveen	2016-10-01	2016-09-17	3.55	mpB	Heerenveen
speer 400				60	2017-10-07	3.65	mpA	Heerenveen
2015-08-29	17.74	mD	Stadskanaal	2017-05-20	2018-10-06	3.73	mpA	Heerenveen
2015-09-19	20.22	mD	Zoetermeer	2018-05-26	2021-03-20	4.45	mC	Heerenveen
2016-06-04	24.13	mD	Gemert	2018-10-06	2021-06-18	4.48	mC	Utrecht
speer 500				2019-04-06	2021-06-19	4.51	mC	Leeuwarden
2019-04-28	31.56	mB	Epe	2019-10-05	2021-08-28	4.67	mC	Amsterdam
2019-05-05	31.76	mB	Sneek	2020-07-25	balstoten			
2019-07-07	33.72	mB	Stadskanaal	80	2014-09-13	3.00	mpm	Leeuwarden
speer 600				2021-04-17	2015-06-06	3.60	mpC	Sneek
2020-09-26	30.68	mB	Heerenveen	2021-05-01	2015-09-19	3.90	mpC	Heerenveen
2021-05-22	31.51	mA	Heerenveen	150	2016-05-28	4.10	mpB	Leeuwarden
2021-07-04	31.67	mA	Dongen	2020-07-04	2016-09-17	4.70	mpB	Heerenveen
vortex				2021-05-22	balwerpen 135			
2014-04-12	17.00	mpA	Drachten	200	2014-10-04	9.87	mpm	Heerenveen
2014-06-14	22.00	mpA	Steenwijk	2021-06-18	kogel 2			
werp 3-kamp				600	2017-04-08	4.00	mpA	Leeuwarden
2021-08-27	1119	mA	Heerenveen	2015-05-16	2017-07-08	4.20	mpA	Drachten
6-kamp				2015-10-03	2017-10-07	4.61	mpA	Heerenveen
2015-08-30	2586	mD	Stadskanaal	2019-10-05	2018-04-21	5.80	mpA	Drachten
2015-09-20	2669	mD	Zoetermeer	2021-05-23	2018-07-07	5.80	mpA	Steenwijk
2016-05-01	2713	mD	Sneek	1000	2018-07-14	6.13	mpA	Heerenveen
2016-06-05	2969	mD	Gemert	2016-06-18	2018-10-06	6.19	mpA	Heerenveen
2016-07-03	2998	mD	Stadskanaal	2016-10-01	2019-10-05	7.04	mD	Heerenveen
7-kamp				2018-10-06	2020-07-04	8.76	mD	Heerenveen
2019-05-05	3774	mB	Sneek	duur 4'	2020-07-25	9.02	mD	Heerenveen
2019-06-02	4141	mB	Amersfoort	2016-05-28	2020-09-06	9.50	mD	Alkmaar
2019-07-07	4161	mB	Stadskanaal	duur 6'	2020-09-26	9.66	mD	Heerenveen
2021-07-11	3802	mA	Lisse	2017-04-08	kogel 3			
2021-09-05	3824	mA	Assendelft	2017-05-20	2021-03-20	8.29	mC	Heerenveen
Esmee Dam				2017-07-08	slingeren			
40				40h	2016-04-16	12.00	mpB	Sneek
2021-04-06	9.4	mpm	Heerenveen	2015-04-11	2017-05-20	14.00	mpA	Steenwijk
ver				2016-04-16	2018-05-26	15.50	mpA	Sneek
2021-04-06	2.30	mpm	Heerenveen	60h	speer 500			
vortex				2017-04-08	2021-05-23	22.03	mC	Heerenveen
2021-04-06	6.50	mpm	Heerenveen	2017-05-20	vortex			
Andrea Deelstra				2018-04-21	2014-09-13	7.00	mpm	Leeuwarden
800				60h 76,2	2015-04-11	9.00	mpC	Leeuwarden
2016-04-24	2:19.01	V	Grootebroek	2019-05-25	2015-06-06	13.00	mpC	Sneek
2000				2019-06-22	2015-09-19	14.00	mpC	Heerenveen
2011-04-27	6:08.06	V	Leiden	80h 76,2	2015-10-03	14.01	mpC	Heerenveen
5000				2021-03-20	2016-05-28	17.00	mpB	Leeuwarden
2011-07-31	16:18.03	V	Amsterdam	2021-04-17	2016-10-01	17.30	mpB	Heerenveen
2016-05-27	16:16.61	V	Wageningen	hoog	2018-05-26	18.00	mpA	Sneek
2017-09-01	16:06.88	V	Utrecht	2016-06-18	2018-07-07	18.00	mpA	Steenwijk
10000				2017-04-08	2018-09-15	19.50	mpA	Heerenveen
2012-05-19	35:26.38	V	Kopenhagen (Den)	2017-07-08	7-kamp			
2013-06-08	34:55.31	V	Pravets (Bul)	2018-04-21	2021-05-23	3242	mC	Heerenveen
2020-09-19	34:33.99	V35	Leiden	2020-07-04	Tsjerk Dijkzma			
speer 600				2020-07-25	800			
2013-09-15	20.08	V	Zwolle	2020-09-26	2017-04-26	2:08.97	jA	Hengelo
Wouter den Dekker				2020-10-08	2018-06-09	2:03.02	Mneo	Groningen
5000				hurkhoog	2019-05-10	2:02.02	Mneo	Hoogeveen
2020-09-26	20:12.0	M40	Heerenveen	2014-09-13	2019-05-31	1:59.99	Mneo	Groningen
				2015-09-19	1500			
				2016-05-28	2017-05-28	4:27.07	jA	Drachten
				2017-04-08	3000			
				2018-04-21	2019-06-08	9:26.10	Mneo	Groningen
				4.00	5000			
					2017-04-30	17:52.27	jA	Hoorn

Jelte Dijkstra				2017-07-08	10.00	jpC	Drachten	40h			
40				2018-04-21	11.00	jpB	Drachten	2014-06-28	9.9	jpC	Sneek
2017-04-08	8.0	jpC	Leeuwarden	2018-07-07	11.00	jpB	Steenwijk	2015-04-11	9.5	jpB	Leeuwarden
2018-07-07	8.3	jpB	Steenwijk	2019-05-25	12.00	jpA	Steenwijk	60h			
2018-10-06	8.31	jpB	Heerenveen	2020-06-30	15.00	jpA	Heerenveen	2016-04-16	15.0	jpA	Sneek
60				speer 400				2016-05-28	13.5	jpA	Leeuwarden
2019-05-25	12.3	jpA	Steenwijk	2021-04-17	13.50	jD	Heerenveen	2016-09-17	13.0	jpA	Heerenveen
2019-09-14	12.3	jpA	Sneek	vortex				hoog			
2019-10-05	11.3	jpA	Heerenveen	2017-04-08	9.00	jpC	Leeuwarden	2015-06-13	0.80	jpB	Heerenveen
600				2017-05-20	9.50	jpC	Steenwijk	2016-04-16	0.85	jpA	Sneek
2017-10-07	2:47.3	jpC	Heerenveen	2017-07-08	9.50	jpC	Drachten	2016-06-18	0.90	jpA	Heerenveen
2020-09-26	2:24.0	jpA	Heerenveen	2018-04-21	10.00	jpB	Drachten	2017-04-08	0.90	jpA	Leeuwarden
1000				2018-05-26	10.50	jpB	Sneek	2017-07-08	0.95	jpA	Drachten
2018-10-06	4:28.38	jpB	Heerenveen	2018-07-07	11.50	jpB	Steenwijk	2020-07-02	1.10	jC	Heerenveen
duur 4'				2018-09-15	11.50	jpB	Heerenveen	2021-05-01	1.15	jC	Heerenveen
2017-04-08	825	jpC	Leeuwarden	2018-10-06	13.18	jpB	Heerenveen	hurkhoog			
2017-05-20	825	jpC	Steenwijk	2019-04-20	15.50	jpA	Drachten	2014-06-28	0.60	jpC	Sneek
2017-07-08	850	jpC	Drachten	2020-09-12	18.00	jpA	Heerenveen	2014-09-13	0.70	jpC	Leeuwarden
2018-04-21	875	jpB	Drachten	Tijs Dijkstra				2015-04-11	0.70	jpB	Leeuwarden
2018-05-26	875	jpB	Sneek	60				2015-06-06	0.75	jpB	Sneek
duur 6'				2020-09-26	11.9	jpA	Heerenveen	2015-09-19	0.90	jpB	Heerenveen
2019-04-20	1225	jpA	Drachten	600				polsver			
2020-09-12	1275	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3:29.0	jpA	Heerenveen	2016-04-16	3.30	jpA	Sneek
40h				duur 4'				ver			
2017-04-08	10.3	jpC	Leeuwarden	2019-05-25	650	jpB	Steenwijk	2014-09-13	2.20	jpC	Leeuwarden
2017-07-08	9.6	jpC	Drachten	hoog				2015-06-13	2.29	jpB	Heerenveen
2018-04-21	8.9	jpB	Drachten	2019-05-25	0.95	jpB	Steenwijk	2015-09-26	2.33	jpB	Leeuwarden
2018-07-07	8.8	jpB	Steenwijk	ver				2015-10-03	2.45	jpB	Heerenveen
60h				2019-05-25	2.40	jpB	Steenwijk	2016-05-28	2.60	jpA	Leeuwarden
2019-04-20	12.2	jpA	Drachten	2020-09-26	2.89	jpA	Heerenveen	2016-09-17	2.60	jpA	Heerenveen
2019-06-29	12.1	jpA	Leeuwarden	balstoten				2021-05-01	3.21	jC	Heerenveen
2019-09-14	11.5	jpA	Sneek	2019-05-25	4.80	jpB	Steenwijk	balstoten			
2020-09-12	11.0	jpA	Heerenveen	kogel 2				2014-09-13	3.40	jpC	Leeuwarden
hoog				2020-09-26	5.34	jpA	Heerenveen	2015-06-06	4.30	jpB	Sneek
2017-05-20	0.85	jpC	Steenwijk	vortex				2015-09-19	5.40	jpB	Heerenveen
2017-09-16	0.85	jpC	Heerenveen	2019-05-25	11.50	jpB	Steenwijk	balwerpen 135			
2018-05-26	0.90	jpB	Sneek	Wybren Dijkstra				2014-10-04	10.16	jpC	Heerenveen
2018-09-15	0.95	jpB	Heerenveen	40				discus 1			
2019-04-20	0.95	jpA	Drachten	2014-06-28	8.8	jpC	Sneek	2018-05-19	9.68	jD	Assen
2019-06-29	1.05	jpA	Leeuwarden	2015-04-11	8.4	jpB	Leeuwarden	2018-06-30	11.83	jD	Groningen
2020-06-30	1.15	jpA	Heerenveen	60				2019-06-22	12.05	jD	Stadskanaal
2021-05-01	1.15	jD	Heerenveen	2016-05-28	13.0	jpA	Leeuwarden	2020-09-26	18.35	jC	Heerenveen
2021-10-02	1.20	jD	Heerenveen	2016-06-18	12.69	jpA	Heerenveen	2021-04-17	19.21	jC	Heerenveen
hurkhoog				2016-10-01	11.6	jpA	Heerenveen	2021-06-19	23.74	jC	Leeuwarden
2017-04-08	0.55	jpC	Leeuwarden	80				kogel 2			
2017-07-08	0.75	jpC	Drachten	2018-10-06	15.78	jD	Heerenveen	2015-09-26	3.99	jpB	Leeuwarden
2018-04-21	0.80	jpB	Drachten	100				2016-04-16	4.50	jpA	Sneek
polsver				2021-05-01	17.33	jC	Heerenveen	2016-10-01	4.65	jpA	Heerenveen
2019-04-20	3.25	jpA	Drachten	2021-10-02	16.21w	jC	Heerenveen	2017-07-08	5.30	jpA	Drachten
ver				200				2017-10-07	5.43	jpA	Heerenveen
2017-05-20	2.15	jpC	Steenwijk	2018-05-12	42.54	jD	Heerenveen	kogel 3			
2017-09-16	2.20	jpC	Heerenveen	600				2018-05-12	5.26	jD	Heerenveen
2017-10-07	2.35	jpC	Heerenveen	2014-10-04	3:03.6	jpC	Heerenveen	2019-04-06	5.72	jD	Heerenveen
2018-09-15	2.55	jpB	Heerenveen	800				kogel 4			
2018-10-06	2.58	jpB	Heerenveen	2021-10-02	2:58.64	jC	Heerenveen	2020-07-02	6.28	jC	Heerenveen
2019-10-05	2.73	jpA	Heerenveen	1000				2020-09-26	6.62	jC	Heerenveen
2020-09-26	2.95	jpA	Heerenveen	2015-06-13	5:04.95	jpB	Heerenveen	2021-04-17	7.52	jC	Heerenveen
2021-04-17	3.11	jD	Heerenveen	2015-09-26	4:52.38	jpB	Leeuwarden	2021-06-19	7.70	jC	Leeuwarden
balstoten				2015-10-03	4:48.6	jpB	Heerenveen	slingeren			
2017-05-20	4.10	jpC	Steenwijk	2016-10-01	4:24.0	jpA	Heerenveen	2016-09-17	15.50	jpA	Heerenveen
2018-05-26	4.80	jpB	Sneek	duur 6'				speer 400			
2018-09-15	5.00	jpB	Heerenveen	2016-04-16	1125	jpA	Sneek	2018-04-14	10.08	jD	Sneek
kogel 2				2016-05-28	1125	jpA	Leeuwarden	2018-05-12	12.80	jD	Heerenveen
2018-07-14	3.34	jpB	Heerenveen	2017-05-20	1200	jpA	Steenwijk	2018-06-30	16.47	jD	Groningen
2019-04-20	4.20	jpA	Drachten	2017-07-08	1225	jpA	Drachten	2018-10-06	16.99	jD	Heerenveen
2019-06-29	4.70	jpA	Leeuwarden					2019-06-22	17.55	jD	Stadskanaal
2020-09-12	6.00	jpA	Heerenveen					speer 600			
slingeren								2020-09-26	19.32	jC	Heerenveen
2017-04-08	6.50	jpC	Leeuwarden					2021-04-17	22.91	jC	Heerenveen
								2021-05-01	23.84	jC	Heerenveen

2021-10-02	28.47	jC	Heerenveen	2021-09-04	53.47	jB	Assendelft	1500			
vortex				2021-10-09	53.09	jB	Best	2016-04-09	4:44.78	M45	Heerenveen
2014-06-28	10.00	jpC	Sneek	1500				3000			
2015-04-11	12.00	jpB	Leeuwarden	2021-05-23	4:48.30	jB	Heerenveen	2016-04-03	10:44.99	M45	Steenwijk
2015-06-06	12.50	jpB	Sneek	2021-09-05	4:38.96	jB	Assendelft	2017-05-20	10:35.04	M45	Heerenveen
2015-06-13	13.83	jpB	Heerenveen	2021-10-10	4:32.02	jB	Best	2019-10-05	11:25.2	M50	Heerenveen
2015-09-19	18.50	jpB	Heerenveen	110h 91,4				5000			
2016-04-16	21.00	jpA	Sneek	2021-03-20	16.6	jB	Heerenveen	2016-04-15	18:30.1	M45	Hoogeveen
2016-09-17	24.00	jpA	Heerenveen	2021-05-01	15.77	jB	Heerenveen	10000			
2017-09-16	25.50	jpA	Heerenveen	hoog				2017-05-28	41:03.97	M45	Hengelo
Janine Does				2021-03-20	1.80	jB	Heerenveen	ver			
800				2021-09-04	1.88	jB	Assendelft	2011-10-01	4.57	M40	Heerenveen
2018-10-06	3:31.38	V45	Heerenveen	polshoog				2019-04-07	4.50	M45	Amersfoort
2021-10-02	3:17.34	V45	Heerenveen	2021-05-01	2.66	jB	Heerenveen	kogel 7¼			
3000				2021-05-23	2.97	jB	Heerenveen	2011-10-01	6.11	M40	Heerenveen
2018-10-06	14:18.42	V45	Heerenveen	2021-09-05	3.00	jB	Assendelft				
discus 1				2021-09-15	3.00	jB	Dronten				
2018-10-06	11.52	V45	Heerenveen	2021-10-02	3.23	jB	Heerenveen				
kogel 4				ver				Jan Elsinga			
2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen	2021-04-11	6.10	jB	Heerenveen	40			
2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen	2021-05-22	6.10	jB	Heerenveen	2015-04-11	7.4	jpB	Leeuwarden
speer 600				2021-09-04	6.21	jB	Assendelft	2015-06-13	7.19	jpB	Heerenveen
2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen	2021-10-09	6.44	jB	Best	2015-06-27	6.8	jpB	Steenwijk
2021-10-02	9.57	V45	Heerenveen	discus 1½				2015-10-03	6.8	jpB	Heerenveen
werp 3-kamp				2021-04-11	37.27	jB	Heerenveen	60			
2018-10-06	521	V45	Heerenveen	2021-05-23	39.44	jB	Heerenveen	2016-04-03	10.03	jpA	Assen
Pieter Dogger				kogel 5				2017-04-02	9.39	jpA	Assen
150				2021-05-22	12.78	jB	Heerenveen	80			
2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	2021-07-04	13.39	jB	Dongen	2018-04-14	12.48	jD	Sneek
200				speer 700				2018-05-12	12.10	jD	Heerenveen
2019-07-12	26.72	M	Utrecht	2021-04-11	52.40	jB	Heerenveen	2018-10-06	12.01	jD	Heerenveen
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen	2021-09-05	53.75	jB	Assendelft	2019-05-11	11.70	jD	Heerenveen
2021-09-19	26.85	M35	Hengelo	werp 3-kamp				2019-07-06	11.41	jD	Stadskanaal
300				2021-08-27	1792	jB	Heerenveen	100			
2019-07-05	41.71	M	Steenwijk	10-kamp				2021-04-17	14.1	jC	Heerenveen
800				2021-05-23	5838	jB	Heerenveen	800			
2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen	2021-09-05	6213	jB	Assendelft	2021-04-17	2:33.8	jC	Heerenveen
Jesse van Doorn				2021-10-10	6400	jB	Best	2021-06-19	2:29.65	jC	Leeuwarden
40				Edwin Eijelaar				1000			
2021-10-02	8.32	jpC	Heerenveen	5000				2015-05-16	3:58.86	jpB	Heerenveen
600				2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen	2015-09-26	3:49.71	jpB	Leeuwarden
2021-10-02	2:53.46	jpC	Heerenveen	Eddy Elsinga				2015-10-03	3:46.8	jpB	Heerenveen
ver				60				2017-06-24	3:36.81	jpA	Stadskanaal
2021-10-02	2.66	jpC	Heerenveen	2017-05-25	8.69	M45	Hengelo	2018-06-02	3:35.12	jD	Stadskanaal
vortex				100				2018-06-30	3:30.48	jD	Groningen
2021-10-02	13.38	jpC	Heerenveen	2017-05-26	13.63	M45	Hengelo	2019-05-11	3:28.05	jD	Heerenveen
Jiddu Duijsters				150				2019-05-18	3:27.98	jD	Stadskanaal
kogel 2				2011-07-15	22.3	M40	Steenwijk	2019-05-25	3:24.94	jD	Sneek
2021-05-06	6.10	jpA	Heerenveen	2019-07-05	20.44w	M50	Steenwijk	2019-09-01	3:18.03	jD	Amsterdam
vortex				200				duur 6'			
2021-05-06	15.50	jpA	Heerenveen	2011-07-02	26.63	M40	Leeuwarden	2016-04-16	1450	jpA	Sneek
Tjalle-Durk van der Eems				2017-05-27	27.90	M45	Hengelo	2016-07-02	1450	jpA	Drachten
100				300				2017-04-08	1500	jpA	Leeuwarden
2021-05-01	12.12	jB	Heerenveen	2019-07-05	42.91	M50	Steenwijk	2017-05-20	1550	jpA	Steenwijk
2021-07-09	12.00w	jB	Steenwijk	400				40h			
2021-10-02	11.75w	jB	Heerenveen	2017-05-25	1:00.82	M45	Hengelo	2015-04-11	7.9	jpB	Leeuwarden
200				2019-07-12	1:01.42	M50	Heiloo	2015-06-27	7.9	jpB	Steenwijk
2021-04-11	24.8	jB	Heerenveen	800				60h			
400				2011-05-06	2:08.43	M40	Utrecht	2016-04-16	12.1	jpA	Sneek
2021-05-01	54.34	jB	Heerenveen	2016-06-11	2:15.35	M45	Groningen	2016-07-02	11.5	jpA	Drachten
				2016-10-01	2:15.0	M45	Heerenveen	2017-04-08	11.0	jpA	Leeuwarden
				2019-10-05	2:27.9	M50	Heerenveen	2017-05-20	10.7	jpA	Steenwijk
				1000				80h 76,2			
				2017-04-19	3:01.89	M45	Zwolle	2018-05-19	16.21	jD	Assen
								2019-07-07	16.13	jD	Stadskanaal
								hoog			
								2015-06-13	0.90	jpB	Heerenveen
								2016-04-16	1.15	jpA	Sneek
								2017-06-24	1.20	jpA	Stadskanaal
								2017-09-09	1.25	jpA	Sneek
								2018-06-02	1.25	jD	Stadskanaal
								2019-04-06	1.30	jD	Heerenveen

2019-05-11	1.30	jD	Heerenveen	Andres Faber	kogel 3			
2019-05-25	1.35	jD	Sneek	800	2017-10-07	7.11	V50	Heerenveen
2019-06-22	1.35	jD	Stadskanaal	2014-10-04	2:36.5	M		Heerenveen
2019-07-07	1.35	jD	Stadskanaal	2021-10-02	2:36.29	M		Heerenveen
hurkhoog				mijl				
2015-04-11	0.90	jpB	Leeuwarden	2017-07-07	5:58.99	M		Steenwijk
2015-06-06	0.90	jpB	Sneek	3000				
2015-09-19	1.10	jpB	Heerenveen	2015-05-16	11:58.94	M		Heerenveen
polsver				5000				
2016-04-16	4.10	jpA	Sneek	2020-09-04	19:49.12	M		Leeuwarden
2017-04-08	4.50	jpA	Leeuwarden	ver				
ver				2020-09-26	3.79	M		Heerenveen
2015-06-06	3.05	jpB	Sneek	Lisanne Faber				
2015-09-19	3.20	jpB	Heerenveen	5000				
2015-10-03	3.22	jpB	Heerenveen	2020-09-26	22:33.0	Vneo		Heerenveen
2016-04-03	3.56	jpA	Assen	Simone Falkena				
2017-04-02	3.90	jpA	Assen	100				
2017-06-24	3.57	jpA	Stadskanaal	2015-06-14	14.10	V35		Groningen
2017-10-07	3.90	jpA	Heerenveen	2016-04-09	13.81w	V35		Heerenveen
2018-05-12	3.90	jD	Heerenveen	150				
2018-06-30	4.11	jD	Groningen	2016-07-08	21.19	V35		Steenwijk
2019-07-06	4.20	jD	Stadskanaal	200				
2019-10-05	4.32	jD	Heerenveen	2015-05-23	28.92	V35		Emmeloord
balstoten				2015-06-14	28.85	V35		Groningen
2015-06-06	6.60	jpB	Sneek	2016-06-26	28.76	V35		Harderwijk
2015-09-19	7.20	jpB	Heerenveen	400				
discus 1				2015-04-19	1:06.12	V35		Drachten
2021-10-02	23.12	jC	Heerenveen	2015-06-07	1:05.23	V35		Harderwijk
kogel 2				100h 83,8				
2015-09-26	5.50	jpB	Leeuwarden	2013-06-16	19.23	V		Harderwijk
2016-04-03	5.80	jpA	Assen	2014-05-04	18.83	V		Grootebroek
2016-04-16	5.80	jpA	Sneek	2016-10-01	20.2	V35		Heerenveen
2016-07-02	6.20	jpA	Drachten	300h 76,2				
2016-10-01	6.44	jpA	Heerenveen	2014-04-16	50.3	V		Sneek
2017-04-02	6.88	jpA	Assen	2014-04-27	50.53	V		Epe
2017-06-24	6.93	jpA	Stadskanaal	400h 76,2				
2017-07-08	7.10	jpA	Drachten	2014-05-25	1:09.39	V		Drachten
2017-10-07	7.24	jpA	Heerenveen	2015-05-03	1:11.27	V35		Emmeloord
kogel 3				hoog				
2018-05-19	6.90	jD	Assen	2018-05-13	1.25	V35		Emmen
2018-10-06	6.99	jD	Heerenveen	2018-06-10	1.30	V35		Apeldoorn
2019-05-18	7.36	jD	Stadskanaal	2018-10-06	1.30	V35		Heerenveen
2019-05-25	7.44	jD	Sneek	ver				
2019-10-05	7.53	jD	Heerenveen	2016-10-01	4.15	V35		Heerenveen
kogel 4				discus 1				
2021-04-17	8.31	jC	Heerenveen	2015-04-19	25.33	V35		Drachten
2021-06-19	8.52	jC	Leeuwarden	Siska Folkertsma				
2021-10-02	9.25	jC	Heerenveen	200				
slingeren				2017-10-07	35.9	V50		Heerenveen
2016-09-17	17.50	jpA	Heerenveen	2018-10-06	37.76	V55		Heerenveen
2017-05-20	19.00	jpA	Steenwijk	800				
speer 400				2014-10-04	3:25.6	V50		Heerenveen
2019-07-06	15.97	jD	Stadskanaal	2018-10-06	3:49.42	V55		Heerenveen
vortex				hoog				
2015-04-11	12.00	jpB	Leeuwarden	2018-10-06	1.20	V55		Heerenveen
2015-06-06	15.00	jpB	Sneek	ver				
2015-06-27	15.00	jpB	Steenwijk	2017-10-07	2.86	V50		Heerenveen
2015-09-19	17.00	jpB	Heerenveen	discus 1				
2016-04-16	18.00	jpA	Sneek	2018-05-13	18.00	V55		Emmen
2016-09-17	19.00	jpA	Heerenveen	2018-10-06	21.72	V55		Heerenveen
7-kamp				800				
2019-07-07	2920	jD	Stadskanaal	2020-09-26	3:49.42	V55		Heerenveen
Sander Elsinga				hoog				
100				2018-10-06	1.20	V55		Heerenveen
2019-05-11	15.71	jC	Heerenveen	ver				
150				2017-10-07	2.86	V50		Heerenveen
2020-07-02	21.0	jC	Heerenveen	discus 1				
1000				2018-05-13	18.00	V55		Emmen
2020-07-02	3:43.7	jC	Heerenveen	2018-10-06	21.72	V55		Heerenveen
				2020-09-26	5.37	jpA		Heerenveen
				2021-05-06	7.50	jpA		Heerenveen
				2021-06-26	7.70	jpA		Leeuwarden
				slingeren				
				2020-06-30	16.50	jpA		Heerenveen
				2021-06-05	19.50	jpA		Heerenveen
				vortex				
				2020-06-02	21.00	jpA		Heerenveen
				2021-04-06	27.00	jpA		Heerenveen

2021-05-06	29.00	jpA	Heerenveen	Rixt de Grouw	2018-07-14	1.40	mpA	Heerenveen			
2021-06-26	29.00	jpA	Leeuwarden	100	2019-05-11	1.40	mD	Heerenveen			
Doutzen Groenendijk				2021-04-11	15.9	mB	Heerenveen	2019-05-25	1.45	mD	Sneek
60				hoog				2020-07-02	1.45	mD	Heerenveen
2021-06-05	10.4	mpA	Heerenveen	2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen	hurkhoog			
600				2021-04-11	1.25	mB	Heerenveen	2015-06-27	0.90	mpC	Steenwijk
2021-05-22	2:33.55	mpA	Heerenveen	ver				2015-09-19	1.00	mpC	Heerenveen
duur 6'				2020-09-26	3.72	mB	Heerenveen	2016-05-28	1.10	mpB	Leeuwarden
2021-06-05	1225	mpA	Heerenveen	speer 500				polswer			
2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden	2020-09-26	23.33	mB	Heerenveen	2017-04-08	4.00	mpA	Leeuwarden
60h				Eline de Haan				2018-04-21	4.25	mpA	Drachten
2021-05-22	12.36	mpA	Heerenveen	100				ver			
2021-06-05	11.9	mpA	Heerenveen	2020-09-26	15.6	Vneo	Heerenveen	2015-09-19	2.60	mpC	Heerenveen
2021-06-26	10.8	mpA	Leeuwarden	800				2016-05-28	3.40	mpB	Leeuwarden
hoog				2020-09-26	3:06.0	Vneo	Heerenveen	2016-09-17	3.80	mpB	Heerenveen
2021-05-22	1.05	mpA	Heerenveen	Elisabeth de Haan				2017-10-07	4.00	mpA	Heerenveen
2021-06-26	1.05	mpA	Leeuwarden	40				2018-05-26	4.30	mpA	Sneek
polswer				2015-06-27	7.0	mpC	Steenwijk	2018-09-15	4.55	mpA	Heerenveen
2021-06-26	2.65	mpA	Leeuwarden	2016-07-02	6.7	mpB	Drachten	2018-10-06	4.61	mpA	Heerenveen
ver				60				2019-04-06	4.67	mD	Heerenveen
2021-06-05	2.55	mpA	Heerenveen	2017-05-20	9.2	mpA	Steenwijk	2019-06-22	4.88	mD	Stadskanaal
kogel 2				2018-05-26	8.5	mpA	Sneek	2020-07-25	4.94	mD	Heerenveen
2021-05-22	3.68	mpA	Heerenveen	2018-10-06	8.66	mpA	Heerenveen	2021-04-17	5.03	mC	Heerenveen
2021-06-26	4.20	mpA	Leeuwarden	2019-04-06	8.41	mD	Heerenveen	2021-06-19	5.11	mC	Leeuwarden
slingeren				80				2021-10-02	5.25	mC	Heerenveen
2021-06-05	12.00	mpA	Heerenveen	2021-04-17	10.6	mC	Heerenveen	balstoten			
vortex				2021-05-01	10.72	mC	Heerenveen	2015-09-19	5.30	mpC	Heerenveen
2021-06-26	10.00	mpA	Leeuwarden	150				2016-05-28	6.30	mpB	Leeuwarden
Famke Groenendijk				2019-09-01	20.93	mD	Amsterdam	2016-09-17	6.70	mpB	Heerenveen
60				2019-09-01	20.84	mD	Amsterdam	kogel 2			
2020-06-02	12.2	mpA	Heerenveen	2020-07-02	20.4	mD	Heerenveen	2017-04-08	5.30	mpA	Leeuwarden
2020-09-26	11.2	mpA	Heerenveen	2021-05-22	20.30	mC	Heerenveen	2017-10-07	5.32	mpA	Heerenveen
2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen	2021-10-02	19.85	mC	Heerenveen	2018-04-21	6.40	mpA	Drachten
2021-10-02	11.03	mpA	Heerenveen	200				2020-07-02	8.85	mD	Heerenveen
600				2019-05-11	29.54	mD	Heerenveen	slingeren			
2020-09-26	2:40.0	mpA	Heerenveen	2021-05-01	27.03	mC	Heerenveen	2016-07-02	15.50	mpB	Drachten
2021-10-02	2:29.36	mpA	Heerenveen	600				2017-05-20	16.00	mpA	Steenwijk
duur 6'				2019-10-05	1:59.5	mD	Heerenveen	2017-09-16	16.00	mpA	Heerenveen
2020-09-12	1150	mpA	Heerenveen	1000				2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen
2021-05-06	1150	mpA	Heerenveen	2017-10-07	4:18.0	mpA	Heerenveen	speer 400			
2021-06-05	1225	mpA	Heerenveen	2018-10-06	4:00.12	mpA	Heerenveen	2019-10-05	17.66	mD	Heerenveen
2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden	duur 4'				vortex			
60h				2016-05-28	875	mpB	Leeuwarden	2015-06-27	17.50	mpC	Steenwijk
2020-06-30	14.2	mpA	Heerenveen	2016-07-02	925	mpB	Drachten	2016-07-02	17.50	mpB	Drachten
2020-09-12	12.6	mpA	Heerenveen	duur 6'				2018-05-26	19.00	mpA	Sneek
2021-06-05	12.3	mpA	Heerenveen	2017-04-08	1325	mpA	Leeuwarden	Gerwin de Haan			
hoog				2018-05-26	1350	mpA	Sneek	80			
2020-06-30	0.95	mpA	Heerenveen	40h				2011-04-02	13.02	jD	Steenwijk
2020-09-12	1.00	mpA	Heerenveen	2015-06-27	7.2	mpC	Steenwijk	2011-05-21	12.64	jD	Emmeloord
2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen	2016-07-02	7.3	mpB	Drachten	2011-07-05	12.2	jD	Leeuwarden
polswer				60h				2012-04-07	12.03	jD	Steenwijk
2020-09-12	3.75	mpA	Heerenveen	2017-04-08	10.9	mpA	Leeuwarden	2012-05-17	11.96	jD	Emmeloord
ver				2017-05-20	10.7	mpA	Steenwijk	2012-07-07	11.81	jD	Stadskanaal
2020-06-02	2.20	mpA	Heerenveen	2018-05-26	10.7	mpA	Sneek	100			
2020-09-26	2.83	mpA	Heerenveen	60h 76,2				2013-04-06	14.27	jC	Steenwijk
2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen	2019-04-06	11.35	mD	Heerenveen	2013-05-11	13.70	jC	Heerenveen
2021-10-02	2.91	mpA	Heerenveen	2019-05-25	10.86	mD	Sneek	2013-07-06	13.47	jC	Stadskanaal
kogel 2				2020-07-25	10.39	mD	Heerenveen	2013-08-31	13.23	jC	Emmeloord
2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen	80h 76,2				2014-04-05	13.14	jC	Steenwijk
2021-06-26	5.20	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	14.7	mC	Heerenveen	2014-04-05	13.10	jC	Steenwijk
slingeren				hoog				2014-05-17	13.09	jC	Heerenveen
2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen	2016-09-17	1.15	mpB	Heerenveen	2014-05-31	12.85	jC	Gemert
2021-06-05	15.00	mpA	Heerenveen	2017-04-08	1.20	mpA	Leeuwarden	2014-06-21	12.83	jC	Emmen
vortex				2018-04-21	1.35	mpA	Drachten	2014-07-05	12.76	jC	Stadskanaal
2020-06-02	12.50	mpA	Heerenveen					2014-09-20	12.74	jC	Tilburg
2021-04-06	13.00	mpA	Heerenveen					2014-10-04	12.2	jC	Heerenveen
								2016-04-09	12.04	jB	Heerenveen
								2016-07-09	12.04w	jB	Emmeloord
								2017-05-13	11.88	jA	Emmeloord
								2017-07-08	11.75	jA	Stadskanaal

150			2011-04-16	1.40	jD	Drachten	2014-04-05	35.07	jC	Steenwijk	
2013-07-19	19.9	jC	Steenwijk	2011-10-01	1.40	jD	Heerenveen	2014-06-01	38.21	jC	Gemert
2014-07-18	19.1	jC	Steenwijk	2012-05-18	1.40	jD	Emmeloord	2014-07-06	39.57	jC	Stadskanaal
2015-07-10	18.63	jB	Steenwijk	2012-05-22	1.40	jD	Grou	2014-09-21	41.40	jC	Tilburg
200			2012-05-26	1.40	jD	Assen	discus 1½				
2015-10-03	25.7	jB	Heerenveen	2012-06-16	1.40	jD	Stadskanaal				
2016-10-01	24.8	jB	Heerenveen	2012-09-09	1.40	jD	Emmen	2015-05-14	37.74	jB	Heiloo
2018-05-12	24.43	jA	Heerenveen	2012-10-06	1.40	jD	Heerenveen	2015-05-23	38.54	jB	Emmeloord
300			2013-04-06	1.55	jC	Steenwijk	2015-06-05	38.65	jB	Steenwijk	
2018-04-07	38.21	jA	Steenwijk	2013-05-18	1.55	jC	Stadskanaal	2015-07-05	39.66	jB	Best
400			2013-06-12	1.55	jC	Sneek	2016-05-01	43.08	jB	Sneek	
2015-07-04	57.43	jB	Best	2013-06-15	1.55	jC	Dronten	2016-06-05	43.60	jB	Gemert
2016-05-14	54.82	jB	Alphen a/d Rijn	2013-06-22	1.60	jC	Assen	discus 1¾			
2017-05-13	54.14	jA	Emmeloord	2013-07-06	1.65	jC	Stadskanaal				
2017-05-28	53.22	jA	Drachten	2013-08-31	1.65	jC	Emmeloord	2016-10-09	36.20	jB	Steenwijk
2017-07-08	52.88	jA	Stadskanaal	2013-09-15	1.65	jC	Hoogeveen	2017-05-14	38.74	jA	Emmeloord
800			2014-04-12	1.65	jC	Steenwijk	2017-05-20	40.22	jA	Heerenveen	
2013-10-05	2:44.5	jC	Heerenveen	2014-04-05	1.70	jC	Heerenveen	2018-07-08	40.44	jA	Stadskanaal
2014-10-04	2:40.7	jC	Heerenveen	2014-05-31	1.70	jC	Gemert	2018-07-13	41.48	jA	Utrecht
2015-10-03	2:22.4	jB	Heerenveen	2014-06-21	1.70	jC	Emmen				
1000			2013-06-16	1.75	jC	Stadskanaal	discus 2				
2011-06-07	3:39.7	jD	Heerenveen	2014-07-06	1.75	jC	Stadskanaal				
2011-10-01	3:38.9	jD	Heerenveen	2014-09-20	1.80	jC	Tilburg	2015-06-07	32.45	jB	Harderwijk
2012-05-18	3:38.29	jD	Emmeloord	2017-05-28	1.80	jA	Drachten	kogel 3			
2013-06-16	3:22.83	jC	Dronten	2017-06-18	1.80	jA	Harderwijk				
2013-07-07	3:21.97	jC	Stadskanaal	2017-07-08	1.82	jA	Stadskanaal	2011-04-09	6.23	jD	Heerenveen
2013-09-01	3:18.39	jC	Emmeloord	2018-07-01	1.90	jA	Harderwijk	2011-05-22	6.37	jD	Emmeloord
1500			2013-09-15	10.52	jC	Hoogeveen	2011-06-07	6.76	jD	Heerenveen	
2015-07-05	5:31.68	jB	Best	2012-05-12	2.30	jD	Heerenveen	2011-09-09	7.43	jD	Leeuwarden
2015-08-30	5:10.29	jB	Stadskanaal	2014-04-12	2.60	jC	Heerenveen	2012-05-12	8.74	jD	Heerenveen
2016-05-15	5:04.81	jB	Alphen a/d Rijn	2015-07-04	2.73	jB	Best	2012-05-30	9.02	jD	Sneek
2017-05-14	4:59.35	jA	Emmeloord	2016-04-09	3.31	jB	Heerenveen	2012-06-05	9.66	jD	Heerenveen
2018-07-13	4:45.55	jA	Utrecht	2016-04-24	3.50	jB	Grootebroek	2012-09-09	9.90	jD	Emmen
80h 76,2			2016-06-04	3.70	jB	Gemert	kogel 4				
2011-05-22	17.01	jD	Emmeloord	2016-06-11	3.76	jB	Groningen				
2012-04-14	16.0	jD	Heerenveen	2016-06-26	3.80	jB	Harderwijk	2013-05-11	9.03	jC	Heerenveen
2012-05-18	15.90	jD	Emmeloord	2016-09-18	3.80	jB	Hengelo	2013-05-22	9.99	jC	Sneek
2012-06-19	15.0	jD	Sneek	2017-04-30	4.00	jA	Hoorn	2013-06-15	10.01	jC	Dronten
2012-07-08	14.93	jD	Stadskanaal	2017-06-18	4.10	jA	Harderwijk	2013-07-06	10.04	jC	Stadskanaal
100h 83,8			2011-05-28	3.77	jD	Heerenveen	kogel 5				
2013-04-20	18.13	jC	Drachten	2012-05-17	4.37	jD	Emmeloord	2015-05-08	11.44	jB	Utrecht
2013-04-28	17.96	jC	Epe	2012-07-13	4.38	jD	Steenwijk	2015-06-05	11.90	jB	Steenwijk
2013-05-25	17.93	jC	Emmen	2013-05-11	4.74	jC	Heerenveen	2015-07-04	12.07	jB	Best
2013-06-16	17.56	jC	Dronten	2013-06-01	5.03	jC	Hengelo	2016-04-20	12.66	jB	Heerde
2013-06-22	17.13	jC	Assen	2013-07-06	5.08	jC	Stadskanaal	kogel 6			
2013-09-01	16.53	jC	Emmeloord	2013-09-15	5.10	jC	Hoogeveen				
2014-04-12	16.12	jC	Heerenveen	2014-04-21	5.28	jC	Dronten	2016-10-09	11.06	jB	Steenwijk
2014-04-27	15.51	jC	Epe	2014-05-17	5.38	jC	Heerenveen	2017-05-13	12.71	jA	Emmeloord
2014-04-27	15.43	jC	Epe	2014-05-31	5.40	jC	Gemert	kogel 7¼			
2014-05-10	15.18	jC	Drachten	2014-07-18	5.48	jC	Steenwijk				
110h 91,4			2014-08-08	5.59	jC	Utrecht	2015-04-19	8.84	jB	Drachten	
2015-07-05	17.42	jB	Best	2014-08-31	5.63	jC	Amsterdam	2015-05-03	8.98	jB	Emmeloord
2015-08-30	17.19	jB	Stadskanaal	2014-09-20	5.66	jC	Tilburg	2015-06-07	9.43	jB	Harderwijk
2015-10-03	16.1	jB	Heerenveen	2015-05-16	5.67	jB	Heerenveen	speer 400			
2016-04-09	15.36w	jB	Heerenveen	2015-05-23	5.70	jB	Emmeloord				
2016-06-11	15.20	jB	Groningen	2015-08-14	5.72	jB	Utrecht	2011-04-02	22.73	jD	Steenwijk
110h 99,1			2016-04-20	5.95	jB	Heerde	kogel 6				
2017-04-08	16.00	jA	Heerenveen	2016-06-04	6.18	jB	Gemert				
2017-07-09	15.81	jA	Stadskanaal	2018-04-07	6.36w	jA	Steenwijk	2011-06-25	26.73	jD	Emmeloord
2018-05-12	15.67	jA	Heerenveen	discus 1				2011-10-01	30.49	jD	Heerenveen
110h 106,7			2011-04-02	16.70	jD	Steenwijk	kogel 7¼				
2017-04-30	20.75	jA	Hoorn	2011-04-09	20.33	jD	Heerenveen				
300h 76,2			2011-04-16	20.46	jD	Drachten					
2013-04-06	50.40	jC	Steenwijk	2011-05-14	20.74	jD	Assen	2012-05-12	33.88	jD	Heerenveen
2014-04-27	45.92	jC	Epe	2011-05-28	21.28	jD	Heerenveen	2012-05-26	33.96	jD	Assen
400h 83,8			2011-07-02	22.25	jD	Leeuwarden	2012-09-02	36.47	jD	Amsterdam	
2014-05-17	1:07.14	jC	Heerenveen	2012-04-07	25.31	jD	Steenwijk	2012-10-14	37.10	jD	Steenwijk
2015-05-29	1:03.23	jB	Utrecht	2012-04-14	25.43	jD	Heerenveen	speer 600			
2015-06-26	1:02.17	jB	Breda	2012-05-26	26.83	jD	Assen				
hoog			2013-04-06	32.98	jC	Steenwijk	2014-06-01	43.59	jC	Gemert	
2011-04-09	1.35	jD	Heerenveen	2012-05-30	27.98	jD	Sneek	2014-08-30	44.49	jC	Amsterdam
2013-04-06			2013-08-25	34.08	jC	Amsterdam	speer 700				
2013-08-25								2014-08-08	40.89	jC	Utrecht
								2015-05-29	45.67	jB	Utrecht
								2015-06-14	47.28	jB	Groningen
								2015-08-30	48.15	jB	Stadskanaal

2015-10-03	48.80	jB	Heerenveen	400h 91,4					hurkhoog			
2016-05-01	48.99	jB	Sneek	2018-09-09	1:11.59	M	Grootebroek	2013-09-14	1.05	mpB	Sneek	
2016-05-15	52.30	jB	Alphen a/d Rijn	hoog				ver				
2016-07-02	53.72	jB	Breda	2014-10-04	1.70	M	Heerenveen	2013-09-14	2.30	mpB	Sneek	
speer 800				ver				2013-10-05	2.63	mpB	Heerenveen	
2016-05-29	47.23	jB	Emmeloord	2016-10-01	4.80	M	Heerenveen	2014-05-31	2.75	mpA	Stadskanaal	
2017-05-14	50.21	jA	Emmeloord	speer 800				2014-08-30	2.76	mpA	Assen	
2017-06-30	51.52	jA	Vught	2014-10-04	34.70	M	Heerenveen	2014-09-13	2.85	mpA	Leeuwarden	
2018-06-15	54.20	jA	Emmeloord					2015-06-06	3.00	mpA	Sneek	
werp 3-kamp								2015-06-13	3.25	mpA	Heerenveen	
2011-09-09	1146	jD	Leeuwarden	Lisanne de Haan				2015-09-26	3.25	mpA	Leeuwarden	
2011-10-09	1180	jD	Steenwijk	40				2017-04-01	3.79	mD	Steenwijk	
2012-05-30	1428	jD	Sneek	2013-10-05	8.0	mpB	Heerenveen	2018-05-12	3.90	mC	Heerenveen	
2012-10-14	1567	jD	Steenwijk	60				2019-05-18	3.91	mC	Stadskanaal	
2013-05-22	1331	jC	Sneek	2014-05-31	11.37	mpA	Stadskanaal	2020-09-26	4.02	mB	Heerenveen	
2014-05-21	1707	jC	Sneek	2014-06-14	11.1	mpA	Steenwijk	2021-05-01	4.09	mB	Heerenveen	
2015-06-05	1805	jB	Steenwijk	2014-09-13	11.0	mpA	Leeuwarden	balstoten				
2016-10-09	1715	jB	Steenwijk	2014-10-04	10.8	mpA	Heerenveen	2013-09-14	5.10	mpB	Sneek	
2018-03-21	1770	jA	Assen	2015-06-06	10.5	mpA	Sneek	discus ¾				
7-kamp				2015-06-13	10.59	mpA	Heerenveen	2016-06-25	14.54	mD	Emmen	
2011-05-22	2483	jD	Emmeloord	2015-09-26	10.58	mpA	Leeuwarden	2017-04-01	19.06	mD	Steenwijk	
2012-05-18	3272	jD	Emmeloord	2015-10-03	10.2	mpA	Heerenveen	2017-05-06	19.19	mD	Groningen	
8-kamp				2016-04-09	10.39w	mD	Heerenveen	2017-05-20	20.93	mD	Heerenveen	
2013-06-16	4413	jC	Dronten	2016-06-04	10.20	mD	Stadskanaal	2017-06-03	21.06	mD	Groningen	
2013-07-07	4608	jC	Stadskanaal	2016-10-01	9.9	mD	Heerenveen	2017-06-10	22.14	mD	Sneek	
2013-09-01	4747	jC	Emmeloord	2017-04-01	10.13	mD	Steenwijk	2017-06-24	22.20	mD	Stadskanaal	
2014-06-01	5187	jC	Gemert	2017-05-20	9.85	mD	Heerenveen	discus 1				
2014-07-06	5266	jC	Stadskanaal	2017-06-24	9.68w	mD	Stadskanaal	2018-04-07	21.24	mC	Steenwijk	
2014-09-21	5457	jC	Tilburg	80				2019-10-05	21.79	mC	Heerenveen	
10-kamp				2018-04-07	12.81	mC	Steenwijk	2021-05-22	25.30	mB	Heerenveen	
2015-07-05	5195	jB	Best	100				kogel 2				
2016-05-15	5851	jB	Alphen a/d Rijn	2021-04-11	16.4	mB	Heerenveen	2013-10-05	3.74	mpB	Heerenveen	
2016-06-05	6205	jB	Gemert	150				2014-04-12	4.50	mpA	Drachten	
2017-05-14	6238	jA	Emmeloord	2018-04-28	24.82	mC	Sneek	2014-10-04	4.64	mpA	Heerenveen	
2017-07-09	6470	jA	Stadskanaal	600				2015-04-11	5.00	mpA	Leeuwarden	
Hilbert de Haan				2016-05-01	2:18.48	mD	Sneek	2015-06-27	5.30	mpA	Steenwijk	
60				2017-05-14	2:16.64	mD	Sneek	2015-09-26	6.46	mpA	Leeuwarden	
2017-05-25	8.05w	M	Hengelo	2017-07-09	2:05.84	mD	Stadskanaal	2016-04-23	6.93	mD	Assen	
100				1000				2016-05-01	6.96	mD	Sneek	
2014-10-04	12.0	M	Heerenveen	2013-10-05	4:50.7	mpB	Heerenveen	2016-05-21	7.01	mD	Drachten	
200				2014-10-04	4:40.6	mpA	Heerenveen	2016-06-04	8.62	mD	Stadskanaal	
2016-10-01	25.8	M	Heerenveen	2015-05-16	4:24.25	mpA	Heerenveen	kogel 3				
2017-05-27	25.86	M	Hengelo	2015-10-03	4:16.3	mpA	Heerenveen	2018-04-07	7.74	mC	Steenwijk	
400				60h				2018-05-12	7.76	mC	Heerenveen	
2014-06-29	55.36	M	Enschede	2014-04-12	12.4	mpA	Drachten	2018-06-30	7.92	mC	Groningen	
2018-05-27	53.44	M	Drachten	2014-06-14	12.1	mpA	Steenwijk	2019-05-11	8.31	mC	Heerenveen	
800				2014-09-13	12.1	mpA	Leeuwarden	2020-09-19	8.32	mB	Grootebroek	
2013-04-21	2:05.54	M	Grootebroek	2015-04-11	10.2	mpA	Leeuwarden	2020-09-26	8.52	mB	Heerenveen	
2013-05-11	2:01.49	M	Heerenveen	60h 76,2				speer 400				
2013-06-16	2:00.20	M	Harderwijk	2016-04-30	13.94	mD	Sneek	2016-04-09	12.18	mD	Heerenveen	
2014-09-21	1:59.05	M	Hoogeveen	2017-04-08	13.21	mD	Heerenveen	2016-04-30	13.04	mD	Sneek	
1000				2017-07-08	12.78	mD	Stadskanaal	2016-05-21	13.20	mD	Drachten	
2014-06-20	2:40.15	M	Utrecht	80h 76,2				2016-10-09	14.33	mD	Steenwijk	
1500				2018-04-14	17.05	mC	Sneek	2017-04-01	15.54	mD	Steenwijk	
2011-07-02	4:36.93	Mneo	Leeuwarden	2018-04-28	16.96	mC	Sneek	2017-05-27	17.30	mD	Stadskanaal	
2011-09-18	4:32.33	Mneo	Weert	2019-05-25	17.17	mC	Sneek	2017-06-03	17.45	mD	Groningen	
2013-06-02	4:11.32	M	Drachten	hoog				speer 500				
mijl				2014-04-12	1.00	mpA	Drachten	2018-04-29	15.16	mC	Sneek	
2014-07-18	4:43.5	M	Steenwijk	2014-05-31	1.05	mpA	Stadskanaal	2018-05-12	17.29	mC	Heerenveen	
3000				2014-10-04	1.05	mpA	Heerenveen	2019-10-13	17.69	mC	Steenwijk	
2017-05-25	10:14.00	M	Hengelo	2015-04-11	1.05	mpA	Leeuwarden	2021-04-11	18.82	mB	Heerenveen	
2017-08-11	9:57.99	M	Utrecht	2015-06-07	1.15	mpA	Soest	2021-05-01	19.96	mB	Heerenveen	
5000				2015-06-13	1.15	mpA	Heerenveen	vortex				
2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk	2016-04-09	1.15	mD	Heerenveen	2013-09-14	12.50	mpB	Sneek	
2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk	2016-04-30	1.20	mD	Sneek	2014-04-12	13.00	mpA	Drachten	
10000				2016-06-04	1.20	mD	Stadskanaal	2014-06-14	18.00	mpA	Steenwijk	
2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk	2016-10-01	1.25	mD	Heerenveen	2014-09-13	18.00	mpA	Leeuwarden	
2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk	2017-05-06	1.30	mD	Groningen	2015-04-11	19.50	mpA	Leeuwarden	
2017-05-28	40:22.06	M	Hengelo	2017-05-13	1.30	mD	Sneek	2015-06-27	20.50	mpA	Steenwijk	
				2017-05-20	1.30	mD	Heerenveen	werp 3-kamp				
				2017-05-27	1.30	mD	Stadskanaal	2016-10-09	783	mD	Steenwijk	
				2017-06-03	1.30	mD	Groningen	2017-10-15	974	mD	Steenwijk	
								2018-10-14	978	mC	Steenwijk	

1000				2017-05-20	9.63	mD	Heerenveen	2018-04-07	4.34w	mD	Steenwijk
2011-04-02	3:19.68	jD	Steenwijk	2017-05-27	9.60	mD	Stadskanaal	2020-07-04	4.34	mC	Heerenveen
2011-05-22	3:17.78	jD	Emmeloord	2017-06-16	9.55	mD	Soest				
2011-06-04	3:11.75	jD	Stadskanaal	2017-06-24	9.53w	mD	Stadskanaal	discus ¾			
2011-06-07	3:11.0	jD	Heerenveen	2018-05-12	9.20	mD	Heerenveen	2018-04-07	20.16	mD	Steenwijk
2011-07-31	3:10.03	jD	Amsterdam	80				2018-07-13	21.36	mD	Steenwijk
2012-03-30	3:02.0	jD	Hoogeveen					2018-10-06	22.39	mD	Heerenveen
2012-05-18	2:59.42	jD	Emmeloord	2018-05-25	12.12	mD	Soest	discus 1			
2013-05-18	2:55.88	jC	Stadskanaal	2019-05-18	11.89	mC	Stadskanaal	2019-03-30	19.51	mC	Steenwijk
2017-05-13	2:31.78	jA	Lisse	2019-06-15	11.83	mC	Lisse	2019-04-22	21.44	mC	Amersfoort
2020-09-12	2:26.97	Mneo	Tilburg	2019-06-22	11.76	mC	Stadskanaal	2019-07-05	21.63	mC	Steenwijk
1500				2019-08-31	11.75	mC	Veendam	2020-09-19	23.48	mC	Grootebroek
2018-08-03	3:55.47	jA	Utrecht	2019-09-07	11.70	mC	Deventer	2020-09-26	23.90	mC	Heerenveen
80h 76,2				2019-10-05	11.3	mC	Heerenveen				
2011-04-09	17.1	jD	Heerenveen	100				kogel 2			
2011-05-22	16.59	jD	Emmeloord	2019-08-02	14.38	mC	Heiloo	2016-07-02	5.90	mpA	Drachten
2011-06-21	15.3	jD	Sneek	150				2017-05-06	6.49	mD	Groningen
200h				2017-06-16	23.92	mD	Soest	2017-05-14	6.93	mD	Sneek
2017-09-02	27.82	jA	Assen	2017-07-07	23.70w	mD	Steenwijk	2018-05-02	8.65	mD	Dronten
hoog				2017-09-03	23.41	mD	Amsterdam	2018-05-19	9.18	mD	Assen
2011-05-22	1.30	jD	Emmeloord	2018-07-13	23.26	mD	Steenwijk	2018-06-02	9.27	mD	Stadskanaal
2012-05-18	1.40	jD	Emmeloord	2019-04-22	23.11	mC	Amersfoort	2018-06-09	9.43	mD	Groningen
2016-10-01	1.55	jB	Heerenveen	2019-07-05	21.72w	mC	Steenwijk	kogel 3			
ver				200				2019-03-30	7.70	mC	Steenwijk
2011-06-04	4.58	jD	Stadskanaal	2017-04-17	33.62	mD	Dronten	2019-10-05	8.89	mC	Heerenveen
2011-07-02	4.61	jD	Leeuwarden	2017-05-20	33.12	mD	Heerenveen	2021-03-20	9.60	mB	Heerenveen
2012-05-12	4.63	jD	Heerenveen	2019-08-02	31.03	mC	Heiloo	2021-04-11	9.77	mB	Heerenveen
2012-05-17	4.84	jD	Emmeloord	300				slingeren			
2012-06-16	4.91	jD	Stadskanaal	2017-07-07	56.84	mD	Steenwijk	2016-09-17	16.50	mpA	Heerenveen
2012-09-09	5.04	jD	Emmen	600				speer 400			
2013-09-21	5.74	jC	Leeuwarden	2017-05-14	2:13.45	mD	Sneek	2017-04-17	11.15	mD	Dronten
discus 1				2019-05-05	2:13.41	mC	Sneek	2017-05-13	12.06	mD	Sneek
2011-05-24	17.39	jD	Grou	2019-10-05	2:03.5	mC	Heerenveen	2017-06-03	12.76	mD	Groningen
2011-07-15	20.76	jD	Steenwijk	1000				2018-04-07	15.62	mD	Steenwijk
2012-07-13	27.43	jD	Steenwijk	2016-10-01	5:45.3	mpA	Heerenveen	2018-10-14	18.41	mD	Steenwijk
2012-09-09	28.16	jD	Emmen	duur 6'				speer 500			
2013-04-20	31.27	jC	Drachten	2016-07-02	1175	mpA	Drachten	2019-05-05	15.58	mC	Sneek
2014-05-10	32.29	jC	Drachten	60h				vortex			
kogel 3				2016-07-02	11.8	mpA	Drachten	2016-07-02	17.50	mpA	Drachten
2011-04-09	7.55	jD	Heerenveen	2016-07-02	11.8	mpA	Drachten	2016-09-17	17.50	mpA	Heerenveen
2011-06-04	7.58	jD	Stadskanaal	60h 76,2				werp 3-kamp			
2011-09-24	7.95	jD	Leeuwarden	60h 76,2				2018-10-14	1054	mD	Steenwijk
2011-10-01	8.60	jD	Heerenveen	2017-04-08	14.24	mD	Heerenveen	6-kamp			
2012-04-14	8.61	jD	Heerenveen	2017-04-17	13.76	mD	Dronten	2017-05-14	1739	mD	Sneek
2012-05-12	9.58	jD	Heerenveen	2017-05-13	13.35	mD	Sneek	2019-05-05	2582	mC	Sneek
2012-09-09	9.79	jD	Emmen	2017-05-27	13.02	mD	Stadskanaal				
kogel 4				80h 76,2				Marrit Hofstra			
2012-09-28	7.32	jD	Papenburg (Dui)	2019-04-06	15.79	mC	Heerenveen	100			
2014-05-10	11.43	jC	Drachten	2019-04-22	15.30	mC	Amersfoort	2021-04-11	15.5	mB	Heerenveen
speer 400				2019-05-11	14.53	mC	Heerenveen	2021-10-02	14.82	mB	Heerenveen
2011-04-02	22.37	jD	Steenwijk	2019-09-07	14.29	mC	Deventer	200			
2011-07-02	26.58	jD	Leeuwarden	300h 76,2				2021-10-02	31.59w	mB	Heerenveen
2012-05-17	29.11	jD	Emmeloord	2019-06-08	59.17	mC	Groningen	speer 500			
2012-09-16	34.56	jD	Hoogeveen	2019-06-15	56.96	mC	Lisse	2021-04-11	22.15	mB	Heerenveen
speer 600				2019-06-22	53.41	mC	Stadskanaal	Floris vd Hoogen			
2013-04-13	30.99	jC	Heerenveen	hoog				100			
2013-05-18	30.99	jC	Stadskanaal	2016-07-02	1.00	mpA	Drachten	2014-10-04	12.8	jC	Heerenveen
2013-09-21	31.04	jC	Leeuwarden	2017-04-08	1.20	mD	Heerenveen	200			
2013-10-05	31.09	jC	Heerenveen	2017-05-06	1.20	mD	Groningen	2017-10-07	25.6	jB	Heerenveen
werp 3-kamp				2017-06-10	1.25	mD	Sneek	800			
2012-09-16	1454	jD	Hoogeveen	2017-06-24	1.30	mD	Stadskanaal	2014-10-04	2:52.6	jC	Heerenveen
7-kamp				2018-10-13	1.30	mD	Veendam	80h 76,2			
2011-05-22	3038	jD	Emmeloord	2019-05-04	1.31	mC	Sneek	2012-04-14	17.6	jD	Heerenveen
2012-05-18	3839	jD	Emmeloord	2019-05-11	1.35	mC	Heerenveen	2012-04-21	17.10	jD	Drachten
Nanou Hofmann				2019-05-18	1.35	mC	Stadskanaal	2012-05-26	16.37	jD	Assen
60				2019-08-31	1.35	mC	Veendam	hoog			
2016-09-17	10.7	mpA	Heerenveen	polsver				2012-04-14	1.15	jD	Heerenveen
2016-10-01	10.6	mpA	Heerenveen	2016-07-02	3.75	mpA	Drachten	2019-10-05	1.40	jA	Heerenveen
2017-04-08	10.24	mD	Heerenveen	ver							
2017-05-06	9.73	mD	Groningen	2016-09-17	2.75	mpA	Heerenveen				
				2016-10-01	3.06	mpA	Heerenveen				
				2017-04-08	3.57	mD	Heerenveen				
				2017-05-27	3.65	mD	Stadskanaal				
				2017-06-10	3.88	mD	Sneek				

ver				Britt Huisman				2019-04-20	4.10	mpA	Drachten
2014-10-04	4.56	jC	Heerenveen	40				2019-06-29	5.00	mpA	Leeuwarden
speer 400				2016-04-16	7.6	mpC	Sneek	ver			
2012-04-07	17.76	jD	Steenwijk	2016-06-18	7.76	mpC	Heerenveen	2016-05-28	2.90	mpC	Leeuwarden
2012-04-21	19.83	jD	Drachten	2016-07-02	7.5	mpC	Drachten	2016-06-18	3.23	mpC	Heerenveen
speer 600				2016-10-01	7.2	mpC	Heerenveen	2018-09-15	3.50	mpA	Heerenveen
2014-10-04	35.19	jC	Heerenveen	60				2018-10-06	3.75	mpA	Heerenveen
speer 800				2018-07-14	10.21	mpA	Heerenveen	2019-10-05	3.88	mpA	Heerenveen
2019-10-05	34.19	JA	Heerenveen	2018-10-06	9.86	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3.91	mD	Heerenveen
Hademar Hoornveld				2019-10-05	9.2	mpA	Heerenveen	2021-04-17	4.32	mD	Heerenveen
40				2021-04-17	9.0	mD	Heerenveen	2021-05-01	4.39	mD	Heerenveen
2014-10-04	7.7	jpC	Heerenveen	2021-05-22	9.12	mD	Heerenveen	2021-06-19	4.42	mD	Leeuwarden
60				2021-07-03	8.78	mD	Assen	2021-09-12	4.67	mD	Amsterdam
2016-05-28	10.9	jpA	Leeuwarden	2021-10-02	8.78	mD	Heerenveen	2021-10-02	4.72	mD	Heerenveen
2016-09-17	10.6	jpA	Heerenveen	150				balstoten			
2016-10-01	10.5	jpA	Heerenveen	2021-05-01	21.26	mD	Heerenveen	2016-05-28	4.70	mpC	Leeuwarden
2017-10-07	10.2	jpA	Heerenveen	2021-09-12	21.16	mD	Amsterdam	2016-09-17	4.70	mpC	Heerenveen
80				2021-10-02	20.75	mD	Heerenveen	kogel 2			
2018-10-06	13.72	jD	Heerenveen	300				2018-04-21	4.40	mpA	Drachten
150				2021-07-09	46.87	mD	Steenwijk	2018-07-07	5.70	mpA	Steenwijk
2020-07-02	24.3	jC	Heerenveen	600				2019-04-20	5.70	mpA	Drachten
600				2016-06-18	2:32.05	mpC	Heerenveen	2019-10-05	6.53	mpA	Heerenveen
2014-10-04	2:58.2	jpC	Heerenveen	2016-10-01	2:26.8	mpC	Heerenveen	2021-10-10	7.64	mD	Best
1000				2021-10-10	1:54.16	mD	Best	slingeren			
2015-10-03	5:01.7	jpB	Heerenveen	1000				2016-04-16	6.00	mpC	Sneek
2016-10-01	4:45.9	jpA	Heerenveen	2018-07-14	4:09.65	mpA	Heerenveen	2016-07-02	12.00	mpC	Drachten
2018-10-06	4:45.11	jD	Heerenveen	2018-10-06	4:09.11	mpA	Heerenveen	2017-04-08	14.00	mpB	Leeuwarden
duur 6'				2019-10-05	4:02.1	mpA	Heerenveen	speer 400			
2016-05-28	1225	jpA	Leeuwarden	duur 4'				2021-10-09	17.44	mD	Best
40h				2016-04-16	825	mpC	Sneek	vortex			
2015-04-11	9.2	jpB	Leeuwarden	2016-05-28	900	mpC	Leeuwarden	2016-04-16	7.00	mpC	Sneek
60h				2016-07-02	925	mpC	Drachten	2016-05-28	12.00	mpC	Leeuwarden
2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden	2017-04-08	925	mpB	Leeuwarden	2016-07-02	13.00	mpC	Drachten
hoog				2017-07-08	925	mpB	Drachten	2017-04-08	16.50	mpB	Leeuwarden
2020-07-02	1.30	jC	Heerenveen	2019-06-29	975	mpA	Leeuwarden	2018-04-21	16.50	mpA	Drachten
hurkhoog				duur 6'				2018-07-07	16.50	mpA	Steenwijk
2015-04-11	0.75	jpB	Leeuwarden	2018-04-21	1350	mpA	Drachten	2019-04-20	19.00	mpA	Drachten
ver				2018-07-07	1375	mpA	Steenwijk	2019-06-29	24.50	mpA	Leeuwarden
2014-10-04	2.79	jpC	Heerenveen	40h				7-kamp			
2015-10-03	3.02	jpB	Heerenveen	2016-04-16	8.5	mpC	Sneek	2021-10-10	2843	mD	Best
2016-05-28	3.10	jpA	Leeuwarden	2016-07-02	8.0	mpC	Drachten	Ilse Huisman			
2016-09-17	3.20	jpA	Heerenveen	2017-04-08	7.8	mpB	Leeuwarden	40			
2016-10-01	3.43	jpA	Heerenveen	2017-07-08	7.5	mpB	Drachten	2019-06-29	7.8	mpC	Leeuwarden
2017-10-07	3.45	jpA	Heerenveen	60h				2020-09-26	7.3	mpB	Heerenveen
balwerpen 135				2018-04-21	10.9	mpA	Drachten	50			
2014-10-04	13.68	jpC	Heerenveen	2018-07-07	10.5	mpA	Steenwijk	2019-10-05	7.6	mpC	Heerenveen
kogel 2				2019-04-20	10.2	mpA	Drachten	60			
2016-10-01	4.59	jpA	Heerenveen	2019-06-29	10.2	mpA	Leeuwarden	2021-04-06	10.2	mpA	Heerenveen
2017-10-07	4.87	jpA	Heerenveen	60h 76,2				600			
kogel 4				2021-03-20	11.2	mD	Heerenveen	2019-10-05	2:31.9	mpC	Heerenveen
2020-07-02	4.84	jC	Heerenveen	2021-04-17	10.6	mD	Heerenveen	2020-09-26	2:29.0	mpB	Heerenveen
slingeren				hoog				duur 4'			
2016-05-28	15.00	jpA	Leeuwarden	2016-09-17	0.95	mpC	Heerenveen	2019-05-25	875	mpC	Steenwijk
2016-09-17	15.00	jpA	Heerenveen	2017-09-16	1.00	mpB	Heerenveen	2019-06-29	875	mpC	Leeuwarden
speer 400				2018-04-21	1.10	mpA	Drachten	2020-09-12	900	mpB	Heerenveen
2018-10-06	11.63	jD	Heerenveen	2018-07-07	1.15	mpA	Steenwijk	40h			
vortex				2018-07-14	1.15	mpA	Heerenveen	2019-06-29	8.3	mpC	Leeuwarden
2015-04-11	11.50	jpB	Leeuwarden	2019-04-20	1.25	mpA	Drachten	hoog			
2015-10-03	12.14	jpB	Heerenveen	2019-06-29	1.30	mpA	Leeuwarden	2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk
2016-05-28	12.50	jpA	Leeuwarden	2020-09-26	1.35	mD	Heerenveen	hurkhoog			
2016-09-17	12.50	jpA	Heerenveen	2021-03-20	1.40	mD	Heerenveen	2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden
				2021-05-01	1.40	mD	Heerenveen	2020-09-12	0.95	mpB	Heerenveen
				2021-06-19	1.40	mD	Heerenveen	ver			
				2021-07-03	1.40	mD	Assen	2019-05-25	2.40	mpC	Steenwijk
				2021-10-02	1.45	mD	Heerenveen	2019-10-05	3.12	mpC	Heerenveen
				2021-10-09	1.51	mD	Best	2021-04-06	3.45	mpA	Heerenveen
				hurkhoog							
				2016-04-16	0.75	mpC	Sneek				
				2016-05-28	0.95	mpC	Leeuwarden				
				polsver							
				2018-04-21	3.85	mpA	Drachten				
				2018-07-07	3.85	mpA	Steenwijk				

balstoten				2018-06-17	1.30	mpA	Soest	2017-09-09	20.40	mpB	Sneek
2019-05-25	4.10	mpC	Steenwijk	2018-09-01	1.30	mpA	Deventer	2018-07-07	23.50	mpA	Steenwijk
2020-09-12	4.70	mpB	Heerenveen	2019-07-06	1.30	mpA	Emmeloord	2019-05-26	27.62	mpA	Soest
slingeren				2020-07-04	1.42	mD	Heerenveen	5-kamp			
2019-06-29	9.00	mpC	Leeuwarden	2020-09-06	1.50	mD	Barendrecht	2019-07-06	2534	mpA	Emmeloord
vortex				2020-09-26	1.50	mD	Heerenveen	6-kamp			
2019-05-25	10.50	mpC	Steenwijk	2021-06-19	1.55	mD	Leeuwarden	2021-05-23	3362	mD	Heerenveen
2019-06-29	11.50	mpC	Leeuwarden	2021-09-11	1.55	mD	Zoetermeer	2021-09-12	3618	mD	Zoetermeer
2019-10-05	12.16	mpC	Heerenveen	2021-10-02	1.55	mD	Heerenveen				
2021-04-06	15.50	mpA	Heerenveen	2021-10-09	1.61	mD	Best				
Meike Huistra				hurkhoog				Morris Hulsman			
40				2015-09-19	0.95	mpm	Heerenveen	40			
2015-06-13	7.49	mpm	Heerenveen	2017-07-08	0.95	mpB	Drachten	2014-10-04	7.5	jpC	Heerenveen
2016-06-18	7.15	mpC	Heerenveen	polsver				2015-04-11	7.3	jpB	Leeuwarden
2016-10-01	6.9	mpC	Heerenveen	2018-07-07	3.95	mpA	Steenwijk	2015-06-27	7.1	jpB	Steenwijk
2017-10-07	6.9	mpB	Heerenveen	ver				60			
60				2015-06-13	2.64	mpm	Heerenveen	2016-05-28	10.6	jpA	Leeuwarden
2018-03-25	9.88	mpA	Assen	2015-10-03	3.07	mpm	Heerenveen	2016-06-18	10.46	jpA	Heerenveen
2019-04-07	9.51	mpA	Assen	2016-04-30	3.29	mpC	Amsterdam	2016-09-24	10.2	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	9.2	mpA	Heerenveen	2016-09-17	3.35	mpC	Heerenveen	2016-10-01	9.9	jpA	Heerenveen
2020-09-06	8.89	mD	Barendrecht	2016-10-01	3.50	mpC	Heerenveen	2017-09-16	9.6	jpA	Heerenveen
2021-05-01	8.65	mD	Heerenveen	2017-09-16	3.50	mpB	Heerenveen	2017-10-07	9.3	jpA	Heerenveen
2021-08-28	8.57	mD	Papendrecht	2017-10-07	3.64	mpB	Heerenveen	80			
100				2018-03-25	3.91	mpA	Assen	2018-04-07	13.11	jd	Steenwijk
2021-07-04	13.90	mD	Dongen	2018-06-17	4.04	mpA	Soest	2018-05-12	12.65	jd	Heerenveen
150				2019-04-07	4.06	mpA	Assen	2018-10-06	12.33	jd	Heerenveen
2020-09-19	22.17	mD	Grootebroek	2019-07-06	4.12	mpA	Emmeloord	2019-10-05	11.5	jd	Heerenveen
2021-05-01	21.10	mD	Heerenveen	2019-10-05	4.12	mpA	Heerenveen	100			
2021-10-02	20.57	mD	Heerenveen	2020-07-04	4.28	mD	Heerenveen	2020-09-26	14.4	jc	Heerenveen
600				2020-09-06	4.57	mD	Barendrecht	2021-05-01	14.51	jc	Heerenveen
2015-06-13	2:48.43	mpm	Heerenveen	2020-09-19	4.61	mD	Grootebroek	2021-10-02	13.76	jc	Heerenveen
2015-10-03	2:27.1	mpm	Heerenveen	2020-09-26	4.79	mD	Heerenveen	150			
2016-04-30	2:27.14	mpC	Amsterdam	2021-05-23	4.95	mD	Heerenveen	2020-07-02	23.4	jc	Heerenveen
2016-06-18	2:18.20	mpC	Heerenveen	2021-08-28	4.97	mD	Papendrecht	200			
2019-04-07	2:14.29	mpA	Assen	balstoten				2019-05-11	35.91	jd	Heerenveen
2019-05-17	2:13.05	mpA	Amsterdam	2015-09-19	4.30	mpm	Heerenveen	600			
2020-07-25	2:01.93	mD	Heerenveen	2016-04-30	5.00	mpC	Amsterdam	2014-10-04	2:43.6	jpC	Heerenveen
2021-03-20	1:58.2	mD	Heerenveen	2016-09-17	5.90	mpC	Heerenveen	1000			
2021-07-24	1:53.56	mD	Eindhoven	2017-09-16	6.70	mpB	Heerenveen	2015-09-26	4:47.95	jpB	Leeuwarden
2021-09-12	1:49.27	mD	Zoetermeer	discus ¾				2015-10-03	4:22.5	jpB	Heerenveen
1000				2021-08-28	24.99	mD	Papendrecht	2016-06-18	4:21.57	jpA	Heerenveen
2017-09-09	4:24.09	mpB	Sneek	2021-10-02	29.90	mD	Heerenveen	2016-09-24	4:16.6	jpA	Leeuwarden
2017-10-07	4:12.7	mpB	Heerenveen	kogel 2				2016-10-01	4:05.7	jpA	Heerenveen
2018-09-01	3:59.19	mpA	Deventer	2018-03-25	5.31	mpA	Assen	duur 6'			
2018-10-06	3:56.15	mpA	Heerenveen	2018-06-17	5.92	mpA	Soest	2016-04-16	1250	jpA	Sneek
2019-10-05	3:51.2	mpA	Heerenveen	2018-07-07	6.20	mpA	Steenwijk	2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden
duur 4'				2018-09-01	6.75	mpA	Deventer	2017-04-08	1375	jpA	Leeuwarden
2016-07-02	950	mpC	Drachten	2019-04-07	7.55	mpA	Assen	2017-05-20	1375	jpA	Steenwijk
2017-07-08	950	mpB	Drachten	2019-05-26	7.86	mpA	Soest	2017-07-08	1400	jpA	Drachten
duur 6'				2019-07-06	8.09	mpA	Emmeloord	40h			
2018-07-07	1400	mpA	Steenwijk	2019-10-05	8.13	mpA	Heerenveen	2015-04-11	8.3	jpB	Leeuwarden
40h				2020-07-25	10.03	mD	Heerenveen	60h			
2016-04-30	8.20	mpC	Amsterdam	2021-03-20	10.93	mD	Heerenveen	2016-04-16	13.5	jpA	Sneek
2016-07-02	7.7	mpC	Drachten	2021-04-17	11.87	mD	Heerenveen	2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden
2017-07-08	7.6	mpB	Drachten	2021-05-23	13.10	mD	Heerenveen	2017-04-08	11.3	jpA	Leeuwarden
60h				2021-09-12	13.32	mD	Zoetermeer	2017-05-20	11.3	jpA	Steenwijk
2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk	slingeren				2017-09-16	10.9	jpA	Heerenveen
60h 76,2				2016-07-02	13.50	mpC	Drachten	hoog			
2020-07-04	12.6	mD	Heerenveen	2017-07-08	14.00	mpB	Drachten	2016-04-16	1.10	jpA	Sneek
2020-09-06	11.39	mD	Barendrecht	2019-05-17	19.00	mpA	Amsterdam	2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen
2021-03-20	10.4	mD	Heerenveen	speer 400				2017-04-08	1.15	jpA	Leeuwarden
2021-05-01	10.28	mD	Heerenveen	2020-07-04	21.21	mD	Heerenveen	2018-06-30	1.25	jd	Groningen
2021-05-22	10.27	mD	Heerenveen	2020-09-06	27.74	mD	Barendrecht	2020-07-02	1.35	jc	Heerenveen
2021-06-19	9.91	mD	Leeuwarden	2020-09-26	27.78	mD	Heerenveen	2020-07-25	1.40	jc	Heerenveen
2021-07-03	9.85	mD	Assen	2021-04-17	28.05	mD	Heerenveen	2021-04-17	1.45	jc	Heerenveen
hoog				2021-05-01	29.42	mD	Heerenveen	2021-05-01	1.50	jc	Heerenveen
2016-09-17	1.10	mpC	Heerenveen	2021-05-22	30.84	mD	Heerenveen	2021-05-22	1.50	jc	Heerenveen
2017-09-09	1.20	mpB	Sneek	2021-07-03	33.40	mD	Assen	2021-10-02	1.50	jc	Heerenveen
				vortex				hurkhoog			
				2015-06-13	10.46	mpm	Heerenveen	2015-04-11	0.80	jpB	Leeuwarden
				2015-10-03	12.60	mpm	Heerenveen	2015-06-27	0.80	jpB	Steenwijk
				2016-04-30	14.00	mpC	Amsterdam				
				2016-06-18	17.03	mpC	Heerenveen				
				2016-10-01	18.15	mpC	Heerenveen				

polsver			polsver			150								
2016-04-16	4.00	jpA	Sneek	2020-09-12	2.55	mpA	Heerenveen	2020-07-02	27.0	jD	Heerenveen			
2016-07-02	4.40	jpA	Drachten	ver			800							
2017-04-08	4.80	jpA	Leeuwarden	2019-10-05	2.60	mpB	Heerenveen	2021-05-01	3:08.98	jD	Heerenveen			
ver			2020-09-26			2.86	mpA	Heerenveen	2021-10-02	3:07.93	jD	Heerenveen		
2014-10-04	3.01	jpC	Heerenveen	kogel 2			1000							
2015-09-26	3.13	jpB	Leeuwarden	2020-09-12	5.00	mpA	Heerenveen	2018-04-28	4:25.09	jpA	Sneek			
2015-10-03	3.24	jpB	Heerenveen	2020-09-06	5.00	mpA	Heerenveen	2018-07-14	4:13.52	jpA	Heerenveen			
2016-05-28	3.35	jpA	Leeuwarden	slingeren			2019-10-05			3:54.7	jpA	Heerenveen		
2016-09-17	3.55	jpA	Heerenveen	2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen	duur 4'						
2016-10-01	3.55	jpA	Heerenveen	2021-06-05	17.00	mpA	Heerenveen	2019-06-29	925	jpA	Leeuwarden			
2017-09-16	3.70	jpA	Heerenveen	vortex			duur 6'							
2017-10-07	3.88	jpA	Heerenveen	2019-10-05	11.14	mpB	Heerenveen	2018-04-21	1250	jpA	Drachten			
2019-05-11	4.01	w jD	Heerenveen	2020-06-02	11.50	mpA	Heerenveen	2019-05-25	1350	jpA	Steenwijk			
2020-07-25	4.11	jC	Heerenveen	2020-09-12	11.50	mpA	Heerenveen	60h						
2020-09-26	4.37	jC	Heerenveen	2021-04-06	15.00	mpA	Heerenveen	2018-04-21	13.7	jpA	Drachten			
balwerpen 135			2021-05-06			17.00	mpA	Heerenveen	2018-05-26	12.9	jpA	Sneek		
2014-10-04	14.11	jpC	Heerenveen	Oukubay Huruy			2019-05-25			12.4	jpA	Steenwijk		
discus 1			800			2019-09-14			11.5	jpA	Sneek			
2018-04-07	11.87	jD	Steenwijk	2020-07-25	2:15.40	M	Heerenveen	hoog						
2019-05-25	14.58	jD	Sneek	3000			2018-04-21			1.05	jpA	Drachten		
2021-10-02	17.83	jC	Heerenveen	2017-05-12	10:33.86	M	Utrecht	2019-06-29	1.05	jpA	Leeuwarden			
kogel 2			2017-05-20			10:13.19	M	Heerenveen	2020-09-26	1.30	jD	Heerenveen		
2015-09-26	4.01	jpB	Leeuwarden	5000			polsver							
2016-04-16	4.90	jpA	Sneek	2020-09-04	16:04.94	M	Leeuwarden	2018-04-21	3.25	jpA	Drachten			
2016-07-02	5.40	jpA	Drachten	Mark Jansen			2019-06-29			3.55	jpA	Leeuwarden		
2016-09-24	5.90	jpA	Leeuwarden	25000			ver							
2017-04-08	6.00	jpA	Leeuwarden	2021-07-10	1:55:11	M45	Heerenveen	2018-05-26	2.80	jpA	Sneek			
2017-10-07	6.00	jpA	Heerenveen	discus 1			2018-07-14			2.97	jpA	Heerenveen		
kogel 4			2017-06-17			26.15	M75	Emmeloord	kogel 2					
2020-07-02	6.02	jC	Heerenveen	kogel 4			2018-04-21			4.70	jpA	Drachten		
2021-05-22	7.02	jC	Heerenveen	2017-06-17	7.26	M75	Emmeloord	2018-07-14	5.04	jpA	Heerenveen			
slingeren			2017-07-07			7.89	M75	Steenwijk	2019-06-29	5.60	jpA	Leeuwarden		
2016-09-17	15.50	jpA	Heerenveen	speer			kogel 3							
2017-05-20	20.50	jpA	Steenwijk	2018-05-13	17.60	M75	Emmen	2020-07-02	5.45	jD	Heerenveen			
speer 400			2019-04-06			17.07	jD	Heerenveen	slingeren					
2018-04-07	11.26	jD	Steenwijk	werp 3-kamp			2018-05-26			13.50	jpA	Sneek		
2018-04-14	11.87	jD	Sneek	2019-10-05	927	M75	Heerenveen	2019-05-25	15.00	jpA	Steenwijk			
2018-05-12	12.42	jD	Heerenveen	Ronnie Jeeninga			speer 400							
2018-06-30	16.57	jD	Groningen	100			2020-09-26			12.66	jD	Heerenveen		
2019-04-06	17.07	jD	Heerenveen	2019-05-12	14.74	M40	Apeldoorn	2021-05-01	13.26	jD	Heerenveen			
speer 600			2012-05-12			2:23.33	M35	Heerenveen	2021-06-19	16.37	jD	Leeuwarden		
2021-05-01	18.91	jC	Heerenveen	2012-06-10	2:13.78	M35	Terneuzen	vortex						
vortex			2019-05-12			2:28.18	M40	Apeldoorn	2018-04-21	12.50	jpA	Drachten		
2015-04-11	10.50	jpB	Leeuwarden	2019-10-05	2:25.6	M40	Heerenveen	2018-05-26	17.50	jpA	Sneek			
2015-06-27	14.50	jpB	Steenwijk	2021-10-02	3:02.57	M45	Heerenveen	2019-05-25	21.00	jpA	Steenwijk			
2016-04-16	19.50	jpA	Sneek	1500			2019-06-29			21.00	jpA	Leeuwarden		
2016-05-28	19.50	jpA	Leeuwarden	2013-04-13	4:38.82	M35	Heerenveen	Jorrick de Jong						
2016-09-17	22.00	jpA	Heerenveen	2013-06-08	4:31.42	M35	Epe	60						
2017-04-08	22.00	jpA	Leeuwarden	2019-04-07	5:08.34	M40	Amersfoort	2021-10-02	10.21	jpA	Heerenveen			
Anne Hulzebos			2019-04-07			1.25	M40	Amersfoort	600					
40			2012-10-02			3:02.57	M45	Heerenveen	2021-10-02			2:20.62	jpA	Heerenveen
2019-10-05	8.4	mpB	Heerenveen	1500			ver							
60			2013-04-13			4:38.82	M35	Heerenveen	kogel 2					
2020-06-02	11.3	mpA	Heerenveen	2013-06-08	4:31.42	M35	Epe	2021-10-02	3.01	jpA	Heerenveen			
2021-05-06	11.3	mpA	Heerenveen	hoog			2021-10-02			5.40	jpA	Heerenveen		
600			2019-04-07			5:08.34	M40	Amersfoort	Manoa de Jong					
2020-09-26	2:46.0	mpA	Heerenveen	80			60							
duur 6'			2021-06-19			13.17	jD	Leeuwarden	2018-07-14			10.29	mpA	Heerenveen
2020-09-12	1125	mpA	Heerenveen	60			2018-10-06			10.16	mpA	Heerenveen		
2021-06-05	1175	mpA	Heerenveen	2018-05-26	11.7	jpA	Sneek	2019-09-14	9.8	mpA	Sneek			
60h			2018-07-14			11.64	jpA	Heerenveen	2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen		
2020-06-30	13.5	mpA	Heerenveen	2018-09-15	10.7	jpA	Heerenveen	2021-04-17	9.6	mD	Heerenveen			
2020-09-12	12.7	mpA	Heerenveen	2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen	2021-05-01	9.37	mD	Heerenveen			
hoog			80			2021-06-19			13.17	jD	Leeuwarden			
2020-06-30	1.00	mpA	Heerenveen	2021-06-19			13.17	jD	Leeuwarden					
2021-05-06	1.00	mpA	Heerenveen	2021-06-19			13.17	jD	Leeuwarden					

150				40h				2015-06-12	11.99	Mneo	Wageningen
2021-10-02	24.02	mD	Heerenveen	2016-04-16	9.8	jpm	Sneek	2016-04-09	11.93	M	Heerenveen
1000				2016-07-02	8.5	jpm	Drachten	2016-05-06	11.84	M	Rijssen
2018-07-14	4:36.80	mpA	Heerenveen	2018-04-21	8.0	jpB	Drachten	2016-05-16	11.79w	M	Tilburg
2019-10-05	4:33.6	mpA	Heerenveen	2018-07-07	7.5	jpB	Steenwijk				
duur 4'				hoog				2014-08-08	18.07	Mneo	Utrecht
2019-06-29	825	mpA	Leeuwarden	2016-09-17	0.85	jpm	Heerenveen	200			
duur 6'				2017-05-20	0.85	jpC	Steenwijk	2012-05-12	24.74	JA	Heerenveen
2019-05-25	1200	mpA	Steenwijk	hurkhoog				2012-07-06	24.60	JA	Alkmaar
60h				2016-04-16	0.60	jpm	Sneek	2013-05-11	23.91	Mneo	Heerenveen
2018-09-15	12.4	mpA	Heerenveen	2016-05-28	0.85	jpm	Leeuwarden	2015-10-03	23.6	Mneo	Heerenveen
2019-05-25	11.5	mpA	Steenwijk	ver				300			
2019-06-29	11.4	mpA	Leeuwarden	2015-06-13	2.30	jpm	Heerenveen	2014-08-08	39.32	Mneo	Utrecht
2019-09-14	11.4	mpA	Sneek	2015-10-03	2.35	jpm	Heerenveen	400			
hoog				2016-05-28	3.25	jpm	Leeuwarden	2011-06-24	58.52	JA	Groningen
2018-07-14	1.15	mpA	Heerenveen	balstoten				2014-05-04	53.87	Mneo	Grootebroek
2019-06-29	1.25	mpA	Leeuwarden	2016-05-28	3.80	jpm	Leeuwarden	800			
2021-04-17	1.25	mD	Heerenveen	2016-09-17	4.50	jpm	Heerenveen	2013-10-05	2:24.7	Mneo	Heerenveen
polshoog				2017-05-20	4.80	jpC	Steenwijk	2014-10-04	2:21.3	Mneo	Heerenveen
2021-05-01	1.76	mD	Heerenveen	kogel 2				2015-06-12	2:11.44	Mneo	Wageningen
polsver				2020-09-26	6.88	jpA	Heerenveen	1500			
2019-06-29	3.70	mpA	Leeuwarden	kogel 3				2015-05-29	5:00.67	Mneo	Utrecht
ver				2021-04-17	6.89	JD	Heerenveen	2015-07-31	4:54.38	Mneo	Amsterdam
2018-10-06	3.37	mpA	Heerenveen	slingeren				110h 106,7			
2019-10-05	3.70	mpA	Heerenveen	2016-04-16	9.50	jpm	Sneek	2014-05-09	18.85	Mneo	Utrecht
2021-04-17	4.04	mD	Heerenveen	2016-07-02	12.00	jpm	Drachten	2015-05-08	17.68	Mneo	Utrecht
kogel 2				2017-04-08	13.50	jpC	Leeuwarden	2015-07-31	17.62	Mneo	Amsterdam
2018-07-14	4.12	mpA	Heerenveen	2017-07-08	15.00	jpC	Drachten	hoog			
2018-10-06	4.55	mpA	Heerenveen	speer 400				2011-09-18	1.70	JA	Weert
2019-06-29	5.60	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	16.46	JD	Heerenveen	2011-10-01	1.70	JA	Heerenveen
slingeren				vortex				2012-04-22	1.75	JA	Ede
2018-09-15	11.00	mpA	Heerenveen	2015-06-13	7.71	jpm	Heerenveen	2012-05-20	1.75	JA	Harderwijk
2019-05-25	14.50	mpA	Steenwijk	2015-10-03	12.05	jpm	Heerenveen	2015-05-03	1.75	Mneo	Emmeloord
2019-09-14	15.00	mpA	Sneek	2017-05-20	12.50	jpC	Steenwijk	2015-07-04	1.77	Mneo	Best
vortex				2018-04-21	16.50	jpB	Drachten	2015-08-29	1.77	Mneo	Stadskanaal
2018-09-15	11.50	mpA	Heerenveen	2020-06-02	22.50	jpA	Heerenveen	2016-06-04	1.78	M	Gemert
2019-05-25	15.00	mpA	Steenwijk	Jan Sytze Jonker				hss			
2019-06-29	18.50	mpA	Leeuwarden	1500				2011-04-02	12.53	JA	Steenwijk
Cas Jonker				2013-04-13	4:28.49	M	Heerenveen	2011-07-10	13.17	JA	Alphen a/d Rijn
40				3000				2012-04-22	13.21w	JA	Ede
2015-06-13	9.42	jpm	Heerenveen	2013-04-17	9:33.8	M	Sneek	2012-06-03	13.32	JA	Breda
2016-04-16	8.3	jpm	Sneek	2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	2013-04-21	13.39	Mneo	Grootebroek
2016-06-18	8.09	jpm	Heerenveen	Wietze Jonker				2013-05-11	13.41	Mneo	Heerenveen
2016-07-02	7.8	jpm	Drachten	5000				2013-05-20	13.70	Mneo	Tilburg
2017-04-08	7.8	jpC	Leeuwarden	2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	2013-07-20	13.84w	Mneo	Amsterdam
2017-07-08	7.7	jpC	Drachten	Harmen Jorritsma				2015-05-25	14,04	Mneo	Tilburg
2018-04-21	7.4	jpB	Drachten	800				polshoog			
60				5000				2015-07-05	2.53	Mneo	Best
2020-06-02	10.4	jpA	Heerenveen	2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	2015-08-30	2.60	Mneo	Stadskanaal
2020-09-26	10.4	jpA	Heerenveen	25000				2016-06-05	2.60	M	Gemert
80				2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	ver			
2021-05-22	13.29	JD	Heerenveen	Harmen Jorritsma				2011-04-02	6.06	JA	Steenwijk
600				800				2012-04-25	6.18w	JA	Kampen
2015-06-13	2:55.74	jpm	Heerenveen	2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen	2015-04-19	6.62	Mneo	Drachten
2017-10-07	2:30.5	jpC	Heerenveen	3000				2015-05-16	6.82w	Mneo	Heerenveen
2020-09-26	2:17.0	jpA	Heerenveen	2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen	discus 1%			
800				2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen	2012-10-06	32.20	JA	Heerenveen
2021-05-22	3:07.97	JD	Heerenveen	Rienk Kan				discus 2			
1000				100				2013-10-05	26.88	Mneo	Heerenveen
2021-04-17	3:59.0	JD	Heerenveen	2011-10-01	12.4	JA	Heerenveen	2014-04-05	28.51	Mneo	Steenwijk
duur 4'				2012-05-12	12.64	JA	Heerenveen	2014-05-21	30.17	Mneo	Sneek
2016-04-16	850	jpm	Sneek	2012-06-24	12.27	JA	Drachten	2015-05-14	31.70	Mneo	Heiloo
2016-05-28	850	jpm	Leeuwarden	2013-06-14	12.25	Mneo	Utrecht	2015-05-23	33.69	Mneo	Emmeloord
2016-07-02	925	jpm	Drachten	2014-05-31	12.23	Mneo	Gemert	2015-07-05	33.87	Mneo	Best
2017-07-08	925	jpC	Drachten	2014-10-04	11.8	Mneo	Heerenveen	kogel 7%			
2018-04-21	925	jpB	Drachten					2013-06-16	9.26	Mneo	Harderwijk
								2015-04-19	9.87	Mneo	Drachten
								2015-05-16	9.88	Mneo	Heerenveen
								2015-06-05	9.91	Mneo	Steenwijk
								2015-07-04	10.45	Mneo	Best
								2015-10-03	10.45	Mneo	Heerenveen

speer 800			duur 4'			speer 400		
2011-10-01	37.81	jA Heerenveen	2016-07-02	950	mpB Drachten	2019-04-06	8.69	mD Heerenveen
2014-04-12	39.73	Mneo Heerenveen	duur 6'			2019-05-11	12.02	mD Heerenveen
2014-05-21	40.17	Mneo Sneek	2017-04-08	1450	mpA Leeuwarden	2020-07-25	17.78	mD Heerenveen
2014-10-04	41.19	Mneo Heerenveen	2017-07-08	1450	mpA Drachten	2020-09-26	18.50	mD Heerenveen
2015-05-29	41.93	Mneo Utrecht	40h			speer 500		
2015-06-05	42.13	Mneo Steenwijk	2014-04-12	8.2	mpm Drachten	2021-03-20	19.00	mC Heerenveen
2015-06-12	42.87	Mneo Wageningen	2016-07-02	8.2	mpB Drachten	2021-05-01	20.43	mC Heerenveen
2015-07-05	44.51	Mneo Best	60h			2021-06-19	20.53	mC Leeuwarden
2015-07-31	47.24	Mneo Amsterdam	2017-04-08	13.0	mpA Leeuwarden	vortex		
2017-09-23	48.04	M Amersfoort	2017-07-08	11.7	mpA Drachten	2014-04-12	7.50	mpm Drachten
sprint 2-kamp			2018-07-07	11.4	mpA Steenwijk	2014-06-28	11.00	mpm Sneek
2012-05-12	1035	jA Heerenveen	80h 76,2			2015-06-06	13.00	mpC Sneek
werp 3-kamp			2021-10-09	15.58	mC Best	2015-09-19	13.50	mpC Heerenveen
2014-05-21	1367	Mneo Sneek	hoog			2015-10-03	15.09	mpC Heerenveen
2015-06-05	1484	Mneo Steenwijk	2014-08-30	0.80	mpm Assen	2018-04-21	19.50	mpA Drachten
10-kamp			2016-09-17	0.95	mpB Heerenveen	2018-07-07	22.00	mpA Steenwijk
2015-07-05	5329	Mneo Best	2017-04-08	0.95	mpA Leeuwarden	7-kamp		
discus 2			2017-07-08	1.05	mpA Drachten	2021-10-10	2854	mC Best
2014-06-29	30.44	Mneo Enschede	2018-07-14	1.10	mpA Heerenveen	Fylèn Kirindongo		
Roelof Kedde			2019-10-05	1.25	mD Heerenveen	hoog		
25000			2021-10-02	1.25	mC Heerenveen	2021-09-11	0.85	mpm Drachten
2021-07-10	2:22:51	M65 Heerenveen	hurkhoog			ver		
Norah Keijzer			2014-04-12	0.65	mpm Drachten	2021-09-11	2.65	mpm Drachten
40			2014-06-28	0.70	mpm Sneek	balstoten		
2014-04-12	8.2	mpm Drachten	2014-09-13	0.75	mpm Leeuwarden	2021-09-11	2.90	mpm Drachten
2014-06-28	7.6	mpm Sneek	2015-06-06	0.80	mpC Sneek	vortex		
2015-06-13	7.75	mpC Heerenveen	2015-09-19	0.90	mpC Heerenveen	2021-09-11	9.50	mpm Drachten
2016-10-01	7.2	mpB Heerenveen	polsver			Wieger Klijnstra		
60			2017-04-08	2.70	mpA Leeuwarden	100		
2017-10-07	10.4	mpA Heerenveen	2017-07-08	3.45	mpA Drachten	2016-04-03	16.81	M65 Steenwijk
2018-06-02	10.25	mpA Stadskanaal	2018-04-21	3.45	mpA Drachten	2016-04-09	16.24w	M65 Heerenveen
2018-07-14	10.13	mpA Heerenveen	ver			2019-04-07	16.75	M70 Amersfoort
2018-10-06	9.94	mpA Heerenveen	2014-08-30	2.52	mpm Assen	150		
2019-10-05	9.5	mD Heerenveen	2015-06-06	2.60	mpC Sneek	2017-07-07	25.39w	M65 Steenwijk
80			2015-06-13	2.80	mpC Heerenveen	2019-07-05	25.36w	M70 Steenwijk
2021-06-19	12.18	mC Leeuwarden	2015-09-19	2.80	mpC Heerenveen	200		
150			2015-10-03	2.83	mpC Heerenveen	2015-10-03	35.0	M65 Heerenveen
2020-07-04	22.6	mD Heerenveen	2016-10-01	3.02	mpB Heerenveen	2018-10-06	37.11	M70 Heerenveen
2021-05-22	22.32	mC Heerenveen	2017-10-07	3.22	mpA Heerenveen	2019-04-07	36.37	M70 Amersfoort
2021-07-09	22.07w	mC Steenwijk	2018-06-02	3.46	mpA Stadskanaal	2019-07-13	35.56	M70 Rotterdam
2021-10-02	21.72	mC Heerenveen	2018-10-06	3.76	mpA Heerenveen	300		
200			2020-07-25	3.91	mD Heerenveen	2018-04-07	1:05.08	M65 Steenwijk
2019-05-11	33.97	mD Heerenveen	2021-07-03	4.13	mC Assen	2018-07-13	1:02.13	M65 Steenwijk
2021-05-01	29.75	mC Heerenveen	balstoten			2019-07-05	1:05.55	M70 Steenwijk
300			2014-09-13	3.40	mpm Leeuwarden	800		
2020-07-04	50.0	mD Heerenveen	2015-06-06	3.50	mpC Sneek	2015-10-03	4:10.6	M65 Heerenveen
2021-07-09	48.25	mC Steenwijk	2015-09-19	4.30	mpC Heerenveen	2018-10-06	4:17.13	M70 Heerenveen
600			2016-09-17	4.50	mpB Heerenveen	hoog		
2014-08-30	2:52.6	mpm Assen	balwerpen 135			2015-10-03	1.00	M65 Heerenveen
2014-10-04	2:22.4	mpm Heerenveen	2014-08-30	11.68	mpm Assen	2018-10-06	1.00	M70 Heerenveen
2015-10-03	2:17.3	mpC Heerenveen	discus ¾			ver		
2019-10-05	2:04.0	mD Heerenveen	2019-04-06	12.41	mD Heerenveen	2015-10-03	2.21	M65 Heerenveen
2020-07-25	1:57.57	mD Heerenveen	discus 1			2018-10-06	1.94	M70 Heerenveen
2020-09-26	1:55.0	mD Heerenveen	2021-05-22	18.89	mC Heerenveen	discus 1		
2021-10-02	1:53.07	mC Heerenveen	kogel 2			2017-09-23	17.33	M65 Steenwijk
800			2017-04-08	5.00	mpA Leeuwarden	2018-10-06	15.65	M70 Heerenveen
2020-09-19	2:52.56	mD Grootebroek	2018-04-21	5.80	mpA Drachten	2019-08-30	17.40	M70 Heerenveen
2021-03-20	2:51.7	mC Heerenveen	2018-06-02	6.28	mpA Stadskanaal	2019-10-05	18.19	M70 Heerenveen
2021-04-11	2:44.0	mC Heerenveen	2019-05-11	6.96	mD Heerenveen	kogel 4		
2021-08-28	2:40.32	mC Amsterdam	2019-10-05	7.81	mD Heerenveen	2018-10-06	5.70	M70 Heerenveen
1000			kogel 3			2019-10-05	6.16	M70 Heerenveen
2016-10-01	4:00.6	mpB Heerenveen	2021-04-17	7.68	mC Heerenveen	2020-09-26	6.17	M70 Heerenveen
2017-10-07	3:59.4	mpA Heerenveen	2021-08-28	9.05	mC Amsterdam	kogel 5		
2018-06-02	3:53.41	mpA Stadskanaal	slingeren			2015-10-03	5.48	M65 Heerenveen
2018-10-06	3:50.19	mpA Heerenveen	2016-07-02	12.50	mpB Drachten			
			2018-09-15	17.00	mpA Heerenveen			

2017-09-23	5.53	M65	Steenwijk	kogel 2				2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen
speer 500				2017-04-08	4.30	mpA	Leeuwarden	speer 800			
2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen	2017-07-08	4.40	mpA	Drachten	2014-10-04	25.19	M40	Heerenveen
2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen	2018-04-21	5.00	mpA	Drachten	2015-10-03	23.25	M45	Heerenveen
speer 600				slingeren				2019-04-07	23.79	M45	Amersfoort
2015-10-03	11.97	M65	Heerenveen	2016-04-16	11.00	mpB	Sneek	werp 3-kamp			
2017-09-23	12.63	M65	Steenwijk	2017-05-20	13.50	mpA	Steenwijk	2021-08-27	787	M50	Heerenveen
werp 3-kamp				2018-09-15	15.50	mpA	Heerenveen	werp 3-kamp			
2017-10-07	233	M65	Heerenveen	vortex				2019-08-30	840	M45	Heerenveen
2018-10-06	322	M70	Heerenveen	2015-06-13	9.23	mpC	Heerenveen	2019-10-05	912	M45	Heerenveen
2019-08-30	326	M70	Heerenveen	2015-10-03	10.26	mpC	Heerenveen	2020-08-28	744	M50	Heerenveen
2019-10-05	480	M70	Heerenveen	2016-04-16	15.00	mpB	Sneek				
Femke Knijn				2016-10-01	16.96	mpB	Heerenveen	Tjitte Koertshuis			
40				2017-07-08	19.00	mpA	Drachten	100			
2015-06-13	8.52	mpC	Heerenveen	2018-04-21	20.00	mpA	Drachten	2018-10-06	14.58	jC	Heerenveen
2016-04-16	8.2	mpB	Sneek	Johan Knoester				ver			
2016-07-02	7.6	mpB	Drachten	100				2018-10-06	3.24	jC	Heerenveen
2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen	2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen				
60				200				Kyla Koops			
2017-05-20	11.1	mpA	Steenwijk	2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen	40			
2017-09-16	10.6	mpA	Heerenveen	800				2014-04-12	7.9	mpC	Drachten
2018-09-15	10.6	mpA	Heerenveen	2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen	2014-10-04	7.9	mpC	Heerenveen
2019-10-05	10.1	mD	Heerenveen	3000				2015-04-11	7.5	mpB	Leeuwarden
600				2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen	2015-10-03	7.5	mpB	Heerenveen
2015-05-16	2:41.66	mpC	Heerenveen	hoog				60			
2019-10-05	2:10.7	mD	Heerenveen	2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	2016-05-28	10.9	mpA	Leeuwarden
2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen	ver				2016-09-17	10.5	mpA	Heerenveen
800				2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen	2016-10-01	10.2	mpA	Heerenveen
2021-04-17	2:36.5	mC	Heerenveen	2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen	2017-09-16	10.2	mpA	Heerenveen
1000				2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen	2018-10-06	9.66	mD	Heerenveen
2016-10-01	4:11.4	mpB	Heerenveen	discus 1				2019-04-06	9.49	mD	Heerenveen
2020-07-02	3:32.1	mD	Heerenveen	2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen	80			
3000				2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen	2020-07-25	12.10w	mC	Heerenveen
2021-04-11	11:21.6	mC	Heerenveen	kogel 4				2021-05-01	11.93	mC	Heerenveen
duur 4'				2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen	600			
2016-04-16	850	mpB	Sneek	2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen	2014-08-30	2:51.7	mpC	Assen
2016-07-02	925	mpB	Drachten	speer 500				2014-10-04	2:43.5	mpC	Heerenveen
duur 6'				2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen	2019-10-05	2:13.0	mD	Heerenveen
2017-04-08	1375	mpA	Leeuwarden	2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen	800			
2017-07-08	1450	mpA	Drachten	2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen	2021-05-01	2:46.60	mC	Heerenveen
2018-04-21	1475	mpA	Drachten	werp 3-kamp				1000			
40h				2017-10-07	697	M70	Heerenveen	2015-10-03	4:47.5	mpB	Heerenveen
2016-04-16	9.6	mpB	Sneek	2018-10-06	516	M70	Heerenveen	2016-06-18	4:41.37	mpA	Heerenveen
2016-07-02	8.3	mpB	Drachten	Jan Jelle Koerts				2016-10-01	4:24.8	mpA	Heerenveen
60h				hoog				2017-10-07	4:17.0	mpA	Heerenveen
2017-04-08	13.2	mpA	Leeuwarden	2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn	2019-05-11	3:57.83	mD	Heerenveen
2017-07-08	12.7	mpA	Drachten	polshoog				duur 6'			
2018-04-21	12.2	mpA	Drachten	2011-06-05	2.00	M40	Assen	2016-04-16	1175	mpA	Sneek
hoog				ver				2016-05-28	1225	mpA	Leeuwarden
2017-04-08	0.95	mpA	Leeuwarden	2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn	2016-07-02	1225	mpA	Drachten
2018-04-21	1.05	mpA	Drachten	discus 1½				2017-04-08	1250	mpA	Leeuwarden
hurkhoog				2020-08-28	19.66	M50	Heerenveen	2017-05-20	1325	mpA	Steenwijk
2016-04-16	0.80	mpB	Sneek	2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen	2017-07-08	1350	mpA	Drachten
2016-07-02	0.90	mpB	Drachten	discus 2				40h			
polsver				2019-08-30	18.22	M45	Heerenveen	2014-04-12	9.2	mpC	Drachten
2017-04-08	3.25	mpA	Leeuwarden	2019-10-05	19.40	M45	Heerenveen	2015-04-11	9.0	mpB	Leeuwarden
2017-07-08	3.60	mpA	Drachten	kogel 6				60h			
2018-04-21	3.85	mpA	Drachten	2020-08-28	7.77	M50	Heerenveen	2016-04-16	13.5	mpA	Sneek
ver				2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen	2016-05-28	12.4	mpA	Leeuwarden
2015-06-13	2.48	mpC	Heerenveen	kogel 7¼				2016-07-02	12.0	mpA	Drachten
2015-10-03	2.54	mpC	Heerenveen	2019-08-30	7.06	M45	Heerenveen	2016-09-17	11.5	mpA	Heerenveen
2016-10-01	2.68	mpB	Heerenveen	2019-10-05	7.29	M45	Heerenveen	2017-07-08	11.1	mpA	Drachten
2017-05-20	2.75	mpA	Steenwijk	speer 700				hoog			
2018-09-15	2.85	mpA	Heerenveen	2020-08-28	21.20	M50	Heerenveen	2014-08-30	0.90	mpC	Assen
2019-10-05	3.05	mD	Heerenveen					2016-04-16	1.00	mpA	Sneek
								2016-06-18	1.00	mpA	Heerenveen
								2016-07-02	1.05	mpA	Drachten
								2017-04-08	1.10	mpA	Leeuwarden
								2017-06-24	1.15	mpA	Stadskanaal

speer 400				2019-06-29	975	jpC	Leeuwarden	2020-07-04	14.2	jd	Heerenveen
2016-04-09	10.34	mD	Heerenveen	2020-09-12	1025	jpB	Heerenveen	2020-07-25	14.30	jd	Heerenveen
vortex				duur 6'				100h 83,8			
2013-04-13	13.00	mpB	Drachten	2021-05-06	1450	jpA	Heerenveen	2021-03-20	19.5	jc	Heerenveen
2013-06-15	14.50	mpB	Steenwijk	2021-06-05	1525	jpA	Heerenveen	2021-04-17	19.0	jc	Heerenveen
2014-04-12	17.50	mpA	Drachten	40h				2021-07-03	18.48	jc	Assen
Ties Kramer				2019-04-20	8.2	jpC	Drachten	ver			
40				2019-06-29	7.9	jpC	Leeuwarden	2018-10-06	3.85	jpA	Heerenveen
2015-04-11	9.5	jpC	Leeuwarden	60h				2019-06-22	3.90w	jd	Stadskanaal
2015-06-13	9.21	jpC	Heerenveen	2021-06-05	10.8	jpA	Heerenveen	2019-09-01	4.05	jd	Amsterdam
2015-10-03	8.7	jpC	Heerenveen	hoog				2020-07-04	4.57	jd	Heerenveen
60				2019-09-14	1.00	jpC	Sneek	2020-07-25	4.79	jd	Heerenveen
2018-10-06	11.30	jpA	Heerenveen	2021-05-06	1.15	jpA	Heerenveen	2021-03-20	4.82	jc	Heerenveen
80				hurkhoog				2021-04-17	5.24	jc	Heerenveen
2019-06-22	15.15	jd	Stadskanaal	2019-04-20	0.85	jpC	Drachten	kogel 2			
600				2019-06-29	0.95	jpC	Leeuwarden	2018-10-06	5.84	jpA	Heerenveen
2015-06-13	3:01.41	jpC	Heerenveen	ver				kogel 3			
2015-10-03	2:55.8	jpC	Heerenveen	2019-09-14	3.25	jpC	Sneek	2019-10-05	6.32	jd	Heerenveen
1000				2020-06-02	3.25	jpB	Heerenveen	2020-09-26	6.82	jd	Heerenveen
2018-10-06	4:35.19	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3.39	jpB	Heerenveen	Sarah Kroon			
40h				2021-06-05	3.55	jpA	Heerenveen	40			
2015-04-11	10.0	jpC	Leeuwarden	2021-10-02	3.85	jpA	Heerenveen	2019-04-20	6.8	mpB	Drachten
2015-06-27	9.3	jpC	Steenwijk	balstoten				2019-10-05	6.7	mpB	Heerenveen
hurkhoog				2019-09-14	5.80	jpC	Sneek	60			
2015-04-11	0.65	jpC	Leeuwarden	kogel 2				2020-06-02	9.4	mpA	Heerenveen
2015-06-06	0.80	jpC	Sneek	2021-05-06	5.30	jpA	Heerenveen	600			
polshoog				2021-10-02	6.69	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2:32.0	mpA	Heerenveen
2020-07-25	1.66	jd	Heerenveen	slingeren				1000			
2021-05-01	1.76	jc	Heerenveen	2019-04-20	12.50	jpC	Drachten	2019-10-05	4:53.5	mpB	Heerenveen
2021-10-02	2.03	jc	Heerenveen	2019-06-29	15.00	jpC	Leeuwarden	duur 4'			
ver				2021-06-05	18.00	jpA	Heerenveen	2019-04-20	725	mpB	Drachten
2015-06-06	2.10	jpC	Sneek	vortex				duur 6'			
2015-06-13	2.20	jpC	Heerenveen	2019-04-20	20.00	jpC	Drachten	2020-09-12	1175	mpA	Heerenveen
2015-10-03	2.64	jpC	Heerenveen	2019-06-29	22.50	jpC	Leeuwarden	40h			
2018-10-06	3.11	jpA	Heerenveen	2019-09-14	24.50	jpC	Sneek	2019-04-20	7.6	mpB	Drachten
2019-05-11	3.23w	jd	Heerenveen	2020-06-02	24.50	jpB	Heerenveen	60h			
balstoten				2020-09-12	26.50	jpB	Heerenveen	2020-06-30	12.9	mpA	Heerenveen
2015-06-06	3.40	jpC	Sneek	2020-09-26	28.84	jpB	Heerenveen	2020-09-12	11.8	mpA	Heerenveen
kogel 2				2021-04-06	30.00	jpA	Heerenveen	hoog			
2018-10-06	5.55	jpA	Heerenveen	2021-05-06	33.50	jpA	Heerenveen	2019-09-14	1.05	mpB	Sneek
kogel 3				Max Kroon				2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen
2019-04-06	4.07	jd	Heerenveen	60				2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen
speer 400				2018-10-06	9.52	jpA	Heerenveen	2021-05-06	1.15	mpA	Heerenveen
2019-05-11	10.15	jd	Heerenveen	80				hurkhoog			
2019-06-22	10.84	jd	Stadskanaal	2019-03-30	11.97w	jd	Steenwijk	2019-04-20	0.80	mpB	Drachten
vortex				2019-03-30	11.96	jd	Steenwijk	polsver			
2015-04-11	8.00	jpC	Leeuwarden	2019-10-05	11.7	jd	Heerenveen	2020-09-12	2.95	mpA	Heerenveen
2015-06-06	8.50	jpC	Sneek	2020-07-25	11.24	jd	Heerenveen	ver			
2015-06-27	10.50	jpC	Steenwijk	100				2019-09-14	3.25	mpB	Sneek
Folkert Oege Krol				2021-03-20	13.7	jc	Heerenveen	2019-10-05	3.30	mpB	Heerenveen
40				2021-04-17	13.7	jc	Heerenveen	2020-09-26	3.37	mpA	Heerenveen
2019-04-20	7.1	jpC	Drachten	2021-10-02	13.39w	jc	Heerenveen	balstoten			
2019-10-05	6.9	jpC	Heerenveen	150				2019-09-14	4.50	mpB	Sneek
2020-06-02	6.7	jpB	Heerenveen	2019-09-01	22.31	jd	Amsterdam	kogel 2			
60				2020-07-04	21.7	jd	Heerenveen	2020-09-12	4.80	mpA	Heerenveen
2021-04-06	9.9	jpA	Heerenveen	2020-09-19	21.68	jd	Grootebroek	2020-09-26	5.00	mpA	Heerenveen
2021-06-05	9.6	jpA	Heerenveen	2021-05-22	20.49	jc	Heerenveen	2021-05-06	5.60	mpA	Heerenveen
2021-09-11	9.0	jpA	Drachten	2021-07-03	20.47	jc	Assen	2021-05-22	6.04	mpA	Heerenveen
600				2021-10-02	19.97	jc	Heerenveen	slingeren			
2019-10-05	2:20.9	jpC	Heerenveen	200				2019-04-20	11.00	mpB	Drachten
2020-09-26	2:14.0	jpB	Heerenveen	2021-05-01	27.97	jc	Heerenveen	2020-06-30	14.50	mpA	Heerenveen
2021-10-02	1:58.96	jpA	Heerenveen	1000				2021-06-05	18.00	mpA	Heerenveen
duur 4'				2018-10-06	3:42.47	jpA	Heerenveen	vortex			
2019-04-20	950	jpC	Drachten	2019-03-30	3:42.33	jd	Steenwijk	2019-04-20	11.00	mpB	Drachten
				2019-05-25	3:36.62	jd	Sneek	2019-09-14	13.00	mpB	Sneek
				80h 76,2							
				2019-05-25	16.69	jd	Sneek				

2019-10-05	13.66	mpB	Heerenveen	2019-04-20	1.10	jpB	Drachten	600			
2020-06-02	14.00	mpA	Heerenveen	2019-06-29	1.10	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	3:29.0	jpA	Heerenveen
2020-09-12	14.00	mpA	Heerenveen					2021-05-22	2:34.66	jpA	Heerenveen
2021-04-06	15.50	mpA	Heerenveen	polsver				duur 4'			
				2020-09-12	3.00	jpA	Heerenveen	2018-05-26	750	jpC	Sneek
Liam de Lang				2021-06-26	4.65	jpA	Leeuwarden	2019-05-25	775	jpB	Steenwijk
40				ver				duur 6'			
2016-10-01	8.2	jpm	Heerenveen	2016-10-01	2.21	jpm	Heerenveen	2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen
2017-04-02	7.96	jpm	Stadskanaal	2017-04-02	2.65	jpm	Assen	40h			
2017-09-09	7.80	jpm	Sneek	2017-06-24	2.69	jpm	Stadskanaal	2018-07-07	10.0	jpC	Steenwijk
2018-03-25	7.73	jpC	Assen	2017-09-09	2.79	jpm	Sneek	2019-04-20	8.7	jpB	Drachten
2018-06-02	7.31	jpC	Stadskanaal	2017-09-16	2.80	jpm	Heerenveen	60h			
2018-07-14	7.17	jpC	Heerenveen	2018-03-25	3.10	jpC	Assen	2020-09-12	13.3	jpA	Heerenveen
2018-10-06	7.04	jpC	Heerenveen	2018-05-26	3.15	jpC	Sneek	2021-05-22	12.55	jpA	Heerenveen
2019-06-29	6.8	jpB	Leeuwarden	2018-07-14	3.42	jpC	Heerenveen	hoog			
2019-10-05	6.7	jpB	Heerenveen	2018-09-15	3.65	jpC	Heerenveen	2018-05-26	0.85	jpC	Sneek
60				2019-08-31	3.65	jpB	Hoorn	2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen
2020-06-02	9.9	jpA	Heerenveen	2019-09-22	3.68	jpB	Edam	2020-09-12	1.10	jpA	Heerenveen
2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen	2019-10-05	3.78	jpB	Heerenveen	hurkhoog			
2021-04-06	9.5	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3.98	jpA	Heerenveen	2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk
2021-06-05	9.4	jpA	Heerenveen	2021-06-05	4.15	jpA	Heerenveen	2019-04-20	0.95	jpB	Drachten
2021-07-04	9.27	jpA	Dongen	balstoten				polsver			
2021-09-11	8.9	jpA	Drachten	2017-05-20	4.20	jpm	Steenwijk	2020-09-12	2.70	jpA	Heerenveen
600				2017-09-16	4.60	jpm	Heerenveen	ver			
2016-10-01	2:57.8	jpm	Heerenveen	2018-05-26	5.40	jpC	Sneek	2018-05-26	2.20	jpC	Sneek
2017-09-09	2:43.68	jpm	Sneek	2018-09-15	6.10	jpC	Heerenveen	2018-09-15	2.80	jpC	Heerenveen
2018-09-01	2:42.48	jpC	Deventer	2019-05-25	7.20	jpB	Steenwijk	2019-05-25	2.90	jpB	Steenwijk
2018-10-06	2:29.12	jpC	Heerenveen	2019-09-14	7.50	jpB	Sneek	2021-04-06	3.15	jpA	Heerenveen
2019-09-22	2:17.82	jpB	Edam	balwerpen 135				balstoten			
2020-09-26	2:16.0	jpA	Heerenveen	2017-06-24	19.75	jpm	Stadskanaal	2018-05-26	4.10	jpC	Sneek
800				2018-06-02	25,34	jpC	Stadskanaal	2018-09-15	4.80	jpC	Heerenveen
2021-07-04	3:09.14	jpA	Dongen	kogel 2				2019-05-25	2.90	jpB	Steenwijk
1000				2019-04-07	5.90	jpB	Assen	2021-04-06	3.15	jpA	Heerenveen
2019-05-18	4:26.05	jpB	Stadskanaal	2019-05-18	5.98	jpB	Stadskanaal	balstoten			
duur 4'				2019-08-31	6.35	jpB	Hoorn	2018-05-26	4.10	jpC	Sneek
2017-04-08	800	jpm	Leeuwarden	2019-09-07	6.44	jpB	Deventer	2018-09-15	4.80	jpC	Heerenveen
2017-05-20	850	jpm	Steenwijk	2019-09-22	6.55	jpB	Edam	kogel 2			
2018-04-21	875	jpC	Drachten	2020-09-12	7.60	jpA	Heerenveen	2020-09-12	5.60	jpA	Heerenveen
2018-07-07	875	jpC	Steenwijk	2021-05-06	7.60	jpA	Heerenveen	2021-05-22	5.60	jpA	Heerenveen
2019-05-25	900	jpB	Steenwijk	2021-07-04	7.66	jpA	Dongen	slingeren			
duur 6'				2021-09-04	7.73	jpA	Hoogeveen	2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk
2020-09-12	1275	jpA	Heerenveen	slingeren				2019-04-20	12.50	jpB	Drachten
2021-05-06	1350	jpA	Heerenveen	2017-04-08	9.00	jpm	Leeuwarden	vortex			
2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden	2017-07-08	10.50	jpm	Drachten	2018-05-26	11.00	jpC	Sneek
40h				2018-04-21	11.50	jpC	Drachten	2018-07-07	13.50	jpC	Steenwijk
2017-04-08	10.5	jpm	Leeuwarden	2018-07-07	16.00	jpC	Steenwijk	2018-09-15	14.50	jpC	Heerenveen
2017-07-08	9.0	jpm	Drachten	2019-04-20	18.00	jpB	Drachten	2020-09-12	22.50	jpA	Heerenveen
2018-04-21	7.7	jpC	Drachten	2020-06-30	20.50	jpA	Heerenveen	2021-04-06	24.50	jpA	Heerenveen
2019-04-20	7.5	jpB	Drachten	2021-06-05	25.00	jpA	Heerenveen	Yara Lanza			
60h				vortex				40			
2020-06-30	11.7	jpA	Heerenveen	2016-10-01	14.00	jpm	Heerenveen	2018-07-07	8.0	mpm	Steenwijk
2020-09-12	10.7	jpA	Heerenveen	2017-05-20	17.00	jpm	Steenwijk	2018-07-14	8.16	mpm	Heerenveen
2021-05-22	10.77	jpA	Heerenveen	2017-07-08	18.00	jpm	Drachten	2019-04-20	7.8	mpC	Drachten
2021-06-05	10.2	jpA	Heerenveen	2018-03-25	18.50	jpC	Assen	2019-10-05	7.6	mpC	Heerenveen
2021-09-11	10.4	jpA	Drachten	2018-04-21	21.00	jpC	Drachten	2020-06-02	7.1	mpB	Heerenveen
hoog				2018-05-26	21.50	jpC	Sneek	60			
2017-05-20	0.90	jpm	Steenwijk	2018-07-07	23.50	jpC	Steenwijk	2021-04-06	10.8	mpA	Heerenveen
2017-09-16	0.90	jpm	Heerenveen	2018-10-06	23.78	jpC	Heerenveen	2021-05-06	10.8	mpA	Heerenveen
2018-05-26	1.00	jpC	Sneek	2019-04-20	24.00	jpB	Drachten	2021-10-02	10.35w	mpA	Heerenveen
2018-09-01	1.05	jpC	Deventer	2019-05-25	28.00	jpB	Steenwijk	600			
2018-09-15	1.05	jpC	Heerenveen	2019-09-14	29.50	jpB	Sneek	2018-10-06	2:42.07	mpm	Heerenveen
2019-05-18	1.20	jpB	Stadskanaal	2020-06-02	30.00	jpA	Heerenveen	2019-10-05	2:30.0	mpC	Heerenveen
2019-05-25	1.20	jpB	Steenwijk	2021-04-06	30.00	jpA	Heerenveen	2021-05-22	2:27.01	mpA	Heerenveen
2019-09-14	1.25	jpB	Sneek	2021-05-06	31.50	jpA	Heerenveen	2021-10-02	2:16.05	mpA	Heerenveen
2020-06-30	1.25	jpA	Heerenveen	2021-06-26	36.50	jpA	Leeuwarden	duur 4'			
2020-09-12	1.35	jpA	Heerenveen	Joris de Lange				2018-05-26	800	mpm	Sneek
2021-05-06	1.40	jpA	Heerenveen	40				2018-07-07	800	mpm	Steenwijk
hurkhoog				2018-07-07	9.7	jpC	Steenwijk	2019-04-20	850	mpC	Drachten
2017-04-08	0.70	jpm	Leeuwarden	2019-04-20	7.8	jpB	Drachten	2019-05-25	850	mpC	Steenwijk
2017-07-08	0.80	jpm	Drachten	60				2020-09-12	950	mpB	Heerenveen
2018-04-21	0.90	jpC	Drachten	2020-09-26	11.7	jpA	Heerenveen				
2018-07-07	0.95	jpC	Steenwijk	2021-04-06	10.8	jpA	Heerenveen				

duur 6'				60				slingeren			
2021-05-06	1250	mpA	Heerenveen	2018-05-26	10.8	mpA	Sneek	2016-04-16	6.50	mpC	Sneek
40h				2018-09-15	10.4	mpA	Heerenveen	2016-07-02	9.00	mpC	Drachten
2018-07-07	9.6	mpm	Steenwijk	2018-10-06	10.48	mpA	Heerenveen	2017-04-08	11.00	mpB	Leeuwarden
2019-04-20	8.9	mpC	Drachten	2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen	2017-07-08	11.00	mpB	Drachten
2020-06-30	8.5	mpB	Heerenveen	150				2018-05-26	12.50	mpA	Sneek
60h				2021-05-22	25.32	mD	Heerenveen	2019-05-25	16.00	mpA	Steenwijk
2021-05-22	12.69	mpA	Heerenveen	600				vortex			
hoog				2016-09-24	2:34.7	mpC	Leeuwarden	2016-04-16	9.00	mpC	Sneek
2018-05-26	0.80	mpm	Sneek	2016-10-01	2:29.1	mpC	Heerenveen	2016-05-28	11.00	mpC	Leeuwarden
2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk	2020-09-26	2:11.0	mD	Heerenveen	2016-06-18	14.38	mpC	Heerenveen
2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen	1000				2016-07-02	16.00	mpC	Drachten
hurkhoog				2017-09-09	4:26.33	mpB	Sneek	2017-04-08	16.00	mpB	Leeuwarden
2018-07-07	0.55	mpm	Steenwijk	2018-09-22	4:21.54	mpA	Leeuwarden	2019-04-20	16.00	mpA	Drachten
2019-04-20	0.75	mpC	Drachten	2018-10-06	4:02.95	mpA	Heerenveen	2019-09-14	19.50	mpA	Sneek
2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden	2019-10-05	4:02.1	mpA	Heerenveen	Jens Linnebank			
2020-06-30	0.80	mpB	Heerenveen	duur 4'				40			
2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen	2016-04-16	775	mpC	Sneek	2014-06-28	7.7	jpC	Sneek
ver				2016-05-28	800	mpC	Leeuwarden	2014-10-04	7.4	jpC	Heerenveen
2018-05-26	2.20	mpm	Sneek	2016-07-02	950	mpC	Drachten	2015-04-11	7.3	jpB	Leeuwarden
2018-07-14	2.59	mpm	Heerenveen	duur 6'				2015-09-26	7.39	jpB	Leeuwarden
2018-10-06	2.66	mpm	Heerenveen	2018-04-21	1325	mpA	Drachten	60			
2019-09-14	2.85	mpC	Sneek	2018-05-26	1325	mpA	Sneek	2016-05-28	10.6	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	3.01	mpC	Heerenveen	2018-07-07	1325	mpA	Steenwijk	2016-06-18	10.26	jpA	Heerenveen
2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen	2019-04-20	1375	mpA	Drachten	2016-09-24	10.0	jpA	Leeuwarden
2021-10-02	3.26	mpA	Heerenveen	40h				2016-10-01	9.9	jpA	Heerenveen
balstoten				2016-04-16	10.0	mpC	Sneek	2017-05-20	9.7	jpA	Steenwijk
2018-05-26	2.50	mpm	Sneek	2016-07-02	9.4	mpC	Drachten	2017-10-07	9.6	jpA	Heerenveen
2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen	2017-04-08	9.2	mpB	Leeuwarden	80			
2019-05-25	3.60	mpC	Steenwijk	2017-07-08	8.7	mpB	Drachten	2018-04-14	12.68	JD	Sneek
2019-09-14	4.20	mpC	Sneek	60h				2018-10-06	12.17	JD	Heerenveen
2020-09-12	4.30	mpB	Heerenveen	2018-04-21	13.2	mpA	Drachten	2019-10-05	11.8	JD	Heerenveen
kogel 2				2018-05-26	12.7	mpA	Sneek	100			
2021-05-06	3.40	mpA	Heerenveen	2018-07-07	12.6	mpA	Steenwijk	2020-09-26	14.5	JC	Heerenveen
2021-05-22	3.81	mpA	Heerenveen	2018-09-15	12.6	mpA	Heerenveen	150			
2021-10-02	4.02	mpA	Heerenveen	2019-04-20	11.7	mpA	Drachten	2020-07-02	22.4	JC	Heerenveen
slingeren				2019-09-14	11.0	mpA	Sneek	200			
2018-07-07	6.50	mpm	Steenwijk	hoog				2019-05-11	32.99	JD	Heerenveen
2019-04-20	8.00	mpC	Drachten	2017-05-20	0.95	mpB	Steenwijk	600			
2019-06-29	8.50	mpC	Leeuwarden	2018-04-21	0.95	mpA	Drachten	2014-10-04	2:28.2	jpC	Heerenveen
vortex				2018-07-07	1.00	mpA	Steenwijk	1000			
2018-05-26	6.50	mpm	Sneek	2019-04-20	1.10	mpA	Drachten	2015-05-16	4:29.93	jpB	Heerenveen
2018-09-15	7.50	mpm	Heerenveen	hurkhoog				2015-10-03	4:17.2	jpB	Heerenveen
2019-04-20	8.00	mpC	Drachten	2016-04-16	0.70	mpC	Sneek	2016-09-24	4:14.9	jpA	Leeuwarden
2019-05-25	9.00	mpC	Steenwijk	2016-07-02	0.75	mpC	Drachten	2016-10-01	4:02.0	jpA	Heerenveen
2019-09-14	9.50	mpC	Sneek	2017-04-08	0.75	mpB	Leeuwarden	2018-10-06	3:46.28	JD	Heerenveen
2020-09-12	10.50	mpB	Heerenveen	2017-07-08	0.75	mpB	Drachten	2019-04-06	3:46.10	JD	Heerenveen
2021-04-06	10.50	mpA	Heerenveen	polsver				duur 6'			
Wendy Leenstra				2018-04-21	3.40	mpA	Drachten	2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden
150				2018-07-07	3.70	mpA	Steenwijk	2017-04-08	1375	jpA	Leeuwarden
2020-07-02	25.1	mC	Heerenveen	ver				2017-05-20	1375	jpA	Steenwijk
hoog				2016-05-28	2.35	mpC	Leeuwarden	2017-07-08	1400	jpA	Drachten
2020-07-02	1.20	mC	Heerenveen	2016-06-18	2.70	mpC	Heerenveen	40h			
ver				2016-09-24	2.76	mpC	Leeuwarden	2014-06-28	8.0	jpC	Sneek
2020-09-26	3.32	mC	Heerenveen	2016-10-01	2.84	mpC	Heerenveen	60h			
kogel 3				2017-09-09	2.99	mpB	Sneek	2016-04-16	15.4	jpA	Sneek
2020-07-02	6.21	mC	Heerenveen	2018-09-22	3.09	mpA	Leeuwarden	2016-05-28	11.9	jpA	Leeuwarden
Iris Linnebank				2018-10-06	3.20	mpA	Heerenveen	2016-09-17	10.9	jpA	Heerenveen
40				2019-10-05	3.38	mpA	Heerenveen	2017-05-20	10.3	jpA	Steenwijk
2016-04-16	8.2	mpC	Sneek	2021-10-02	3.43	mD	Heerenveen	2017-09-16	10.3	jpA	Heerenveen
2016-06-18	8.23	mpC	Heerenveen	balstoten				80h 76,2			
2016-07-02	7.9	mpC	Drachten	2016-05-28	3.00	mpC	Leeuwarden	2019-04-06	16.07	JD	Heerenveen
2017-09-09	7.91	mpB	Sneek	2016-09-24	5.18	mpC	Leeuwarden	2019-05-11	16.04	JD	Heerenveen
2017-10-07	6.9	mpB	Heerenveen	kogel 2				2019-05-25	15.83	JD	Sneek
				2018-04-21	4.50	mpA	Drachten	hoog			
				2018-10-06	5.04	mpA	Heerenveen	2015-06-13	1.05	jpB	Heerenveen
				2019-04-20	5.40	mpA	Drachten	2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen
				2019-10-05	6.10	mpA	Heerenveen	2016-07-02	1.20	jpA	Drachten
				2020-09-26	6.16	mD	Heerenveen	2017-04-08	1.20	jpA	Leeuwarden
				2021-04-17	6.78	mD	Heerenveen	2017-07-08	1.20	jpA	Drachten
				2021-10-02	7.24	mD	Heerenveen				

2017-09-09	1.30	jpA	Sneek	hoog			kogel 4				
hurkhoog				2020-06-30	1.05	mpA	Heerenveen	2021-10-02	10.76	jC	Heerenveen
2014-06-14	0.90	jpC	Steenwijk	2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen	slingeren			
2015-04-11	0.90	jpB	Leeuwarden	ver			2016-05-28	17.50	jpA	Leeuwarden	
2015-06-06	1.00	jpB	Sneek	2019-10-05	2.98	mpB	Heerenveen	2017-05-20	20.00	jpA	Steenwijk
2015-06-27	1.00	jpB	Steenwijk	kogel 2			speer 400				
2015-09-19	1.15	jpB	Heerenveen	2021-05-06	4.50	mpA	Heerenveen	2018-10-14	18.80	jD	Steenwijk
polsver				2021-05-22	4.56	mpA	Heerenveen	speer 600			
2016-07-02	3.90	jpA	Drachten	2021-10-02	4.96	mpA	Heerenveen	2021-10-02	33.61	jC	Heerenveen
2017-04-08	4.25	jpA	Leeuwarden	slingeren			vortex				
ver				2020-06-30	13.50	mpA	Heerenveen	2015-10-03	25.38	jpB	Heerenveen
2014-06-14	2.70	jpC	Steenwijk	vortex			2016-05-28	27.00	jpA	Leeuwarden	
2014-09-13	3.15	jpC	Leeuwarden	2019-10-05	11.56	mpB	Heerenveen	2016-07-02	29.50	jpA	Drachten
2015-06-13	3.17	jpB	Heerenveen	2020-06-02	13.00	mpA	Heerenveen	2016-09-17	29.50	jpA	Heerenveen
2015-10-03	3.38	jpB	Heerenveen	2021-04-06	14.50	mpA	Heerenveen	2017-05-20	29.50	jpA	Steenwijk
2016-09-17	3.55	jpA	Heerenveen	2021-05-06	14.50	mpA	Heerenveen	2017-09-09	33.20	jpA	Sneek
2017-05-20	3.55	jpA	Steenwijk	Thom vd Mark			werp 3-kamp				
2017-09-16	3.60	jpA	Heerenveen	40			2018-10-14	920	jD	Steenwijk	
2017-10-07	3.70	jpA	Heerenveen	60			Florian Marks				
2018-10-06	3.76	jD	Heerenveen	2015-10-03	7.8	jpB	Heerenveen	40			
2019-10-05	3.99	jD	Heerenveen	2016-05-28	11.5	jpA	Leeuwarden	2021-04-06	8.7	jpm	Heerenveen
2020-09-26	4.03	jC	Heerenveen	2016-06-18	11.37	jpA	Heerenveen	600			
balstoten				2016-10-01	11.1	jpA	Heerenveen	2021-10-02	3:05.97	jpm	Heerenveen
2014-06-14	4.00	jpC	Steenwijk	2017-04-02	10.91	jpA	Assen	hoog			
2014-09-13	5.20	jpC	Leeuwarden	2017-05-20	10.6	jpA	Steenwijk	2021-09-11	0.75	jpm	Drachten
2015-06-06	6.60	jpB	Sneek	2017-09-16	10.6	jpA	Heerenveen	ver			
2015-09-19	6.70	jpB	Heerenveen	2017-10-07	10.3	jpA	Heerenveen	2021-04-06	2.20	jpm	Heerenveen
balwerpen 135				80			2021-09-11	2.40	jpm	Drachten	
2014-10-04	16.54	jpC	Heerenveen	2018-10-06	13.68	jD	Heerenveen	balstoten			
kogel 2				1000			2021-09-11	3.50	jpm	Drachten	
2015-09-26	4.65	jpB	Leeuwarden	2015-10-03	4:31.1	jpB	Heerenveen	vortex			
2016-04-16	5.10	jpA	Sneek	2016-06-18	4:17.41	jpA	Heerenveen	2021-04-06	8.00	jpm	Heerenveen
2016-07-02	6.00	jpA	Drachten	2017-09-09	4:04.39	jpA	Sneek	2021-09-11	14.00	jpm	Drachten
2016-09-24	6.27	jpA	Leeuwarden	duur 6'			2021-10-02	14.85	jpm	Heerenveen	
2017-04-08	6.60	jpA	Leeuwarden	2016-04-16	1250	jpA	Sneek				
kogel 3				2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden	Siem vd Meer			
2018-10-06	5.61	jD	Heerenveen	2016-07-02	1375	jpA	Drachten	40			
2019-05-25	6.22	jD	Sneek	60h			2019-10-05	7.7	jpC	Heerenveen	
kogel 4				2016-04-16	14.1	jpA	Sneek	60			
2020-07-02	5.90	jC	Heerenveen	2016-05-28	12.3	jpA	Leeuwarden	2021-04-06	11.5	jpA	Heerenveen
2020-09-26	6.04	jC	Heerenveen	2016-09-17	11.8	jpA	Heerenveen	2021-05-06	11.4	jpA	Heerenveen
slingeren				2017-07-08	11.8	jpA	Drachten	2021-09-11	10.6	jpA	Drachten
2016-09-17	17.00	jpA	Heerenveen	hoog			600	2019-10-05	2:21.2	jpC	Heerenveen
2017-05-20	20.00	jpA	Steenwijk	2016-04-16	0.85	jpA	Sneek	duur 4'			
vortex				2016-06-18	0.95	jpA	Heerenveen	2020-09-12	750	jpB	Heerenveen
2014-06-14	11.00	jpC	Steenwijk	2016-07-02	0.95	jpA	Drachten	duur 6'			
2015-04-11	11.50	jpB	Leeuwarden	2017-04-08	1.20	jpA	Leeuwarden	2021-05-06	1150	jpA	Heerenveen
2015-06-06	16.00	jpB	Sneek	2017-07-08	1.20	jpA	Drachten	40h			
2015-06-13	18.05	jpB	Heerenveen	2018-04-14	1.25	jD	Sneek	2020-06-30	8.8	jpB	Heerenveen
2015-06-27	18.50	jpB	Steenwijk	2018-10-06	1.30	jD	Heerenveen	60h			
2015-09-19	20.50	jpB	Heerenveen	polsver			2021-05-22	13.94	jpA	Heerenveen	
2016-07-02	22.50	jpA	Drachten	2016-04-16	3.60	jpA	Sneek	2021-09-11	13.6	jpA	Drachten
Ilse Ludwig				2016-07-02	3.85	jpA	Drachten	hoog			
40				2017-04-08	3.90	jpA	Leeuwarden	2021-05-06	0.90	jpA	Heerenveen
2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen	2017-07-08	4.00	jpA	Drachten	hurkhoog			
60				ver			2020-06-30	0.70	jpB	Heerenveen	
2020-06-02	9.8	mpA	Heerenveen	2015-10-03	2.87	jpB	Heerenveen	2020-09-12	0.80	jpB	Heerenveen
600				2016-06-18	3.15	jpA	Heerenveen	ver			
2021-05-22	2:43.76	mpA	Heerenveen	2017-04-02	3.31	jpA	Assen	2019-10-05	2.38	jpC	Heerenveen
2021-10-02	2:20.02	mpA	Heerenveen	discus 1			2020-09-26	2.64	jpB	Heerenveen	
1000				2018-10-14	15.57	jD	Steenwijk	2021-10-02	2.89	jpA	Heerenveen
2019-10-05	5:12.5	mpB	Heerenveen	2021-10-02	29.26	jC	Heerenveen				
duur 6'				kogel 2							
2021-05-06	1025	mpA	Heerenveen	2016-04-16	6.20	jpA	Sneek				
60h				2016-07-02	7.30	jpA	Drachten				
2020-06-30	12.9	mpA	Heerenveen	kogel 3							
2021-05-22	12.76	mpA	Heerenveen	2018-04-14	6.79	jD	Sneek				
				2018-10-06	7.66	jD	Heerenveen				

balstoten				balstoten				discus 1			
2020-09-12	4.50	jpB	Heerenveen	2017-05-20	3.70	jpm	Steenwijk	2016-05-21	11.69	jD	Drachten
kogel 2				2017-09-16	4.50	jpm	Heerenveen	2017-06-10	12.30	jD	Sneek
2021-05-06	4.00	jpA	Heerenveen	2018-05-26	5.30	jpC	Sneek				
slingeren				2018-09-15	6.50	jpC	Heerenveen	Kjeld Meijer			
2020-06-30	8.50	jpB	Heerenveen	2019-05-25	7.20	jpB	Steenwijk	60			
2021-09-11	13.00	jpA	Drachten	kogel 2				2015-10-03	10.5	jpA	Heerenveen
vortex				2020-09-26	6.30	jpA	Heerenveen	2016-05-28	10.4	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	10.46	jpC	Heerenveen	slingeren				2016-10-01	10.3	jpA	Heerenveen
2020-09-12	14.00	jpB	Heerenveen	2017-07-08	9.00	jpm	Drachten	80			
2020-09-26	15.63	jpB	Heerenveen	2018-04-21	11.00	jpC	Drachten	2017-04-08	13.54	jD	Heerenveen
Sjoerd vd Meer				2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk	2017-05-20	13.16	jD	Heerenveen
40				2019-04-20	14.50	jpB	Drachten	2018-10-06	12.94	jD	Heerenveen
2017-07-08	8.8	jpm	Drachten	2019-06-29	14.50	jpB	Leeuwarden	100			
2017-10-07	8.6	jpm	Heerenveen	2020-06-30	16.00	jpA	Heerenveen	2019-10-05	15.5	jC	Heerenveen
2018-04-21	7.9	jpC	Drachten	vortex				800			
2018-07-07	7.3	jpC	Steenwijk	2017-05-20	9.00	jpm	Steenwijk	2019-10-05	3:30.5	jC	Heerenveen
2018-10-06	7.26	jpC	Heerenveen	2017-07-08	11.00	jpm	Drachten	1000			
60				2017-09-16	13.00	jpm	Heerenveen	2015-10-03	4:29.2	jpA	Heerenveen
2020-06-02	10.4	jpA	Heerenveen	2018-04-21	13.50	jpC	Drachten	2016-10-01	4:20.2	jpA	Heerenveen
2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen	2018-05-26	16.50	jpC	Sneek	duur 6'			
600				2018-07-07	18.50	jpC	Steenwijk	2016-04-16	1175	jpA	Sneek
2017-10-07	2:32.6	jpm	Heerenveen	2018-09-15	21.50	jpC	Heerenveen	2016-05-28	1275	jpA	Leeuwarden
2018-10-06	2:20.38	jpC	Heerenveen	2019-04-20	21.50	jpB	Drachten	60h			
2020-09-26	2:07.0	jpA	Heerenveen	2019-05-25	23.00	jpB	Steenwijk	2016-04-16	12.8	jpA	Sneek
1000				2019-10-05	28.12	jpB	Heerenveen	2016-05-28	12.5	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	4:03.6	jpB	Heerenveen	2021-05-06	28.50	jpA	Heerenveen	2016-07-02	11.5	jpA	Drachten
duur 4'				Bea vd Mei				80h 76,2			
2017-05-20	825	jpm	Steenwijk	200				2017-04-08	19.07	jD	Heerenveen
2017-07-08	850	jpm	Drachten	2017-10-07	35.4	V50	Heerenveen	2018-04-14	18.49	jD	Sneek
2018-04-21	950	jpC	Drachten	800				hoog			
2018-05-26	975	jpC	Sneek	2017-10-07	3:10.6	V50	Heerenveen	2016-04-16	1.15	jpA	Sneek
2018-07-07	1025	jpC	Steenwijk	ver				2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen
2019-05-25	1025	jpB	Steenwijk	2017-10-07	3.21	V50	Heerenveen	2016-07-02	1.20	jpA	Drachten
2019-06-29	1025	jpB	Leeuwarden	kogel 3				2017-05-06	1.20	jD	Groningen
duur 6'				2017-10-07	5.24	V50	Heerenveen	polsver			
2021-05-06	1450	jpA	Heerenveen	speer 500				2016-04-16	3.70	jpA	Sneek
40h				2017-10-07	11.18	V50	Heerenveen	2016-07-02	3.90	jpA	Drachten
2017-07-08	10.6	jpm	Drachten	Sietse vd Mei				ver			
2018-04-21	8.5	jpC	Drachten	100				2015-10-03	3.33	jpA	Heerenveen
2018-07-07	8.3	jpC	Steenwijk	2014-10-04	16.4	M55	Heerenveen	2016-05-28	3.85	jpA	Leeuwarden
2019-04-20	7.6	jpB	Drachten	800				discus 1			
2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden	2014-10-04	3:03.7	M55	Heerenveen	2017-10-07	9.70	jD	Heerenveen
60h				ver				kogel 2			
2020-06-30	11.8	jpA	Heerenveen	2014-10-04	3.23	M55	Heerenveen	2015-10-03	4.14	jpA	Heerenveen
hoog				speer 700				2016-04-16	5.20	jpA	Sneek
2017-05-20	0.75	jpm	Steenwijk	2014-10-04	18.68	M55	Heerenveen	2016-07-02	5.80	jpA	Drachten
2017-09-16	0.75	jpm	Heerenveen	Mila Meibos				2016-10-01	5.90	jpA	Heerenveen
2018-05-26	0.85	jpC	Sneek	60				kogel 3			
2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen	2021-10-02	10.37	mpA	Heerenveen	2017-06-10	5.63	jD	Sneek
2019-05-25	1.05	jpB	Steenwijk	600				2018-06-30	6.80	jD	Groningen
2020-06-30	1.20	jpA	Heerenveen	2021-10-02	2:15.85	mpA	Heerenveen	slingeren			
2021-05-06	1.25	jpA	Heerenveen	ver				2016-05-28	15.50	jpA	Leeuwarden
hurkhoog				kogel 2				speer 600			
2017-07-08	0.75	jpm	Drachten	2021-10-02	4.42	mpA	Heerenveen	2019-10-05	16.05	jC	Heerenveen
2018-04-21	0.85	jpC	Drachten	Dylan Meijer				vortex			
2019-04-20	0.90	jpB	Drachten	80				2016-04-16	16.00	jpA	Sneek
2019-06-29	0.95	jpB	Leeuwarden	2016-05-21	12.23w	jD	Drachten	2016-05-28	18.00	jpA	Leeuwarden
ver				ver				2016-07-02	18.00	jpA	Drachten
2017-05-20	2.30	jpm	Steenwijk	2016-05-21	3.26w	jD	Drachten	Dean Meindersma			
2017-09-16	2.40	jpm	Heerenveen	2017-06-10	3.72	jD	Sneek	60			
2018-05-26	2.45	jpC	Sneek	Dylan Meijer				2017-05-20	10.9	jpA	Steenwijk
2018-09-15	2.90	jpC	Heerenveen	80				2017-09-16	10.4	jpA	Heerenveen
2018-10-06	3.05	jpC	Heerenveen	2016-05-21	12.23w	jD	Drachten	2018-10-06	10.63	jpA	Heerenveen
2019-05-25	3.10	jpB	Steenwijk	ver				duur 6'			
2020-06-02	3.20	jpA	Heerenveen	2016-05-21	3.26w	jD	Drachten	2017-05-20	1225	jpA	Steenwijk
2020-09-26	3.61	jpA	Heerenveen	2017-06-10	3.72	jD	Sneek				

60h				50				2011-07-16	1.10	jpB	Hoogeveen
2017-05-20	12.7	jpA	Steenwijk	2017-05-28	7.42	jC	Niort (Fra)	2012-04-21	1.10	jpA	Leeuwarden
ver				2017-06-14	7.24	jC	Poitiers (Fra)	2012-06-05	1.25	jpA	Heerenveen
2017-05-20	2.70	jpA	Steenwijk	60				2012-10-06	1.25	jpA	Heerenveen
2018-05-26	3.15	jpA	Sneek	2012-04-14	10.1	jpA	Heerenveen	2013-05-11	1.25	jpA	Hoogeveen
kogel 2				2012-07-07	9.9	jpA	Heerenveen	2013-06-23	1.25	jpA	Soest
2018-10-06	5.67	jpA	Heerenveen	2013-05-11	10.12	jpA	Hoogeveen	2013-10-05	1.25	jpA	Heerenveen
slingeren				2013-05-18	10.11	jpA	Stadskanaal	2014-04-12	1.25	jD	Heerenveen
2017-05-20	17.00	jpA	Steenwijk	80				2014-05-17	1.35	jD	Heerenveen
2017-09-16	17.00	jpA	Heerenveen	2014-04-05	12.63	jD	Steenwijk	2014-09-07	1.40	jD	Amsterdam
2018-05-26	17.00	jpA	Sneek	2014-04-05	12.60w	jD	Steenwijk	2015-08-30	1.40	jD	Stadskanaal
vortex				2014-04-12	12.47	jD	Heerenveen	2016-06-05	1.45	jC	Gemert
2017-09-16	16.50	jpA	Heerenveen	2014-04-12	12.42	jD	Heerenveen	2016-10-15	1.45	jC	Neuville-de-Poitou
				2014-05-24	12.26	jD	Assen	2017-03-26	1.60	jC	Chasseneuil-sur-B.
				2015-05-24	12.09	jD	Amstelveen	2018-04-21	1.71	jB	Poitiers (Fra)
Thea Mooij				100				2018-06-16	1.79	jB	Niort (Fra)
100				2016-04-03	15.63	jC	Steenwijk	2019-05-26	1.90	jB	Niort (Fra)
2014-10-04	19.1	V50	Heerenveen	2016-04-23	15.26w	jC	Assen	2019-06-09	1.92	jB	Angoulême (Fra)
ver				2016-05-15	14.8	jC	Amstelveen	2020-07-24	1.95	jA	Brive-la-Gaillarde
2014-10-04	2.22	V50	Heerenveen	2016-06-04	14.72	jC	Gemert	polshoog			
				2016-07-02	14.57	jC	Stadskanaal	2016-04-09	1.91	jC	Heerenveen
Noah Mosselaar				2017-03-26	14.3	jC	Chasseneuil-sur-B.	2016-06-11	2.20	jC	Groningen
40				2017-04-01	14.17	jC	Migné-Auxances	2018-04-25	2.90	jB	Angoulême (Fra)
2017-10-07	8.0	jpB	Heerenveen	2017-07-08	13.49	jC	Stadskanaal	2018-05-26	3.00	jB	Loudun (Fra)
				2018-05-12	13.02	jB	La Rochelle (Fra)	2018-05-30	3.10	jB	Compiègne (Fra)
				2018-05-26	12.72	jB	Loudun (Fra)	2018-06-16	3.20	jB	Niort (Fra)
				2019-06-01	12.71	jB	Talence (Fra)	2018-07-01	3.30	jB	Brive-la-Gaillarde
				200				2019-04-03	3.60	jB	Angoulême (Fra)
2018-05-26	12.0	jpA	Sneek	2014-04-21	32.07	jD	Dronten	2019-04-07	3.90	jB	Niort (Fra)
2018-09-15	11.9	jpA	Heerenveen	2014-05-17	32.02	jD	Heerenveen	2019-04-13	3.92	jB	Poitiers (Fra)
2019-10-05	11.4	jpA	Heerenveen	300				2019-06-15	4.00	jB	Mont-de-Marsan
1000				2015-04-11	50.23	jD	Heerenveen	2019-06-29	4.15	jB	Alphen a/d Rijn
2017-10-07	5:46.8	jpB	Heerenveen	400				ver			
duur 6'				2018-05-12	1:05.99	jB	La Rochelle (Fra)	2011-05-24	3.35	jpB	Grou
2018-05-26	650	jpA	Sneek	2019-05-11	1:00.29	jB	Cérizay (Fra)	2012-06-09	3.45	jpA	Steenwijk
2018-07-07	700	jpA	Steenwijk	800				2013-06-23	3.57	jpA	Soest
2019-04-20	750	jpA	Drachten	2014-04-21	3:00.05	jD	Dronten	2014-04-12	3.65	jD	Heerenveen
60h				1000				2014-04-21	3.76	jD	Dronten
2018-05-26	15.6	jpA	Sneek	2011-04-09	4:23.0	jpB	Heerenveen	2014-05-17	3.87	jD	Heerenveen
2018-09-15	15.3	jpA	Heerenveen	2011-04-16	4:15.3	jpB	Leeuwarden	2014-05-31	3.97	jD	Stadskanaal
2019-04-20	13.9	jpA	Drachten	2011-06-07	4:10.2	jpB	Heerenveen	2015-04-06	4.12	jD	Purmerend
hoog				2012-06-05	4:09.5	jpA	Heerenveen	2015-07-04	4.32	jD	Best
2018-07-07	0.95	jpA	Steenwijk	2012-06-19	4:04.5	jpA	Sneek	2015-08-23	4.42	jD	Amsterdam
2019-04-20	1.00	jpA	Drachten	2012-07-07	4:00.8	jpA	Heerenveen	2016-04-09	4.45	jC	Heerenveen
2020-07-02	1.00	jD	Heerenveen	2013-10-05	3:58.3	jpA	Heerenveen	2017-04-01	4.61	jC	Migné-Auxances
polsver				2014-06-15	3:53.64	jD	Dronten	2017-06-14	4.78	jC	Poitiers (Fra)
2018-07-07	3.00	jpA	Steenwijk	2017-07-09	3:38.14	jC	Stadskanaal	2018-05-12	4.97	jB	La Rochelle (Fra)
ver				1500				2019-05-11	5.43	jB	Cérizay (Fra)
2017-10-07	2.20	jpB	Heerenveen	2018-05-13	6:07.73	jB	La Rochelle (Fra)	2019-05-26	5.82	jB	Niort (Fra)
2018-05-26	2.60	jpA	Sneek	2019-05-12	5:53.80	jB	Cérizay (Fra)	2019-06-01	6.16	jB	Talence (Fra)
2019-10-05	2.84	jpA	Heerenveen	2019-06-02	5:44.24	jB	Talence (Fra)	balwerpen 180			
kogel 2				80h				2012-04-14	22.58	jpA	Heerenveen
2018-07-07	4.70	jpA	Steenwijk	2015-08-30	16.31	jD	Stadskanaal	2012-06-09	26.69	jpA	Steenwijk
2019-04-20	5.20	jpA	Drachten	80h 76,2				2012-06-19	30.17	jpA	Sneek
kogel 3				2014-06-15	17.80	jD	Dronten	discus 1			
2020-07-02	5.04	jD	Heerenveen	2015-04-06	16.70	jD	Purmerend	2014-04-05	15.01	jD	Steenwijk
slingeren				100h 83,8				2014-05-17	16.40	jD	Heerenveen
2018-05-26	13.00	jpA	Sneek	2016-04-23	22.72w	jC	Assen	2014-05-21	17.46	jD	Sneek
vortex				2016-05-01	21.88	jC	Sneek	2015-05-14	19.27	jD	Amsterdam
2017-10-07	8.42	jpB	Heerenveen	2016-06-05	20.40	jC	Gemert	2015-05-16	20.27	jD	Heerenveen
2018-05-26	11.00	jpA	Sneek	2017-04-15	19.06	jC	Châtellerault (Fra)	2015-05-30	20.85	jD	Drachten
2018-07-07	11.00	jpA	Steenwijk	2017-07-09	18.22	jC	Stadskanaal	2015-06-21	22.45	jD	Emmen
2018-09-15	12.00	jpA	Heerenveen	110h 91,4				2016-05-14	23.11	jC	Heerenveen
				2018-05-13	19.50	jB	La Rochelle (Fra)	2017-07-09	23.15	jC	Stadskanaal
Lennert Naeff				2019-04-13	17.50	jB	Poitiers (Fra)	discus 1½			
40				2019-06-01	17.34	jB	Talence (Fra)	2017-11-19	22.76	jB	Châtellerault (Fra)
2011-04-16	7.4	jpB	Leeuwarden	300h 76,2				2018-01-28	24.46	jB	Angoulême (Fra)
2011-07-05	7.4	jpB	Leeuwarden	2015-04-26	1:01.06	jD	Epe	2019-04-03	28.38	jB	Niort (Fra)
2011-07-16	7.49	jpB	Hoogeveen	2016-06-25	59.02	jC	Emmen	2019-04-17	33.88	jB	Angoulême (Fra)
				hoog				2019-06-02	36.14	jB	Talence (Fra)
				2011-07-05	1.10	jpB	Leeuwarden	discus 1¼			
								2017-01-29	19.63	jC	Cognac (Fra)
								2017-03-26	20.95	jC	Chasseneuil-sur-B.
								2017-05-28	21.92	jC	Niort (Fra)
								kogel 2			
								2011-04-09	5.12	jpB	Heerenveen
								2011-06-21	5.89	jpB	Sneek

Klaas Peereboom

discus 1
 2018-10-06 18.33 M65 Heerenveen
 2019-08-30 19.03 M65 Heerenveen
 2020-08-28 20.70 M65 Heerenveen
 2021-07-09 19.82 M65 Steenwijk

kogel 5
 2018-10-06 7.97 M65 Heerenveen

speer 600
 2018-10-06 19.53 M65 Heerenveen

werp 3-kamp
 2018-10-06 849 M65 Heerenveen

Jeroen Piek

60
 2019-08-25 7.26 M Alkmaar

100
 2011-07-01 11.03w Mneo Assen
 2011-07-30 10.94w Mneo Amsterdam

150
 2016-07-08 16.84w M Steenwijk
 2019-08-09 16.80 M Utrecht
 200
 2016-07-22 22.67 M Wageningen
 2016-08-14 22.32 M Alkmaar

kogel 7½
 2012-05-20 11.70 Mneo Harderwijk

sprint 2-kamp
 2016-08-13 1714 M Alkmaar

Norah Pont

40
 2015-10-03 7.8 mpC Heerenveen
 2018-03-25 7.26 mpB Assen
 2018-04-21 6.8 mpB Drachten

60
 2019-05-25 9.5 mpA Steenwijk
 2021-04-17 8.5 mD Heerenveen
 2021-05-22 8.70 mD Heerenveen
 2021-07-03 8.46 mD Assen

150
 2021-05-22 21.22 mD Heerenveen
 2021-09-12 20.96 mD Amsterdam
 2021-09-12 20.88w mD Amsterdam

600
 2015-10-03 2:31.8 mpC Heerenveen

duur 4'
 2018-04-21 900 mpB Drachten
 2018-05-26 1050 mpB Sneek
 2019-06-29 975 mpA Leeuwarden

duur 6'
 2019-04-20 1475 mpA Drachten
 2019-05-25 1425 mpA Steenwijk

40h
 2018-04-21 7.5 mpB Drachten

60h
 2019-04-20 10.8 mpA Drachten
 2019-09-14 10.8 mpA Sneek

60h 76,2
 2021-04-17 10.5 mD Heerenveen
 2021-07-03 10.49 mD Assen
 2021-09-12 10.20 mD Amsterdam

hoog
 2018-05-26 1.05 mpB Sneek
 2018-09-15 1.05 mpB Heerenveen
 2019-04-20 1.15 mpA Drachten

2019-06-29 1.20 mpA Leeuwarden
 2021-04-17 1.35 mD Heerenveen
 2021-05-22 1.35 mD Heerenveen

hurkhoog
 2018-04-21 0.85 mpB Drachten

polsver
 2019-04-20 4.25 mpA Drachten

ver
 2015-10-03 2.21 mpC Heerenveen
 2018-03-25 3.17 mpB Assen
 2018-09-15 3.20 mpB Heerenveen
 2019-05-25 3.45 mpA Steenwijk

balstoten
 2018-05-26 5.50 mpB Sneek
 2018-09-15 5.60 mpB Heerenveen

kogel 2
 2018-03-25 4.56 mpB Assen
 2019-04-20 6.30 mpA Drachten

slingeren
 2018-04-21 10.00 mpB Drachten
 2019-05-25 14.50 mpA Steenwijk

vortex
 2015-10-03 14.74 mpC Heerenveen
 2018-05-26 16.50 mpB Sneek
 2018-09-15 16.50 mpB Heerenveen
 2019-04-20 19.50 mpA Drachten
 2019-05-25 22.50 mpA Steenwijk
 2019-06-29 24.50 mpA Leeuwarden

Eric Portema

discus 2
 2011-10-09 27.23 M Steenwijk
 2013-05-31 28.34 M Steenwijk
 2013-10-05 28.81 M Heerenveen

kogel 7½
 2011-06-05 11.45 M Assen

kogelsl. 7½
 2013-04-21 18.75 M Grootebroek
 2014-05-04 20.88 M Grootebroek

speer 800
 2011-10-09 46.88 M Steenwijk
 2012-05-17 49.52 M Hengelo
 2013-05-09 51.48 M Groningen

werp 3-kamp
 2011-10-09 1463 M Steenwijk
 2013-05-31 1520 M Steenwijk
 2013-10-05 1593 M Heerenveen

Jasper Post

40
 2018-10-06 8.95 jpm Heerenveen

600
 2018-10-06 2:57:28 jpm Heerenveen

ver
 2018-10-06 2.10 jpm Heerenveen

kogel 2
 2021-05-06 4.10 jpA Heerenveen

vortex
 2018-10-06 8.89 jpm Heerenveen
 2021-05-06 14.00 jpA Heerenveen

Gearard Posthumus

5000
 2020-09-26 19:20.0 M35 Heerenveen

Patrick Postma

3000
 2019-03-30 10:14.41 M Steenwijk
 5000
 2012-06-24 18:26.80 Mneo Drachten

Sanne Pultrum

40
 2016-06-18 7.72 mpB Heerenveen
 2016-07-02 7.4 mpB Drachten
 2016-10-01 7.0 mpB Heerenveen

60
 2017-05-20 10.2 mpA Steenwijk
 2017-09-16 10.2 mpA Heerenveen
 2017-10-07 10.0 mpA Heerenveen
 2018-05-26 9.7 mpA Sneek
 2018-10-06 9.81 mpA Heerenveen
 2019-03-30 9.69 mD Steenwijk
 2019-10-05 9.2 mD Heerenveen
 2020-07-25 9.21 mD Heerenveen

150
 2020-07-02 22.9 mD Heerenveen
 2021-05-22 21.90 mC Heerenveen
 2021-10-02 20.23 mC Heerenveen

200
 2019-05-11 33.22 mD Heerenveen
 2021-05-01 28.49 mC Heerenveen

400
 2019-05-05 1:14.16 mD Sneek

600
 2019-05-05 2:06.33 mD Sneek
 2020-07-25 1:56.00 mD Heerenveen
 2020-09-26 1:52.0 mD Heerenveen
 2021-05-23 1:48.04 mC Heerenveen

800
 2020-09-06 2:49.73 mD Alkmaar
 2020-09-19 2:47.24 mD Grootebroek
 2021-03-20 2:40.7 mC Heerenveen
 2021-04-11 2:34.0 mC Heerenveen
 2021-05-01 2:34.09 mC Heerenveen
 2021-06-19 2:32.40 mC Leeuwarden

1000
 2016-10-01 3:56.0 mpB Heerenveen
 2017-06-24 3:43.95 mpA Stadskanaal
 2018-06-02 3:43.11 mpA Stadskanaal
 2019-03-30 3:42.42 mD Steenwijk
 2019-04-06 3:35.53 mD Heerenveen

1500
 2021-07-03 6:01.52 mC Assen

duur 4'
 2016-07-02 975 mpB Drachten

duur 6'
 2017-05-20 1450 mpA Steenwijk
 2017-07-08 1450 mpA Drachten
 2018-04-21 1500 mpA Drachten

40h
 2016-07-02 8.7 mpB Drachten

60h
 2017-05-20 12.5 mpA Steenwijk
 2017-07-08 12.3 mpA Drachten
 2017-09-16 12.3 mpA Heerenveen
 2018-04-21 12.1 mpA Drachten
 2018-07-07 12.1 mpA Steenwijk
 2018-09-15 12.1 mpA Heerenveen

60h 76,2
 2019-05-04 13.74 mD Sneek
 2019-05-25 13.32 mD Sneek

2017-05-20	4.40	mpC	Steenwijk	80h 76,2			2020-06-02	2.60	mpB	Heerenveen	
2017-09-16	4.70	mpC	Heerenveen	2020-07-25	15.24	mC	Heerenveen	2020-09-12	2.70	mpB	Heerenveen
2018-05-26	5.10	mpB	Sneek	2021-03-20	14.6	mC	Heerenveen	2020-09-26	2.79	mpB	Heerenveen
2018-09-15	5.50	mpB	Heerenveen	2021-04-17	14.2	mC	Heerenveen	2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen
2021-05-22	13.82	mC	Heerenveen	2021-09-11	13.70	mC	Zoetermeer				
balwerpen 180				300h 76,2			balstoten				
2017-06-24	11.30	mpC	Stadskanaal	2020-07-04	52.6	mC	Heerenveen	2018-09-15	2.00	mpm	Heerenveen
kogel 2				2021-05-01	51.83	mC	Heerenveen	2019-05-25	3.10	mpC	Steenwijk
2018-03-25	3.92	mpB	Assen	400h 76,2			2019-09-14	3.40	mpC	Sneek	
2018-07-14	3.98	mpB	Heerenveen	2021-04-11	1:15.7	mC	Heerenveen	2020-09-12	3.80	mpB	Heerenveen
2019-04-07	5.36	mpA	Assen	hoog			kogel 2				
2019-04-20	5.40	mpA	Drachten	2020-07-04	1.36	mC	Heerenveen	2021-05-22	3.54	mpA	Heerenveen
2020-09-12	6.40	mpA	Heerenveen	2020-09-26	1.45	mC	Heerenveen	slingeren			
slingeren				hss			2018-07-07	6.00	mpm	Steenwijk	
2016-04-16	5.00	mpm	Sneek	2021-04-11	9.74	mC	Heerenveen	2019-06-29	7.50	mpC	Leeuwarden
2016-07-02	9.00	mpm	Drachten	2021-08-29	10.35	mC	Amsterdam	2020-06-30	9.50	mpB	Heerenveen
2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	ver			vortex				
2018-07-07	13.50	mpB	Steenwijk	2020-07-04	4.59	mC	Heerenveen	2018-07-07	5.00	mpm	Steenwijk
2019-09-14	15.50	mpA	Sneek	2020-09-19	4.67	mC	Grootebroek	2019-05-25	7.00	mpC	Steenwijk
2020-06-30	15.50	mpA	Heerenveen	2020-09-26	4.91	mC	Heerenveen	2019-06-29	9.00	mpC	Leeuwarden
vortex				2021-05-23	5.17	mC	Heerenveen	2020-09-26	9.54	mpB	Heerenveen
2015-09-19	4.50	mpm	Heerenveen	kogel 3			Claudette Ritsema				
2016-04-16	7.00	mpm	Sneek	2021-05-22	9.47	mC	Heerenveen	40			
2016-05-28	7.50	mpm	Leeuwarden	2021-09-11	9.68	mC	Zoetermeer	2018-07-07	7.0	mpB	Steenwijk
2016-07-02	8.50	mpm	Drachten	speer 500			2018-07-14	7.17	mpB	Heerenveen	
2016-09-17	11.00	mpm	Heerenveen	2021-03-20	21.62	mC	Heerenveen	2018-10-06	6.92	mpB	Heerenveen
2016-10-01	11.20	mpm	Heerenveen	2021-05-23	23.82	mC	Heerenveen	60			
2017-09-09	12.60	mpC	Sneek	7-kamp			2019-09-14	9.6	mpA	Sneek	
2018-05-26	13.00	mpB	Sneek	2021-05-23	3564	mC	Heerenveen	2020-06-02	9.6	mpA	Heerenveen
2018-07-07	13.50	mpB	Steenwijk				2020-09-26	9.4	mpA	Heerenveen	
2018-10-06	14.07	mpB	Heerenveen				600				
2019-04-20	20.00	mpA	Drachten				2018-07-14	2:02.47	mpB	Heerenveen	
2019-06-29	21.50	mpA	Leeuwarden				2020-09-26	1:59.0	mpA	Heerenveen	
Stef Rijkema				Bernice Ritsema			2021-03-20	1:53.4	mD	Heerenveen	
60				40			1000				
2020-09-26	8.4	jpC	Heerenveen	2018-07-07	9.3	mpm	Steenwijk	2018-10-06	3:56.76	mpB	Heerenveen
600				2019-06-29	7.9	mpC	Leeuwarden	duur 4'			
2020-09-26	2:48.0	jpC	Heerenveen	2019-10-05	7.9	mpC	Heerenveen	2018-07-07	1050	mpB	Steenwijk
duur 4'				2020-06-02	7.5	mpB	Heerenveen	2019-06-29	1075	mpA	Leeuwarden
2021-06-05	950	jpB	Heerenveen	60			duur 6'				
40h				2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen	2020-09-12	1600	mpA	Heerenveen
2020-06-30	9.6	jpC	Heerenveen	600			40h				
2021-06-05	8.2	jpB	Heerenveen	2018-10-06	2:46.79	mpm	Heerenveen	2018-07-07	7.6	mpB	Steenwijk
hoog				2019-10-05	2:32.9	mpC	Heerenveen	60h			
2021-06-05	0.95	jpB	Heerenveen	2020-09-26	2:17.0	mpB	Heerenveen	2019-06-29	11.4	mpA	Leeuwarden
hurkhoog				duur 4'			2019-09-14	10.9	mpA	Sneek	
2020-06-30	0.75	jpC	Heerenveen	2018-07-07	800	mpm	Steenwijk	2020-09-12	10.8	mpA	Heerenveen
ver				2019-05-25	900	mpC	Steenwijk	hoog			
2020-09-26	2.82	jpC	Heerenveen	2020-09-12	1000	mpB	Heerenveen	2019-06-29	1.05	mpA	Leeuwarden
2021-06-05	3.25	jpB	Heerenveen	40h			2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen	
balstoten				2018-07-07	11.6	mpm	Steenwijk	hurkhoog			
2021-06-05	4.80	jpB	Heerenveen	2019-06-29	10.7	mpC	Leeuwarden	2018-07-07	0.80	mpB	Steenwijk
slingeren				2020-06-30	9.8	mpB	Heerenveen	60h			
2020-06-30	9.50	jpC	Heerenveen	60h			2021-05-22	13.56	mpA	Heerenveen	
vortex				duur 4'			hoog				
2020-09-26	16.18	jpC	Heerenveen	2018-07-07	800	mpm	Steenwijk	2019-06-29	3.85	mpA	Leeuwarden
Nynke Rijpma				2019-05-25	900	mpC	Steenwijk	ver			
80				2021-05-22	0.95	mpA	Heerenveen	2018-07-14	3.00	mpB	Heerenveen
2020-09-19	11.36	mC	Grootebroek	hurkhoog			2018-10-06	3.04	mpB	Heerenveen	
2020-09-26	10.9	mC	Heerenveen	2018-07-07	0.50	mpm	Steenwijk	2019-09-14	3.15	mpA	Sneek
150				2019-06-29	0.55	mpC	Leeuwarden	2020-09-26	3.53	mpA	Heerenveen
2021-05-22	21.06	mC	Heerenveen	2020-06-30	0.60	mpB	Heerenveen	2021-03-20	3.76	mD	Heerenveen
2021-09-12	21.05	mC	Zoetermeer	2020-09-12	0.70	mpB	Heerenveen	kogel 2			
300				ver			2018-07-14	3.19	mpB	Heerenveen	
2020-09-19	49.89	mC	Grootebroek	2018-09-15	1.80	mpm	Heerenveen	2019-06-29	4.10	mpA	Leeuwarden
				2018-10-06	1.96	mpm	Heerenveen	2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen
				2019-05-25	2.20	mpC	Steenwijk	slingeren			
				2019-09-14	2.35	mpC	Sneek	2018-07-07	10.50	mpB	Steenwijk
				2019-10-05	2.46	mpC	Heerenveen				

2017-05-20	17.00	jpC	Steenwijk	2020-09-06	31.18	mD	Heerenveen	2019-06-13	3:05.25	V50	Leeuwarden
2017-09-16	20.00	jpC	Heerenveen					2020-09-04	3:10.81	V55	Leeuwarden
2018-05-26	21.50	jpB	Sneek					2020-09-16	3:01.0	V55	Dronten
2018-07-07	22.50	jpB	Steenwijk	2021-05-01	29.02	mC	Heerenveen				
2018-09-15	23.00	jpB	Heerenveen	2021-05-23	29.72	mC	Heerenveen	ver			
2018-10-06	24.09	jpB	Heerenveen	2021-06-19	31.38	mC	Leeuwarden	2018-06-10	2.67	V50	Apeldoorn
2019-04-20	25.50	jpA	Drachten	2021-08-29	32.30	mC	Amsterdam				
2019-09-14	27.00	jpA	Sneek	2021-08-29	31.97	mC	Amsterdam	speer 600			
2020-09-12	29.50	jpA	Heerenveen					2011-10-01	14.45	V45	Heerenveen
				7-kamp							
				2021-05-23	3461	mC	Heerenveen	sprint 2-kamp			
				2021-07-11	3562	mC	Delft	2012-05-12	215	V45	Heerenveen
Lars Seijsener											
40				Noortje Sieperda				Sian Smit			
2020-06-02	9.0	jpB	Heerenveen	100h 76,2				40			
60				2021-03-20	18.5	mB	Heerenveen	2016-04-16	8.0	mpB	Sneek
2021-04-06	12.8	jpA	Heerenveen	2021-05-22	18.30	mB	Heerenveen	2016-06-18	7.78	mpB	Heerenveen
ver				2021-07-04	17.90	mB	Dongen	2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen
2020-06-02	2.05	jpB	Heerenveen	400h 76,2				60			
kogel 2				2021-04-11	1:21.7	mB	Heerenveen	2017-05-20	10.8	mpA	Steenwijk
2021-05-06	3.80	jpA	Heerenveen	ver				2018-05-26	10.0	mpA	Sneek
vortex				2021-05-22	4.35	mB	Heerenveen	2018-10-06	9.83	mpA	Heerenveen
2020-06-02	9.00	jpB	Heerenveen	discus 1				1000			
2021-04-06	10.00	jpA	Heerenveen	2021-05-22	22.08	mB	Heerenveen	2016-06-18	5:11.58	mpB	Heerenveen
				2021-07-09	22.12	mB	Steenwijk	2016-10-01	4:58.0	mpB	Heerenveen
				kogel 3				2018-10-06	4:39.67	mpA	Heerenveen
Milou Sieperda				2021-07-09	8.96	mB	Steenwijk	duur 4'			
150				2021-09-15	9.17	mB	Dronten	2016-04-16	750	mpB	Sneek
2021-05-22	22.17	mC	Heerenveen	speer 500				2016-05-28	775	mpB	Leeuwarden
2021-07-10	21.82	mC	Delft	2021-05-01	22.03	mB	Heerenveen	duur 6'			
600				2021-09-15	22.10	mB	Dronten	2017-04-08	1100	mpA	Leeuwarden
2021-05-23	2:07.00	mC	Heerenveen					2017-05-20	1125	mpA	Steenwijk
2021-07-11	1:59.80	mC	Delft	Jolanda Smedinga				2018-04-21	1225	mpA	Drachten
2021-10-10	1:59.49	mC	Best	100				40h			
60h 76,2				2011-05-28	15.26w	V45	Heerenveen	2016-04-16	9.1	mpB	Sneek
2020-07-25	12.37	mD	Heerenveen	2018-04-07	16.92	V50	Steenwijk	60h			
60h 106,7				2018-05-12	16.55	V50	Heerenveen	2017-04-08	14.7	mpA	Leeuwarden
2020-09-12	11.08w	mD	Zoetermeer	2020-08-23	16.79w	V55	Alkmaar	2017-05-20	13.6	mpA	Steenwijk
80h 76,2				2021-07-01	16.64	V55	Hengelo	2018-04-21	12.1	mpA	Drachten
2021-03-20	14.5	mC	Heerenveen	2021-09-08	16.59	V55	Hengelo	hoog			
2021-05-01	14.44	mC	Heerenveen	2021-09-18	16.41	V55	Hengelo	2016-06-18	0.80	mpB	Heerenveen
2021-07-10	14.22	mC	Delft	150				2016-09-17	0.85	mpB	Heerenveen
hoog				2011-07-15	23.2	V45	Steenwijk	2017-04-08	0.85	mpA	Leeuwarden
2020-07-04	1.48	mD	Heerenveen	2018-07-13	26.02	V50	Steenwijk	2018-04-21	0.95	mpA	Drachten
2020-09-19	1.50	mD	Grootebroek	2019-07-05	24.86w	V50	Steenwijk	hurkhoog			
2020-09-26	1.50	mD	Heerenveen	200				2016-04-16	0.70	mpB	Sneek
2021-03-20	1.50	mC	Heerenveen	2018-05-12	36.89	V50	Heerenveen	2016-05-28	0.80	mpB	Leeuwarden
2021-04-17	1.55	mC	Heerenveen	2018-06-09	35.07	V50	Groningen	polsver			
2021-05-22	1.60	mC	Heerenveen	2019-05-19	35.05	V50	Gouda	2017-04-08	3.20	mpA	Leeuwarden
2021-07-04	1.60	mC	Dongen	2021-08-28	36.00	V55	Hoogeveen	2018-04-21	3.60	mpA	Drachten
2021-09-11	1.60	mC	Zoetermeer	2021-09-19	34.77	V55	Hengelo	ver			
2021-10-09	1.61	mC	Best	300				2016-05-28	2.20	mpB	Leeuwarden
ver				2011-07-15	51.4	V45	Steenwijk	2016-06-18	2.89	mpB	Heerenveen
2020-09-13	4.46	mD	Zoetermeer	2018-04-07	1:02.28	V50	Steenwijk	2018-05-26	2.95	mpA	Sneek
2020-09-26	4.58	mD	Heerenveen	2018-07-13	57.60	V50	Steenwijk	2018-09-15	3.30	mpA	Heerenveen
2021-05-23	4.58	mC	Heerenveen	2019-07-05	56.36	V50	Steenwijk	2018-10-06	3.61	mpA	Heerenveen
2021-07-04	4.67	mC	Dongen	400				balstoten			
discus ¾				2011-05-28	1:13.58	V45	Heerenveen	2016-05-28	4.40	mpB	Leeuwarden
2020-09-19	21.61	mD	Grootebroek	2011-06-24	1:11.87	V45	Groningen	2016-09-17	5.00	mpB	Heerenveen
discus 1				2018-04-29	1:25.44	V50	Sneek	discus ¾			
2021-04-17	24.53	mC	Heerenveen	2018-05-13	1:23.02	V50	Emmen	2019-04-06	13.24	mD	Heerenveen
kogel 2				2019-04-07	1:22.59	V50	Amersfoort	kogel 2			
2020-07-04	11.86	mD	Heerenveen	2019-05-18	1:21.44	V50	Gouda	2017-04-08	4.90	mpA	Leeuwarden
2020-09-13	12.15	mD	Zoetermeer	2020-08-23	1:26.10	V55	Alkmaar	2017-10-07	5.80	mpA	Heerenveen
kogel 3				2021-07-01	1:21.64	V55	Hengelo	2018-10-06	6.09	mpA	Heerenveen
2021-03-20	8.90	mC	Heerenveen	2021-09-18	1:18.26	V55	Hengelo	2019-04-06	6.79	mD	Heerenveen
2021-04-17	9.85	mC	Heerenveen	800				2019-05-25	7.20	mD	Sneek
2021-05-22	9.92	mC	Heerenveen	2011-04-02	2:51.57	V45	Steenwijk	slingeren			
2021-07-03	10.15	mC	Assen	2011-04-20	2:51.5	V45	Sneek	2016-04-16	9.00	mpB	Sneek
2021-08-28	10.79	mC	Amsterdam	2011-06-19	2:47.45	V45	Den Haag	2017-05-20	11.50	mpA	Steenwijk
speer 400				2019-05-11	3:22.10	V50	Heerenveen	2018-05-26	15.00	mpA	Sneek
2020-07-04	27.67	mD	Heerenveen	2019-05-19	3:12.80	V50	Gouda				

speer 400				2017-10-07	7.22	mD	Heerenveen	60			
2019-05-25	10.01	mD	Sneek	kogel 3				2014-06-14	10.1	jpA	Steenwijk
vortex				2018-10-06	6.75	mC	Heerenveen	2014-09-13	10.0	jpA	Leeuwarden
2016-04-16	13.00	mpB	Sneek	vortex				2014-10-04	9.7	jpA	Heerenveen
2016-05-28	13.50	mpB	Leeuwarden	2014-04-12	14.50	mpA	Drachten	2015-06-13	9.86	jpA	Heerenveen
2017-09-16	15.50	mpA	Heerenveen	2014-06-28	16.50	mpA	Sneek	2015-09-19	9.6	jpA	Heerenveen
2018-04-21	16.00	mpA	Drachten	2015-04-11	18.00	mpA	Leeuwarden	2015-10-03	9.1	jpA	Heerenveen
2018-05-26	17.00	mpA	Sneek	2015-09-19	21.00	mpA	Heerenveen	80			
Henri Spieksma				Jordi Stam				2016-05-21	11.87	jD	Drachten
5000				5000				2017-04-08	11.81	jD	Heerenveen
2020-09-04	23:35.29	M65	Leeuwarden	2012-04-22	17:27.87	jB	Ede	2017-10-07	10.7	jD	Heerenveen
Marit Staal				ver				100			
40				2020-09-26	4.21	M	Heerenveen	2018-04-14	16.69	jC	Sneek
2013-10-05	7.6	mpB	Heerenveen	Arie vd Steen				2018-06-30	12.41	jC	Groningen
60				100000				2019-10-05	11.8	jC	Heerenveen
2014-08-30	10.6	mpA	Assen	2018-02-17	10:28:54	M50	Steenwijk	2020-09-26	11.6	jB	Heerenveen
2014-10-04	10.0	mpA	Heerenveen	2019-02-23	9:45:15	M50	Steenwijk	2021-10-02	11.81w	jB	Heerenveen
2015-06-06	9.8	mpA	Sneek	6-uurloop				200			
2015-06-13	10.03	mpA	Heerenveen	2019-12-29	31200	M55	Almere	2021-04-11	25.6	jB	Heerenveen
2016-04-09	9.61w	mD	Heerenveen	Daan Stegeman				800			
2017-05-06	9.36	mD	Groningen	40				2018-10-06	2:46.13	jC	Heerenveen
2017-05-20	9.32	mD	Heerenveen	2018-04-21	7.7	jpB	Drachten	1000			
80				2018-10-06	7.77	jpB	Heerenveen	2013-10-05	4:33.9	jpB	Heerenveen
2018-04-02	11.78	mC	Amersfoort	60				2014-10-04	4:23.1	jpA	Heerenveen
2018-05-12	11.50	mC	Heerenveen	2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen	2015-06-13	4:13.31	jpA	Heerenveen
100				2020-09-26	10.0	jpA	Heerenveen	2015-10-03	3:58.9	jpA	Heerenveen
2020-07-11	14.20w	mB	Epe	80				60h			
2021-03-20	13.9	mB	Heerenveen	2021-04-17	13.5	jD	Heerenveen	2014-04-12	11.1	jpA	Drachten
150				2021-10-02	12.82w	jD	Heerenveen	2015-04-11	11.1	jpA	Leeuwarden
2018-04-02	22.59	mC	Amersfoort	600				2015-06-27	11.1	jpA	Steenwijk
2018-05-19	21.56	mC	Assen	2020-09-26	2:29.0	jpA	Heerenveen	80h 76,2			
200				2018-10-06	4:16.41	jpB	Heerenveen	2016-05-21	15.95	jD	Drachten
2018-05-12	29.56	mC	Heerenveen	duur 4'				100h 83,8			
600				2018-04-21	775	jpB	Drachten	2019-04-06	16.29w	jC	Heerenveen
2017-10-07	2:04.7	mD	Heerenveen	40h				hoog			
1000				2018-04-21	8.7	jpB	Drachten	2014-04-12	1.10	jpA	Drachten
2013-10-05	5:01.5	mpB	Heerenveen	hoog				2014-06-28	1.15	jpA	Sneek
2014-08-30	4:23.2	mpA	Assen	2021-04-17	1.10	jD	Heerenveen	2014-10-04	1.25	jpA	Heerenveen
2015-09-26	4:21.03	mpA	Leeuwarden	hurkhoog				2015-06-13	1.30	jpA	Heerenveen
60h 76,2				2018-04-21	0.80	jpB	Drachten	2015-06-27	1.30	jpA	Steenwijk
2016-09-04	13.28	mD	Amsterdam	ver				2016-04-09	1.35	jD	Heerenveen
60h				2018-10-06	2.88	jpB	Heerenveen	2016-06-25	1.35	jD	Emmen
2014-04-12	11.9	mpA	Drachten	2019-10-05	3.20	jpA	Heerenveen	2016-10-01	1.45	jD	Heerenveen
2014-06-28	11.1	mpA	Sneek	2021-10-02	3.29	jD	Heerenveen	2017-05-20	1.50	jD	Heerenveen
2015-04-11	10.0	mpA	Leeuwarden	kogel 2				2018-04-14	1.65	jC	Sneek
60h 76,2				2019-10-05	5.10	jpA	Heerenveen	2018-06-30	1.65	jC	Groningen
2017-04-08	11.82	mD	Heerenveen	2020-09-26	5.74	jpA	Heerenveen	2018-10-06	1.70	jC	Heerenveen
hoog				slingeren				2019-04-06	1.75	jC	Heerenveen
2014-04-12	0.95	mpA	Drachten	2018-04-21	11.50	jpB	Drachten	2019-10-05	1.82	jC	Heerenveen
2014-06-28	1.05	mpA	Sneek	speer 400				2020-09-26	1.85	jB	Heerenveen
2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen	2021-04-17	10.48	jD	Heerenveen	2021-03-20	1.85	jB	Heerenveen
ver				2021-10-02	14.69	jD	Heerenveen	ver			
2013-10-05	3.00	mpB	Heerenveen	vortex				2013-10-05	3.33	jpB	Heerenveen
2014-08-30	3.12	mpA	Assen	2018-04-21	11.00	jpB	Drachten	2014-09-13	3.45	jpA	Leeuwarden
2015-06-13	3.20	mpA	Heerenveen	2018-10-06	15.06	jpB	Heerenveen	2015-06-13	3.88	jpA	Heerenveen
2015-09-26	3.34	mpA	Leeuwarden	2020-06-02	18.50	jpA	Heerenveen	2015-10-03	4.16	jpA	Heerenveen
2017-05-06	3.75w	mD	Groningen	Hugo Stegeman				kogel 2			
2017-05-20	3.87	mD	Heerenveen	40				2013-10-05	4.08	jpB	Heerenveen
2017-09-03	3.96	mD	Amsterdam	2013-10-05	7.1	jpB	Heerenveen	2014-04-12	6.00	jpA	Drachten
2018-04-02	4.09	mC	Amersfoort	2018-10-06	7.1	jpB	Heerenveen	2014-06-28	6.40	jpA	Sneek
2018-05-12	4.23	mC	Heerenveen	2020-06-02	18.50	jpA	Heerenveen	2015-04-11	7.40	jpA	Leeuwarden
kogel 2				Hugo Stegeman				2015-06-27	7.50	jpA	Steenwijk
2013-10-05	3.37	mpB	Heerenveen	40				kogel 3			
2014-04-12	4.40	mpA	Drachten	2013-10-05	7.1	jpB	Heerenveen	2016-04-09	6.40	jD	Heerenveen
2014-06-28	4.80	mpA	Sneek					2016-10-01	6.40	jD	Heerenveen
2015-09-26	5.08	mpA	Leeuwarden					2017-04-08	7.64	jD	Heerenveen
								2017-05-20	8.36	jD	Heerenveen
								2017-10-07	8.74	jD	Heerenveen
								kogel 4			
								2018-10-06	9.69	jC	Heerenveen
								2019-04-06	10.09	jC	Heerenveen
								2019-05-11	10.68	jC	Heerenveen

2019-06-22	12.48	jC	Stadskanaal	2017-10-07	2.91	mpC	Heerenveen	duur 4'			
kogel 5				2018-05-26	3.05	mpB	Sneek	2017-04-08	825	jpC	Leeuwarden
2020-09-26	11.59	jB	Heerenveen	2018-07-14	3.09	mpB	Heerenveen	2017-05-20	850	jpC	Steenwijk
vortex				2018-09-15	3.15	mpB	Heerenveen	2017-07-08	850	jpC	Drachten
2014-04-12	16.00	jpA	Drachten	2019-09-14	3.15	mpA	Sneek	2018-05-26	875	jpB	Sneek
2014-06-14	19.50	jpA	Steenwijk	2020-09-26	3.33	mpA	Heerenveen	duur 6'			
2015-06-13	20.19	jpA	Heerenveen	2021-04-17	3.58	mD	Heerenveen	2019-04-20	1225	jpA	Drachten
2015-06-27	24.00	jpA	Steenwijk	balstoten				2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen
2015-09-19	24.50	jpA	Heerenveen	2015-09-19	2.10	mpm	Heerenveen	40h			
Merle Sterkenburgh				2016-05-28	2.90	mpm	Leeuwarden	2017-04-08	10.5	jpC	Leeuwarden
40				2016-09-17	3.70	mpm	Heerenveen	2017-07-08	9.8	jpC	Drachten
2016-06-04	8.10	mpm	Stadskanaal	2017-05-20	4.50	mpC	Steenwijk	2018-07-07	9.6	jpB	Steenwijk
2017-10-07	7.6	mpC	Heerenveen	2018-09-15	5.10	mpB	Heerenveen	60h			
2018-04-21	7.5	mpB	Drachten	balwerpen 135				2019-04-20	13.0	jpA	Drachten
2018-10-06	7.67	mpB	Heerenveen	2016-06-04	10.52	mpm	Stadskanaal	60h			
60				kogel 2				2020-09-12	12.4	jpA	Heerenveen
2019-05-25	10.9	mpA	Steenwijk	2018-07-14	3.63	mpB	Heerenveen	hoog			
2019-09-14	10.5	mpA	Sneek	2019-04-20	5.10	mpA	Drachten	2017-05-20	0.80	jpC	Steenwijk
2020-06-02	10.4	mpA	Heerenveen	2020-09-12	6.00	mpA	Heerenveen	2017-09-16	0.80	jpC	Heerenveen
2020-09-26	10.1	mpA	Heerenveen	2020-09-26	6.08	mpA	Heerenveen	2018-05-26	0.90	jpB	Sneek
2021-04-17	9.8	mD	Heerenveen	slingeren				2018-07-14	0.95	jpB	Heerenveen
2021-05-01	9.96	mD	Heerenveen	2016-07-02	9.50	mpm	Drachten	2019-04-20	1.00	jpA	Drachten
600				2017-04-08	10.00	mpC	Leeuwarden	2019-06-29	1.00	jpA	Leeuwarden
2016-06-04	2:44.78	mpm	Stadskanaal	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	2020-06-30	1.00	jpA	Heerenveen
2016-10-01	2:39.6	mpm	Heerenveen	2018-04-21	13.00	mpB	Drachten	2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen
2017-10-07	2:33.0	mpC	Heerenveen	2018-07-07	13.00	mpB	Steenwijk	hurkhoog			
2020-09-26	2:15.0	mpA	Heerenveen	2019-05-25	15.00	mpA	Steenwijk	2017-04-08	0.65	jpC	Leeuwarden
1000				2019-09-14	15.00	mpA	Sneek	2017-07-08	0.70	jpC	Drachten
2018-10-06	4:33.66	mpB	Heerenveen	2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen	2018-07-07	0.80	jpB	Steenwijk
duur 4'				vortex				polsver			
2016-05-28	850	mpm	Leeuwarden	2015-09-19	7.00	mpm	Heerenveen	2019-04-20	3.20	jpA	Drachten
2016-07-02	875	mpm	Drachten	2016-05-28	9.50	mpm	Leeuwarden	2019-06-29	3.45	jpA	Leeuwarden
2018-04-21	900	mpB	Drachten	2016-09-17	10.50	mpm	Heerenveen	ver			
duur 6'				2017-04-08	12.50	mpC	Leeuwarden	2016-10-01	2.19	jpm	Heerenveen
2019-04-20	800	mpA	Drachten	2018-04-21	15.50	mpB	Drachten	2017-05-20	2.10	jpC	Steenwijk
2019-05-25	1275	mpA	Steenwijk	2019-04-20	20.00	mpA	Drachten	2017-09-16	2.30	jpC	Heerenveen
2020-09-12	1325	mpA	Heerenveen	2020-06-02	21.00	mpA	Heerenveen	2018-05-26	2.35	jpB	Sneek
40h				Floris Swart				2018-09-15	2.70	jpB	Heerenveen
2016-07-02	10.4	mpm	Drachten	800				2021-04-17	2.96	jD	Heerenveen
2017-04-08	10.3	mpC	Leeuwarden	2020-09-26	2:23.0	jC	Heerenveen	2021-05-01	3.04	jD	Heerenveen
2017-07-08	9.3	mpC	Drachten	2021-10-02	2:22.85	jB	Heerenveen	2021-10-02	3.10	jD	Heerenveen
2018-04-21	8.8	mpB	Drachten	1500				balstoten			
2018-07-07	8.5	mpB	Steenwijk	2021-05-22	5:14.63	jB	Heerenveen	2017-05-20	4.00	jpC	Steenwijk
60h				3000				2017-09-16	4.20	jpC	Heerenveen
2019-04-20	11.9	mpA	Drachten	2021-04-11	11:21.9	jB	Heerenveen	2018-05-26	4.70	jpB	Sneek
2019-05-25	11.8	mpA	Steenwijk	Hessel Teijema				2018-09-15	4.80	jpB	Heerenveen
2020-09-12	11.1	mpA	Heerenveen	40				kogel 2			
hoog				2016-10-01	8.7	jpm	Heerenveen	2018-07-14	4.06	jpB	Heerenveen
2016-06-04	0.85	mpm	Stadskanaal	2017-04-08	8.6	jpC	Leeuwarden	2019-04-20	4.20	jpA	Drachten
2018-05-26	0.95	mpB	Sneek	2017-07-08	8.5	jpC	Drachten	2019-06-29	4.60	jpA	Leeuwarden
2018-09-15	0.95	mpB	Heerenveen	2017-10-07	8.4	jpC	Heerenveen	2019-10-05	5.19	jpA	Heerenveen
2019-04-20	0.95	mpA	Drachten	2018-07-07	8.2	jpB	Steenwijk	2020-09-12	5.90	jpA	Heerenveen
2020-06-30	1.15	mpA	Heerenveen	2018-07-14	8.08	jpB	Heerenveen	slingeren			
2020-09-12	1.15	mpA	Heerenveen	2018-10-06	7.91	jpB	Heerenveen	2017-04-08	7.50	jpC	Leeuwarden
2021-04-17	1.20	mD	Heerenveen	60				2017-07-08	8.00	jpC	Drachten
2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen	2019-10-05	10.7	jpA	Heerenveen	2018-07-07	11.00	jpB	Steenwijk
hurkhoog				150				2020-06-30	15.00	jpA	Heerenveen
2015-09-19	0.70	mpm	Heerenveen	2021-05-01	27.55	jD	Heerenveen	speer 400			
2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden	600				2021-04-17	13.17	jD	Heerenveen
2017-04-08	0.80	mpC	Leeuwarden	2016-10-01	2:51.1	jpm	Heerenveen	vortex			
2017-07-08	0.85	mpC	Drachten	2017-10-07	2:41.0	jpC	Heerenveen	2016-10-01	8.26	jpm	Heerenveen
2018-04-21	0.90	mpB	Drachten	2018-07-14	2:33.88	jpB	Heerenveen	2017-04-08	9.50	jpC	Leeuwarden
polsver				800				2017-05-20	10.50	jpC	Steenwijk
2019-04-20	3.80	mpA	Drachten	1000				2017-07-08	10.50	jpC	Drachten
ver				2018-10-06	4:22.10	jpB	Heerenveen	2018-05-26	11.50	jpB	Sneek
2015-09-19	1.95	mpm	Heerenveen					2018-07-07	14.00	jpB	Steenwijk
2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden					2019-04-20	16.50	jpA	Drachten
2017-09-16	2.85	mpC	Heerenveen					2020-09-12	17.50	jpA	Heerenveen

Alicia vd Tempel

60			
2015-10-03	10.7 mpA	Heerenveen	
2016-05-28	10.5 mpA	Leeuwarden	
2016-06-18	10.55 mpA	Heerenveen	
2016-10-01	10.3 mpA	Heerenveen	
2017-05-06	9.83 mD	Groningen	
2018-10-06	9.71 mD	Heerenveen	
150			
2017-07-07	24.50w mD	Steenwijk	
200			
2017-05-20	34.13 mD	Heerenveen	
300			
2017-07-07	55.77 mD	Steenwijk	
600			
2017-05-14	2:10.95 mD	Sneek	
1000			
2015-10-03	4:40.2 mpA	Heerenveen	
2016-06-18	4:27.51 mpA	Heerenveen	
2016-10-01	4:23.9 mpA	Heerenveen	
2017-06-10	4:10.87 mD	Sneek	
2018-05-12	4:07.42 mD	Heerenveen	
2018-06-09	3:58.83 mD	Groningen	
duur 6'			
2016-04-16	1200 mpA	Sneek	
2016-07-02	1275 mpA	Drachten	
60h			
2016-04-16	12.7 mpA	Sneek	
2016-05-28	12.3 mpA	Leeuwarden	
60h 76,2			
2017-05-06	14.13 mD	Groningen	
2017-05-13	13.74 mD	Sneek	
2017-05-27	13.42 mD	Stadskanaal	
2017-06-10	13.19 mD	Sneek	
hoog			
2016-04-16	1.05 mpA	Sneek	
2016-06-18	1.10 mpA	Heerenveen	
2016-07-02	1.10 mpA	Drachten	
2017-05-13	1.15 mD	Sneek	
2017-05-20	1.20 mD	Heerenveen	
2018-10-06	1.30 mD	Heerenveen	
2019-04-28	1.30 mC	Epe	
polshoog			
2017-06-03	1.75 mD	Groningen	
2018-05-12	1.95 mD	Heerenveen	
2019-05-11	1.96 mC	Heerenveen	
2019-06-08	1.96 mC	Groenlo	
2020-07-25	2.26 mC	Heerenveen	
2021-05-01	2.26 mB	Heerenveen	
2021-10-02	2.33 mB	Heerenveen	
polsver			
2016-04-16	4.00 mpA	Sneek	
ver			
2015-10-03	3.12 mpA	Heerenveen	
2016-05-28	3.25 mpA	Leeuwarden	
2016-06-18	3.33 mpA	Heerenveen	
2017-05-14	3.36 mD	Sneek	
2017-05-20	3.44 mD	Heerenveen	
kogel 2			
2015-10-03	4.12 mpA	Heerenveen	
2016-07-02	4.30 mpA	Drachten	
2016-10-01	4.35 mpA	Heerenveen	
2017-05-14	6.25 mD	Sneek	
2018-10-06	7.12 mD	Heerenveen	
slingeren			
2016-05-28	11.50 mpA	Leeuwarden	
2016-09-17	12.50 mpA	Heerenveen	
speer 400			
2017-05-13	10.60 mD	Sneek	

vortex			
2016-04-16	10.50 mpA	Sneek	
2016-05-28	17.50 mpA	Leeuwarden	
6-kamp			
2017-05-14	1621 mD	Sneek	
Indy Terzic			
60			
2021-10-02	10.68 mpA	Heerenveen	
600			
2021-10-02	2:29.50 mpA	Heerenveen	
ver			
2021-10-02	3.16 mpA	Heerenveen	
kogel 2			
2021-10-02	3.78 mpA	Heerenveen	
Amila Turkovic			
ver			
2020-09-26	3.15 mD	Heerenveen	
discus ¾			
2020-09-26	13.30 mD	Heerenveen	
kogel 2			
2020-09-26	6.38 mD	Heerenveen	
Ilma Turkovic			
ver			
2020-09-26	3.63 mD	Heerenveen	
discus ¾			
2020-09-26	17.42 mD	Heerenveen	
kogel 2			
2020-09-26	7.74 mD	Heerenveen	
Rebecca Ugen			
60			
2019-10-05	10.6 mD	Heerenveen	
1000			
2019-10-05	4:52.0 mD	Heerenveen	
hoog			
2020-07-02	1.20 mD	Heerenveen	
ver			
2019-10-05	3.17 mD	Heerenveen	
discus 1			
2021-10-02	12.02 mC	Heerenveen	
kogel 2			
2019-10-05	4.65 mD	Heerenveen	
2020-07-02	5.58 mD	Heerenveen	
speer 500			
2021-05-22	14.59 mC	Heerenveen	
Dennis Veenker			
100			
2013-08-31	11.83 Mneo	Amersfoort	
2014-05-17	11.73 Mneo	Heerenveen	
2014-05-25	11.64 Mneo	Drachten	
2015-05-16	11.62 M	Heerenveen	
2015-06-07	11.54w M	Harderwijk	
2016-04-09	11.24 M	Heerenveen	
150			
2015-07-10	17.33 M	Steenwijk	
200			
2014-05-17	24.06 Mneo	Heerenveen	
2016-10-01	23.6 M	Heerenveen	

400			
2014-05-31	57.45 Mneo	Gemert	
2015-07-30	55.73 M	Amsterdam	
110h 106,7			
2013-04-21	16.73 Mneo	Grootebroek	
2013-06-16	16.33w Mneo	Harderwijk	
2013-09-01	16.23 Mneo	Amersfoort	
2014-06-01	15.91 Mneo	Gemert	
2014-06-07	15.85 Mneo	Groningen	
2014-07-06	15.85 Mneo	Stadskanaal	
2015-04-19	15.70 M	Drachten	
2015-06-07	15.67 M	Harderwijk	
2016-04-24	15.66w M	Grootebroek	
polshoog			
2013-04-13	4.30 Mneo	Heerenveen	
2013-05-29	4.45 Mneo	Harderwijk	
2013-06-07	4.60 Mneo	Groningen	
2013-07-05	4.60 Mneo	Utrecht	
ver			
2013-08-31	6.28 Mneo	Amersfoort	
2014-05-25	6.35 Mneo	Drachten	
discus 2			
2013-09-01	27.57 Mneo	Amersfoort	
2014-07-06	27.98 Mneo	Stadskanaal	
2015-05-03	31.76 M	Emmeloord	
2015-07-31	31.84 M	Amsterdam	
kogel 7¼			
2013-08-31	10.42 Mneo	Amersfoort	
2014-05-17	10.50 Mneo	Heerenveen	
2014-05-21	11.28 Mneo	Sneek	
2016-04-09	11.30 M	Heerenveen	
2016-09-18	12.01 M	Hengelo	
kogelsl. 7¼			
2016-04-24	29.09 M	Grootebroek	
2016-05-14	29.70 M	Heerenveen	
2017-04-30	31.56 M	Hoorn	
speer 800			
2015-08-30	44.48 M	Stadskanaal	
werp 3-kamp			
2014-05-21	1515 Mneo	Sneek	
10-kamp			
2013-09-01	5413 Mneo	Amersfoort	
2014-06-01	5614 Mneo	Gemert	
2014-07-06	5699 Mneo	Stadskanaal	
2015-07-31	5710 M	Amsterdam	
2015-08-30	5740 M	Stadskanaal	
Hugo Veenker			
discus 1			
2018-05-02	23.07 M60	Dronten	
kogel 5			
2018-05-02	7.70 M60	Dronten	
kogel 6			
2016-10-01	8.59 M55	Heerenveen	
speer 600			
2021-08-27	18.04 M60	Heerenveen	
werp 3-kamp			
2021-08-27	791 M60	Heerenveen	
Ina Veenstra			
3000			
2012-10-06	16:20.8 V50	Heerenveen	
Hayco van der Velde			
5000			
2020-09-26	19:19.0 M40	Heerenveen	

hoog				2021-06-18	12.86	mB	Utrecht		2019-04-20	12.50	mpC	Drachten
2015-04-11	1.00	jpA	Leeuwarden	200					vortex			
2015-06-13	1.10	jpA	Heerenveen	2021-05-22	27.39	mB	Heerenveen		2018-05-26	8.50	mpm	Sneek
2015-06-27	1.10	jpA	Steenwijk	2021-06-18	26.82	mB	Utrecht		2018-07-14	9.03	mpm	Heerenveen
2016-04-09	1.25	jD	Heerenveen						2019-04-20	11.50	mpC	Drachten
2016-10-01	1.25	jD	Heerenveen	Jodie Vianen					2019-06-29	12.50	mpC	Leeuwarden
2017-05-06	1.35	jD	Groningen	40					2019-09-14	12.50	mpC	Sneek
2017-05-14	1.35	jD	Sneek	2018-07-07	8.3	mpm	Steenwijk		2020-09-12	15.00	mpB	Heerenveen
ver				2018-10-06	8.21	mpm	Heerenveen		2021-05-06	16.00	mpA	Heerenveen
2015-06-06	3.45	jpA	Sneek	2019-04-20	7.6	mpC	Drachten		Fedde Visser			
2015-06-13	3.65	jpA	Heerenveen	2019-10-05	7.4	mpC	Heerenveen		40			
2015-10-03	3.73	jpA	Heerenveen	2020-06-02	6.9	mpB	Heerenveen		2017-10-07	9.5	jpm	Heerenveen
2016-04-09	3.80	jD	Heerenveen	60					2018-10-06	8.31	jpm	Heerenveen
2017-04-08	4.16	jD	Heerenveen	2021-04-06	10.5	mpA	Heerenveen		2019-10-05	7.6	jpC	Heerenveen
2017-06-24	4.25	jD	Stadskanaal	2021-05-06	10.1	mpA	Heerenveen		2020-09-26	7.6	jpB	Heerenveen
2018-05-12	4.27	jC	Heerenveen	2021-10-02	10.20w	mpA	Heerenveen		60			
2018-10-06	4.61	jC	Heerenveen	600					2021-04-06	10.2	jpA	Heerenveen
discus 1				2018-10-06	2:36.26	mpm	Heerenveen		600			
2016-05-21	7.53	jD	Drachten	2019-10-05	2:21.6	mpC	Heerenveen		2017-10-07	3:03.8	jpm	Heerenveen
2018-10-06	18.99	jC	Heerenveen	2021-05-22	2:12.33	mpA	Heerenveen		2018-10-06	2:40.59	jpm	Heerenveen
2019-04-06	23.59	jC	Heerenveen	2021-10-02	2:05.29	mpA	Heerenveen		2019-10-05	2:36.0	jpC	Heerenveen
kogel 2				duur 4'					2020-09-26	2:28.0	jpB	Heerenveen
2015-04-11	5.70	jpA	Leeuwarden	2018-05-26	850	mpm	Sneek		duur 4'			
2015-06-27	6.60	jpA	Steenwijk	2018-07-07	850	mpm	Steenwijk		2020-09-12	925	jpB	Heerenveen
kogel 3				2019-04-20	925	mpC	Drachten		duur 6'			
2017-05-14	6.58	jD	Sneek	2019-05-25	925	mpC	Steenwijk		2021-06-05	1250	jpA	Heerenveen
2017-06-10	7.60	jD	Sneek	2019-06-29	950	mpC	Leeuwarden		60h			
2017-10-07	7.63	jD	Heerenveen	2020-09-12	1025	mpB	Heerenveen		2021-05-22	13.77	jpA	Heerenveen
speer 400				duur 6'					hoog			
2016-04-09	18.49	jD	Heerenveen	2021-05-06	1400	mpA	Heerenveen		2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen
2017-05-13	22.95	jD	Sneek	40h					2018-09-15	0.80	jpm	Heerenveen
speer 600				2018-07-07	9.4	mpm	Steenwijk		2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen
2018-04-02	21.14	jC	Amersfoort	2019-04-20	8.8	mpC	Drachten		hurkhoog			
vortex				2019-06-29	8.6	mpC	Leeuwarden		2020-09-12	0.85	jpB	Heerenveen
2015-04-11	19.50	jpA	Leeuwarden	2020-06-30	8.2	mpB	Heerenveen		ver			
2015-06-06	19.50	jpA	Sneek	60h					2017-09-16	1.85	jpm	Heerenveen
2015-06-13	24.44	jpA	Heerenveen	2021-05-22	12.78	mpA	Heerenveen		2018-09-15	2.20	jpm	Heerenveen
2015-06-27	25.50	jpA	Steenwijk	hoog					2018-10-06	2.29	jpm	Heerenveen
2015-09-19	26.00	jpA	Heerenveen	2018-05-26	0.75	mpm	Sneek		2019-10-05	2.58	jpC	Heerenveen
7-kamp				2018-09-15	0.75	mpm	Heerenveen		2020-09-12	2.80	jpB	Heerenveen
2017-05-14	2893	jD	Sneek	2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk		2020-09-26	2.81	jpB	Heerenveen
Tom Velkers				2019-09-14	0.95	mpC	Sneek		2021-04-06	2.85	jpA	Heerenveen
100				2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen		balstoten			
2020-09-26	14.6	jC	Heerenveen	hurkhoog					2017-09-16	2.20	jpm	Heerenveen
2021-10-02	13.95w	jC	Heerenveen	2018-07-07	0.60	mpm	Steenwijk		2018-09-15	3.40	jpm	Heerenveen
150				2019-04-20	0.75	mpC	Drachten		2020-09-12	4.70	jpB	Heerenveen
2020-07-02	23.4	jC	Heerenveen	2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden		kogel 2			
hoog				2020-06-30	0.90	mpB	Heerenveen		2021-05-22	4.03	jpA	Heerenveen
2020-07-02	1.30	jC	Heerenveen	2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen		slingeren			
2020-09-26	1.30	jC	Heerenveen	ver					2021-06-05	12.00	jpA	Heerenveen
2021-10-02	1.35	jC	Heerenveen	2018-05-26	2.15	mpm	Sneek		vortex			
ver				2018-07-14	2.26	mpm	Heerenveen		2017-09-16	4.00	jpm	Heerenveen
2020-09-26	3.79	jC	Heerenveen	2018-10-06	2.52	mpm	Heerenveen		2017-10-07	4.30	jpm	Heerenveen
2021-10-02	4.24	jC	Heerenveen	2019-09-14	2.75	mpC	Sneek		2018-09-15	12.00	jpm	Heerenveen
kogel 4				2020-06-02	2.75	mpB	Heerenveen		Jacob Visser			
2020-07-02	5.38	jC	Heerenveen	2020-09-12	3.00	mpB	Heerenveen		100			
2021-04-06				2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen		2017-04-08	18.49	M70	Heerenveen
Elle Veltman				balstoten					2020-09-26	17.9	M75	Heerenveen
800				2018-05-26	2.90	mpm	Sneek		200			
2018-04-14	3:15.27	mC	Sneek	2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen		2017-05-20	37.29	M70	Heerenveen
2018-05-19	3:13.80	mC	Assen	2019-05-25	3.40	mpC	Steenwijk		2017-10-07	36.2	M70	Heerenveen
1000				2019-09-14	4.00	mpC	Sneek		400			
2017-10-07	4:03.4	mC	Heerenveen	2020-09-12	4.70	mpB	Heerenveen		2017-04-08	1:21.68	M70	Heerenveen
2020-07-02	3:52.8	mB	Heerenveen	kogel 2								
Baudien Venema				2021-05-06	4.20	mpA	Heerenveen					
100				2021-05-22	4.59	mpA	Heerenveen					
2021-05-01	13.04	mB	Heerenveen	2021-10-02	4.81	mpA	Heerenveen					
				slingeren								
				2018-07-07	7.50	mpm	Steenwijk					

800				2018-04-21	1.05	jpA	Drachten	2018-04-14	2:54.50	mC	Sneek
2017-05-20	3:08.68	M70	Heerenveen	2018-07-07	1.05	jpA	Steenwijk	2018-06-09	2:48.26	mC	Groningen
2020-09-26	3:07.0	M75	Heerenveen	2019-06-29	1.15	jpA	Leeuwarden	2018-06-30	2:44.44	mC	Groningen
1500				polsver				2019-04-06	2:40.73	mC	Heerenveen
2017-04-08	6:31.87	M70	Heerenveen	2018-04-21	3.85	jpA	Drachten	1000			
3000				2018-07-07	3.95	jpA	Steenwijk	2015-10-03	3:55.7	mpA	Heerenveen
2017-05-20	14:00.11	M70	Heerenveen	2019-06-29	3.95	jpA	Leeuwarden	2016-09-04	3:47.94	mD	Amsterdam
5000				ver				2018-10-06	3:42.93	mC	Heerenveen
2011-05-28	22:14.09	M65	Heerenveen	2017-05-20	2.60	jpB	Steenwijk	60h 76,2			
2020-09-26	24:11.0	M75	Heerenveen	2017-09-16	2.60	jpB	Heerenveen	2016-06-04	14.09	mD	Gemert
25000				2017-10-07	2.72	jpB	Heerenveen	1000st			
2021-07-10	2:41:12	M75	Heerenveen	2018-07-14	3.13	jpA	Heerenveen	2017-09-03	4:07.97	mD	Amsterdam
marathon baan				2018-10-06	3.22	jpA	Heerenveen	1500st			
2020-02-22	4:49:29	M75	Steenwijk	2019-10-05	3.30	jpA	Heerenveen	2019-04-22	6:17.39	mC	Amersfoort
hoog				balstoten				hoog			
2017-10-07	1.10	M70	Heerenveen	2017-05-20	4.30	jpB	Steenwijk	2016-06-05	1.15	mD	Gemert
ver				2017-09-16	5.00	jpB	Heerenveen	2016-10-01	1.15	mD	Heerenveen
2017-10-07	2.64	M70	Heerenveen	kogel 2				2017-10-07	1.20	mD	Heerenveen
discus 1				2018-04-21	5.40	jpA	Drachten	2020-09-26	1.25	mB	Heerenveen
2017-10-07	18.48	M70	Heerenveen	2019-10-05	6.22	jpA	Heerenveen	polshoog			
kogel 4				slingeren				2018-05-12	1.65	mC	Heerenveen
2017-10-07	7.68	M70	Heerenveen	2018-05-26	13.50	jpA	Sneek	2018-06-09	1.96	mC	Groningen
speer 500				2019-09-14	15.00	jpA	Sneek	2019-06-08	2.16	mC	Groningen
2017-10-07	13.07	M70	Heerenveen	vortex				ver			
werp 3-kamp				2017-05-20	12.50	jpB	Steenwijk	2015-10-03	3.14	mpA	Heerenveen
2017-10-07	623	M70	Heerenveen	2018-04-21	14.00	jpA	Drachten	2016-06-04	3.18	mD	Gemert
Martin Jan Visser				2018-05-26	17.50	jpA	Sneek	2017-06-24	3.55	mD	Stadskanaal
5000				2019-06-29	20.00	jpA	Leeuwarden	2018-04-02	3.96	mC	Amersfoort
2020-09-26	21:04.0	M50	Heerenveen	Anneke Visser-Bosma				2018-05-12	4.17	mC	Heerenveen
Ruben Visser				800				discus ¾			
40				2015-10-03	3:21.9	V35	Heerenveen	2016-10-01	13.94	mD	Heerenveen
2017-10-07	7.2	jpB	Heerenveen	Jan Jouke Vos				2017-10-07	15.39	mD	Heerenveen
60				800				discus 1			
2018-05-26	10.8	jpA	Sneek	2019-10-05	2:30.4	M35	Heerenveen	2018-04-14	15.37	mC	Sneek
2018-10-06	10.67	jpA	Heerenveen	3000				kogel 2			
2019-09-14	10.4	jpA	Sneek	2018-05-12	10:48.80	M35	Heerenveen	2015-10-03	5.75	mpA	Heerenveen
2019-10-05	10.1	jpA	Heerenveen	Pieter Vos				2016-06-05	6.76	mD	Gemert
80				discus 1				kogel 3			
2020-09-26	13.4	jD	Heerenveen	2014-10-04	16.22	M60	Heerenveen	2018-10-06	8.08	mC	Heerenveen
800				kogel 5				2019-04-22	8.42	mC	Amersfoort
2020-09-26	2:55.0	jD	Heerenveen	2014-10-04	6.97	M60	Heerenveen	speer 400			
1000				speer 600				2016-06-04	11.03	mD	Gemert
2017-10-07	4:20.5	jpB	Heerenveen	2014-10-04	22.94	M60	Heerenveen	2017-04-08	18.30	mD	Heerenveen
2018-07-14	4:11.52	jpA	Heerenveen	werp 3-kamp				6-kamp			
2018-10-06	3:52.61	jpA	Heerenveen	2014-10-04	659	M60	Heerenveen	2016-06-05	1636	mD	Gemert
2019-10-05	3:52.2	jpA	Heerenveen	Féra Fieke de Vries				Johan de Vries			
2020-07-02	3:46.3	jD	Heerenveen	60				60			
duur 4'				2015-10-03	9.8	mpA	Heerenveen	2014-08-30	10.7	jpA	Assen
2017-05-20	975	jpB	Steenwijk	2016-10-01	9.3	mD	Heerenveen	2014-09-13	10.5	jpA	Leeuwarden
2019-06-29	1025	jpA	Leeuwarden	80				2014-10-04	10.2	jpA	Heerenveen
duur 6'				2018-10-06	12.17	mC	Heerenveen	80			
2018-04-21	1400	jpA	Drachten	300				2015-08-29	12.81	jD	Stadskanaal
2018-05-26	1450	jpA	Sneek	2016-04-09	55.25	mD	Heerenveen	2016-07-02	12.04	jD	Stadskanaal
60h				2017-04-08	53.03	mD	Heerenveen	2016-10-01	11.4	jD	Heerenveen
2018-04-21	12.6	jpA	Drachten	400				100			
2018-05-26	11.9	jpA	Sneek	2018-04-02	1:16.47	mC	Amersfoort	2017-05-13	14.21	jC	Sneek
2018-07-07	11.8	jpA	Steenwijk	600				2017-07-08	13.97	jC	Stadskanaal
2019-06-29	11.1	jpA	Leeuwarden	2016-04-09	2:12.49	mD	Heerenveen	2017-10-07	13.6	jC	Heerenveen
2019-09-14	10.7	jpA	Sneek	2016-06-05	2:07.27	mD	Gemert	2018-04-28	13.71	jC	Sneek
hoog				2016-10-01	2:00.0	mD	Heerenveen	2018-10-06	13.31	jC	Heerenveen
2017-05-20	0.85	jpB	Steenwijk	800				200			
2017-09-16	1.00	jpB	Heerenveen	2018-04-02	2:58.69	mC	Amersfoort	2019-10-05	27.4	jB	Heerenveen
								800			
								2018-10-06	2:48.72	jC	Heerenveen
								1000			
								2014-10-04	4:20.9	jpA	Heerenveen

hoog				1000				80			
2021-09-11	0.75	jpm	Drachten	2019-10-05	4:34.1	jpB	Heerenveen	2021-04-17	12.1	mC	Heerenveen
ver				duur 4'				2021-10-02	12.13	mC	Heerenveen
2021-09-11	2.35	jpm	Drachten	2019-06-29	875	jpB	Leeuwarden	600			
2021-10-02	2.46	jpm	Heerenveen	40h				2020-09-26	2:06.0	mD	Heerenveen
balstoten				2019-06-29	8.2	jpB	Leeuwarden	2021-10-02	1:53.99	mC	Heerenveen
2021-09-11	3.70	jpm	Drachten	60h				800			
vortex				2021-05-22	13.10	jpA	Heerenveen	2021-04-17	2:40.8	mC	Heerenveen
2021-09-11	9.50	jpm	Drachten	hoog				ver			
2021-10-02	12.74	jpm	Heerenveen	2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3.13	mD	Heerenveen
Sybout Wijma				hurkhoog				speer 400			
800				2019-06-29	0.85	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	11.01	mD	Heerenveen
2011-04-20	2:05.03	M	Epe	ver				Sverre Wolters			
110h 106,7				2019-10-05	2.68	jpB	Heerenveen	40			
2013-06-16	15.86	M	Harderwijk	2020-09-26	3.05	jpA	Heerenveen	2018-04-21	7.5	jpC	Drachten
300h 83,8				2021-10-02	3.13	jpA	Heerenveen	2019-06-29	7.5	jpB	Leeuwarden
2011-05-02	40.21	M	Epe	kogel 2				2019-10-05	7.2	jpB	Heerenveen
2011-05-02	40.13	M	Epe	2020-09-26	5.34	jpA	Heerenveen	60			
2012-04-29	39.67	M	Epe	2021-05-22	6.45	jpA	Heerenveen	2020-06-02	12.4	jpA	Heerenveen
hoog				slingeren				2020-09-26	10.3	jpA	Heerenveen
2013-08-31	1.78	M	Amersfoort	2019-06-29	10.50	jpB	Leeuwarden	2021-04-06	9.9	jpA	Heerenveen
polshoog				vortex				2021-09-11	9.5	jpA	Drachten
2013-09-01	2.65	M	Amersfoort	2019-06-29	15.00	jpB	Leeuwarden	600			
2014-04-12	2.70	M	Heerenveen	2019-10-05	15.51	jpB	Heerenveen	2020-09-26	2:25.0	jpA	Heerenveen
2014-06-29	2.70	M	Enschede	2021-04-06	20.00	jpA	Heerenveen	2021-10-02	2:14.63	jpA	Heerenveen
ver				Bjarne Wolters				1000			
2013-06-12	5.99	M	Sneek	40				2019-10-05	4:25.9	jpB	Heerenveen
2013-06-21	6.00	M	Kampen	2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen	duur 4'			
2013-07-05	6.08	M	Utrecht	2021-04-06	7.9	jpm	Heerenveen	2018-04-21	850	jpC	Drachten
discus 2				2021-10-02	8.08	jpm	Heerenveen	2018-05-26	850	jpC	Sneek
2012-10-06	23.83	M	Heerenveen	600				2018-07-07	875	jpC	Steenwijk
2013-07-19	25.29	M	Steenwijk	2020-09-26	3:32.0	jpm	Heerenveen	duur 6'			
2013-09-01	25.63	M	Amersfoort	2021-10-02	2:50.79	jpm	Heerenveen	2020-09-12	1325	jpA	Heerenveen
2014-05-17	26.82	M	Heerenveen	duur 4'				2021-06-05	1325	jpA	Heerenveen
2014-05-21	28.25	M	Sneek	2020-09-12	625	jpm	Heerenveen	2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden
kogel 7¼				2021-06-05	725	jpm	Heerenveen	40h			
2012-10-06	9.66	M	Heerenveen	2021-06-26	750	jpm	Leeuwarden	2018-04-21	9.5	jpC	Drachten
kogelsl. 7¼				40h				2018-07-07	9.3	jpC	Steenwijk
2015-04-19	23.94	M	Drachten	2021-06-05	11.3	jpm	Heerenveen	2019-06-29	8.6	jpB	Leeuwarden
2016-04-24	25.34	M	Grootebroek	2021-06-26	10.3	jpm	Leeuwarden	60h			
speer 800				hoog				2020-06-30	13.2	jpA	Heerenveen
2012-10-06	39.06	M	Heerenveen	2021-06-05	0.75	jpm	Heerenveen	2020-09-12	11.9	jpA	Heerenveen
2013-09-01	39.07	M	Amersfoort	2021-09-11	0.80	jpm	Drachten	2021-06-26	11.5	jpA	Leeuwarden
werp 3-kamp				hurkhoog				hoog			
2012-10-06	1237	M	Heerenveen	2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen	2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen
10-kamp				2021-06-26	0.65	jpm	Leeuwarden	2018-05-26	0.75	jpC	Sneek
2013-09-01	5171	M	Amersfoort	ver				2018-09-15	0.80	jpC	Heerenveen
Cor Wijnja				2020-09-12	1.85	jpm	Heerenveen	2019-09-14	0.95	jpB	Sneek
800				2020-09-26	2.06	jpm	Heerenveen	2020-06-30	1.00	jpA	Heerenveen
2014-10-04	3:21.4	M55	Heerenveen	2021-04-06	2.25	jpm	Heerenveen	2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen
3000				2021-06-05	2.50	jpm	Heerenveen	2021-06-26	1.10	jpA	Leeuwarden
2014-10-04	13:29.6	M55	Heerenveen	balstoten				hurkhoog			
Thymo Willemse				2020-09-12	2.60	jpm	Heerenveen	2018-04-21	0.75	jpC	Drachten
40				2021-06-05	3.10	jpm	Heerenveen	2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk
2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden	2021-09-11	3.70	jpm	Drachten	2019-06-29	0.80	jpB	Leeuwarden
60				slingeren				polsver			
2020-09-26	11.0	jpA	Heerenveen	2021-05-06	4.40	jpm	Heerenveen	2020-09-12	3.10	jpA	Heerenveen
2021-04-06	10.7	jpA	Heerenveen	2021-06-26	7.00	jpm	Leeuwarden	2021-06-26	3.90	jpA	Leeuwarden
2021-10-02	10.74	jpA	Heerenveen	vortex				ver			
600				2020-09-12	5.00	jpm	Heerenveen	2017-09-16	2.05	jpm	Heerenveen
2020-09-26	2:41.0	jpA	Heerenveen	2020-09-26	6.68	jpm	Heerenveen	2018-05-26	2.50	jpC	Sneek
2021-05-22	2:34.48	jpA	Heerenveen	2021-09-11	10.00	jpm	Drachten	2018-09-15	2.50	jpC	Heerenveen
2021-10-02	2:30.67	jpA	Heerenveen	Jente Wolters				2019-09-14	2.80	jpB	Sneek
				60				2019-10-05	2.89	jpB	Heerenveen
				2020-09-26	9.7	mD	Heerenveen	2020-09-26	3.26	jpA	Heerenveen
								2021-06-05	3.35	jpA	Heerenveen

balstoten				1000				3000			
2017-09-16	2.50	jpM	Heerenveen	2016-10-01	4:34.5	jpB	Heerenveen	2013-10-05	11:04.8	M50	Heerenveen
2018-05-26	3.80	jpC	Sneek	2018-10-06	4:03.15	jpA	Heerenveen	2017-05-20	11:37.15	M55	Heerenveen
2019-09-14	5.20	jpB	Sneek	hurkhoog				5000			
kogel 2				2015-09-19	1.00	jpC	Heerenveen	2013-09-21	19:31.40	M50	Leeuwarden
2020-09-12	4.90	jpA	Heerenveen	polshoog				2017-07-14	20:01.1	M55	Steenwijk
2020-09-26	5.86	jpA	Heerenveen	2019-05-11	1.66	jd	Heerenveen	2019-05-12	19:59.83	M55	Apeldoorn
2021-05-06	6.20	jpA	Heerenveen	2020-07-25	1.86	jd	Heerenveen	2021-10-02	22:15.60	M60	Heerenveen
2021-06-26	6.20	jpA	Leeuwarden	2021-05-01	2.06	jc	Heerenveen	10000			
slingeren				2021-05-22	2.07	jc	Heerenveen	2011-07-15	42:45.5	M50	Steenwijk
2018-04-21	8.50	jpC	Drachten	2021-10-02	2.33	jc	Heerenveen	2017-07-07	42:07.52	M55	Steenwijk
2018-07-07	8.50	jpC	Steenwijk	ver				ver			
2019-06-29	10.00	jpB	Leeuwarden	2014-10-04	2.33	jpM	Heerenveen	2019-10-05	2.07	M55	Heerenveen
2020-06-30	12.50	jpA	Heerenveen	2015-06-13	2.70	jpC	Heerenveen	kogel 6			
2021-06-05	17.50	jpA	Heerenveen	2015-09-19	2.75	jpC	Heerenveen	2019-10-05	5.12	M55	Heerenveen
vortex				2015-10-03	3.18	jpC	Heerenveen	speer 700			
2017-09-16	7.50	jpM	Heerenveen	2016-10-01	3.28	jpB	Heerenveen	2019-10-05	13.73	M55	Heerenveen
2018-04-21	11.50	jpC	Drachten	2017-10-07	3.29	jpA	Heerenveen	Ruth Zijlstra			
2018-05-26	13.00	jpC	Sneek	2018-10-06	3.75	jpA	Heerenveen	40			
2018-09-15	13.00	jpC	Heerenveen	balstoten				2013-05-18	7.52	mpC	Stadskanaal
2019-06-29	13.00	jpB	Leeuwarden	2015-09-19	4.30	jpC	Heerenveen	2014-05-31	7.45	mpB	Stadskanaal
2019-09-14	17.00	jpB	Sneek	balwerpen 135				2014-10-04	7.1	mpB	Heerenveen
2019-10-05	17.95	jpB	Heerenveen	2014-10-04	6.49	jpM	Heerenveen	60			
2020-09-12	19.50	jpA	Heerenveen	kogel 2				2015-06-06	10.3	mpA	Sneek
2021-04-06	19.00	jpA	Heerenveen	2017-10-07	5.22	jpA	Heerenveen	2015-09-19	10.1	mpA	Heerenveen
2021-05-06	24.00	jpA	Heerenveen	2018-10-06	6.51	jpA	Heerenveen	2016-06-04	10.07	mpA	Stadskanaal
Berber vd Woude				vortex				2016-06-18	9.96	mpA	Heerenveen
60				2015-06-13	10.22	jpC	Heerenveen	2016-10-01	9.4	mpA	Heerenveen
2014-10-04	11.5	mpA	Heerenveen	2015-09-19	14.50	jpC	Heerenveen	2017-04-08	9.61	mD	Heerenveen
2015-06-13	11.69	mpA	Heerenveen	2016-10-01	21.46	jpB	Heerenveen	2017-09-03	9.40	mD	Amsterdam
2015-10-03	11.2	mpA	Heerenveen	David Yousef				2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen
2016-10-01	10.1	mD	Heerenveen	40				2018-05-12	9.01	mD	Heerenveen
600				2021-10-02	9.02	jpC	Heerenveen	2018-06-02	8.90	mD	Stadskanaal
2016-10-01	2:29.2	mD	Heerenveen	600				80			
1000				2021-10-02	2:25.06	jpC	Heerenveen	2019-04-06	11.50	mC	Heerenveen
2014-10-04	5:11.2	mpA	Heerenveen	ver				2019-05-18	11.57	mC	Stadskanaal
2015-06-13	5:02.93	mpA	Heerenveen	2021-10-02	2.25	jpC	Heerenveen	2019-06-22	11.55	mC	Stadskanaal
2015-10-03	4:53.0	mpA	Heerenveen	vortex				2020-07-25	11.43w	mB	Heerenveen
2017-10-07	4:40.8	mD	Heerenveen	2021-10-02	10.31	jpC	Heerenveen	100			
hoog				Saher Yousef				2020-09-26	14.1	mB	Heerenveen
2015-06-13	0.90	mpA	Heerenveen	3000				2021-05-01	14.08	mB	Heerenveen
ver				2018-10-06	10:24.06	M50	Heerenveen	150			
2014-10-04	2.57	mpA	Heerenveen	5000				2018-04-02	22.19	mD	Amersfoort
2015-06-13	2.75	mpA	Heerenveen	2018-06-10	17:27.00	M50	Apeldoorn	2018-07-13	21.40	mD	Steenwijk
2015-10-03	2.88	mpA	Heerenveen	Harm Zijlstra				2019-07-05	21.12	mC	Steenwijk
2016-10-01	2.90	mD	Heerenveen	100				200			
2017-10-07	2.95	mD	Heerenveen	2020-07-25	17.32	M55	Heerenveen	2019-04-28	28.67	mC	Epe
kogel 2				2021-10-02	17.44w	M60	Heerenveen	300			
2014-10-04	3.72	mpA	Heerenveen	200				2018-07-13	48.91	mD	Steenwijk
2015-10-03	4.04	mpA	Heerenveen	2019-10-05	34.8	M55	Heerenveen	2019-07-05	45.66	mC	Steenwijk
2016-10-01	5.06	mD	Heerenveen	2020-07-25	34.39w	M55	Heerenveen	400			
2017-10-07	5.91	mD	Heerenveen	2021-10-02	35.08w	M60	Heerenveen	2019-04-22	1:05.61	mC	Amersfoort
vortex				400				2021-05-01	1:05.43	mB	Heerenveen
2015-06-13	8.31	mpA	Heerenveen	2019-04-07	1:14.36	M55	Amersfoort	600			
Pelle vd Woude				800				2013-05-18	2:43.06	mpC	Stadskanaal
40				2018-06-10	2:48.32	M55	Apeldoorn	2013-10-05	2:28.0	mpC	Heerenveen
2014-10-04	7.8	jpM	Heerenveen	2019-05-11	2:43.46	M55	Heerenveen	2017-05-14	1:58.97	mD	Sneek
2015-06-13	7.55	jpC	Heerenveen	2021-10-02	3:03.34	M60	Heerenveen	2018-06-02	1:54.45	mD	Stadskanaal
2015-10-03	7.3	jpC	Heerenveen	1500				2019-05-18	1:48.87	mC	Stadskanaal
2016-10-01	6.9	jpB	Heerenveen	2011-05-28	5:26.52	M50	Heerenveen	800			
60				2016-04-09	5:14.61	M50	Heerenveen	2018-04-02	2:40.13	mD	Amersfoort
2017-10-07	10.6	jpA	Heerenveen	2019-04-07	5:29.88	M55	Amersfoort	2019-04-06	2:36.39	mC	Heerenveen
2018-10-06	9.47	jpA	Heerenveen	400				2019-04-28	2:34.98	mC	Epe
600				600				2019-05-11	2:34.74	mC	Heerenveen
2014-10-04	3:03.1	jpM	Heerenveen	600				2019-05-25	2:34.24	mC	Sneek
2015-06-13	2:30.28	jpC	Heerenveen	600				2019-06-22	2:30.17	mC	Stadskanaal
2015-10-03	2:25.0	jpC	Heerenveen	600							

