

Voor de vergelijking van handtijden met elektronisch gemeten tijden zijn op de sprintnummers de gebruikelijke correcties gehanteerd (+0.24, 400 +0.14). Een elektronisch gemeten tijd van 8.24 is daarbij dus gelijkwaardig aan een handtijd van 8.0.

Beste seizoenprestaties (BSP) vanaf het indoorseizoen 2009 / 2010.
Deze lijst is bijgewerkt t/m 31 maart 2020.

Laura vd Akker

40			
2013-03-02	6.88	V35	Steenwijk
2019-03-09	7.11	V40	Steenwijk
50			
2012-03-17	8.34	V	Heerenveen
2013-03-02	8.44	V35	Steenwijk
2019-03-16	8.42	V40	Heerenveen
2019-12-21	8.42	V40	Utrecht
60			
2019-03-16	9.78	V40	Heerenveen
2019-12-21	9.83	V40	Stadskanaal
200			
2019-12-15	33.46	V40	Apeldoorn
hoog			
2020-01-12	1.25	V40	Stadskanaal
ver			
2019-12-21	3.94	V40	Utrecht
kogel 4			
2012-03-17	9.66	V	Heerenveen
2019-03-16	8.87	V40	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2012-03-17	322	V	Heerenveen
2013-03-02	638	V35	Steenwijk
2019-03-16	642	V40	Heerenveen
2020-01-12	933	V40	Stadskanaal
Hayat Askar			
40			
2015-03-07	7.70	mpA	Steenwijk
2016-03-12	7.33	mpA	Steenwijk
2018-02-03	7.1	mD	Drachten
50			
2017-03-18	8.54	mD	Heerenveen
2018-03-17	8.70	mD	Heerenveen
2019-03-16	8.39	mC	Heerenveen
60			
2015-03-21	11.33	mpA	Heerenveen
2016-03-19	10.65	mpA	Heerenveen
2017-03-18	9.97	mD	Heerenveen
2018-03-17	9.88	mD	Heerenveen
2019-03-16	9.63	mC	Heerenveen
40h			
2015-02-07	9.4	mpA	Drachten
hoog			
2015-03-21	1.05	mpA	Heerenveen
2016-03-19	1.05	mpA	Heerenveen
2017-03-18	1.20	mD	Heerenveen
2018-02-03	1.25	mD	Drachten
2019-03-16	1.25	mC	Heerenveen
ver			
2015-03-07	2.74	mpA	Steenwijk
kogel 2			
2015-03-07	5.47	mpA	Steenwijk
2016-03-19	6.81	mpA	Heerenveen
2017-03-18	7.72	mD	Heerenveen
2018-03-17	8.93	mD	Heerenveen
kogel 3			
2019-03-16	8.48	mC	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2017-03-18	774	mD	Heerenveen
2018-03-17	760	mD	Heerenveen
2019-03-16	855	mC	Heerenveen

Ylse Barkmeijer

50			
2015-03-21	9.19	mD	Heerenveen
60			
2015-03-21	10.81	mD	Heerenveen
1000			
2015-01-17	4:04.35	mD	Apeldoorn
2016-01-23	3:53.41	mD	Apeldoorn
1500			
2017-01-22	5:57.63	mC	Apeldoorn
hoog			
2015-03-21	1.05	mD	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2015-03-21	545	mD	Heerenveen
Linda vd Berg			
40			
2019-03-09	6.94	V40	Steenwijk
2020-03-07	6.43	V40	Steenwijk
50			
2019-03-16	8.13	V40	Heerenveen
2019-12-21	7.73	V40	Utrecht
60			
2019-03-16	9.53	V40	Heerenveen
2020-01-12	9.02	V40	Stadskanaal
200			
2019-12-15	30.25	V40	Apeldoorn
hoog			
2019-03-16	1.25	V40	Heerenveen
2020-01-12	1.30	V40	Stadskanaal
ver			
2019-03-09	3.66	V40	Steenwijk
2019-12-21	4.52	V40	Utrecht
kogel 4			
2019-03-16	7.07	V40	Heerenveen
2020-03-07	7.72	V40	Steenwijk
sprint 2-kamp			
2019-03-16	763	V40	Heerenveen
2020-01-12	1326	V40	Stadskanaal
Mart Bijker			
40			
2016-03-06	7.30	jpB	Apeldoorn
2017-02-04	7.2	jpA	Drachten
50			
2019-01-13	8.48	jd	Stadskanaal
60			
2017-11-25	9.5	jpA	Heerenveen
2019-01-19	9.53	jd	Apeldoorn
600			
2016-03-06	2:11.43	jpB	Apeldoorn
2019-01-13	1:59.76	jd	Stadskanaal
1000			
2015-12-12	3:58.09	jpB	Alkmaar
2019-01-19	3:18.06	jd	Apeldoorn
2020-01-25	3:18.23	jd	Apeldoorn
60h			
2017-11-25	11.2	jpA	Heerenveen
60h 76,2			
2020-01-25	11.08	jd	Apeldoorn
hoog			
2015-12-12	1.00	jpB	Alkmaar
2017-02-04	1.05	jpA	Drachten
2017-11-25	1.10	jpA	Heerenveen
ver			
2016-03-06	3.26	jpB	Apeldoorn
2019-11-24	4.13	jd	Assendelft
kogel 2			
2016-03-06	4.58	jpB	Apeldoorn
2017-02-04	6.00	jpA	Drachten

2017-11-25	5.40	jpA	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2019-01-13	792	jd	Stadskanaal

Betty Bijker-Bangma

200			
2020-02-22	33.18	V55	Apeldoorn
400			
2020-02-23	1:14.97	V55	Apeldoorn
800			
2020-02-08	2:52.98	V55	Apeldoorn

Anke Binnema

30			
2014-12-29	5.49	mD	Dronten
35			
2011-10-29	6.74	mpC	Emmeloord
2012-10-27	6.68	mpB	Emmeloord
40			
2011-03-19	7.81	mpC	Heerenveen
2012-02-04	7.1	mpB	Drachten
2013-03-02	7.22	mpA	Steenwijk
2014-03-08	7.15	mpA	Steenwijk
2015-02-07	6.7	mD	Drachten
2018-02-03	6.5	mC	Drachten
50			
2015-03-21	8.33	mD	Heerenveen
2016-03-19	7.80	mD	Heerenveen
2017-03-18	7.84	mC	Heerenveen
2018-03-17	7.78	mC	Heerenveen
2019-03-16	7.91	mB	Heerenveen
60			
2013-02-23	10.06	mpA	Amsterdam
2013-12-14	9.74	mpA	Utrecht
2014-12-19	9.67	mD	Utrecht
2016-03-19	9.03	mD	Heerenveen
2017-03-18	8.88	mC	Heerenveen
2017-12-30	8.89	mC	Amsterdam
2019-03-16	9.09	mB	Heerenveen
150			
2016-02-06	22.21	mD	Apeldoorn
200			
2017-12-03	29.70	mC	Apeldoorn
300			
2016-02-06	49.25	mD	Apeldoorn
600			
2013-01-12	2:19.11	mpA	Stadskanaal
50h 76,2			
2015-01-11	11.15	mD	Stadskanaal
2015-12-18	9.91	mD	Stadskanaal
60h 76,2			
2015-01-11	13.04	mD	Stadskanaal
2016-01-30	10.44	mD	Utrecht
2017-01-22	9.99	mC	Apeldoorn
2018-01-07	9.83	mC	Apeldoorn
2019-01-06	10.85	mB	Apeldoorn
2019-12-15	10.55	mB	Apeldoorn
hoog			
2011-03-19	0.95	mpC	Heerenveen
2012-02-04	1.15	mpB	Drachten
2013-01-26	1.20	mpA	Utrecht
2014-02-01	1.30	mpA	Utrecht
2015-02-07	1.35	mD	Drachten
2016-03-19	1.45	mD	Heerenveen
2017-03-18	1.50	mC	Heerenveen
2017-12-16	1.50	mC	Utrecht
2019-03-16	1.50	mB	Heerenveen
ver			
2011-03-05	2.87	mpC	Steenwijk
2012-03-03	3.11	mpB	Steenwijk
2012-12-15	3.87	mpA	Utrecht
2014-01-12	4.02	mpA	Utrecht
2015-01-17	3.97	mD	Apeldoorn
2015-12-12	4.49	mD	Utrecht
2017-02-18	4.68	mC	Amsterdam

2017-11-11	4.58	mC	Utrecht	balstoten			Aafje Boorsma
2019-12-15	4.48	mB	Apeldoorn	2012-03-03	3.94	mpm	Steenwijk
kogel 2				balwerpen 135			40
2012-02-04	4.90	mpB	Drachten	2013-01-12	15.41	mpC	Stadskanaal
2013-02-02	5.50	mpA	Drachten	kogel 1			60
2014-03-15	6.42	mpA	Heerenveen	2011-10-29	3.86	mpm	Emmeloord
2015-02-07	7.34	mD	Drachten	2013-03-09	4.17	mpC	Heerenveen
2015-11-21	8.93	mD	Amsterdam	kogel 2			600
kogel 3				2014-03-08	4.59	mpB	Steenwijk
2017-03-18	7.89	mC	Heerenveen	2014-12-29	4.82	mpA	Dronen
2018-03-17	8.51	mC	Heerenveen	2016-01-30	6.61	mpA	Utrecht
2019-03-16	9.14	mB	Heerenveen	2016-11-12	8.66	mD	Utrecht
sprint 2-kamp				2018-03-10	10.01	mD	Steenwijk
2015-03-21	856	mD	Heerenveen	kogel 3			hoog
2016-03-19	1072	mD	Heerenveen	2019-03-09	9.96	mC	Steenwijk
2017-03-18	1100	mC	Heerenveen	2020-03-07	9.72	mC	Steenwijk
2018-03-17	1058	mC	Heerenveen	sprint 2-kamp			hurkhoog
2019-03-16	915	mB	Heerenveen	2017-03-18	918	mD	Heerenveen
Jildou Binnema				2018-03-17	1058	mD	Heerenveen
30				2019-03-09	1001	mC	Steenwijk
2014-12-29	5.92	mpA	Dronen	2020-03-07	1064	mC	Steenwijk
35				Fenna Bodewes			balstoten
2011-10-29	7.88	mpm	Emmeloord	40			2017-03-18
2012-10-27	7.36	mpC	Emmeloord	2018-02-03	8.3	mpm	Drachten
40				2019-03-16	8.18	mpC	Heerenveen
2011-03-19	9.68	mpm	Heerenveen	2020-02-08	7.9	mpB	Drachten
2012-03-03	8.49	mpm	Steenwijk	40h			2017-11-25
2013-02-23	7.70	mpC	Amsterdam	2017-11-25	9.8	mpm	Heerenveen
2014-03-15	7.79	mpB	Heerenveen	hoog			2019-03-16
2016-03-12	7.27	mpA	Steenwijk	2019-03-16	0.75	mpC	Heerenveen
2018-03-10	6.53	mD	Steenwijk	hurkhoog			2017-11-25
2019-03-09	6.64	mC	Steenwijk	2017-11-25	0.65	mpm	Heerenveen
2020-03-07	6.57	mC	Steenwijk	2019-02-02	0.80	mpC	Drachten
50				2020-02-08	0.80	mpB	Drachten
2012-12-15	9.48	mpC	Utrecht	balstoten			2018-02-03
2013-12-14	9.48	mpB	Utrecht	2018-02-03	3.20	mpm	Drachten
2017-03-18	8.13	mD	Heerenveen	2019-02-02	4.10	mpC	Drachten
2018-03-17	7.94	mD	Heerenveen	2020-02-08	4.60	mpB	Drachten
2019-03-16	8.02	mC	Heerenveen	Lisa Bodewes			40
2020-03-07	7.92	mC	Steenwijk	40			2016-03-19
60				2016-03-19	7.68	mpC	Heerenveen
2015-03-21	10.54	mpA	Heerenveen	2017-03-18	7.51	mpB	Heerenveen
2016-03-06	10.10	mpA	Apeldoorn	2018-02-03	7.5	mpA	Drachten
2016-12-17	9.42	mD	Utrecht	2019-02-02	7.4	mpA	Drachten
2018-03-17	9.27	mD	Heerenveen	60			2018-03-17
2018-11-10	9.18	mC	Utrecht	2018-03-17	10.79	mpA	Heerenveen
2019-12-15	9.13	mC	Apeldoorn	2019-03-16	10.72	mpA	Heerenveen
600				600			2017-03-12
2013-01-12	2:49.76	mpC	Stadskanaal	2017-03-12	2:21.58	mpB	Apeldoorn
2015-01-11	2:35.01	mpA	Stadskanaal	60h			2017-11-25
2016-03-06	2:34.17	mpA	Apeldoorn	2017-11-25	12.2	mpA	Heerenveen
60h 76,2				60h 76,2			2020-01-25
2017-01-28	11.56	mD	Utrecht	2020-01-25	16.23	mD	Apeldoorn
2018-01-20	11.09	mD	Apeldoorn	hoog			2016-03-19
2019-01-12	11.08	mC	Dordrecht	2016-03-19	0.80	mpC	Heerenveen
2019-12-15	10.51	mC	Apeldoorn	2017-03-18	0.90	mpB	Heerenveen
hoog				2018-03-17	1.05	mpA	Heerenveen
2012-03-17	0.80	mpm	Heerenveen	2019-03-16	1.20	mpA	Heerenveen
2013-02-23	0.90	mpC	Amsterdam	hurkhoog			2017-02-04
2014-03-15	0.95	mpB	Heerenveen	2017-02-04	0.90	mpB	Drachten
2015-03-21	1.05	mpA	Heerenveen	ver			2020-01-25
2016-03-19	1.25	mpA	Heerenveen	2020-01-25	3.07	mD	Apeldoorn
2017-03-18	1.30	mD	Heerenveen	balstoten			2016-03-19
2018-03-17	1.35	mD	Heerenveen	2016-03-19	5.11	mpC	Heerenveen
2019-03-16	1.35	mC	Heerenveen	2017-02-04	4.90	mpB	Drachten
2020-03-07	1.30	mC	Steenwijk	kogel 2			2017-03-12
ver				2017-03-12	3.55	mpB	Apeldoorn
2011-03-05	1.81	mpm	Steenwijk	2018-03-17	4.22	mpA	Heerenveen
2012-03-03	1.95	mpm	Steenwijk	2019-02-02	5.30	mpA	Drachten
2013-01-26	3.03	mpC	Utrecht	balstoten			2016-03-12
2014-01-12	2.88	mpB	Utrecht	2016-03-12	2.53	mpC	Steenwijk
2015-12-12	3.73	mpA	Utrecht	2017-02-04	3.90	mpB	Drachten
2016-12-17	4.21	mD	Utrecht	2017-02-04	0.75	mpB	Drachten
2018-01-20	4.31	mD	Apeldoorn	ver			2016-03-12
2018-11-10	4.46	mC	Utrecht	2016-03-12	1.95	mpC	Steenwijk
2019-11-09	4.72	mC	Utrecht	balstoten			2016-03-12
				2016-03-12	2.53	mpC	Steenwijk
				2017-02-04	3.90	mpB	Drachten

kogel 2				2020-01-12	8.71 mB	Amsterdam	2020-02-08	8.28 mD	Drachten
2017-03-18	3..22 mpB	Heerenveen		800			sprint 2-kamp		
2018-02-03	4.10 mpA	Drachten		2020-02-09	2:55.49 mB	Apeldoorn	2019-03-09	1040 mD	Steenwijk
2019-02-02	4.90 mpA	Drachten		40h			2020-03-07	1175 mD	Steenwijk
2020-02-08	5.31 mD	Drachten		2014-02-01	7.5 mpA	Drachten			
Marvens Bruinsma				50h 76,2			Jeroen van Dijk		
40				2015-01-11	10.17 mD	Stadskanaal	800		
2015-03-07	5.96 jC	Steenwijk		2015-12-18	8.54 mD	Utrecht	2016-01-03	2:10.85 jA	Dortmund (Dui)
50				60h 76,2			2018-03-10	2:11.74 Mneo	Apeldoorn
2015-03-07	7.01 jC	Steenwijk		2015-01-17	11.72 mD	Apeldoorn	1500		
60				2015-11-14	9.90 mD	Amsterdam	2015-12-20	4:43.39 jA	Apeldoorn
2015-03-21	8.21 jC	Heerenveen		2018-12-23	9.48 mB	Apeldoorn	2016-12-27	4:32.10 jA	Apeldoorn
2016-12-27	7.75 jB	Apeldoorn		2019-12-15	9.43 mB	Assendelft			
2018-01-13	7.65 jB	Amsterdam		hoog			Niels Dijkma		
2019-12-21	7.83 jA	Utrecht		2014-03-15	1.25 mpA	Heerenveen	40		
ver				2015-02-07	1.30 mD	Drachten	2017-03-18	8.00 jpB	Heerenveen
2016-12-27	5.73 jB	Apeldoorn		2016-03-19	1.40 mD	Heerenveen	2018-02-03	7.9 jpA	Drachten
sprint 2-kamp				2019-12-15	1.48 mB	Assendelft	60		
2015-03-07	1446 jC	Steenwijk		ver			2018-03-17	11.36 jpA	Heerenveen
Eline Buitendijk				2015-03-07	4.00 mD	Steenwijk	2019-03-16	10.44 jpA	Heerenveen
40				2015-11-21	4.53 mD	Amsterdam	60h		
2019-02-02	7.2 mpB	Drachten		2018-12-23	4.82 mB	Apeldoorn	2017-11-25	14.5 jpA	Heerenveen
2020-02-08	7.1 mpA	Drachten		2019-12-21	4.97 mB	Utrecht	hoog		
60				kogel 2			2017-03-18	1.00 jpB	Heerenveen
2020-03-08	10.30 mpA	Apeldoorn		2014-03-15	7.04 mpA	Heerenveen	2018-02-03	1.00 jpA	Drachten
600				2015-03-21	8.55 mD	Heerenveen	2019-03-16	1.15 jpA	Heerenveen
2020-03-08	2:19.80 mpA	Apeldoorn		2015-11-14	9.73 mD	Utrecht	kogel 2		
hoog				kogel 3			2017-03-18	3.86 jpB	Heerenveen
2019-03-16	0.90 mpB	Heerenveen		2018-12-23	10.87 mB	Apeldoorn	2018-03-17	4.54 jpA	Heerenveen
2020-02-08	1.05 mpA	Drachten		2020-02-09	11.41 mB	Apeldoorn	2019-03-16	5.84 jpA	Heerenveen
hurkhoog				sprint 2-kamp			Tsjerk Dijkma		
2019-02-02	0.85 mpB	Drachten		2015-03-07	1065 mD	Steenwijk	1500		
balstoten				2016-03-19	1119 mD	Heerenveen	2016-12-27	4:43.22 jA	Apeldoorn
2019-02-02	4.70 mpB	Drachten		5-kamp			Jelte Dijkstra		
kogel 2				2020-02-09	2866 mB	Apeldoorn	40		
2019-03-16	3.36 mpB	Heerenveen		Marianne Diallo			2017-03-18	8.70 jpC	Heerenveen
2020-03-08	5.31 mpA	Apeldoorn		40			2017-11-25	7.6 jpB	Heerenveen
Liam Buitendijk				2015-03-07	7.54 mpC	Steenwijk	60		
40				2016-03-19	7.19 mpB	Heerenveen	2019-03-16	11.43 jpA	Heerenveen
2019-02-02	8.0 jpm	Drachten		2017-02-04	6.7 mpA	Drachten	40h		
2020-02-08	7.2 jpC	Drachten		2018-02-03	6.9 mpA	Drachten	2017-11-25	8.8 jpB	Heerenveen
600				2019-03-09	6.63 mD	Steenwijk	hoog		
2020-03-08	2:40.17 jpC	Apeldoorn		2020-03-07	6.33 mD	Steenwijk	2017-03-18	0.85 jpC	Heerenveen
hoog				50			2018-03-17	0.85 jpB	Heerenveen
2019-03-16	0.65 jpm	Heerenveen		2019-03-09	7.96 mD	Steenwijk	2019-03-16	1.00 jpA	Heerenveen
hurkhoog				2019-12-21	7.61 mD	Utrecht	hurkhoog		
2019-02-02	0.60 jpm	Drachten		60			2017-11-25	0.80 jpB	Heerenveen
2020-02-08	0.60 jpC	Drachten		2017-03-18	10.10 mpA	Heerenveen	balstoten		
ver				2017-11-25	9.3 mpA	Heerenveen	2017-03-18	3.96 jpC	Heerenveen
2020-03-08	2.47 jpC	Apeldoorn		2019-01-19	9.29 mD	Apeldoorn	2017-11-25	4.00 jpB	Heerenveen
balstoten				2020-01-25	8.84 mD	Apeldoorn	kogel 2		
2019-03-16	3.34 jpm	Heerenveen		600			2018-03-17	3.21 jpB	Heerenveen
2020-02-08	4.10 jpC	Drachten		2016-03-06	2:24.58 mpB	Apeldoorn	2019-03-16	4.07 jpA	Heerenveen
Sabrina Cruden				60h			Tijs Dijkstra		
30				2017-11-25	11.5 mpA	Heerenveen	40		
2014-12-29	5.27 mD	Dronten		hoog			2019-02-02	8.2 jpB	Drachten
40				2015-03-21	0.80 mpC	Heerenveen	2020-02-08	7.7 jpA	Drachten
2014-03-08	6.83 mpA	Steenwijk		2016-03-19	0.90 mpB	Heerenveen	hoog		
2015-03-07	6.52 mD	Steenwijk		2017-03-18	1.10 mpA	Heerenveen	2020-02-08	1.05 jpA	Drachten
50				2018-03-17	1.15 mpA	Heerenveen	hurkhoog		
2015-03-21	7.89 mD	Heerenveen		2019-03-16	1.15 mD	Heerenveen	2019-02-02	0.85 jpB	Drachten
2015-12-18	7.50 mD	Utrecht		2020-03-07	1.35 mD	Steenwijk	balstoten		
60				ver			2019-02-02	5.30 jpB	Drachten
2014-03-15	9.63 mpA	Heerenveen		2015-03-07	2.74 mpC	Steenwijk	kogel 2		
2015-01-17	9.26 mD	Apeldoorn		2017-03-11	3.18 mpA	Steenwijk	2020-02-08	5.00 jpA	Drachten
2016-01-02	8.81 mD	Utrecht		2019-03-09	3.44 mD	Steenwijk			
2018-12-30	8.61 mB	Amsterdam		balstoten					
				2015-03-21	3.71 mpC	Heerenveen			
				kogel 2					
				2016-03-06	3.40 mpB	Apeldoorn			
				2017-03-18	4.68 mpA	Heerenveen			
				2018-02-03	5.10 mpA	Drachten			
				2019-03-16	6.39 mD	Heerenveen			

Wybren Dijkstra				Simone Falkena				1000			
40				50				2010-01-16	3:47.16	jpA	Groningen
2015-03-21	9.15	jpB	Heerenveen	2013-03-09	7.80	V	Heerenveen	2016-02-14	3:07.56	jb	Apeldoorn
50				60				2017-02-05	2:57.68	ja	Apeldoorn
2018-03-17	10.63	jD	Heerenveen	2013-03-09	9.06	V	Heerenveen	2018-02-04	2:52.19	ja	Apeldoorn
2019-03-16	10.29	jD	Heerenveen	2015-02-14	9.01	V35	Apeldoorn	2020-02-01	3:00.48	Mneo	Whitewater (USA)
60				2016-01-16	9.00	V35	Gent (Bel)	50h 76,2			
2016-03-19	12.68	jpA	Heerenveen	200				2010-11-13	10.66	jD	Stadskanaal
2017-03-18	12.09	jpA	Heerenveen	2016-02-06	28.87	V35	Apeldoorn	2011-11-12	10.25	jD	Stadskanaal
2018-03-17	12.27	jD	Heerenveen	400				50h 83,8			
2019-03-16	12.08	jD	Heerenveen	2015-02-14	1:04.33	V35	Apeldoorn	2013-12-20	8.61	jC	Utrecht
hoog				2016-02-13	1:06.21	V35	Apeldoorn	50h 91,4			
2015-03-21	0.80	jpB	Heerenveen	sprint 2-kamp				2014-12-19	8.03	jb	Utrecht
2016-03-19	0.85	jpA	Heerenveen	2013-03-09	951	V	Heerenveen	2015-12-18	7.95	jb	Utrecht
2017-03-18	0.95	jpA	Heerenveen					60h 76,2			
2018-03-17	0.90	jD	Heerenveen	Elisabeth de Haan				2010-11-13	13.02	jD	Stadskanaal
kogel 2				40				2012-01-21	11.96	jD	Apeldoorn
2015-03-21	4.00	jpB	Heerenveen	2016-03-19	6.77	mpB	Heerenveen	60h 106,7			
2016-03-19	4.84	jpA	Heerenveen	50				2020-01-24	9.11	Mneo	Indianapolis (USA)
2017-03-18	5.65	jpA	Heerenveen	2019-03-16	7.37	mD	Heerenveen	60h 83,8			
kogel 3				60				2012-11-24	11.39	jC	Amsterdam
2018-03-17	4.65	jD	Heerenveen	2017-03-18	9.20	mpA	Heerenveen	2014-01-03	9.58	jC	Utrecht
2019-03-16	5.31	jD	Heerenveen	2017-11-25	8.4	mpA	Heerenveen	60h 91,4			
sprint 2-kamp				2019-01-19	8.42	mD	Apeldoorn	2014-12-28	9.33	jb	Gent (Bel)
2018-03-17	183	jD	Heerenveen	2020-01-25	8.23	mD	Apeldoorn	2016-01-16	8.95	jb	Gent (Bel)
2019-03-16	243	jD	Heerenveen	600				60h 99,1			
Jan Elsinga				2017-03-12	2:21.12	mpA	Apeldoorn	2017-01-28	8.76	ja	Apeldoorn
30				60h				2018-01-27	8.80	ja	Apeldoorn
2017-12-29	5.23	jD	Dronten	2017-11-25	10.3	mpA	Heerenveen	hoog			
40				hoog				2010-03-20	1.25	jpA	Heerenveen
2015-03-21	7.21	jpB	Heerenveen	2016-03-19	1.15	mpB	Heerenveen	2011-01-15	1.35	jD	Emmeloord
2016-03-12	7.04	jpA	Steenwijk	2017-03-18	1.20	mpA	Heerenveen	2012-02-04	1.47	jD	Drachten
2017-02-04	6.6	jpA	Drachten	2018-03-17	1.30	mpA	Heerenveen	2013-02-02	1.50	jC	Drachten
50				2019-03-16	1.40	mD	Heerenveen	2014-01-17	1.68	jC	Utrecht
2018-03-17	7.93	jD	Heerenveen	ver				2015-01-04	1.70	jb	Dortmund (Dui)
2019-03-16	7.77	jD	Heerenveen	2019-01-19	4.60	mD	Apeldoorn	2016-02-14	1.76	jb	Apeldoorn
60				2020-01-25	4.90	mD	Apeldoorn	2016-12-18	1.82	ja	Dortmund (Dui)
2016-03-06	10.05	jpA	Apeldoorn	kogel 2				2018-01-27	1.85	ja	Apeldoorn
2017-03-18	9.82	jpA	Heerenveen	2016-03-19	3.94	mpB	Heerenveen	2020-02-29	1.90	Mneo	Indianapolis (USA)
2018-01-20	9.20	jD	Apeldoorn	2017-03-12	5.34	mpA	Apeldoorn	hss			
2019-01-19	9.18	jD	Apeldoorn	2018-03-17	5.67	mpA	Heerenveen	2013-12-20	10.42	jC	Utrecht
2020-01-26	8.83	jC	Apeldoorn	2019-03-16	7.15	mD	Heerenveen	polshoog			
300				sprint 2-kamp				2014-12-19	2.83	jb	Utrecht
2020-01-26	49.45	jC	Apeldoorn	2019-03-16	1260	mD	Heerenveen	2016-02-13	3.30	ja	Apeldoorn
600				Gerwin de Haan				2017-02-19	4.10	ja	Apeldoorn
2016-03-06	2:07.75	jpA	Apeldoorn	30				2018-01-27	4.20	ja	Apeldoorn
2019-01-19	1:57.20	jD	Apeldoorn	2011-12-28	5.42	jD	Dronten	2020-02-29	4.55	Mneo	Indianapolis (USA)
1000				40				ver			
2018-01-20	3:44.95	jD	Apeldoorn	2010-03-06	7.62	jpA	Steenwijk	2011-03-05	3.22	jD	Steenwijk
hoog				2011-03-05	7.05	jD	Steenwijk	2012-11-24	4.22	jC	Amsterdam
2015-03-21	0.95	jpB	Heerenveen	2012-03-03	6.66	jD	Steenwijk	2014-01-12	5.27	jC	Dortmund (Dui)
2016-03-06	1.15	jpA	Apeldoorn	2013-03-02	6.32	jC	Steenwijk	2014-12-28	5.71	jb	Gent (Bel)
2017-03-18	1.10	jpA	Heerenveen	50				2016-01-16	5.98	jb	Gent (Bel)
2018-03-17	1.25	jD	Heerenveen	2013-03-02	7.75	jC	Steenwijk	2017-02-04	6.16	ja	Apeldoorn
2019-03-16	1.30	jD	Heerenveen	2014-03-15	7.18	jC	Heerenveen	2018-02-03	6.07	ja	Apeldoorn
ver				60				2020-01-25	6.42	Mneo	Indianapolis (USA)
2016-03-12	2.83	jpA	Steenwijk	2010-03-20	10.14	jpA	Heerenveen	kogel			
2018-01-20	3.96	jD	Apeldoorn	2011-03-19	9.97	jD	Heerenveen	2009-11-14	6.60	jpA	Stadskanaal
2019-01-19	4.07	jD	Apeldoorn	2012-03-17	9.55	jD	Heerenveen	kogel 3			
2020-01-26	4.25	jC	Apeldoorn	2013-03-09	8.96	jC	Heerenveen	2011-01-15	6.31	jD	Emmeloord
kogel 2				2013-11-23	8.35	jC	Amsterdam	2012-03-17	7.62	jD	Heerenveen
2015-03-21	4.62	jpB	Heerenveen	2015-01-04	8.00	jb	Dortmund (Dui)	2012-10-28	10.25	jD	Enschede
2016-03-12	5.36	jpA	Steenwijk	2016-02-13	7.75	jb	Apeldoorn	kogel 4			
2017-03-18	6.94	jpA	Heerenveen	2017-02-04	7.62	ja	Apeldoorn	2013-03-09	8.79	jC	Heerenveen
kogel 3				2018-02-03	7.67	ja	Apeldoorn	2014-03-15	10.31	jC	Heerenveen
2018-03-17	6.50	jD	Heerenveen	2019-12-06	7.56	Mneo	Davenport (USA)	kogel 5			
2019-03-16	7.36	jD	Heerenveen	400				2015-01-11	10.79	jb	Stadskanaal
sprint 2-kamp				2014-12-28	58.65	jb	Gent (Bel)	2016-03-19	13.12	jb	Heerenveen
2018-03-17	1004	jD	Heerenveen	2018-02-10	52.94	ja	Apeldoorn	kogel 6			
2019-03-16	1056	jD	Heerenveen	600				2017-02-04	12.95	ja	Apeldoorn
				2009-11-14	2:16.2	jpA	Stadskanaal	2018-02-03	12.40	ja	Apeldoorn
								kogel 7%			
								2019-03-16	11.35	Mneo	Heerenveen
								2020-02-29	12.07	Mneo	Indianapolis (USA)

sprint 2-kamp			Mees Hiemstra	60			
2012-03-03	530	jD	Steenwijk	40	2010-03-20	9.16	jpA Heerenveen
2013-03-02	1165	jC	Steenwijk	2018-02-03	7.2	jpA	Drachten
7-kamp				2019-02-02	7.3	jpA	Drachten
2016-02-14	4294	jB	Apeldoorn	60			
2017-02-05	4636	JA	Apeldoorn	2017-11-25	10.2	jpA	Heerenveen
2018-02-04	4691	JA	Apeldoorn	2019-03-16	10.18	jpA	Heerenveen
2020-02-01	4442	Mneo	Whitewater (USA)	60h			
Hilbert de Haan				2017-11-25	12.3	jpA	Heerenveen
800			hoog				
2014-03-01	1:59.74	M	Apeldoorn	2018-03-17	0.90	jpA	Heerenveen
				2019-03-16	1.00	jpA	Heerenveen
Lisanne de Haan			kogel 2				
30			2018-03-17	4.71	jpA	Heerenveen	
2013-12-27	6.43	mpA	Dronten	2019-02-02	5.90	jpA	Drachten
35			Rutger Hoekstra				
2014-12-29	5.97	mpA	Drachten	40			
40			2018-02-03	5.9	jC	Drachten	
2014-03-08	7.83	mpA	Steenwijk	50			
2015-03-07	7.63	mpA	Steenwijk	2017-03-18	7.49	jC	Heerenveen
2017-03-11	7.23	mD	Steenwijk	2018-03-17	7.08	jC	Heerenveen
2018-03-10	7.17	mC	Steenwijk	60			
2019-03-09	7.39	mC	Steenwijk	2017-03-18	8.63	jC	Heerenveen
2020-03-07	7.30	mB	Steenwijk	2018-03-11	8.00	jC	Naaldwijk
50				2019-02-02	7.96	jB	Apeldoorn
2016-03-19	8.94	mD	Heerenveen	2019-12-15	7.84	jB	Apeldoorn
2017-03-18	8.52	mD	Heerenveen	1000			
2018-03-17	8.38	mC	Heerenveen	2019-02-03	3:03.94	jB	Apeldoorn
2019-03-16	8.58	mC	Heerenveen	60h 83,8			
2020-03-07	8.98	mB	Steenwijk	2018-03-11	9.19	jC	Naaldwijk
60				60h 91,4			
2014-03-15	11.36	mpA	Heerenveen	2019-01-20	9.03	jB	Assendelft
2015-03-21	10.70	mpA	Heerenveen	2020-02-01	8.94	jB	Apeldoorn
2015-11-14	10.49	mD	Utrecht	hoog			
2017-03-18	9.95	mD	Heerenveen	2017-03-18	1.50	jC	Heerenveen
2018-03-17	9.90	mC	Heerenveen	2018-03-10	1.74	jC	Zoetermeer
2019-03-16	10.00	mC	Heerenveen	2019-02-10	1.86	jB	Apeldoorn
600				2020-02-16	1.94	jB	Apeldoorn
2014-01-11	2:45.5	mpA	Stadskanaal	hss			
2015-01-11	2:40.62	mpA	Stadskanaal	2019-02-10	12.09	jB	Apeldoorn
40h				polshoog			
2014-02-01	8.9	mpA	Drachten	2018-01-20	3.00	jB	Assendelft
60h 76,2				2019-02-02	2.93	jB	Apeldoorn
2016-11-12	12.77	mD	Utrecht	2020-01-19	2.90	jB	Assendelft
hoog				ver			
2014-03-15	1.00	mpA	Heerenveen	2017-11-11	5.29	jC	Utrecht
2015-03-21	1.15	mpA	Heerenveen	2019-02-02	5.68	jB	Apeldoorn
2015-11-14	1.20	mD	Utrecht	2019-11-09	6.10	jB	Utrecht
2017-03-18	1.25	mD	Heerenveen	kogel 4			
2017-12-16	1.30	mC	Utrecht	2017-03-18	8.20	jC	Heerenveen
2020-03-07	1.20	mB	Steenwijk	2018-03-17	9.85	jC	Heerenveen
ver				kogel 5			
2014-03-08	2.66	mpA	Steenwijk	2019-02-02	10.49	jB	Apeldoorn
2015-12-12	3.13	mD	Utrecht	sprint 2-kamp			
2016-12-17	3.59	mD	Utrecht	2017-03-18	1228	jC	Heerenveen
2019-03-09	3.61	mC	Steenwijk	2018-03-17	1429	jC	Heerenveen
kogel 2				2019-03-16	421	jB	Heerenveen
2014-03-08	4.58	mpA	Steenwijk	7-kamp			
2015-03-21	5.63	mpA	Heerenveen	2019-02-03	3925	jB	Apeldoorn
2016-03-19	6.73	mD	Heerenveen	Lars van Hoeven			
2017-01-21	7.82	mD	Utrecht	40			
kogel 3				2010-02-06	6.6	jpA	Drachten
2018-03-10	7.38	mC	Steenwijk	2011-02-05	6.4	jD	Drachten
2019-03-16	7.60	mC	Heerenveen	2012-03-03	6.24	jD	Steenwijk
2020-03-07	8.30	mB	Steenwijk	50			
sprint 2-kamp				2010-11-13	7.73	jD	Stadskanaal
2016-03-19	613	mD	Heerenveen	2012-01-06	7.42	jD	Utrecht
2017-03-18	780	mD	Heerenveen	2012-12-21	7.01	jC	Utrecht
2018-03-17	814	mC	Heerenveen	2013-12-20	6.74	jC	Utrecht
2019-03-16	762	mC	Heerenveen	2015-01-02	6.55	jB	Utrecht
2020-03-07	411	mB	Steenwijk	60			
				2017-03-18	9.91	mD	Heerenveen
				2018-02-18	9.40	mD	Amsterdam
				2018-12-15	9.33	mC	Utrecht
				2019-12-15	9.08	mC	Apeldoorn
				60h 76,2			
				2017-02-18	13.62	mD	Amsterdam
				2018-01-20	11.94	mD	Apeldoorn
				2019-01-20	11.37	mC	Apeldoorn
				2019-11-09	10.73	mC	Utrecht
				hoog			
				2017-02-18	1.20	mD	Amsterdam

2017-11-11	1.35	mD	Utrecht	2020-01-25	9.48	mD	Apeldoorn	2017-03-11	7.38	jpA	Steenwijk
2018-12-15	1.30	mC	Utrecht	600				2018-02-03	6.9	jD	Drachten
2020-03-07	1.25	mC	Steenwijk	2017-03-12	2:26.90	mpB	Apeldoorn	2020-02-08	6.8	jC	Drachten
ver				2018-03-11	2:21.99	mpA	Apeldoorn	50			
2017-02-18	3.31	mD	Amsterdam	2019-03-03	2:13.34	mpA	Apeldoorn	2018-03-17	8.47	jD	Heerenveen
2018-02-18	3.85	mD	Amsterdam	60h				2019-03-16	8.24	jD	Heerenveen
2018-11-10	4.09	mC	Utrecht	60h 76,2				60			
2019-12-15	4.28	mC	Apeldoorn	2020-01-25	11.91	mD	Apeldoorn	2016-03-19	10.44	jpA	Heerenveen
kogel 2				hoog				2017-03-18	9.98	jpA	Heerenveen
2017-03-18	7.12	mD	Heerenveen	2016-03-19	0.85	mpC	Heerenveen	2018-03-17	9.82	jD	Heerenveen
2018-03-17	8.44	mD	Heerenveen	2017-03-18	0.95	mpB	Heerenveen	2019-03-16	9.68	jD	Heerenveen
kogel 3				2018-03-17	1.15	mpA	Heerenveen	600			
2018-12-15	7.70	mC	Utrecht	2019-03-16	1.20	mpA	Heerenveen	2018-01-20	2:27.25	jD	Apeldoorn
2019-11-09	9.22	mC	Utrecht	2020-02-08	1.25	mD	Drachten	hoog			
sprint 2-kamp				ver				2015-03-21	1.00	jpB	Heerenveen
2017-03-18	776	mD	Heerenveen	2019-03-03	3.82	mpA	Apeldoorn	2016-03-19	1.05	jpA	Heerenveen
2018-03-17	889	mD	Heerenveen	balstoten				2017-03-11	1.10	jpA	Steenwijk
2019-03-16	931	mC	Heerenveen	2016-03-19	4.26	mpC	Heerenveen	2018-02-03	1.25	jD	Drachten
2020-03-07	1056	mC	Steenwijk	kogel 2				2019-03-16	1.25	jD	Heerenveen
Floris vd Hoogen				2017-03-18	4.54	mpB	Heerenveen	2020-02-08	1.30	jC	Drachten
60				2018-03-17	4.54	mpA	Heerenveen	hurkhoog			
2010-01-16	10.76	jpA	Groningen	2019-03-03	5.47	mpA	Apeldoorn	2015-02-07	0.95	jpB	Drachten
hoog				2020-02-08	6.04	mD	Drachten	ver			
2010-03-20	1.10	jpA	Heerenveen	Ilse Huisman				2015-03-07	2.90	jpB	Steenwijk
ver				40				2018-01-20	3.24	jD	Apeldoorn
2010-01-16	3.06	jpA	Groningen	2019-03-16	7.99	mpC	Heerenveen	balstoten			
kogel				hoog				2015-02-07	4.10	jpB	Drachten
2010-01-16	5.82	jpA	Groningen	2019-03-16	0.90	mpC	Heerenveen	kogel 2			
Hademar Hoornveld				balstoten				2015-03-21	3.91	jpB	Heerenveen
40				2019-03-16	3.64	mpC	Heerenveen	2016-03-19	4.79	jpA	Heerenveen
2014-02-01	7.7	jpC	Drachten	Meike Huistra				2017-03-18	6.13	jpA	Heerenveen
2015-02-07	7.6	jpB	Drachten	30				kogel 3			
hoog				2019-12-30	5.38	mD	Dronen	2018-03-17	5.35	jD	Heerenveen
2015-03-21	0.90	jpB	Heerenveen	40				2019-03-16	5.90	jD	Heerenveen
hurkhoog				2016-03-06	7.38	mpC	Apeldoorn	kogel 4			
2014-02-01	0.55	jpC	Drachten	2017-03-12	7.26	mpB	Apeldoorn	2020-02-08	5.62	jC	Drachten
2015-02-07	0.85	jpB	Drachten	2018-02-03	6.8	mpA	Drachten	sprint 2-kamp			
balstoten				2019-02-02	6.7	mpA	Drachten	2018-03-17	809	jD	Heerenveen
2014-02-01	3.40	jpC	Drachten	60				Anne Hulzebos			
2015-02-07	3.50	jpB	Drachten	2018-03-11	9.72	mpA	Apeldoorn	60			
kogel 2				2019-03-03	9.23	mpA	Apeldoorn	2020-03-08	11.78	mpA	Apeldoorn
2015-03-21	3.35	jpB	Heerenveen	2020-02-02	9.05	mD	Assendelft	600			
Jesse Hospes				600				2020-03-08	2:50.93	mpA	Apeldoorn
40				2016-03-06	2:24.50	mpC	Apeldoorn	hoog			
2020-03-07	7.03	jD	Steenwijk	2017-03-12	2:25.38	mpB	Apeldoorn	2020-03-08	0.90	mpA	Apeldoorn
50				2018-03-11	2:14.57	mpA	Apeldoorn	kogel 2			
2020-03-07	8.61	jD	Steenwijk	2019-03-03	2:08.59	mpA	Apeldoorn	2020-03-08	4.42	mpA	Apeldoorn
hoog				60h				Yoran de Jager			
2020-02-08	1.15	jD	Drachten	2017-11-25	11.4	mpA	Heerenveen	40			
ver				hoog				2017-03-12	7.80	jpB	Apeldoorn
2020-03-07	3.48	jD	Steenwijk	2016-03-06	1.10	mpC	Apeldoorn	2018-02-03	7.4	jpA	Drachten
kogel 3				2017-03-12	1.10	mpB	Apeldoorn	60			
2020-02-08	5.38	jD	Drachten	2018-03-17	1.25	mpA	Heerenveen	2017-11-25	11.2	jpA	Heerenveen
sprint 2-kamp				2019-03-16	1.30	mpA	Heerenveen	2019-03-16	10.98	jpA	Heerenveen
2020-03-07	823	jD	Steenwijk	2020-02-02	1.40	mD	Assendelft	60h			
Britt Huisman				ver				2017-11-25	12.1	jpA	Heerenveen
30				2016-03-06	3.11	mpC	Apeldoorn	hoog			
2017-12-29	5.83	mpA	Dronen	2019-03-03	4.16	mpA	Apeldoorn	2017-03-18	1.00	jpB	Heerenveen
40				2020-02-02	4.30	mD	Assendelft	2018-02-03	0.95	jpA	Drachten
2016-03-19	7.78	mpC	Heerenveen	kogel 2				2019-03-16	1.10	jpA	Heerenveen
2017-03-18	7.16	mpB	Heerenveen	2017-03-12	3.75	mpB	Apeldoorn	hurkhoog			
2018-02-03	7.1	mpA	Drachten	2018-02-03	6.20	mpA	Drachten	2017-02-04	0.90	jpB	Drachten
2019-02-02	6.9	mpA	Drachten	2019-03-03	6.97	mpA	Apeldoorn	ver			
2020-02-08	6.8	mD	Drachten	2020-02-02	8.65	mD	Assendelft	2017-03-12	2.62	jpB	Apeldoorn
60				sprint 2-kamp				balstoten			
2018-03-11	10.20	mpA	Apeldoorn	2020-01-12	943	mD	Stadskanaal	2017-02-04	5.40	jpB	Drachten
2019-03-03	9.90	mpA	Apeldoorn	Morris Hulsman				kogel 2			
				40				2017-03-18	5.31	jpB	Heerenveen
				2015-03-07	7.61	jpB	Steenwijk	2018-02-03	6.10	jpA	Drachten

2019-03-16	6.16	jpA	Heerenveen	2012-03-17	6.95	JA	Heerenveen	2018-02-03	1.05	mpA	Drachten
Roan Janssen				2013-03-09	6.79	Mneo	Heerenveen	2019-11-09	1.30	mD	Utrecht
40				2013-12-20	6.75	Mneo	Utrecht	ver			
2020-02-08	6.9	jpA	Drachten	2015-03-21	6.74	Mneo	Heerenveen	2015-03-07	2.36	mpC	Steenwijk
hoog				60				2018-03-11	3.46	mpA	Apeldoorn
2020-02-08	1.05	jpA	Drachten	2010-03-20	8.42	JB	Heerenveen	2019-12-21	3.49	mD	Utrecht
kogel 2				2011-03-19	8.28	JA	Heerenveen	balstoten			
2020-02-08	5.50	jpA	Drachten	2012-03-17	8.04	JA	Heerenveen	2015-03-21	4.06	mpC	Heerenveen
Ronnie Jeeninga				2013-03-09	7.80	Mneo	Heerenveen	kogel 1			
1500				2013-12-20	7.81	Mneo	Utrecht	2014-03-15	2.70	mpm	Heerenveen
2013-02-09	4:42.18	M35	Apeldoorn	2015-03-21	7.83	Mneo	Heerenveen	kogel 2			
Tim Jeeninga				2016-03-05	7.82	M	Apeldoorn	2016-03-19	3.99	mpB	Heerenveen
40				50h 106,7				2017-03-18	5.11	mpA	Heerenveen
2018-02-03	7.7	jpA	Drachten	2014-12-19	8.46	Mneo	Utrecht	2018-03-17	5.85	mpA	Heerenveen
2019-02-02	7.7	jpA	Drachten	hoog				2019-03-16	6.99	mD	Heerenveen
60				2010-03-20	1.55	JB	Heerenveen	2019-11-09	8.24	mD	Utrecht
2018-03-17	11.17	jpA	Heerenveen	2011-03-19	1.60	JA	Heerenveen	sprint 2-kamp			
2019-03-16	10.97	jpA	Heerenveen	2012-03-17	1.55	JA	Heerenveen	2019-03-16	719	mD	Heerenveen
600				2013-03-09	1.60	Mneo	Heerenveen	2020-03-07	775	mD	Steenwijk
2018-02-18	2:23.18	jpA	Apeldoorn	2015-03-21	1.70	Mneo	Heerenveen	Wieger Klijnsma			
2020-01-25	2:14.67	JD	Apeldoorn	hss				40			
60h				2012-02-11	13.53	JA	Apeldoorn	2015-03-07	7.27	M65	Steenwijk
2017-11-25	14.1	jpA	Heerenveen	2013-02-16	13.45	Mneo	Apeldoorn	2016-03-12	7.43	M65	Steenwijk
hoog				2014-03-01	13.92	Mneo	Apeldoorn	2020-03-07	7.73	M70	Steenwijk
2018-03-17	1.00	jpA	Heerenveen	2015-02-21	14.00	Mneo	Apeldoorn	50			
2019-02-02	1.00	jpA	Drachten	polshoog				2010-03-20	8.51	M60	Heerenveen
kogel 2				2014-12-19	2.13	Mneo	Utrecht	2014-03-15	8.92	M65	Heerenveen
2018-03-17	4.83	jpA	Heerenveen	ver				2015-03-07	8.87	M65	Steenwijk
2019-03-16	6.23	jpA	Heerenveen	2010-01-17	5.03	JB	Groningen	2016-03-19	9.16	M65	Heerenveen
kogel 3				2012-01-28	5.81	JA	Heerenveen	2019-03-16	9.19	M70	Heerenveen
2020-01-25	5.59	JD	Apeldoorn	2013-01-19	6.23	Mneo	Dortmund (Dui)	2020-03-07	9.57	M70	Steenwijk
Manoa de Jong				2014-01-12	5.99	Mneo	Dortmund (Dui)	60			
40				2015-01-25	6.26	Mneo	Apeldoorn	2010-03-20	9.95	M60	Heerenveen
2019-02-02	6.8	mpA	Drachten	2016-02-06	6.45	M	Amsterdam	2014-03-15	10.29	M65	Heerenveen
2020-03-07	6.78	mD	Steenwijk	kogel 5				2015-03-21	10.73	M65	Heerenveen
50				2010-03-20	8.89	JB	Heerenveen	2016-03-19	10.81	M65	Heerenveen
2020-03-07	8.19	mD	Steenwijk	kogel 6				2019-03-16	10.89	M70	Heerenveen
60				2011-03-19	8.68	JA	Heerenveen	200			
2019-03-16	10.01	mpA	Heerenveen	2012-03-17	9.62	JA	Heerenveen	2010-01-17	33.12	M60	Groningen
hoog				kogel 7¼				2013-02-10	34.22	M60	Apeldoorn
2019-03-09	1.20	mpA	Steenwijk	2013-03-09	9.06	Mneo	Heerenveen	ver			
ver				2015-01-17	10.08	Mneo	Zoetermeer	2016-03-12	2.27	M65	Steenwijk
2020-03-07	3.36	mD	Steenwijk	2016-03-19	10.44	M	Heerenveen	sprint 2-kamp			
kogel 2				sprint 2-kamp				2010-03-20	72	M60	Heerenveen
2019-03-16	5.59	mpA	Heerenveen	2010-03-20	812	JB	Heerenveen	2015-03-07	41	M65	Steenwijk
2020-03-07	5.20	mD	Steenwijk	2011-03-19	872	JA	Heerenveen	2016-03-19	0	M65	Heerenveen
sprint 2-kamp				2012-03-17	992	JA	Heerenveen	2019-03-16	0	M70	Heerenveen
2020-03-07	957	mD	Steenwijk	2013-03-09	1125	Mneo	Heerenveen	2020-03-07	0	M70	Steenwijk
Erik Sjoerd Kan				2015-03-21	1135	Mneo	Heerenveen	Femke Knijn			
50				Norah Keijzer				40			
2010-03-20	7.06	JA	Heerenveen	40				2017-02-04	7.5	mpA	Drachten
60				2014-03-15	8.42	mpm	Heerenveen	hoog			
2010-03-20	8.14	JA	Heerenveen	2015-03-07	7.81	mpC	Steenwijk	2017-02-04	0.95	mpA	Drachten
hoog				2016-03-19	7.46	mpB	Heerenveen	kogel 2			
2010-03-20	1.60	JA	Heerenveen	2017-02-04	7.2	mpA	Drachten	2017-02-04	4.50	mpA	Drachten
kogel 6				2018-02-03	7.1	mpA	Drachten	Jan Jelle Koerts			
2010-03-20	7.24	JA	Heerenveen	2020-03-07	7.18	mD	Steenwijk	50			
sprint 2-kamp				50				2010-03-20	7.46	M40	Heerenveen
2010-03-20	924	JA	Heerenveen	2019-03-16	8.67	mD	Heerenveen	60			
Rienk Kan				2019-12-21	8.29	mD	Utrecht	2010-03-20	8.67	M40	Heerenveen
50				60				sprint 2-kamp			
2010-03-20	7.15	JB	Heerenveen	2017-03-12	10.56	mpA	Apeldoorn	2010-03-20	646	M40	Heerenveen
2011-03-19	7.09	JA	Heerenveen	2018-03-11	10.10	mpA	Apeldoorn	Tjitte Koertshuis			
				2019-03-16	10.18	mD	Heerenveen	50			
				2019-11-09	9.77	mD	Utrecht	2018-03-17	7.83	JC	Heerenveen
				600				60			
				2017-03-12	2:17.37	mpA	Apeldoorn	2018-03-17	9.11	JC	Heerenveen
				2018-03-11	2:07.68	mpA	Apeldoorn				
				60h							
				2017-11-25	11.8	mpA	Heerenveen				
				hoog							
				2014-03-15	0.65	mpm	Heerenveen				
				2015-03-21	0.80	mpC	Heerenveen				
				2016-03-19	1.00	mpB	Heerenveen				
				2017-03-18	1.10	mpA	Heerenveen				

sprint 2-kamp 2018-03-17	1058	jC	Heerenveen	2015-03-21	1.15	mpA	Heerenveen	40	2017-03-11	8.67	jpm	Steenwijk
Kyla Koops				ver				2018-02-03	7.1	jpC	Drachten	
40				2011-03-05	1.91	mpm	Steenwijk	2019-02-02	6.9	jpB	Drachten	
2014-03-15	8.27	mpC	Heerenveen	2012-03-03	2.30	mpC	Steenwijk	2020-02-08	7.2	jpA	Drachten	
2015-03-21	7.96	mpB	Heerenveen	2013-03-02	2.79	mpB	Steenwijk	50				
2017-02-04	7.2	mpA	Drachten	balstoten				2017-11-11	9.45	jpC	Utrecht	
2018-02-03	7.1	mD	Drachten	2012-03-03	4.14	mpC	Steenwijk	2018-11-10	8.91	jpB	Utrecht	
2019-02-02	6.7	mD	Drachten	kogel 2				60				
50				2013-03-02	4.13	mpB	Steenwijk	2020-03-08	10.21	jpA	Apeldoorn	
2019-03-16	8.42	mD	Heerenveen	2014-03-15	4.74	mpA	Heerenveen	600				
60				2015-03-21	5.23	mpA	Heerenveen	2018-03-11	2:47.62	jpC	Apeldoorn	
2016-03-19	11.00	mpA	Heerenveen	Ties Kramer				2019-03-03	2:27.14	jpB	Apeldoorn	
2017-03-12	10.36	mpA	Apeldoorn	40				2020-03-08	2:25.22	jpA	Apeldoorn	
2019-03-16	10.04	mD	Heerenveen	2015-03-21	9.27	jpC	Heerenveen	40h				
600				hoog				2017-11-25	7.8	jpC	Heerenveen	
2017-03-12	2:25.92	mpA	Apeldoorn	2015-03-21	0.65	jpC	Heerenveen	hoog				
2018-02-18	2:12.31	mD	Apeldoorn	balstoten				2016-12-28	0.80	jpm	Dronen	
60h 76,2				2015-03-21	3.71	jpC	Heerenveen	2018-03-17	1.05	jpC	Heerenveen	
2018-01-20	13.24	mD	Apeldoorn	Folkert Oege Krol				2018-11-10	1.15	jpB	Utrecht	
hoog				40				2020-02-08	1.25	jpA	Drachten	
2014-03-15	0.90	mpC	Heerenveen	2019-03-16	7.57	jpC	Heerenveen	hurkhoog				
2015-03-21	1.00	mpB	Heerenveen	2020-03-07	7.19	jpB	Steenwijk	2018-02-03	0.85	jpC	Drachten	
2016-03-19	0.95	mpA	Heerenveen	hoog				2019-02-02	1.05	jpB	Drachten	
2017-03-18	1.10	mpA	Heerenveen	2019-03-16	0.90	jpC	Heerenveen	ver				
2018-03-17	1.25	mD	Heerenveen	hurkhoog				2017-03-11	2.29	jpm	Steenwijk	
2019-02-02	1.30	mD	Drachten	2020-02-08	0.85	jpB	Drachten	2018-03-11	3.20	jpC	Apeldoorn	
ver				ver				2019-03-03	3.47	jpB	Apeldoorn	
2017-03-12	3.35	mpA	Apeldoorn	2020-03-07	3.13	jpB	Steenwijk	2019-11-09	3.89	jpA	Utrecht	
kogel 1				balstoten				balstoten				
2014-03-15	4.21	mpC	Heerenveen	2019-03-16	4.81	jpC	Heerenveen	2017-03-11	4.08	jpm	Steenwijk	
kogel 2				2020-02-08	5.60	jpB	Drachten	2018-03-17	6.20	jpC	Heerenveen	
2015-03-21	4.03	mpB	Heerenveen	Max Kroon				2019-02-02	7.30	jpB	Drachten	
2016-03-19	4.09	mpA	Heerenveen	50				kogel 1				
2017-02-04	5.90	mpA	Drachten	2019-03-16	8.01	jD	Heerenveen	2016-12-28	3.21	jpm	Dronen	
2018-02-03	6.25	mD	Drachten	60				2017-12-29	3.79	jpC	Dronen	
2019-02-02	7.20	mD	Drachten	2019-03-16	8.01	jD	Heerenveen	kogel 2				
sprint 2-kamp 2019-03-16	785	mD	Heerenveen	2019-03-16	8.01	jD	Heerenveen	2018-12-28	5.82	jpB	Dronen	
Gijs Kraaij				60				2019-11-09	6.60	jpA	Utrecht	
50				2019-03-16	9.34	jD	Heerenveen	vortex				
2017-03-18	8.67	jD	Heerenveen	2020-01-25	8.96	jD	Apeldoorn	2017-11-11	19.02	jpC	Utrecht	
60				1000				Yara Lanza				
2016-03-19	10.42	jpA	Heerenveen	2019-01-19	3:43.24	jD	Apeldoorn	40				
2017-03-18	10.32	jD	Heerenveen	60h 76,2				2019-03-16	8.10	mpC	Heerenveen	
hoog				2019-11-24	11.61	jD	Assendelft	2020-02-08	7.4	mpB	Drachten	
2016-03-19	0.95	jpA	Heerenveen	hoog				hoog				
2017-03-18	1.05	jD	Heerenveen	2019-03-16	1.15	jD	Heerenveen	2019-03-16	0.85	mpC	Heerenveen	
kogel 2				ver				hurkhoog				
2016-03-19	5.56	jpA	Heerenveen	2019-01-19	3.64	jD	Apeldoorn	2020-02-08	0.80	mpB	Drachten	
kogel 3				2020-01-25	4.32	jD	Apeldoorn	balstoten				
2017-03-18	5.07	jD	Heerenveen	kogel 3				2019-03-16	3.53	mpC	Heerenveen	
sprint 2-kamp 2017-03-18	698	jD	Heerenveen	2019-03-16	6.46	jD	Heerenveen	2020-02-08	3.80	mpB	Drachten	
Maaike Kramer				sprint 2-kamp 2019-03-16	975	jD	Heerenveen	Wendy Leenstra				
40				Sarah Kroon				50				
2011-03-05	9.03	mpm	Steenwijk	30				2019-03-16	8.10	mC	Heerenveen	
2012-03-03	8.29	mpC	Steenwijk	2019-12-30	5.75	mpA	Dronen	sprint 2-kamp 2019-03-16	474	mC	Heerenveen	
2013-03-02	7.99	mpB	Steenwijk	hoog				Iris Linnebank				
60				2019-12-30	1.01	mpA	Dronen	40				
2014-03-15	11.72	mpA	Heerenveen	kogel 2				2016-03-19	8.57	mpC	Heerenveen	
2015-03-21	11.84	mpA	Heerenveen	2019-12-30	4.61	mpA	Dronen	2017-03-18	7.82	mpB	Heerenveen	
40h				Liam de Lang				2018-03-10	7.76	mpA	Steenwijk	
2014-02-01	8.8	mpA	Drachten	30				2019-02-02	7.5	mpA	Drachten	
hoog				2016-12-28	6.53	jpm	Dronen	60				
2011-03-19	0.75	mpm	Heerenveen	2017-12-29	6.22	jpC	Dronen	2018-03-17	11.03	mpA	Heerenveen	
2012-03-17	0.90	mpC	Heerenveen	2018-12-28	5.74	jpB	Dronen	2019-03-16	10.99	mpA	Heerenveen	
2013-03-09	1.00	mpB	Heerenveen	2019-12-30	5.63	jpA	Dronen	60h				
2014-03-15	1.00	mpA	Heerenveen					2017-11-25	12.2	mpA	Heerenveen	

60h 99,1			2020-01-25	10.82	jD	Apeldoorn	ver				
2020-01-12	10.24	jA	Bordeaux (Fra)				2015-03-07	3.14	mpA	Steenwijk	
hoog			hoog				2016-12-27	3.45	mD	Apeldoorn	
2010-03-20	0.95	jpC	Heerenveen	2017-03-18	1.20	jpA	Heerenveen	2017-12-16	4.21	mD	Utrecht
2011-03-19	1.05	jpB	Heerenveen	2018-02-03	1.35	jpA	Drachten				
2013-03-09	1.25	jpA	Heerenveen	2019-02-02	1.25	jD	Drachten	kogel 2			
2014-02-01	1.30	jD	Drachten	2020-03-07	1.35	jD	Steenwijk	2015-03-21	5.55	mpA	Heerenveen
2015-03-21	1.35	jD	Heerenveen	ver			2016-03-19	6.21	mpA	Heerenveen	
2016-03-19	1.40	jC	Heerenveen	2018-02-18	3.88	jpA	Amsterdam	2017-03-18	7.17	mD	Heerenveen
2017-02-04	1.48	jC	Vouneuil-sous-B.	2020-01-25	3.44	jD	Apeldoorn	2018-03-17	8.38	mD	Heerenveen
2018-01-06	1.60	jB	Vouneuil-sous-B.	kogel 2			kogel 3				
2018-12-08	1.73	jB	Vouneuil-sous-B.	2017-03-18	6.12	jpA	Heerenveen	2019-03-16	7.76	mC	Heerenveen
2020-02-09	2.02	jA	Bordeaux (Fra)	2018-03-11	7.08	jpA	Apeldoorn	sprint 2-kamp			
polshoog			kogel 3				2017-03-18	884	mD	Heerenveen	
2018-01-10	2.60	jB	Vouneuil-sous-B.	2019-03-16	6.57	jD	Heerenveen	2018-03-17	1115	mD	Heerenveen
2018-12-16	3.80	jB	Vouneuil-sous-B.	2020-02-08	7.57	jD	Drachten	2019-03-16	1163	mC	Heerenveen
2020-01-26	4.00	jA	Bordeaux (Fra)	sprint 2-kamp			Jeroen Piek				
ver			2019-03-16	983	jD	Heerenveen	40				
2012-03-03	3.15	jpA	Steenwijk				2019-02-02	5.19	M	Zoetermeer	
2014-12-07	3.88	jD	Amsterdam	Maren Nota			50				
2016-01-24	4.34	jC	Apeldoorn	40			2019-02-02	6.18	M	Zoetermeer	
2017-02-11	4.34	jC	Vouneuil-sous-B.	2020-03-07	8.07	mpA	Steenwijk	60			
2018-12-08	5.53	jB	Vouneuil-sous-B.	hoog			2016-03-12	7.20	M	Amsterdam	
2020-01-11	6.05	jA	Bordeaux (Fra)	2020-02-08	0.90	mpA	Drachten	2017-02-11	7.09	M	Apeldoorn
kogel				ver			2019-01-26	7.01	M	Apeldoorn	
2010-02-06	4.32	jpC	Drachten	kogel 2			2020-02-02	7.07	M	Assendelft	
kogel 2				2020-03-07	2.46	mpA	Steenwijk	sprint 3-kamp			
2011-01-15	5.34	jpB	Emmeloord	2020-02-08	4.20	mpA	Drachten	2019-02-02	2394	M	Zoetermeer
2012-03-03	6.42	jpA	Steenwijk				Norah Pont				
2013-03-09	6.66	jpA	Heerenveen	40			40				
kogel 3				2020-03-07	6.80	jD	Steenwijk	2018-03-11	7.34	mpB	Apeldoorn
2014-03-15	6.18	jD	Heerenveen	50			2019-02-02	6.9	mpA	Drachten	
2015-03-21	7.73	jD	Heerenveen	2020-03-07	8.45	jD	Steenwijk	2020-02-08	6.6	mpA	Drachten
kogel 4				60			60				
2016-03-19	7.68	jC	Heerenveen	2020-01-25	9.51	jD	Apeldoorn	2019-03-03	9.56	mpA	Apeldoorn
2017-01-14	8.52	jC	Vouneuil-sous-B.	2020-01-25	11.90	jD	Apeldoorn	2020-03-08	9.55	mpA	Apeldoorn
kogel 5				60h 76,2			600				
2018-02-04	9.20	jB	Vouneuil-sous-B.	2020-01-25	11.90	jD	Apeldoorn	2018-03-11	2:15.24	mpB	Apeldoorn
2019-02-09	11.73	jB	Bordeaux (Fra)	hoog			2019-03-03	2:08.02	mpA	Apeldoorn	
kogel 6				2020-02-08	1.20	jD	Drachten	2020-03-08	2:06.27	mpA	Apeldoorn
2019-12-07	11.33	jA	Vouneuil-sous-B.	ver			hoog				
sprint 2-kamp				2020-03-07	3.43	jD	Steenwijk	2018-03-11	1.05	mpB	Apeldoorn
2015-03-21	915	jD	Heerenveen	kogel 3			2019-03-03	1.20	mpA	Apeldoorn	
2016-03-19	1005	jC	Heerenveen	2020-03-07	6.44	jD	Steenwijk	2020-02-08	1.25	mpA	Drachten
7-kamp				sprint 2-kamp			ver				
2018-12-09	3466	jB	Vouneuil-sous-B.	2020-03-07	904	jD	Steenwijk	2020-03-08	3.80	mpA	Apeldoorn
2019-12-08	3828	jA	Vouneuil-sous-B.	Kim Otten			kogel 2				
Ilya Nauta				40			2018-03-11	4.59	mpB	Apeldoorn	
30				2015-03-07	7.13	mpA	Steenwijk	2019-03-03	6.00	mpA	Apeldoorn
2017-12-29	5.20	jpA	Dronten	2016-03-12	7.05	mpA	Steenwijk	2020-02-08	6.40	mpA	Drachten
2018-12-28	5.15	jD	Dronten	2018-02-03	6.3	mD	Drachten	Sanne Pultrum			
2019-12-30	5.19	jD	Dronten	50			30				
40				2017-03-18	8.20	mD	Heerenveen	2016-12-28	5.79	mpA	Dronten
2017-02-04	6.6	jpA	Drachten	2018-03-17	7.76	mD	Heerenveen	2018-11-24	5.49	mD	Heerde
2018-02-03	6.3	jpA	Drachten	2019-03-16	7.67	mC	Heerenveen	2019-12-30	5.49	mD	Dronten
2019-02-02	6.3	jD	Drachten	60			2017-02-04	7.3	mpA	Drachten	
2020-03-07	6.63	jD	Steenwijk	2015-03-21	10.10	mpA	Heerenveen	2018-02-03	7.0	mpA	Drachten
50				2016-03-19	10.25	mpA	Heerenveen	2019-03-09	6.84	mD	Steenwijk
2019-03-16	7.99	jD	Heerenveen	2017-03-18	9.67	mD	Heerenveen	2020-03-07	6.75	mD	Steenwijk
60				2018-03-17	8.89	mD	Heerenveen	50			
2017-03-18	9.49	jpA	Heerenveen	2019-03-16	8.75	mC	Heerenveen	2019-03-09	8.22	mD	Steenwijk
2018-02-18	9.21	jpA	Amsterdam	40h			2019-12-21	8.09	mD	Utrecht	
2019-01-06	9.07	jD	Apeldoorn	2015-02-07	8.7	mpA	Drachten	60			
2019-11-24	9.49	jD	Assendelft	60h 76,2			2017-03-12	10.47	mpA	Apeldoorn	
600				2017-01-28	11.95	mD	Utrecht	2017-11-25	9.9	mpA	Heerenveen
2017-03-12	2:04.33	jpA	Apeldoorn	hoog			2019-03-16	9.72	mD	Heerenveen	
2018-01-14	1:55.9	jpA	Stadskanaal	2015-02-07	1.10	mpA	Drachten	2019-11-09	9.59	mD	Utrecht
1000				2016-03-19	1.10	mpA	Heerenveen	600			
2019-12-14	3:44.41	jD	Alkmaar	2017-01-28	1.23	mD	Utrecht	2017-03-12	2:12.77	mpA	Apeldoorn
60h				2018-03-17	1.25	mD	Heerenveen	2018-03-11	2:05.48	mpA	Apeldoorn
2017-11-25	10.2	jpA	Heerenveen				2019-01-19	1:57.88	mD	Apeldoorn	
60h 76,2											
2019-01-06	11.91	jD	Apeldoorn								

2020-01-25	1:59.72	mD	Apeldoorn	ver			60		
60h				2020-01-26	4.65	mC	Apeldoorn	2018-03-17	11.25 mpA Heerenveen
2017-11-25	12.4	mpA	Heerenveen	kogel 3			hoog		
hoog				2020-01-12	8.09	mC	Stadskanaal	2016-03-19	0.80 mpC Heerenveen
2017-03-18	1.15	mpA	Heerenveen	sprint 2-kamp			2017-03-18	0.85 mpB Heerenveen	
2018-03-17	1.20	mpA	Heerenveen	2020-01-12	1066	mC	Stadskanaal	2018-03-17	0.90 mpA Heerenveen
2019-03-16	1.25	mD	Heerenveen				balstoten		
2020-02-08	1.35	mD	Drachten	Bernice Ritsema			2016-03-19	4.24 mpC Heerenveen	
ver				40			kogel 2		
2018-03-11	3.20	mpA	Apeldoorn	2019-03-16	8.44	mpC	Heerenveen	2017-03-18	3.67 mpB Heerenveen
2019-03-09	3.25	mD	Steenwijk	2020-02-08	8.0	mpB	Drachten	2018-03-17	4.56 mpA Heerenveen
2019-12-21	3.74	mD	Utrecht	hoog			Franck ter Schure		
kogel 2				2019-03-16	0.55	mpC	Heerenveen	40	
2017-03-12	5.12	mpA	Apeldoorn	hurkhoog			2020-03-07	8.59 jpC Steenwijk	
2018-03-11	5.37	mpA	Apeldoorn	2019-02-02	0.60	mpC	Drachten	hurkhoog	
2019-02-02	7.31	mD	Drachten	2020-02-08	0.65	mpB	Drachten	2020-02-08	0.65 jpC Drachten
2020-01-25	8.20	mD	Apeldoorn	balstoten			ver		
sprint 2-kamp				2019-02-02	3.10	mpC	Drachten	2020-03-07	1.83 jpC Steenwijk
2019-03-09	937	mD	Steenwijk	2020-02-08	4.00	mpB	Drachten	balstoten	
2020-03-07	940	mD	Steenwijk				2020-02-08	4.40 jpC Drachten	
Loïs Richardson				Claudette Ritsema			Ties ter Schure		
30				40			40		
2017-12-29	5.89	mpB	Dronen	2020-02-08	6.9	mpA	Drachten	2017-03-18	8.51 jpC Heerenveen
2019-12-30	5.72	mpA	Dronen	60			2017-11-25	7.2 jpB Heerenveen	
40				2019-03-16	9.94	mpA	Heerenveen	2019-03-09	7.74 jpA Steenwijk
2016-03-12	8.49	mpm	Steenwijk	hoog			2020-03-07	7.44 jpA Steenwijk	
2017-03-11	7.89	mpC	Steenwijk	2019-03-16	0.85	mpA	Heerenveen	60	
2018-02-03	7.1	mpB	Drachten	2020-02-08	1.00	mpA	Drachten	2019-03-16	11.08 jpA Heerenveen
2019-03-09	7.42	mpA	Steenwijk	kogel 2			40h		
2020-02-08	7.1	mpA	Drachten	2019-03-16	4.17	mpA	Heerenveen	2017-11-25	8.3 jpB Heerenveen
50				2020-02-08	4.50	mpA	Drachten	hoog	
2017-11-11	9.37	mpB	Utrecht	Solène Ritsema			2017-03-18	0.90 jpC Heerenveen	
60				40			2018-03-17	0.95 jpB Heerenveen	
2019-03-16	10.34	mpA	Heerenveen	2019-02-02	7.2	mpA	Drachten	2019-02-02	1.10 jpA Drachten
2020-03-08	10.23	mpA	Apeldoorn	2020-02-08	7.3	mD	Drachten	2020-03-07	1.25 jpA Steenwijk
600				60			hurkhoog		
2017-03-12	2:37.86	mpC	Apeldoorn	2018-03-17	11.52	mpA	Heerenveen	2017-11-25	0.90 jpB Heerenveen
2019-03-03	2:26.50	mpA	Apeldoorn	2019-03-16	10.48	mpA	Heerenveen	ver	
2020-03-08	2:19.02	mpA	Apeldoorn	hoog			2018-03-10	2.76 jpB Steenwijk	
40h				2018-03-17	1.00	mpA	Heerenveen	2019-03-09	2.88 jpA Steenwijk
2017-11-25	7.8	mpB	Heerenveen	2019-03-16	1.10	mpA	Heerenveen	balstoten	
hoog				2020-02-08	1.10	mD	Drachten	2017-03-18	4.56 jpC Heerenveen
2016-03-19	0.70	mpm	Heerenveen	kogel 2			2018-02-03	5.80 jpB Drachten	
2017-03-18	0.70	mpC	Heerenveen	2018-03-17	3.84	mpA	Heerenveen	kogel 2	
2018-03-17	1.00	mpB	Heerenveen	2019-02-02	4.90	mpA	Drachten	2018-03-17	4.55 jpB Heerenveen
2019-03-03	1.10	mpA	Apeldoorn	2020-02-08	5.94	mD	Drachten	2019-02-02	6.20 jpA Drachten
2019-12-30	1.06	mpA	Dronen	Sem van Rooijen			2020-03-07	7.65 jpA Steenwijk	
hurkhoog				40			Milou Sieperda		
2017-02-04	0.85	mpC	Drachten	2020-03-07	5.42	jpB	Steenwijk	40	
2018-02-03	0.90	mpB	Drachten	60			2020-03-07	6.65 mD Steenwijk	
ver				2020-03-07	6.49	jpB	Steenwijk	50	
2016-03-12	1.84	mpm	Steenwijk	60			2020-03-07	8.22 mD Steenwijk	
2017-03-12	2.55	mpC	Apeldoorn	2020-02-15	7.40	jpB	Apeldoorn	hoog	
2018-03-10	2.72	mpB	Steenwijk	sprint 2-kamp			2020-02-08	1.50 mD Drachten	
2019-03-09	3.02	mpA	Steenwijk	2020-03-07	1358	jpB	Steenwijk	kogel 2	
2020-03-08	3.48	mpA	Apeldoorn	Talia Ruijg			2020-03-07	11.42 mD Steenwijk	
balstoten				50			sprint 2-kamp		
2016-03-19	2.90	mpm	Heerenveen	2019-12-21	7.80	V35	Utrecht	2020-03-07	983 mD Steenwijk
2017-03-18	4.40	mpC	Heerenveen	60			Jolanda Smedinga		
2018-02-03	5.10	mpB	Drachten	2019-12-15	9.05	V35	Apeldoorn	50	
kogel 2				ver			2012-03-17	8.57 V45 Heerenveen	
2017-11-11	4.43	mpB	Utrecht	2019-12-15	3.45	V35	Apeldoorn	2018-03-17	9.04 V50 Heerenveen
2019-02-02	5.70	mpA	Drachten	Annemijn Schoonhoven			60		
2020-03-08	5.76	mpA	Apeldoorn	40			2011-03-18	9.54 V45 Gent (Bel)	
Nynke Rijpma				2016-03-19	8.47	mpC	Heerenveen	2012-03-17	9.87 V45 Heerenveen
60				2017-03-18	8.01	mpB	Heerenveen	2013-02-09	9.71 V45 Apeldoorn
2020-01-26	8.67	mC	Apeldoorn				2018-03-17	10.51 V50 Heerenveen	
60h 76,2									
2020-01-26	10.33	mC	Apeldoorn						
hoog									
2020-01-12	1.40	mC	Stadskanaal						

200				ver			Merle Sterkenburgh				
2011-03-16	32.36	V45	Gent (Bel)	2014-03-08	2.78	mpA	Steenwijk	40			
2013-02-10	33.69	V45	Apeldoorn	2019-01-20	4.04	mC	Apeldoorn	2016-03-19	8.23	mpm	Heerenveen
2020-02-22	35.20	V50	Apeldoorn	2019-11-09	4.45	mB	Utrecht	2017-02-04	7.7	mpC	Drachten
400				kogel 2				2018-02-03	7.4	mpB	Drachten
2013-02-09	1:19.06	V45	Apeldoorn	2014-02-01	4.50	mpA	Drachten	2019-02-02	7.4	mpA	Drachten
2020-02-23	1:18.74	V50	Apeldoorn	2015-03-21	4.81	mpA	Heerenveen	60			
800				kogel 3				2019-03-16	10.72	mpA	Heerenveen
2011-03-17	2:51.3	V45	Gent (Bel)	2016-03-19	5.82	mD	Heerenveen	2020-03-08	10.33	mpA	Apeldoorn
2012-03-04	2:51.15	V45	Apeldoorn	2018-03-17	6.22	mC	Heerenveen	600			
2013-02-10	3:02.66	V45	Apeldoorn	sprint 2-kamp				2018-03-11	2:29.71	mpB	Apeldoorn
2020-02-08	3:09.54	V50	Apeldoorn	2016-03-19	869	mD	Heerenveen	2019-03-03	2:30.14	mpA	Apeldoorn
hoog				2018-03-17	1005	mC	Heerenveen	2020-03-08	2:21.14	mpA	Apeldoorn
2012-03-17	1.15	V45	Heerenveen	Daan Stegeman				hoog			
kogel 4				40				2016-03-19	0.70	mpm	Heerenveen
2012-03-17	5.39	V45	Heerenveen	2018-02-03	7.1	jpB	Drachten	2017-03-18	0.85	mpC	Heerenveen
sprint 2-kamp				2020-02-08	7.2	jpA	Drachten	2018-03-17	0.95	mpB	Heerenveen
2012-03-17	590	V45	Heerenveen	60				2019-03-03	1.00	mpA	Apeldoorn
2018-03-17	373	V50	Heerenveen	2019-03-16	10.49	jpA	Heerenveen	hurkhoog			
Sian Smit				hoog				2017-02-04	0.75	mpC	Drachten
40				2018-03-17	0.85	jpB	Heerenveen	2018-02-03	0.90	mpB	Drachten
2016-03-19	7.63	mpB	Heerenveen	2019-03-16	0.95	jpA	Heerenveen	ver			
2017-02-04	7.4	mpA	Drachten	2020-02-08	1.10	jpA	Drachten	2016-03-12	2.32	mpm	Steenwijk
2018-02-03	7.1	mpA	Drachten	hurkhoog				2017-03-11	2.48	mpC	Steenwijk
50				2018-02-03	0.85	jpB	Drachten	2018-03-10	2.88	mpB	Steenwijk
2019-03-16	8.40	mD	Heerenveen	balstoten				2020-03-08	3.48	mpA	Apeldoorn
60				2018-02-03	5.10	jpB	Drachten	balstoten			
2017-03-18	10.83	mpA	Heerenveen	kogel 2				2016-03-19	2.75	mpm	Heerenveen
2018-03-17	10.58	mpA	Heerenveen	2018-03-17	3.47	jpB	Heerenveen	2017-03-18	4.25	mpC	Heerenveen
2019-03-16	9.93	mD	Heerenveen	2019-03-16	5.30	jpA	Heerenveen	2018-03-10	4.82	mpB	Steenwijk
60h				2020-02-08	6.00	jpA	Drachten	kogel 2			
2017-11-25	15.0	mpA	Heerenveen	Hugo Stegeman				2018-03-17	4.05	mpB	Heerenveen
hoog				40				2019-02-02	4.60	mpA	Drachten
2016-03-19	0.70	mpB	Heerenveen	2015-03-07	6.94	jpA	Steenwijk	2020-03-08	5.22	mpA	Apeldoorn
2017-02-04	0.90	mpA	Drachten	2017-02-04	6.5	jD	Drachten	Hessel Teijema			
2018-02-03	1.00	mpA	Drachten	50				40			
2019-03-16	1.05	mD	Heerenveen	2016-03-19	8.14	jD	Heerenveen	2017-03-11	8.51	jpC	Steenwijk
kogel 2				2017-03-18	8.04	jD	Heerenveen	2017-11-25	7.5	jpB	Heerenveen
2016-03-19	4.01	mpB	Heerenveen	2018-03-17	7.15	jC	Heerenveen	2019-02-02	7.8	jpA	Drachten
2017-03-18	5.21	mpA	Heerenveen	2019-03-16	6.74	jC	Heerenveen	40h			
2018-03-17	6.46	mpA	Heerenveen	60				2017-11-25	8.5	jpB	Heerenveen
2019-03-16	6.65	mD	Heerenveen	2014-03-15	10.17	jpA	Heerenveen	hoog			
sprint 2-kamp				2015-03-21	9.69	jpA	Heerenveen	2017-03-18	0.75	jpC	Heerenveen
2019-03-16	805	mD	Heerenveen	2016-03-19	9.36	jD	Heerenveen	2019-02-02	0.95	jpA	Drachten
Marit Staal				2017-03-18	9.08	jD	Heerenveen	hurkhoog			
40				2018-03-17	8.30	jC	Heerenveen	2017-02-04	0.70	jpC	Drachten
2014-03-08	7.72	mpA	Steenwijk	2019-03-16	7.87	jC	Heerenveen	2018-02-03	0.80	jpB	Drachten
50				40h				ver			
2016-03-19	8.24	mD	Heerenveen	2014-02-01	7.9	jpA	Drachten	2017-03-11	2.10	jpC	Steenwijk
2018-03-17	7.92	mC	Heerenveen	2015-02-07	8.5	jpA	Drachten	balstoten			
60				hoog				2017-03-18	3.98	jpC	Heerenveen
2014-03-15	10.65	mpA	Heerenveen	2014-03-15	1.15	jpA	Heerenveen	2018-02-03	4.80	jpB	Drachten
2015-03-21	10.09	mpA	Heerenveen	2015-03-21	1.20	jpA	Heerenveen	kogel 2			
2016-01-23	9.57	mD	Apeldoorn	2016-03-19	1.30	jD	Heerenveen	2019-02-02	4.30	jpA	Drachten
2017-01-15	9.43	mD	Apeldoorn	2017-03-18	1.45	jD	Heerenveen	Alicia vd Tempel			
2018-01-07	9.06	mC	Apeldoorn	2018-03-17	1.60	jC	Heerenveen	50			
2019-01-20	9.00	mC	Apeldoorn	2019-03-16	1.70	jC	Heerenveen	2017-03-18	8.57	mD	Heerenveen
2019-11-24	9.23	mB	Assendelft	kogel 2				2018-03-17	8.65	mD	Heerenveen
200				2014-03-15	5.12	jpA	Heerenveen	60			
2019-01-06	30.66	mC	Apeldoorn	2015-02-07	7.00	jpA	Drachten	2016-03-19	10.73	mpA	Heerenveen
2019-12-15	31.20	mB	Apeldoorn	kogel 3				2017-03-18	10.25	mD	Heerenveen
40h				2016-03-19	6.27	jD	Heerenveen	2018-03-17	9.85	mD	Heerenveen
2014-02-01	7.9	mpA	Drachten	2017-03-18	7.90	jD	Heerenveen	1000			
2015-02-07	7.8	mpA	Drachten	kogel 4				2017-01-21	4:10.37	mD	Apeldoorn
60h 76,2				2018-03-17	9.13	jC	Heerenveen	hoog			
2017-01-15	11.87	mD	Apeldoorn	2019-03-16	10.78	jC	Heerenveen	2016-03-19	1.00	mpA	Heerenveen
hoog				sprint 2-kamp				2017-03-18	1.10	mD	Heerenveen
2014-02-01	0.90	mpA	Drachten	2016-03-19	949	jD	Heerenveen	2018-03-17	1.15	mD	Heerenveen
2015-03-21	1.00	mpA	Heerenveen	2017-03-18	983	jD	Heerenveen	2019-03-16	1.30	mC	Heerenveen
2016-03-19	1.10	mD	Heerenveen	2018-03-17	1382	jC	Heerenveen	kogel 2			
2018-03-17	1.20	mC	Heerenveen	2019-03-16	1594	jC	Heerenveen	2016-03-19	4.87	mpA	Heerenveen

2017-03-18	5.53	mD	Heerenveen	50			ver				
2018-03-17	6.49	mD	Heerenveen	2016-03-19	8.51	jD	Heerenveen	2019-03-03	4.03	mpA	Apeldoorn
sprint 2-kamp				2017-03-18	7.86	jD	Heerenveen	kogel 2			
2017-03-18	726	mD	Heerenveen	2018-03-17	7.56	jC	Heerenveen	2018-02-18	4.78	mpA	Amsterdam
2018-03-17	772	mD	Heerenveen	2019-03-16	7.33	jC	Heerenveen	2019-02-02	5.60	mpA	Drachten
Dennis Veenker				60				Fedde Visser			
60				2015-03-21	10.08	jpA	Heerenveen	40			
2014-12-19	7.50	Mneo	Utrecht	2016-03-19	9.62	jD	Heerenveen	2017-03-18	9.33	jpgm	Heerenveen
50h 106,7				2017-03-18	9.08	jD	Heerenveen	2017-11-25	8.4	jpgm	Heerenveen
2014-12-19	7.70	Mneo	Utrecht	2018-03-17	8.85	jC	Heerenveen	2020-02-08	7.5	jpgB	Drachten
60h 106,7				2019-01-20	8.42	jC	Apeldoorn	40h			
2013-01-05	9.57	Mneo	Apeldoorn	200				2017-11-25	11.1	jpgm	Heerenveen
polshoog				2018-12-23	27.85	jC	Apeldoorn	hoog			
2014-03-01	4.30	Mneo	Apeldoorn	400				2017-03-18	0.75	jpgm	Heerenveen
Ziggy Veldman				2018-12-23	1:06.56	jC	Apeldoorn	hurkhoog			
40				600				2017-11-25	0.75	jpgm	Heerenveen
2015-03-07	7.18	jpA	Steenwijk	2017-01-21	2:07.32	jD	Apeldoorn	2020-02-08	0.85	jpgB	Drachten
2016-03-12	7.10	jpA	Steenwijk	800				balstoten			
2017-02-04	6.5	jD	Drachten	2018-01-21	2:40.25	jC	Apeldoorn	2017-03-18	1.68	jpgm	Heerenveen
2018-02-03	6.2	jD	Drachten	2019-01-20	2:32.11	jC	Apeldoorn	2017-11-25	2.90	jpgm	Heerenveen
50				1000				2020-02-08	5.30	jpgB	Drachten
2017-03-18	8.01	jD	Heerenveen	2016-01-23	3:40.41	jD	Apeldoorn	Ruben Visser			
2018-03-17	7.51	jD	Heerenveen	2017-01-21	3:37.63	jD	Apeldoorn	40			
2019-03-16	7.32	jC	Heerenveen	2018-01-07	3:29.32	jC	Apeldoorn	2018-02-03	7.7	jpA	Drachten
60				40h				2019-02-02	7.4	jpA	Drachten
2015-03-21	10.26	jpA	Heerenveen	2015-02-07	8.0	jpA	Drachten	2020-02-08	7.1	jD	Drachten
2016-03-19	9.80	jpA	Heerenveen	hoog				60			
2017-03-18	9.22	jD	Heerenveen	2015-02-07	1.15	jpA	Drachten	2018-03-11	11.12	jpA	Apeldoorn
2018-01-20	8.65	jD	Apeldoorn	2016-03-19	1.20	jD	Heerenveen	2019-03-16	10.64	jpA	Heerenveen
2019-01-20	8.29	jC	Apeldoorn	2017-03-18	1.35	jD	Heerenveen	600			
2019-11-24	7.93	jC	Assendelft	kogel 2				2018-03-11	2:18.71	jpA	Apeldoorn
200				2015-02-07	6.40	jpA	Drachten	hoog			
2019-01-06	29.42	jC	Apeldoorn	kogel 3				2018-03-17	1.10	jpA	Heerenveen
40h				2016-03-19	6.16	jD	Heerenveen	2019-03-16	1.15	jpA	Heerenveen
2015-02-07	8.6	jpA	Drachten	2017-02-04	6.95	jD	Drachten	2020-02-08	1.10	jD	Drachten
60h 76,2				sprint 2-kamp				kogel 2			
2017-11-11	11.34	jD	Utrecht	2016-03-19	807	jD	Heerenveen	2018-03-11	6.23	jpA	Apeldoorn
60h 83,8				2017-03-18	1057	jD	Heerenveen	2019-02-02	5.30	jpA	Drachten
2018-12-23	10.13	jC	Apeldoorn	2018-03-17	1167	jC	Heerenveen	kogel 3			
2020-01-26	9.00	jC	Apeldoorn	2019-03-16	1293	jC	Heerenveen	2020-02-08	5.08	jD	Drachten
hoog				Jodie Vianen				Jan Jouke Vos			
2015-02-07	1.05	jpA	Drachten	40				3000			
2016-03-19	1.10	jpA	Heerenveen	2019-03-16	8.20	mpC	Heerenveen	2010-02-13	9:23.9	M	Apeldoorn
2017-02-04	1.15	jD	Drachten	2020-02-08	7.5	mpB	Drachten	Féra Fieke de Vries			
2018-03-17	1.30	jD	Heerenveen	hoog				40			
2019-03-16	1.45	jC	Heerenveen	2019-03-16	0.90	mpC	Heerenveen	2017-02-04	6.9	mD	Drachten
hss				hurkhoog				50			
2019-12-21	10.92	jC	Utrecht	2019-02-02	0.80	mpC	Drachten	2016-03-19	9.33	mD	Heerenveen
ver				2020-02-08	0.90	mpB	Drachten	2017-03-18	8.61	mD	Heerenveen
2015-03-07	3.39	jpA	Steenwijk	balstoten				2018-03-17	8.57	mC	Heerenveen
2017-01-21	3.88	jD	Apeldoorn	2019-02-02	3.70	mpC	Drachten	2019-03-16	8.16	mC	Heerenveen
2017-12-16	4.72	jD	Utrecht	2020-02-08	4.60	mpB	Drachten	60			
2019-01-20	5.15	jC	Apeldoorn	Ellemeike Visser				2016-01-23	10.40	mD	Apeldoorn
2020-01-04	5.54	jC	Utrecht	40				2017-03-18	10.04	mD	Heerenveen
kogel 2				2018-02-03	6.3	mpA	Drachten	2018-03-17	10.06	mC	Heerenveen
2015-03-21	5.41	jpA	Heerenveen	2019-02-02	6.3	mpA	Drachten	2019-03-16	9.63	mC	Heerenveen
2016-03-19	5.80	jpA	Heerenveen	60				800			
kogel 3				2018-03-11	9.65	mpA	Apeldoorn	2016-12-18	3:00.55	mD	Dortmund (Dui)
2017-02-04	6.23	jD	Drachten	2019-03-03	9.29	mpA	Apeldoorn	1000			
2017-11-11	8.41	jD	Utrecht	2020-01-25	8.86	mD	Apeldoorn	2016-01-23	3:50.54	mD	Apeldoorn
kogel 4				60h				2017-01-15	4:04.15	mD	Apeldoorn
2019-03-16	7.09	jC	Heerenveen	2017-11-25	11.4	mpA	Heerenveen	2018-01-07	3:54.22	mC	Apeldoorn
sprint 2-kamp				hoog				60h 76,2			
2017-03-18	1000	jD	Heerenveen	2018-03-11	1.15	mpA	Apeldoorn	2017-01-15	13.65	mD	Apeldoorn
2018-03-17	1191	jD	Heerenveen	2019-02-02	1.15	mpA	Drachten	hoog			
2019-03-16	1297	jC	Heerenveen	2020-01-25	1.20	mD	Apeldoorn	2016-03-19	1.35	mD	Heerenveen
Rick Velkers				60h				2017-02-04	1.20	mD	Drachten
40				2018-03-11	1.15	mpA	Apeldoorn	2018-03-17	1.15	mC	Heerenveen
2017-02-04	6.5	jD	Drachten	2019-02-02	1.15	mpA	Drachten				

ver			1000			ver		
2016-12-18	3.51 mD	Dortmund (Dui)	2016-01-23	3:44.40 jD	Apeldoorn	2013-03-02	1.78 jpC	Steenwijk
kogel 2			2017-01-15	3:40.99 jC	Apeldoorn	2014-03-08	2.11 jpB	Steenwijk
2016-03-19	5.99 mD	Heerenveen	50h 76,2			2015-03-07	2.34 jpA	Steenwijk
2017-03-18	8.41 mD	Heerenveen	2015-12-18	10.35 jD	Utrecht	balstoten		
kogel 3			hoog			2014-02-01	3.20 jpB	Drachten
2018-03-17	6.76 mC	Heerenveen	2015-03-21	1.15 jD	Heerenveen	kogel 1		
2019-03-16	8.06 mC	Heerenveen	2017-03-18	1.20 jC	Heerenveen	2013-03-09	3.34 jpC	Heerenveen
sprint 2-kamp			2018-03-17	1.50 jC	Heerenveen	kogel 2		
2016-03-19	537 mD	Heerenveen	kogel 4			2014-03-08	3.58 jpB	Steenwijk
2017-03-18	750 mD	Heerenveen	2017-01-22	9.42 jC	Apeldoorn	2015-03-21	4.58 jpA	Heerenveen
2018-03-17	754 mC	Heerenveen	2018-03-17	7.34 jC	Heerenveen	2016-03-19	4.53 jpA	Heerenveen
2019-03-16	899 mC	Heerenveen	sprint 2-kamp					
Johan de Vries			2015-03-21	815 jD	Heerenveen	Sybout Wijma		
40			2017-03-18	935 jC	Heerenveen	50		
2015-02-07	7.2 jD	Drachten	2018-03-17	1190 jC	Heerenveen	2011-01-21	6.67 M	Utrecht
2017-02-04	6.2 jC	Drachten	Thygo de Vries			2012-01-20	6.53 M	Utrecht
2018-03-10	6.29 jC	Steenwijk	30			2012-12-21	6.66 M	Utrecht
50			2017-12-29	5.57 jpA	Dronen	60		
2015-03-21	9.04 jD	Heerenveen	40			2010-01-17	7.90 M	Groningen
2017-03-18	7.81 jC	Heerenveen	2017-03-12	6.97 jpB	Steenwijk	2011-02-04	7.66 M	Gent (Bel)
2018-03-17	7.56 jC	Heerenveen	60			2012-01-20	7.54 M	Utrecht
2019-03-16	7.36 jB	Heerenveen	2017-11-25	9.5 jpA	Heerenveen	2012-12-21	7.74 M	Utrecht
60			2019-03-03	9.22 jpA	Apeldoorn	200		
2015-03-21	10.44 jD	Heerenveen	600			2010-01-24	24.58 M	Dortmund (Dui)
2017-03-18	9.13 jC	Heerenveen	2017-03-12	2:10.09 jpB	Steenwijk	2011-01-30	24.55 M	Dortmund (Dui)
2018-03-17	8.70 jC	Heerenveen	2018-03-11	2:10.92 jpA	Apeldoorn	2012-01-15	24.27 M	Gent (Bel)
2019-03-16	8.59 jB	Heerenveen	2019-03-03	2:07.70 jpA	Apeldoorn	400		
hoog			1000			2010-02-13	53.13 M	Apeldoorn
2015-02-07	1.25 jD	Drachten	2020-01-25	3:27.30 jD	Apeldoorn	2011-02-04	53.22 M	Gent (Bel)
2016-03-12	1.30 jD	Steenwijk	60h			2012-02-10	53.83 M	Gent (Bel)
2017-03-18	1.55 jC	Heerenveen	2017-11-25	11.4 jpA	Heerenveen	800		
2018-03-17	1.55 jC	Heerenveen	hoog			2010-01-24	2:04.53 M	Dortmund (Dui)
2019-03-16	1.60 jB	Heerenveen	2017-03-18	1.05 jpB	Heerenveen	2011-01-30	2:04.75 M	Dortmund (Dui)
ver			2018-03-11	1.05 jpA	Apeldoorn	kogel 7¼		
2015-03-07	3.68 jD	Steenwijk	2019-03-03	1.25 jpA	Apeldoorn	2014-03-15	9.44 M	Heerenveen
2017-01-22	4.33 jC	Apeldoorn	hurkhoog			Sverre Wolters		
2018-03-10	4.36 jC	Steenwijk	2017-02-04	0.95 jpB	Drachten	40		
kogel 3			ver			2017-11-25	7.6 jpC	Heerenveen
2015-03-21	6.75 jD	Heerenveen	2017-03-12	3.45 jpB	Steenwijk	2019-03-03	7.77 jpB	Apeldoorn
2016-03-12	9.01 jD	Steenwijk	balstoten			2020-02-08	7.1 jpA	Drachten
kogel 4			2017-02-04	6.70 jpB	Drachten	60		
2016-12-27	10.73 jC	Apeldoorn	kogel 2			2020-03-08	10.89 jpA	Apeldoorn
2018-03-10	10.42 jC	Steenwijk	2017-03-18	5.51 jpB	Heerenveen	600		
kogel 5			2018-03-17	6.25 jpA	Heerenveen	2019-03-03	2:33.09 jpB	Apeldoorn
2019-03-16	10.39 jB	Heerenveen	2019-03-03	7.90 jpA	Apeldoorn	2020-03-08	2:28.79 jpA	Apeldoorn
sprint 2-kamp			Jimte Wierda			40h		
2015-03-21	619 jD	Heerenveen	40			2017-11-25	10.1 jpC	Heerenveen
2017-03-18	1058 jC	Heerenveen	2020-02-08	8.9 jpm	Drachten	hoog		
2018-03-10	1209 jC	Steenwijk	hurkhoog			2019-03-16	0.75 jpB	Heerenveen
2019-03-16	698 jB	Heerenveen	2020-02-08	0.65 jpm	Drachten	2020-03-08	0.95 jpA	Apeldoorn
Julian Vries			balstoten			hurkhoog		
50			2020-02-08	3.60 jpm	Drachten	2018-02-03	0.70 jpC	Drachten
2015-03-21	8.45 jD	Heerenveen	Marijn Wijkstra			2019-02-02	0.75 jpB	Drachten
2015-12-18	8.20 jD	Utrecht	40			balstoten		
2017-03-18	8.03 jC	Heerenveen	2013-03-09	9.91 jpC	Heerenveen	2018-02-03	4.10 jpC	Drachten
2018-03-17	7.60 jC	Heerenveen	2014-02-01	8.4 jpB	Drachten	2019-02-02	5.00 jpB	Drachten
60			2015-03-07	9.06 jpA	Steenwijk	kogel 2		
2015-01-17	9.60 jD	Apeldoorn	60			2019-03-16	3.08 jpB	Heerenveen
2016-01-23	9.17 jD	Apeldoorn	2015-03-21	12.97 jpA	Heerenveen	2020-03-08	5.06 jpA	Apeldoorn
2017-01-22	9.08 jC	Apeldoorn	2016-03-19	13.16 jpA	Heerenveen	Berber vd Woude		
2018-01-21	8.56 jC	Apeldoorn	hoog			50		
150			2013-03-09	0.65 jpC	Heerenveen	2016-03-19	9.39 mD	Heerenveen
2016-02-06	23.19 jD	Apeldoorn	2014-03-15	0.80 jpB	Heerenveen	2018-03-17	8.69 mC	Heerenveen
200			2015-03-21	0.85 jpA	Heerenveen	60		
2016-12-27	30.48 jC	Apeldoorn	2016-03-19	0.95 jpA	Heerenveen	2015-03-21	11.59 mpA	Heerenveen
2018-01-07	28.19 jC	Apeldoorn	hurkhoog			2016-03-19	10.90 mD	Heerenveen
400			2014-02-01	0.65 jpB	Drachten	2017-03-18	10.47 mD	Heerenveen
2018-01-07	1:03.96 jC	Apeldoorn	2015-03-21	0.85 jpA	Heerenveen	2018-03-17	10.26 mC	Heerenveen
800			2016-03-19	0.95 jpA	Heerenveen	hoog		
2017-01-22	2:43.27 jC	Apeldoorn	2014-02-01	0.65 jpB	Drachten	2015-03-21	0.90 mpA	Heerenveen
2017-12-03	2:28.37 jC	Apeldoorn						

2016-03-19 1.05 mD Heerenveen
kogel 2
2015-03-21 4.13 mpA Heerenveen
2016-03-19 3.97 mD Heerenveen
2017-03-18 4.70 mD Heerenveen
kogel 3
2018-03-17 4.93 mC Heerenveen
sprint 2-kamp
2016-03-19 503 mD Heerenveen
2017-03-18 309 mD Heerenveen
2018-03-17 703 mC Heerenveen

Pelle vd Woude

40
2015-03-21 7.87 jpC Heerenveen
2016-03-19 7.32 jpB Heerenveen

60
2017-03-18 10.59 jpA Heerenveen
2018-03-17 10.05 jpA Heerenveen

hoog
2015-03-21 0.95 jpC Heerenveen
2016-03-19 0.95 jpB Heerenveen
2017-03-18 1.15 jpA Heerenveen
2018-03-17 1.20 jpA Heerenveen

balstoten
2015-03-21 4.27 jpC Heerenveen

kogel 2
2016-03-19 4.08 jpB Heerenveen
2017-03-18 5.10 jpA Heerenveen
2018-03-17 6.23 jpA Heerenveen

Ruth Zijlstra

40
2013-03-09 7.88 mpC Heerenveen
2014-02-01 6.9 mpB Drachten
2016-03-12 7.09 mpA Steenwijk
2017-03-11 6.71 mD Steenwijk
2018-03-10 6.58 mD Steenwijk
2019-03-09 6.47 mC Steenwijk

50
2017-03-18 8.10 mD Heerenveen
2018-03-17 7.84 mD Heerenveen
2019-03-16 7.65 mC Heerenveen

60
2016-03-19 10.19 mpA Heerenveen
2017-01-21 9.55 mD Apeldoorn
2018-03-17 9.10 mD Heerenveen
2019-01-06 8.78 mC Apeldoorn

300
2020-01-26 46.04 mC Apeldoorn

600
2018-01-20 1:53.65 mD Apeldoorn

800
2018-12-23 2:42.52 mC Apeldoorn

1000
2018-01-07 3:42.61 mD Apeldoorn
2019-01-06 3:21.22 mC Apeldoorn

hoog
2013-03-09 0.95 mpC Heerenveen
2014-03-15 1.00 mpB Heerenveen
2015-03-21 1.10 mpA Heerenveen
2016-03-19 1.20 mpA Heerenveen
2017-03-18 1.25 mD Heerenveen
2018-03-10 1.30 mD Steenwijk
2019-03-16 1.35 mC Heerenveen

hurkhoog
2014-02-01 1.00 mpB Drachten

ver
2013-03-02 2.43 mpC Steenwijk
2014-03-08 3.13 mpB Steenwijk
2017-01-21 3.69 mD Apeldoorn
2017-12-16 4.59 mD Utrecht
2018-12-23 4.12 mC Apeldoorn

balstoten
2014-02-01 4.80 mpB Drachten
kogel 1
2013-03-02 3.96 mpC Steenwijk
kogel 2
2014-03-15 4.25 mpB Heerenveen
2016-03-19 5.84 mpA Heerenveen
2017-03-18 6.19 mD Heerenveen
2018-03-17 8.13 mD Heerenveen

kogel 3
2019-03-16 7.42 mC Heerenveen

sprint 2-kamp
2017-03-11 992 mD Steenwijk
2018-03-17 1058 mD Heerenveen
2019-03-16 1135 mC Steenwijk

Timotej Zoetendal

40
2018-02-03 7.0 jpB Drachten
2019-02-02 7.3 jpA Drachten
2020-02-08 7.3 jpA Drachten

60
2019-03-16 10.25 jpA Heerenveen

600
2018-03-11 2:17.32 jpB Apeldoorn

40h
2017-11-25 8.0 jpB Heerenveen

hoog
2018-03-17 0.90 jpB Heerenveen
2019-03-16 1.00 jpA Heerenveen
2020-02-08 1.05 jpA Drachten

hurkhoog
2018-02-03 0.85 jpB Drachten

ver
2018-03-11 2.92 jpB Apeldoorn

balstoten
2018-02-03 5.60 jpB Drachten

kogel 2
2018-03-11 4.36 jpB Apeldoorn
2019-02-02 4.80 jpA Drachten
2020-02-08 6.70 jpA Drachten