

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

Beste jaarprestaties vanaf het outdoor seizoen 2011

Bijgewerkt t/m do 24 juli 2025

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	
2021-09-08	1.25 V40	Hengelo	
ver			
2021-09-19	3.93 V40	Hengelo	
discus 1			
2011-06-24	38.14 V	Groningen	
2012-04-07	38.71 V	Steenwijk	
2013-07-19	37.13 V35	Steenwijk	
2018-10-06	32.63 V40	Heerenveen	
2019-05-08	34.41 V40	Kampen	
2020-09-26	33.84 V40	Heerenveen	
2021-10-10	34.01 V40	Best	
2024-10-13	29.96 V45	Steenwijk	
2025-03-30	31.92 V45	Steenwijk	
kogel 4			
2011-05-28	9.68 V	Heerenveen	
2012-09-01	10.08 V35	Soest	
2013-10-05	9.87 V35	Heerenveen	
2018-10-06	8.99 V40	Heerenveen	
2019-10-05	9.43 V40	Heerenveen	
2020-08-14	8.57 V40	Deventer	
2021-10-10	8.93 V40	Steenwijk	
2024-10-13	8.36 V45	Steenwijk	
speer 600			
2011-10-01	28.85 V	Heerenveen	
2012-10-06	28.17 V35	Heerenveen	
2013-05-22	29.33 V35	Sneek	
2018-10-06	25.88 V40	Heerenveen	
2019-06-08	26.48 V40	Groningen	
2020-08-14	25.65 V40	Deventer	
2021-10-10	27.59 V40	Steenwijk	
2024-10-13	22.78 V45	Steenwijk	
werp 3-kamp			
2011-06-10	1791 V	Steenwijk	
2012-10-06	1853 V35	Heerenveen	
2013-05-31	1833 V35	Steenwijk	
2018-10-06	1819 V40	Heerenveen	
2019-10-05	1867 V40	Heerenveen	
2020-08-14	1797 V40	Deventer	
2021-10-10	1878 V40	Steenwijk	
2024-10-13	1814 V45	Steenwijk	

Jula van Aurich

40			
2024-07-11	7.08 V U12	Heerenveen	
60			
2024-05-25	9.9 V U12	Steenwijk	
2025-06-14	10.41 V U12	Leeuwarden	
600			
2022-10-01	2:52.0 V U9	Heerenveen	
2023-09-30	2:26.4 V U10	Heerenveen	
2024-10-05	2:31.9 V U12	Heerenveen	
1000			
2025-06-14	4:21.23 V U12	Leeuwarden	

duur 6'			
2024-04-20	1200 V U12	Leeuwarden	
2025-05-24	1225 V U12	Steenwijk	
60h			
2024-09-21	11.6 V U12	Heerenveen	
2025-06-21	11.1 V U12	Heerenveen	
hoog			
2023-09-16	0.90 V U10	Heerenveen	
2024-10-05	1.05 V U12	Heerenveen	
2025-06-21	1.10 V U12	Heerenveen	
polsver			
2024-04-20	3.20 V U12	Leeuwarden	
2025-06-21	3.80 V U12	Heerenveen	
ver			
2022-10-01	2.35 V U9	Heerenveen	
2023-09-30	2.85 V U10	Heerenveen	
2024-10-05	3.08 V U12	Heerenveen	
2025-06-14	3.24 V U12	Leeuwarden	
balstoten			
2023-09-16	5.50 V U10	Heerenveen	
kogel 2			
2024-04-20	4.90 V U12	Leeuwarden	
2025-06-21	6.20 V U12	Heerenveen	
slingeren			
2024-05-25	14.50 V U12	Steenwijk	
2025-05-24	16.00 V U12	Steenwijk	
vortex			
2022-10-01	10.00 V U9	Heerenveen	
2023-09-16	16.00 V U10	Heerenveen	
2024-10-05	21.00 V U12	Heerenveen	
2025-06-21	18.50 V U12	Heerenveen	

Elin van Barneveld

40			
2024-10-05	8.3 V U8	Heerenveen	
2025-04-12	8.2 V U9	Leeuwarden	
600			
2024-10-05	2:58.3 V U8	Heerenveen	
duur 4'			
2024-06-29	800 V U8	Sneek	
2025-04-12	800 V U9	Leeuwarden	
40h			
2024-06-29	10.6 V U8	Sneek	
2025-06-21	9.4 V U9	Heerenveen	
hoog			
2024-05-25	0.70 V U8	Steenwijk	
2025-05-24	0.75 V U9	Steenwijk	
hurkhoog			
2024-10-05	0.60 V U8	Heerenveen	
2025-04-12	0.75 V U9	Leeuwarden	
ver			
2024-09-21	2.20 V U8	Heerenveen	
2025-04-01	2.25 V U9	Heerenveen	
balstoten			
2024-09-21	3.20 V U8	Heerenveen	
2025-05-24	3.40 V U9	Steenwijk	
slingeren			
2024-06-29	8.50 V U8	Sneek	
2025-06-21	11.50 V U9	Heerenveen	
vortex			
2024-06-29	8.50 V U8	Sneek	
2025-04-01	12.50 V U9	Heerenveen	

Linda vd Berg

80			
2019-05-08	12.21 V40	Kampen	
100			
2019-03-30	14.64w V40	Steenwijk	
2020-08-22	14.25 V40	Grootebroek	
2021-07-09	14.08w V40	Steenwijk	
2022-04-02	14.43w V45	Steenwijk	
2023-06-03	14.36 V45	Groningen	

150			
2020-09-19	21.83 V40	Grootebroek	
2021-07-09	21.34 V40	Steenwijk	
2022-06-24	21.09 V45	Steenwijk	
200			
2018-10-06	35.02 V40	Heerenveen	
2019-07-06	30.29 V40	Stadskanaal	
2020-08-22	29.57w V40	Grootebroek	
2021-10-02	28.32 V40	Heerenveen	
2022-07-01	28.47 V45	Best	
2023-05-06	28.42 V45	Heerenveen	
2025-06-06	30.57 V45	Kampen	
300			
2019-03-30	53.56 V40	Steenwijk	
2020-07-04	48.5 V40	Heerenveen	
2021-07-09	47.20 V40	Steenwijk	
2022-04-02	47.9 V45	Steenwijk	
2023-04-02	47.32 V45	Steenwijk	
400			
2021-09-18	1:05.57 V40	Hengelo	
2022-05-28	1:06.07 V45	Harderwijk	
2023-07-01	1:04.99 V45	Harderwijk	
2025-05-25	1:09.85 V45	Apeldoorn	
800			
2018-10-06	3:22.20 V40	Heerenveen	
2019-07-07	2:44.09 V40	Stadskanaal	
2020-09-26	2:49.0 V40	Heerenveen	
2021-10-09	2:36.09 V40	Best	
2022-05-01	2:39.11 V45	Heerenveen	
2023-05-07	2:40.89 V45	Heerenveen	
80h 76,2			
2019-07-06	15.40 V40	Stadskanaal	
2021-10-08	17.33 V40	Best	
2022-07-01	14.45 V45	Best	
2023-05-06	13.55 V45	Heerenveen	
2024-05-25	14.53 V45	Hilversum	
2025-06-06	15.73 V45	Kampen	
400h 76,2			
2021-09-08	1:17.29 V40	Hengelo	
2022-05-21	1:14.81 V45	Heerenveen	
hoog			
2018-10-06	1.25 V40	Heerenveen	
2019-07-06	1.30 V40	Stadskanaal	
2020-10-09	1.30 V40	Drachten	
2021-10-08	1.36 V40	Best	
2022-10-01	1.35 V45	Heerenveen	
2025-06-06	1.20 V45	Kampen	
ver			
2018-10-06	3.63 V40	Heerenveen	
2019-10-05	4.32 V40	Heerenveen	
2020-09-26	4.52 V40	Heerenveen	
2021-09-19	4.69 V40	Hengelo	
2022-05-01	4.71 V45	Heerenveen	
2023-05-07	4.44w V45	Heerenveen	
2024-05-15	4.43 V45	Kampen	
2025-05-17	4.39 V45	Harderwijk	
discus 1			
2019-10-13	23.23 V40	Steenwijk	
2020-08-28	22.96 V40	Heerenveen	
kogel 4			
2018-10-06	6.78 V40	Heerenveen	
2019-09-28	8.09 V40	Leeuwarden	
2020-08-22	8.45 V40	Grootebroek	
2021-09-08	9.11 V40	Hengelo	
2022-04-30	9.32 V45	Heerenveen	
2023-04-02	9.93 V45	Steenwijk	
2024-05-15	9.26 V45	Kampen	
2025-05-17	10.17 V45	Harderwijk	
speer 600			
2019-10-13	21.22 V40	Steenwijk	
2020-07-04	24.17 V40	Heerenveen	
2021-10-02	28.36 V40	Heerenveen	
2022-10-01	27.18 V45	Heerenveen	
2023-05-07	28.09 V45	Heerenveen	
2024-05-25	27.21 V45	Hilversum	
werp 3-kamp			
2019-08-10	1311 V40	Heerenveen	
2019-10-13	1404 V40	Steenwijk	
2020-08-28	1368 V40	Heerenveen	

7-kamp			
2019-07-07	3191	V40	Stadskanaal
2021-10-09	3760	V40	Best
2022-05-01	4508	V45	Heerenveen
2023-05-07	4747	V45	Heerenveen
Tineke van Berkum			
1500			
2024-10-05	8:11.0	V55	Heerenveen
Romée de Best			
100			
2022-05-21	14.18	V U20	Heerenveen
2025-06-13	13.14	V U23	Leeuwarden
200			
2022-06-04	28.01	V U20	Emmeloord
2023-05-06	27.38	V U20	Heerenveen
2024-06-29	26.67	V U23	Hengelo
2025-05-31	26.99	V U23	Heerenveen
800			
2022-06-05	2:50.18	V U20	Emmeloord
2023-05-07	2:46.03	V U20	Heerenveen
2024-05-05	2:37.85	V U23	Heerenveen
2025-06-01	2:35.19	V U23	Heerenveen
100h 83,8			
2022-06-04	16.55	V U20	Emmeloord
2023-05-06	16.21	V U20	Heerenveen
2024-06-23	15.42	V U23	Drachten
2025-06-28	15.61	V U23	Best
hoog			
2022-06-04	1.47	V U20	Emmeloord
2023-05-06	1.45	V U20	Heerenveen
2024-06-02	1.45	V U23	Gendringen
2025-06-13	1.50	V U23	Leeuwarden
ver			
2022-06-18	5.10	V U20	Amsterdam
2023-04-16	4.90	V U20	Almere
2024-06-23	5.33	V U23	Drachten
2025-06-21	5.28	V U23	Utrecht
kogel 4			
2022-04-30	10.07	V U20	Heerenveen
2023-05-06	10.12	V U20	Heerenveen
2024-04-21	10.14	V U23	Almelo
2025-05-31	11.19	V U23	Heerenveen
speer 600			
2022-05-01	27.63	V U20	Heerenveen
2023-05-07	30.34	V U20	Heerenveen
2024-05-25	28.29	V U23	Heerenveen
2025-06-13	32.17	V U23	Leeuwarden
7-kamp			
2022-06-05	3718	V U20	Emmeloord
2023-05-07	3981	V U20	Heerenveen
2024-05-05	4131	V U23	Heerenveen
2025-06-01	4301	V U23	Heerenveen
Betty Bijker-Bangma			
100			
2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn
2020-09-26	15.9	V55	Heerenveen
2022-04-09	15.79w	V55	Harderwijk
2023-09-30	15.4	V60	Heerenveen
2024-03-30	15.33	V60	Steenwijk
2025-06-27	15.81	V60	Steenwijk
150			
2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk
2022-08-26	23.85	V55	Grootebroek
2025-04-16	23.96	V60	Dronten
200			
2018-05-13	32.59	V55	Emmen
2022-05-21	31.24	V55	Heerenveen
2023-09-30	31.7	V60	Heerenveen
2024-05-26	31.84	V60	Hilversum
2025-05-25	32.43	V60	Apeldoorn
300			
2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk
2022-08-26	50.76	V55	Grootebroek

2025-04-16	51.21	V60	Dronten
400			
2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek
2022-04-24	1:10.50	V55	Emmen
2023-05-13	1:11.86	V60	Harderwijk
2024-05-25	1:10.13	V60	Hilversum
2025-05-17	1:11.28	V60	Harderwijk
800			
2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen
2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn
2019-03-30	2:44.24	V55	Steenwijk
2020-07-25	2:41.99	V55	Heerenveen
2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard
2022-05-29	2:39.65	V55	Harderwijk
2023-04-21	2:42.00	V60	Apeldoorn
2024-06-15	2:42.84	V60	Leeuwarden
2025-06-13	2:45.90	V60	Leeuwarden
1000			
2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo
1500			
2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen
2022-09-18	5:37.70	V55	Vught
2023-04-30	5:36.26	V60	Emmen
2025-05-25	5:43.80	V60	Apeldoorn
mijl			
2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk
3000			
2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen
2022-06-19	12:46.50	V55	Ede
5000			
2021-10-02	21:25.11	V55	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2023-09-30	1376	V60	Heerenveen
Jouke Boersma			
vortex			
2024-04-20	10.00	M U10	Leeuwarden
Sophia Boomsma			
60			
2023-09-30	9.7	V U12	Heerenveen
2024-09-21	9.2	V U12	Heerenveen
2025-03-30	9.17w	V U14	Steenwijk
600			
2021-05-22	2:23.10	V U9	Heerenveen
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen
2023-09-30	2:12.0	V U12	Heerenveen
2024-10-05	2:01.9	V U12	Heerenveen
1000			
2024-06-15	4:05.70	V U12	Leeuwarden
60h			
2024-09-21	10.7	V U12	Heerenveen
60h 76,2			
2025-04-05	11.77	V U14	Sneek
hoog			
2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen
2024-10-05	1.30	V U12	Heerenveen
ver			
2021-10-02	3.36	V U9	Heerenveen
2022-10-01	3.20	V U10	Heerenveen
2023-09-16	320	V U12	Heerenveen
2024-06-15	3.87	V U12	Leeuwarden
2025-03-30	3.55	V U14	Steenwijk
kogel 2			
2024-06-29	6.90	V U12	Sneek
2025-05-10	8.00	V U14	Zwolle
vortex			
2022-09-10	15.00	V U10	Heerenveen
Aafje Boorsma			
150			
2021-10-02	22.94	V U14	Heerenveen

400			
2024-07-05	1:06.54	V U16	Leeuwarden
2025-07-06	1:04.51	V U18	Amersfoort
600			
2016-10-01	2:57.9	V U8	Heerenveen
2017-10-07	2:31.5	V U9	Heerenveen
2018-07-14	2:27.95	V U10	Heerenveen
2020-09-26	2:22.0	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1:58.53	V U14	Heerenveen
800			
2023-09-30	2:41.4	V U16	Heerenveen
2024-06-15	2:31.57	V U16	Leeuwarden
2025-05-18	2:26.02	V U18	Dronten
1000			
2018-10-06	4:34.23	V U10	Heerenveen
2019-10-05	4:10.1	V U12	Heerenveen
1500			
2023-05-13	6:09.23	V U16	Hoogeveen
2024-04-28	5:37.17	V U16	Hoogeveen
hoog			
2017-05-20	0.90	V U9	Steenwijk
2018-05-26	1.00	V U10	Sneek
2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden
2020-06-30	1.15	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1.25	V U14	Heerenveen
2022-06-11	1.35	V U14	Heerenveen
2023-06-17	1.45	V U16	Heerenveen
ver			
2016-05-28	2.15	V U8	Leeuwarden
2017-10-07	2.75	V U9	Heerenveen
2018-07-14	3.51	V U10	Heerenveen
2019-10-05	3.40	V U12	Heerenveen
2020-09-26	3.32	V U12	Heerenveen
2021-04-17	3.60	V U14	Heerenveen
Hester Bos			
100			
2019-04-28	14.48	V U18	Epe
2020-09-26	14.0	V U18	Heerenveen
2021-05-01	13.89	V U20	Heerenveen
2022-06-11	13.67	V U20	Assen
2023-09-30	14.0	V U23	Heerenveen
2024-05-25	13.91	V U23	Heerenveen
150			
2018-05-19	22.23	V U16	Assen
2021-07-09	22.26w	V U20	Steenwijk
2022-06-24	21.12	V U20	Steenwijk
200			
2019-10-05	32.4	V U18	Heerenveen
2021-04-11	31.2	V U20	Heerenveen
2022-04-30	30.86	V U20	Heerenveen
2023-05-06	29.73	V U23	Heerenveen
2024-04-21	31.16	V U23	Almelo
300			
2021-07-09	58.71	V U20	Steenwijk
2022-06-24	52.52	V U20	Steenwijk
400			
2024-06-02	1:15.56	V U23	Gendringen
600			
2017-10-07	2:24.5	V U16	Heerenveen
800			
2021-10-10	3:06.54	V U20	Best
2022-05-01	3:02.73	V U20	Heerenveen
100h 83,8			
2021-03-20	18.1	V U20	Heerenveen
2022-07-02	18.23	V U20	Best
2023-05-06	18.60	V U23	Heerenveen
2024-03-20	19.9	V U23	Sneek
400h 76,2			
2021-04-11	1:29.3	V U20	Heerenveen
hoog			
2019-10-05	1.25	V U18	Heerenveen
2021-10-09	1.26	V U20	Best
2022-07-02	1.31	V U20	Best
2023-05-06	1.27	V U23	Heerenveen

hss			
2021-04-11	8.37	V U20	Heerenveen
ver			
2017-06-10	3.83	V U16	Sneek
2018-10-06	3.94	V U16	Heerenveen
2019-06-23	4.00	V U18	Drachten
2020-09-26	4.12	V U18	Heerenveen
2021-05-01	4.47	V U20	Heerenveen
2022-07-03	4.30w	V U20	Best
2023-05-07	4.22w	V U23	Heerenveen
2024-04-21	4.58	V U23	Almelo

discus 1			
2017-10-07	11.22	V U16	Heerenveen

kogel 4			
2021-10-09	6.10	V U20	Best
2022-04-30	6.92	V U20	Heerenveen
2023-05-06	6.95	V U23	Heerenveen
2024-03-20	6.47	V U23	Sneek

speer 600			
2021-10-10	21.36	V U20	Best
2022-07-03	22.67	V U20	Best
2023-05-07	18.90	V U23	Heerenveen

sprint 2-kamp			
2023-09-30	847	V U23	Heerenveen

7-kamp			
2021-10-10	2120	V U20	Best
2022-07-03	2514	V U20	Best
2023-05-07	2570	V U23	Heerenveen

Mae Bosma

80			
2022-06-11	12.07	V U16	Heerenveen

kogel 3			
2022-06-11	6.85	V U16	Heerenveen

Eva Brandsma-Vlak

100			
2022-10-01	16.4	V40	Heerenveen

200			
2022-10-01	36.1	V40	Heerenveen

800			
2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen
2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen

3000			
2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen
2019-05-11	14:29.36	V40	Heerenveen

sprint 2-kamp			
2022-10-01	391	V40	Heerenveen

Luuk den Braven

80			
2024-10-05	12.2	M U14	Heerenveen
2025-06-14	11.70w	M U14	Emmen

300			
2024-10-05	57.6	M U14	Heerenveen

1000			
2025-06-01	3:36.04	M U14	Heerenveen

80h 76,2			
2025-06-14	15.22	M U14	Emmen

hoog			
2025-06-01	1.35	M U14	Heerenveen

ver			
2024-10-05	3.59	M U14	Heerenveen
2025-05-31	3.80w	M U14	Heerenveen

kogel 3			
2024-10-05	6.12	M U14	Heerenveen
2025-06-01	6.14	M U14	Heerenveen

speer 400			
2024-10-05	18.65	M U14	Heerenveen
2025-05-31	17.80	M U14	Heerenveen

7-kamp			
2025-06-01	2734	M U14	Heerenveen

Tim den Braven

100			
2024-10-05	13.9	M U16	Heerenveen
2025-06-27	13.89	M U16	Steenwijk

150			
2025-06-27	21.04	M U16	Steenwijk

300			
2024-10-05	52.5	M U16	Heerenveen

1000			
2025-06-01	3:46.41	M U16	Heerenveen

1500			
2025-05-10	6:15.79	M U16	Zwolle

100h 83,8			
2025-06-01	20.12	M U16	Heerenveen

300h 76,2			
2025-06-14	57.32	M U16	Emmen

hoog			
2025-05-31	1.30	M U16	Heerenveen

ver			
2024-08-25	4.08	M U16	Amsterdam
2025-07-04	4.46	M U16	Leeuwarden

discus 1			
2024-06-22	14.83	M U16	Heerenveen
2025-06-01	18.35	M U16	Heerenveen

kogel 4			
2024-10-05	6.34	M U16	Heerenveen
2025-06-01	6.42	M U16	Heerenveen

speer 600			
2024-10-05	21.51	M U16	Heerenveen
2025-05-31	19.95	M U16	Heerenveen

8-kamp			
2025-06-01	3087	M U16	Heerenveen

Harold Brouwer

100			
2024-10-05	13.2	M45	Heerenveen

400			
2024-10-05	1:05.1	M45	Heerenveen

ver			
2024-10-05	4.16	M45	Heerenveen

kogel 7¼			
2024-10-05	9.33	M45	Heerenveen

Stella Brouwer

40			
2025-04-12	7.5	V U8	Leeuwarden

duur 4'			
2025-04-12	900	V U8	Leeuwarden

40h			
2025-06-21	8.0	V U8	Heerenveen

hurkhoog			
2025-06-21	0.80	V U8	Heerenveen

ver			
2025-04-01	2.50	V U8	Heerenveen

balstoten			
2025-05-24	3.50	V U8	Steenwijk

slingeren			
2025-04-12	10.00	V U8	Leeuwarden

vortex			
2025-04-12	13.50	V U8	Leeuwarden

Tess Brouwer

40			
2023-07-12	7.44	V U12	Heerenveen

60			
2023-09-30	10.3	V U12	Heerenveen
2024-10-05	9.6	V U12	Heerenveen
2025-03-30	9.88w	V U14	Steenwijk

600			
2023-09-30	2:34.0	V U12	Heerenveen
2024-10-05	2:12.9	V U12	Heerenveen
2025-05-10	2:04.15	V U14	Zwolle

1000			
2024-06-15	4:15.66	V U12	Leeuwarden
2025-04-05	3:56.62	V U14	Sneek

duur 6'			
2024-04-20	1325	V U12	Leeuwarden

60h			
2023-09-16	12.3	V U12	Heerenveen
2024-06-29	11.0	V U12	Sneek

60h 76,2			
2025-05-31	14.63	V U14	Heerenveen

hoog			
2023-09-30	1.00	V U12	Heerenveen
2024-06-29	1.20	V U12	Sneek
2025-06-14	1.20	V U14	Emmen

polsver			
2024-06-29	4.60	V U12	Sneek

ver			
2023-09-16	3.20	V U12	Heerenveen
2024-10-05	3.65	V U12	Heerenveen
2025-04-05	3.55	V U14	Sneek

discus ¾			
2025-04-05	17.33	V U14	Sneek

kogel 2			
2023-09-30	4.57	V U12	Heerenveen
2024-06-29	6.70	V U12	Sneek
2025-06-01	7.48	V U14	Heerenveen

slingeren			
2023-09-16	14.50	V U12	Heerenveen
2024-10-05	19.00	V U12	Heerenveen

speer 400			
2025-03-30	20.93	V U14	Steenwijk

vortex			
2023-09-16	14.00	V U12	Heerenveen
2024-10-05	22.00	V U12	Heerenveen

6-kamp			
2025-06-01	1803	V U14	Heerenveen

Eline Buitendijk

ver			
2020-06-02	2.60	V U12	Heerenveen

Jurre Buitendijk

60			
2024-10-05	10.2	M U12	Heerenveen

600			
2021-10-02	2:27.07	M U8	Heerenveen
2022-10-01	2:25.0	M U9	Heerenveen
2023-09-30	2:14.0	M U10	Heerenveen
2024-10-05	2:12.2	M U12	Heerenveen

duur 6'			
2024-05-25	1475	M U12	Steenwijk

60h			
2024-05-25	13.1	M U12	Steenwijk
2025-06-21	12.3	M U12	Heerenveen

hoog			
2022-09-10	0.85	M U9	Heerenveen
2024-04-20	0.85	M U12	Leeuwarden
2025-06-21	1.05	M U12	Heerenveen

polsver			
2024-04-20	2.80	M U12	Leeuwarden
2025-06-21	3.45	M U12	Heerenveen

ver			
2020-09-12	1.65	M U8	Heerenveen
2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen

2022-05-21	2.55	M U9	Steenwijk
2023-09-30	2.89	M U10	Heerenveen
2024-05-25	2.70	M U12	Steenwijk

balstoten			
2020-09-12	2.50	M U8	Heerenveen
2022-09-10	4.10	M U9	Heerenveen

kogel 2			
2024-04-20	4.20	M U12	Leeuwarden
2025-06-21	5.90	M U12	Heerenveen

slingeren			
2021-05-06	9.00	M U8	Heerenveen
2023-04-22	11.00	M U10	Leeuwarden
2024-05-25	13.50	M U12	Steenwijk

vortex			
2020-09-12	9.00	M U8	Heerenveen
2021-10-02	11.06	M U8	Heerenveen
2022-05-21	14.00	M U9	Steenwijk
2023-04-22	15.00	M U10	Leeuwarden
2024-10-05	21.00	M U12	Heerenveen
2025-06-21	22.00	M U12	Heerenveen

Liam Buitendijk

60			
2022-09-10	10.0	M U12	Heerenveen
2023-09-30	10.2	M U12	Heerenveen

80			
2024-06-22	13.49	M U14	Heerenveen

600			
2019-10-05	2:37.8	M U8	Heerenveen
2021-10-02	2:13.25	M U10	Heerenveen
2023-09-30	2:09.8	M U12	Heerenveen

1000			
2024-04-06	3:44.56	M U14	Emmeloord

hoog			
2019-05-25	0.75	M U8	Steenwijk
2021-06-05	0.90	M U10	Heerenveen
2023-09-30	1.10	M U12	Heerenveen
2024-04-06	1.15	M U14	Emmeloord

ver			
2019-05-25	1.95	M U8	Steenwijk
2020-09-12	2.40	M U9	Heerenveen
2021-10-02	3.10	M U10	Heerenveen
2022-09-10	2.90	M U12	Heerenveen
2024-06-22	3.12	M U14	Heerenveen

Sven Burghoorn

100			
2025-06-13	11.45w	M U18	Leeuwarden

Melle Campmans

60			
2024-05-25	9.7	M U12	Steenwijk

duur 6'			
2024-04-20	1275	M U12	Leeuwarden
2025-04-12	1250	M U12	Leeuwarden

60h			
2024-09-21	13.0	M U12	Heerenveen
2025-06-21	11.9	M U12	Heerenveen

hoog			
2024-04-20	0.80	M U12	Leeuwarden
2025-06-21	1.00	M U12	Heerenveen

polsver			
2024-04-20	2.65	M U12	Leeuwarden
2025-04-12	3.30	M U12	Leeuwarden

ver			
2024-09-21	2.90	M U12	Heerenveen
2025-04-01	2.85	M U12	Heerenveen

kogel 2			
2024-04-20	4.50	M U12	Leeuwarden
2025-06-21	5.40	M U12	Heerenveen

slingeren			
2024-09-21	13.00	M U12	Heerenveen

vortex			
2024-09-21	15.50	M U12	Heerenveen
2025-04-12	19.50	M U12	Leeuwarden

Coen Claes

40			
2024-10-05	10.6	M U8	Heerenveen
2025-04-12	8.1	M U9	Leeuwarden

600			
2024-10-05	3:07.8	M U8	Heerenveen

duur 4'			
2025-05-24	850	M U9	Steenwijk

40h			
2025-06-21	9.1	M U9	Heerenveen

hoog			
2025-05-24	0.65	M U9	Steenwijk

hurkhoog			
2024-10-05	0.60	M U8	Heerenveen
2025-06-21	0.65	M U9	Heerenveen

ver			
2024-10-05	2.10	M U8	Heerenveen
2025-04-01	2.20	M U9	Heerenveen

balstoten			
2025-05-24	4.60	M U9	Steenwijk

slingeren			
2024-10-05	7.50	M U8	Heerenveen
2025-04-12	10.50	M U9	Leeuwarden

vortex			
2024-10-05	7.00	M U8	Heerenveen
2025-05-24	12.50	M U9	Steenwijk

Sabrina Cruden

100			
2016-05-06	14.12	V U14	Rijssen
2019-06-08	14.47	V U18	Groningen
2020-07-11	13.79	V U18	Epe
2023-06-03	13.29	V U23	Grootebroek
2025-06-24	12.82	V U23	Heerde

150			
2016-03-28	21.78w	V U14	Purmerend
2020-07-04	21.2	V U18	Heerenveen

200			
2015-05-16	31.23	V U14	Heerenveen
2016-05-14	30.64	V U14	Heerenveen
2019-06-01	28.35	V U18	Amersfoort
2020-08-09	28.70w	V U18	Haarlem
2021-09-04	29.10	V U20	Assendelft
2022-06-04	27.63	V U20	Emmeloord
2023-05-06	26.45	V U23	Heerenveen
2024-06-29	26.58	V U23	Hengelo
2025-05-31	26.11	V U23	Heerenveen

400			
2022-05-15	1:08.26	V U20	Zwolle

600			
2015-10-03	1:58.0	V U14	Heerenveen
2016-07-03	1:56.18	V U14	Stadskanaal

800			
2019-07-07	2:45.43	V U18	Stadskanaal
2020-09-06	2:51.40	V U18	Emmeloord
2021-09-05	2:56.09	V U20	Assendelft
2022-06-05	2:39.65	V U20	Emmeloord
2023-07-30	2:32.02	V U23	Breda
2024-06-30	2:27.37	V U23	Hengelo
2025-06-01	2:29.37	V U23	Heerenveen

1000			
2013-10-05	4:17.0	V U12	Heerenveen
2014-10-04	4:18.4	V U12	Heerenveen

100h 83,8			
2021-09-11	16.43	V U20	Amersfoort
2022-06-18	15.22	V U20	Amsterdam
2023-07-29	14.68	V U23	Breda
2024-05-04	14.42	V U23	Heerenveen
2025-05-18	14.54	V U23	Toulouse (Fra)

hoog			
2014-10-04	1.35	V U12	Heerenveen
2015-09-19	1.30	V U14	Zoetermeer
2016-06-18	1.41	V U14	Lisse
2019-07-06	1.49	V U18	Stadskanaal
2020-08-23	1.50	V U18	Lisse
2021-07-10	1.59	V U20	Lisse
2022-07-09	1.62	V U20	Lisse
2023-07-29	1.71	V U23	Breda
2024-08-31	1.66	V U23	Amersfoort
2025-05-31	1.66	V U23	Heerenveen

ver			
2013-10-05	3.21	V U12	Heerenveen
2014-08-30	3.79	V U12	Assen
2015-05-16	4.34	V U14	Heerenveen
2016-06-19	4.54	V U14	Lisse
2019-06-02	5.10	V U18	Amersfoort
2020-08-09	5.07	V U18	Haarlem
2021-09-05	5.26w	V U20	Assendelft
2022-06-18	5.61	V U20	Amsterdam
2023-05-29	5.72	V U23	Tilburg
2024-06-30	5.73	V U23	Hengelo
2025-06-14	5.84w	V U23	Leiden

kogel 4			
2021-05-22	9.90	V U20	Heerenveen
2022-06-12	10.66	V U20	Assen
2023-05-06	11.48	V U23	Heerenveen
2024-08-31	11.22	V U23	Amersfoort
2025-05-31	11.86	V U23	Heerenveen

speer 600			
2021-07-04	31.67	V U20	Dongen
2022-06-05	38.46	V U20	Emmeloord
2023-07-30	36.16	V U23	Breda
2024-05-26	39.87	V U23	Herentals (Bel)
2025-06-13	35.71	V U23	Leeuwarden

werp 3-kamp			
2021-08-27	1119	V U20	Heerenveen

7-kamp			
2021-09-05	3824	V U20	Assendelft
2022-06-05	4581	V U20	Emmeloord
2023-07-30	5010	V U20	Breda
2024-06-30	5105	V U23	Hengelo
2025-06-01	5087	V U23	Heerenveen

Zara Danes

60			
2024-10-05	9.8	V U12	Heerenveen

600			
2024-10-05	2:19.8	V U12	Heerenveen

duur 6'			
2024-06-29	1225	V U12	Sneek
2025-04-12	1350	V U12	Leeuwarden

60h			
2024-06-29	12.6	V U12	Sneek
2025-06-21	11.8	V U12	Heerenveen

hoog			
2024-06-29	1.10	V U12	Sneek
2025-06-21	1.15	V U12	Heerenveen

polsver			
2024-06-29	4.20	V U12	Sneek
2025-06-21	4.30	V U12	Heerenveen

ver			
2024-10-05	3.14	V U12	Heerenveen
2025-04-01	3.25	V U12	Heerenveen

kogel 2			
2024-06-29	4.80	V U12	Sneek
2025-06-21	6.10	V U12	Heerenveen

slingeren			
2024-09-21	14.00	V U12	Heerenveen

vortex			
2024-09-21	17.50	V U12	Heerenveen
2025-04-12	18.50	V U12	Leeuwarden

Fenna Dijk

40h				
2025-04-01	9.7	V U9	Heerenveen	
ver				
2025-04-01	2.00	V U9	Heerenveen	
vortex				
2025-04-01	7.00	V U9	Heerenveen	

Jelte Dijkstra

1000				
2019-10-05	4:29.6	M U12	Heerenveen	

Robbin Dijkstra

60				
2025-05-24	10.8	M U12	Steenwijk	
duur 6'				
2025-04-12	1375	M U12	Leeuwarden	
60h				
2025-06-21	10.9	M U12	Heerenveen	
hoog				
2025-06-21	1.10	M U12	Heerenveen	
polsver				
2025-06-21	3.80	M U12	Heerenveen	
ver				
2025-05-24	3.15	M U12	Steenwijk	
kogel 2				
2025-06-21	6.50	M U12	Heerenveen	
slingeren				
2025-05-24	16.00	M U12	Steenwijk	
vortex				
2025-06-21	19.00	M U12	Heerenveen	

Pieter Dogger

150				
2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	
200				
2019-07-12	26.72	M	Utrecht	
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen	
2021-09-19	26.85	M35	Hengelo	
2022-04-24	26.95	M35	Emmen	
2023-05-20	26.89	M35	Heerenveen	
300				
2019-07-05	41.71	M	Steenwijk	
2023-04-02	42.34	M35	Steenwijk	
2024-06-28	42.76	M35	Steenwijk	
2025-06-27	43.94	M40	Steenwijk	
400				
2019-05-11	59.42	M	Heerenveen	
2022-04-24	1:01.91	M35	Emmen	
800				
2018-02-06	2:26.0	M	Den Burg	
2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen	
2021-10-02	2:29.80	M35	Heerenveen	
3000				
2024-10-05	11:49.7	M35	Heerenveen	
5000				
2022-06-19	21:05.77	M35	Ede	

Jordi Dommerholt

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

Ruben Eerdmans

40				
2023-09-30	7.2	M U9	Heerenveen	
2024-06-29	7.1	M U10	Sneek	
60				
2025-05-24	9.8	M U12	Steenwijk	
600				
2023-09-30	3:00.0	M U9	Heerenveen	
2024-10-05	2:44.3	M U10	Heerenveen	
1000				
2024-06-15	5:17.69	M U10	Leeuwarden	
2025-06-14	4:28.56	M U12	Leeuwarden	
duur 4'				
2023-05-20	725	M U9	Sneek	
2024-04-20	775	M U10	Leeuwarden	
duur 6'				
2025-04-12	1250	M U12	Leeuwarden	
40h				
2023-06-24	7.7	M U9	Drachten	
2024-04-20	8.4	M U10	Leeuwarden	
60h				
2025-06-21	11.7	M U12	Heerenveen	
hoog				
2023-09-16	0.95	M U9	Heerenveen	
2024-05-25	0.90	M U10	Heerenveen	
2025-06-21	0.95	M U12	Heerenveen	
hurkhoog				
2023-06-24	0.70	M U9	Drachten	
2024-10-05	0.90	M U10	Heerenveen	
polsver				
2025-06-21	3.60	M U12	Heerenveen	
ver				
2023-09-30	2.79	M U9	Heerenveen	
2024-09-21	2.90	M U10	Heerenveen	
2025-06-14	3.06	M U12	Leeuwarden	
balstoten				
2023-09-16	5.50	M U9	Heerenveen	
2024-09-21	7.10	M U10	Heerenveen	
kogel 2				
2024-06-15	5.04	M U10	Leeuwarden	
2025-06-14	6.93	M U12	Leeuwarden	
slingeren				
2023-06-24	13.00	M U9	Drachten	
2024-06-29	17.00	M U10	Sneek	
2025-05-24	17.00	M U12	Steenwijk	
vortex				
2023-06-24	14.00	M U9	Drachten	
2024-10-05	16.00	M U10	Heerenveen	
2025-06-21	21.00	M U12	Heerenveen	

Edwin Eijgelaar

5000				
2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen	

Fien Ensing

40				
2025-06-21	7.8	V U10	Heerenveen	
duur 4'				
2025-04-12	800	V U10	Leeuwarden	
40h				
2025-06-21	8.3	V U10	Heerenveen	
hurkhoog				
2025-04-12	0.85	V U10	Leeuwarden	
ver				
2025-04-01	2.35	V U10	Heerenveen	
slingeren				
2025-04-12	11.00	V U10	Leeuwarden	
vortex				
2025-04-12	13.50	V U10	Leeuwarden	

Kee Ensing

40				
2025-06-21	8.9	V U8	Heerenveen	
40h				
2025-06-21	10.4	V U8	Heerenveen	
hurkhoog				
2025-06-21	0.65	V U8	Heerenveen	
slingeren				
2025-06-21	7.50	V U8	Heerenveen	
vortex				
2025-06-21	6.50	V U8	Heerenveen	

Martien Ensing

100				
2023-05-06	14.61	M U16	Heerenveen	
2024-05-04	13.75	M U18	Heerenveen	
200				
2023-09-30	30.2	M U16	Heerenveen	
300				
2024-03-30	50.19	M U18	Steenwijk	
400				
2024-05-04	1:07.46	M U18	Heerenveen	
1000				
2023-05-07	3:37.03	M U16	Heerenveen	
1500				
2024-05-05	6:09.27	M U18	Heerenveen	
110h 91,4				
2024-05-05	21.18	M U18	Heerenveen	
hoog				
2024-05-04	1.30	M U18	Heerenveen	
polshoog				
2024-05-05	2.15	M U18	Heerenveen	
ver				
2023-05-06	3.87	M U16	Heerenveen	
2024-05-04	4.23	M U18	Heerenveen	
discus 1½				
2024-05-05	18.56	M U18	Heerenveen	
kogel 5				
2024-03-30	8.22	M U18	Steenwijk	
speer 600				
2023-09-30	23.77	M U16	Heerenveen	
speer 700				
2024-05-05	27.96	M U18	Heerenveen	
10-kamp				
2024-05-05	2558	M U18	Heerenveen	

Andres Faber

800				
2014-10-04	2:36.5	M	Heerenveen	
2017-10-07	2:43.3	M	Heerenveen	
2019-10-05	2:45.6	M	Heerenveen	
2021-10-02	2:36.29	M	Heerenveen	
mijl				
2017-07-07	5:58.99	M	Steenwijk	
3000				
2015-05-16	11:58.94	M	Heerenveen	
2018-10-06	12:09.50	M	Heerenveen	
2019-10-05	12:00.3	M	Heerenveen	
5000				
2020-09-04	19:49.12	M	Leeuwarden	
2021-10-02	21:06.56	M	Heerenveen	
2022-08-05	19:08.99	M	Utrecht	
2023-05-12	19:16.11	M	Zwolle	
ver				
2020-09-26	3.79	M	Heerenveen	
Lisanne Faber				
5000				
2020-09-26	22:33.0	V U23	Heerenveen	

Simone Falkena

100			
2011-06-26	14.47 V	Drachten	
2012-09-23	13.77 V	Tilburg	
2013-04-21	14.13 V	Grootebroek	
2015-06-14	14.10 V35	Groningen	
2016-04-09	13.81w V35	Heerenveen	
2019-05-12	15.14 V35	Apeldoorn	
150			
2016-07-08	21.19 V35	Steenwijk	
200			
2015-06-14	28.85 V35	Groningen	
2016-06-26	28.76 V35	Harderwijk	
400			
2014-06-29	1:05.27 V	Enschede	
2015-06-07	1:05.23 V35	Harderwijk	
100h 83,8			
2013-06-16	19.23 V	Harderwijk	
2014-05-04	18.83 V	Grootebroek	
2016-10-01	20.2 V35	Heerenveen	
300h 76,2			
2014-04-27	50.53 V	Epe	
400h 76,2			
2011-06-05	1:16.39 V	Krommenie	
2012-09-23	1;12.16 V	Tilburg	
2013-09-15	1:15.24 V	Zwolle	
2014-05-25	1:09.39 V	Drachten	
2015-05-03	1:11.27 V35	Emmeloord	
hoog			
2018-10-06	1.30 V35	Heerenveen	
ver			
2016-10-01	4.15 V35	Heerenveen	
2018-05-13	4.08 V35	Emmen	
2019-04-07	4.07 V35	Amersfoort	
discus 1			
2013-10-05	25.82 V	Heerenveen	
2014-05-04	25.29 V	Grootebroek	
2015-04-19	25.33 V35	Drachten	
2022-04-24	25.90 V40	Emmen	
kogel 4			
2011-05-08	8.44 V	Assen	
2013-10-05	8.54 V	Heerenveen	
2022-04-24	8.17 V40	Emmen	
speer 600			
2013-10-05	27.39 V	Heerenveen	
2014-06-29	27.36 V	Enschede	
2022-06-19	23.15 V40	Ede	
werp 3-kamp			
2013-10-05	1492 V	Heerenveen	

Ids Geertsma

80			
2024-10-05	11.7 M U14	Heerenveen	
100			
2025-03-30	13.60w M U16	Steenwijk	
300			
2024-10-05	48.8 M U14	Heerenveen	
800			
2025-06-14	2:33.30 M U16	Emmen	
1000			
2025-06-01	3:25.57 M U16	Heerenveen	
1500			
2025-05-10	5:39.51 M U16	Zwolle	
100h 83,8			
2025-06-01	19.24 M U16	Heerenveen	
hoog			
2025-06-14	1.50 M U16	Emmen	
ver			
2024-10-05	4.20 M U14	Heerenveen	
2025-05-31	4.73 M U16	Heerenveen	
discus 1			
2025-06-01	13.49 M U16	Heerenveen	

kogel 3			
2024-10-05	4.94 M U14	Heerenveen	
kogel 4			
2025-06-01	5.86 M U16	Heerenveen	
speer 400			
2024-10-05	17.04 M U14	Heerenveen	
speer 600			
2025-05-31	19.81 M U16	Heerenveen	
8-kamp			
2025-06-01	3402 M U16	Heerenveen	

Quinten Geleynse

100			
2022-07-02	13.16 M U18	Best	
2023-06-17	12.56w M U18	Assendelft	
2025-05-07	12.56w M U20	Kampen	
200			
2023-09-30	26.0 M U18	Heerenveen	
2025-06-29	25.58 M U20	Hilversum	
400			
2022-07-02	1:02.59 M U18	Best	
2023-06-17	58.71 M U18	Assendelft	
800			
2023-04-23	2:24.54 M U18	Drachten	
1500			
2022-07-03	5:23.66 M U18	Best	
2023-05-28	5:02.91 M U18	Harderwijk	
110h 91,4			
2025-06-06	17.58 M U20	Kampen	
hoog			
2022-07-02	1.55 M U18	Best	
2023-06-17	1.71 M U18	Assendelft	
polshoog			
2022-09-04	2.72 M U18	Groningen	
2023-06-18	3.20 M U18	Assendelft	
2024-05-15	3.30 M U20	Kampen	
ver			
2022-07-02	5.37 M U18	Best	
2023-05-20	5.76w M U18	Heerenveen	
2025-03-28	5.70 M U20	Den Haag	
kogel 6			
2024-04-28	11.82 M U20	Hoogeveen	
speer 800			
2024-04-28	36.13 M U20	Hoogeveen	

Ferren Grafhorst

40			
2024-10-05	8.1 M U8	Heerenveen	
2025-06-14	7.84 M U9	Leeuwarden	
600			
2024-10-05	2:37.5 M U8	Heerenveen	
40h			
2025-04-01	8.1 M U9	Heerenveen	
hoog			
2024-09-21	0.75 M U8	Heerenveen	
2025-05-24	0.90 M U9	Steenwijk	
hurkhoog			
2024-10-05	0.70 M U8	Heerenveen	
ver			
2024-10-05	2.74 M U8	Heerenveen	
2025-06-14	3.03 M U9	Leeuwarden	
balstoten			
2024-09-21	3.60 M U8	Heerenveen	
2025-05-24	5.10 M U9	Steenwijk	
slingeren			
2024-10-05	8.50 M U8	Heerenveen	
vortex			
2024-10-05	14.00 M U8	Heerenveen	
2025-05-24	10.50 M U9	Steenwijk	

Thijmen Groenendal

80			
2022-04-09	12.22w M U14	Emmeloord	
2023-04-16	11.85w M U14	Almere	
2024-04-25	11.83 M U16	Hoogeveen	
100			
2024-10-05	14.1 M U16	Heerenveen	
150			
2022-10-01	24.0 M U14	Heerenveen	
2023-09-30	21.0 M U14	Heerenveen	
300			
2024-10-05	44.9 M U16	Heerenveen	
600			
2020-09-26	2:00.0 M U12	Heerenveen	
2021-10-02	1:53.87 M U12	Heerenveen	
2022-10-01	1:50.0 M U14	Heerenveen	
2023-09-30	1:43.0 M U14	Heerenveen	
800			
2024-07-13	2:19.94 M U16	Groningen	
2025-06-14	2:21.84 M U16	Emmen	
1000			
2021-09-04	3:30.51 M U12	Hoogeveen	
2022-04-09	3:12.83 M U14	Emmeloord	
2023-09-16	3:11.30 M U14	Spijkenisse	
2024-03-30	3:15.68 M U16	Steenwijk	
1500			
2024-05-18	5:06.28 M U16	Sneek	
hoog			
2020-06-30	0.95 M U12	Heerenveen	
2021-05-06	1.10 M U12	Heerenveen	
hss			
2024-05-25	9.56 M U16	Heerenveen	
ver			
2020-09-26	3.46 M U12	Heerenveen	
2021-06-05	3.75 M U12	Heerenveen	
2022-06-11	3.90 M U14	Heerenveen	
2023-06-17	4.27 M U14	Heerenveen	
2024-05-25	4.44 M U16	Heerenveen	
2025-04-05	4.18w M U16	Sneek	
kogel 4			
2024-10-05	6.95 M U16	Heerenveen	
2025-06-14	6.94 M U16	Emmen	
speer 600			
2024-10-05	18.69 M U16	Heerenveen	
vortex			
2024-06-07	31.96 M U16	Arnhem	
sprint 2-kamp			
2022-10-01	683 M U14	Heerenveen	
Eline de Haan			
100			
2020-09-26	15.6 V U23	Heerenveen	
2022-04-02	15.16w V	Steenwijk	
300			
2022-04-02	51.4 V	Steenwijk	
800			
2020-09-26	3:06.0 V U23	Heerenveen	
Hilbert de Haan			
60			
2017-05-25	8.05w M	Hengelo	
100			
2014-10-04	12.0 M	Heerenveen	
2017-05-26	12.78 M	Hengelo	
200			
2016-10-01	25.8 M	Heerenveen	
2017-05-27	25.86 M	Hengelo	
400			
2014-06-29	55.36 M	Enschede	
2017-05-25	55.64 M	Hengelo	
2018-05-27	53.44 M	Drachten	

800			
2013-06-16	2:00.20	M	Harderwijk
2014-09-21	1:59.05	M	Hoogeveen
2016-10-01	2:12.6	M	Heerenveen
2017-05-26	2:06.77	M	Hengelo
2018-10-06	2:07.69	M	Heerenveen

1000			
2014-06-20	2:40.15	M	Utrecht
2017-05-27	2:50.25	M	Hengelo

1500			
2011-09-18	4:32.33	M U23	Weert
2013-06-02	4:11.32	M	Drachten
2017-05-25	4:26.90	M	Hengelo
2018-07-20	4:32.23	M	Heiloo

mijl			
2014-07-18	4:43.5	M	Steenwijk
2017-07-07	4:58.99	M	Steenwijk
2021-07-09	4:50.57	M	Steenwijk

3000			
2017-08-11	9:57.99	M	Utrecht
2018-10-06	10:20.92	M	Heerenveen

5000			
2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk
2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk
2017-06-18	18:39.39	M	Harderwijk
2020-09-04	17:11.21	M	Leeuwarden

10000			
2017-05-28	40:22.06	M	Hengelo

400h 91,4			
2018-09-09	1:11.59	M	Grootebroek

hoog			
2014-10-04	1.70	M	Heerenveen
2016-10-01	1.60	M	Heerenveen
2018-05-27	1.65	M	Drachten

ver			
2016-10-01	4.80	M	Heerenveen

speer 800			
2014-10-04	34.70	M	Heerenveen

Sander de Haan

100			
2021-10-09	12.74	M U16	Best
2022-04-09	12.55w	M U16	Emmeloord
2023-09-30	11.7	M U18	Heerenveen
2024-05-25	11.99	M U18	Heerenveen

150			
2021-07-03	19.53	M U16	Assen
2022-05-14	18.93	M U16	Emmen

200			
2023-09-30	24.4	M U18	Heerenveen
2024-07-13	25.26	M U18	Groningen

400			
2023-05-06	1:00.94	M U18	Heerenveen

800			
2021-03-20	2:54.2	M U16	Heerenveen

1000			
2021-10-10	3:32.75	M U16	Best

1500			
2023-05-07	5:47.76	M U18	Heerenveen

110h 91,4			
2023-05-07	18.61	M U18	Heerenveen

hoog			
2021-10-09	1.46	M U16	Best
2023-09-30	1.62	M U18	Heerenveen
2024-04-14	1.55	M U18	Drachten

polshoog			
2021-09-15	2.80	M U16	Dronten
2022-09-04	3.12	M U16	Groningen
2023-06-24	3.25	M U18	Bergen op Zoom
2024-05-25	3.30	M U18	Heerenveen

ver			
2021-06-27	5.11	V U16	Hoofddorp
2021-08-29	5.23	M U16	Amsterdam

2023-04-16	5.39	M U18	Almere
2024-07-05	5.49	M U18	Leeuwarden
2025-06-01	5.73	M U20	Almelo

discus 1½			
2023-05-07	24.62	M U18	Heerenveen

kogel 5			
2023-06-11	9.42	M U18	Assen

speer 700			
2023-05-07	31.64	M U18	Heerenveen

sprint 2-kamp			
2023-09-30	1181	M U18	Heerenveen

10-kamp			
2023-05-07	4099	M U18	Heerenveen

Aron Hagg

600			
2023-09-30	2:38.0	M U12	Heerenveen

80h 76,2			
2024-06-22	18.76	M U14	Heerenveen

hoog			
2023-09-30	1.00	M U12	Heerenveen
2024-04-06	1.15	M U14	Emmeloord

ver			
2022-04-07	2.55	M U12	Heerenveen
2024-06-22	4.06	M U14	Heerenveen

Leanne Haitsma

60			
2024-10-05	10.9	V U12	Heerenveen

600			
2023-09-30	2:39.0	V U10	Heerenveen
2024-10-05	2:32.2	V U12	Heerenveen

duur 6'			
2024-04-20	1225	V U12	Leeuwarden
2025-04-12	1225	V U12	Leeuwarden

60h			
2024-06-29	13.9	V U12	Sneek
2025-06-21	12.3	V U12	Heerenveen

hoog			
2022-05-21	0.75	V U9	Steenwijk
2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
2024-06-29	1.06	V U12	Sneek
2025-06-21	1.00	V U12	Heerenveen

polsver			
2024-06-29	3.45	V U12	Sneek
2025-04-12	3.45	V U12	Leeuwarden

ver			
2022-05-21	2.30	V U9	Steenwijk
2023-05-20	2.85	V U10	Sneek
2024-10-05	2.89	V U12	Heerenveen

balstoten			
2022-09-10	3.50	V U9	Heerenveen
2023-05-20	4.20	V U10	Sneek

kogel 2			
2024-06-29	4.70	V U12	Sneek
2025-06-21	4.60	V U12	Heerenveen

slingeren			
2022-06-25	9.50	V U9	Drachten
2023-06-24	10.00	V U10	Drachten
2024-09-21	14.50	V U12	Heerenveen

vortex			
2022-09-10	8.50	V U9	Heerenveen
2023-09-16	12.50	V U10	Heerenveen
2024-09-21	13.00	V U12	Heerenveen
2025-06-21	14.00	V U12	Heerenveen

Floris van Hardeveld

100			
2024-06-14	11.75w	M U18	Utrecht
2025-06-20	11.22	M U18	Groningen

200			
2024-06-16	23.94	M U18	Utrecht
2025-06-29	22.55	M U18	Hilversum

400			
2024-07-05	57.55	M U18	Leeuwarden

ver			
2024-07-05	5.48	M U18	Leeuwarden

Sarah Hartsema

60			
2024-10-05	10.1	V U12	Heerenveen

600			
2022-10-01	2:47.0	V U9	Heerenveen
2023-09-30	2:37.0	V U10	Heerenveen
2024-10-05	2:21.2	V U12	Heerenveen

duur 6'			
2024-04-20	1275	V U12	Leeuwarden
2025-04-12	1325	V U12	Leeuwarden

60h			
2024-06-29	12.5	V U12	Sneek
2025-06-21	11.7	V U12	Heerenveen

hoog			
2022-09-10	0.80	V U9	Heerenveen
2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
2024-06-29	1.00	V U12	Sneek
2025-06-21	1.10	V U12	Heerenveen

polsver			
2024-06-29	3.55	V U12	Sneek
2025-04-12	3.95	V U12	Leeuwarden

ver			
2022-04-07	3.00	V U9	Heerenveen
2023-05-20	3.00	V U10	Sneek
2024-10-05	2.97	V U12	Heerenveen
2025-04-01	2.90	V U12	Heerenveen

balstoten			
2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen
2023-09-16	4.60	V U10	Heerenveen

kogel 2			
2024-06-29	4.90	V U12	Sneek
2025-06-21	6.00	V U12	Heerenveen

slingeren			
2022-06-25	9.50	V U9	Drachten
2023-06-24	11.00	V U10	Drachten
2024-10-05	14.50	V U12	Heerenveen

vortex			
2022-09-10	11.00	V U9	Heerenveen
2023-05-20	15.00	V U10	Sneek
2024-06-29	19.00	V U12	Sneek
2025-06-21	19.00	V U12	Heerenveen

Thijs Hartsema

60			
2022-09-10	10.9	M U12	Heerenveen
2023-05-20	10.7	M U12	Sneek

80			
2024-10-05	14.6	M U14	Heerenveen

300			
2024-10-05	1:11.0	M U14	Heerenveen

600			
2022-10-01	2:52.0	M U12	Heerenveen

hoog			
2022-10-01	1.00	M U12	Heerenveen
2023-09-30	1.05	M U12	Heerenveen
2024-05-18	1.00	M U14	Sneek

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

discus 1			
2024-06-22	12.08	M U14	Heerenveen

kogel 3			
2024-10-05	5.81	M U14	Heerenveen

2025-04-05	5.55	M U14	Sneek
speer 400			
2024-10-05	14.40	M U14	Heerenveen
2025-04-05	12.18	M U14	Sneek
Sanne Heerschop			
60			
2024-10-05	10.2	V U12	Heerenveen
600			
2024-10-05	2:38.0	V U12	Heerenveen
60h			
2025-06-21	10.8	V U12	Heerenveen
hoog			
2024-10-05	0.95	V U12	Heerenveen
2025-06-21	1.05	V U12	Heerenveen
polsver			
2025-06-21	4.20	V U12	Heerenveen
ver			
2024-10-05	2.94	V U12	Heerenveen
2025-04-01	2.95	V U12	Heerenveen
kogel 2			
2025-06-21	7.00	V U12	Heerenveen
slingeren			
2024-10-05	8.00	V U12	Heerenveen
vortex			
2024-10-05	12.50	V U12	Heerenveen
2025-06-21	18.50	V U12	Heerenveen
Sofie Heerschop			
60			
2024-10-05	10.3	V U14	Heerenveen
300			
2024-10-05	1:11.8	V U14	Heerenveen
ver			
2024-10-05	2.82	V U14	Heerenveen
kogel 2			
2024-10-05	6.06	V U14	Heerenveen
speer 400			
2024-10-05	8.39	V U14	Heerenveen
Isa van Heeswijk			
60			
2023-05-20	10.5	V U12	Sneek
600			
2021-10-02	3:02.32	V U9	Heerenveen
duur 6'			
2023-05-20	1200	V U12	Sneek
60h			
2023-04-22	12.5	V U12	Leeuwarden
hoog			
2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen
2023-04-22	0.95	V U12	Leeuwarden
polsver			
2023-04-22	2.40	V U12	Leeuwarden
ver			
2021-10-02	2.42	V U9	Heerenveen
2022-05-21	2.65	V U10	Steenwijk
2023-05-20	2.30	V U12	Sneek
balstoten			
2022-05-21	4.80	V U10	Steenwijk
kogel 2			
2023-04-22	5.50	V U12	Leeuwarden
slingeren			
2022-04-23	12.50	V U10	Leeuwarden
2023-05-20	12.00	V U12	Sneek
vortex			
2021-10-02	9.66	V U9	Heerenveen
2022-05-21	10.50	V U10	Steenwijk
2023-04-06	16.00	V U12	Heerenveen

Jan vd Heide			
100			
2011-10-01	15.4	M60	Heerenveen
2012-10-06	15.6	M60	Heerenveen
2020-09-26	17.1	M65	Heerenveen
2022-10-01	16.6	M70	Heerenveen
200			
2017-10-07	34.4	M65	Heerenveen
2018-10-06	37.44	M65	Heerenveen
2022-06-19	35.14	M70	Ede
400			
2018-05-13	1:36.64	M65	Emmen
800			
2011-10-01	2:42.8	M60	Heerenveen
2012-10-06	2:50.5	M60	Heerenveen
2017-10-07	3:09.0	M65	Heerenveen
2018-10-06	3:19.17	M65	Heerenveen
1500			
2018-05-13	6:43.86	M65	Emmen
3000			
2013-10-05	12:14.3	M60	Heerenveen
hoog			
2018-10-06	1.00	M65	Heerenveen
ver			
2011-10-01	3.57	M60	Heerenveen
2012-10-06	3.19	M60	Heerenveen
2017-10-07	3.32	M65	Heerenveen
2018-10-06	2.94	M65	Heerenveen
2020-09-26	3.27	M65	Heerenveen
discus 1			
2017-10-07	20.10	M65	Heerenveen
2018-10-06	20.20	M65	Heerenveen
2020-09-26	22.50	M65	Heerenveen
kogel 4			
2022-10-01	6.74	M70	Heerenveen
kogelsl. 4			
2022-06-19	16.77	M70	Ede
speer 500			
2022-10-01	23.32	M70	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2022-10-01	682	M70	Heerenveen
Steijn Hendriksen			
60			
2023-09-30	10.0	M U12	Heerenveen
2024-10-05	9.4	M U12	Heerenveen
600			
2023-09-30	2:10.1	M U12	Heerenveen
2024-10-05	2:05.8	M U12	Heerenveen
1000			
2022-09-03	3:55.45	M U10	Groningen
60h			
2023-04-22	12.2	M U12	Leeuwarden
hoog			
2022-09-10	0.95	M U10	Heerenveen
2023-09-30	1.15	M U12	Heerenveen
2024-10-05	1.25	M U12	Heerenveen
ver			
2022-09-10	2.30	M U10	Heerenveen
2024-10-05	3.45	M U12	Heerenveen
Nora Hoefman			
60			
2024-09-21	10.2	V U12	Heerenveen
2025-06-14	10.26	V U12	Leeuwarden
1000			
2025-06-14	4:08.37	V U12	Leeuwarden
duur 6'			
2025-05-24	1275	V U12	Steenwijk
60h			
2024-09-21	11.9	V U12	Heerenveen

2025-05-24	11.4	V U12	Steenwijk
hoog			
2025-06-21	1.05	V U12	Heerenveen
polsver			
2025-06-21	3.45	V U12	Heerenveen
ver			
2024-09-21	3.00	V U12	Heerenveen
2025-06-14	3.66	V U12	Leeuwarden
kogel 2			
2025-06-21	6.20	V U12	Heerenveen
slingeren			
2024-09-21	11.50	V U12	Heerenveen
2025-05-24	12.50	V U12	Steenwijk
vortex			
2024-09-21	11.50	V U12	Heerenveen
2025-06-21	18.00	V U12	Heerenveen
Ilona Hoeksma			
5000			
2020-09-26	21:08.0	V	Heerenveen
Lia Hoekstra			
60			
2024-04-06	9.79	V U14	Emmeloord
80			
2024-04-25	12.73	V U14	Hoogeveen
2025-06-06	12.50	V U16	Arnhem
150			
2025-05-31	23.74	V U16	Heerenveen
300			
2024-10-05	53.7	V U14	Heerenveen
600			
2022-10-01	2:30.0	V U12	Heerenveen
2023-05-07	2:10.65	V U14	Heerenveen
2024-05-18	2:06.31	V U14	Sneek
2025-06-01	2:12.12	V U16	Heerenveen
800			
2025-06-14	3:08.91	V U16	Emmen
1000			
2024-04-06	4:05.96	V U14	Emmeloord
1500			
2025-05-10	6:28.04	V U16	Zwolle
60h 76,2			
2023-05-06	12.96w	V U14	Heerenveen
2024-06-22	12.19	V U14	Heerenveen
80h 76,2			
2025-05-31	17.46	V U16	Heerenveen
hoog			
2022-10-01	0.90	V U12	Heerenveen
2023-05-06	1.00	V U14	Heerenveen
2025-05-31	1.15	V U16	Heerenveen
ver			
2022-04-07	2.30	V U12	Heerenveen
2023-05-07	3.24	V U14	Heerenveen
2024-10-05	3.51	V U14	Heerenveen
2025-06-06	3.75	V U16	Arnhem
discus ¾			
2024-06-22	15.09	V U14	Heerenveen
kogel 2			
2022-10-01	5.67	V U12	Heerenveen
2023-05-07	6.88	V U14	Heerenveen
2024-10-05	6.71	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2025-06-01	6.23	V U16	Heerenveen
speer 400			
2023-05-06	9.52	V U14	Heerenveen
2024-10-05	18.19	V U14	Heerenveen
speer 500			
2025-06-14	20.21	V U16	Emmen

vortex			
2024-06-07	20.12	V U14	Arnhem
7-kamp			
2025-06-01	2149	V U16	Heerenveen
Lars van Hoeven			
100			
2012-09-28	13.27	M U14	Papenburg (Dui)
2013-09-21	12.23	M U16	Leeuwarden
2014-06-20	11.71	M U16	Utrecht
2015-04-19	11.81	M U18	Drachten
2016-04-09	11.67	M U18	Heerenveen
2017-04-01	11.56	M U20	Steenwijk
150			
2011-07-15	20.4	M U14	Steenwijk
2012-06-08	20.27	M U14	Hoogeveen
2013-07-19	18.1	M U16	Steenwijk
2014-08-08	17.57	M U16	Utrecht
2015-07-10	17.01	M U18	Steenwijk
2016-05-07	17.60	M U18	Lisse
200			
2013-05-11	25.98	M U16	Heerenveen
2014-06-20	23.11	M U16	Utrecht
2015-05-16	23.12	M U18	Hoorn
2016-07-09	22.99	M U18	Emmeloord
2017-05-28	22.66	M U20	Drachten
2018-07-06	23.08	M U20	Wageningen
300			
2011-07-15	45.3	M U14	Steenwijk
2012-06-08	45.20	M U14	Hoogeveen
2013-07-19	39.0	M U16	Steenwijk
2014-08-30	36.28	M U16	Amsterdam
2015-07-10	36.07	M U18	Steenwijk
2016-05-07	35.88	M U18	Lisse
2017-04-01	36.28	M U20	Steenwijk
400			
2013-09-07	54.41	M U16	Zwolle
2014-07-06	49.85	M U16	Amsterdam
2015-06-28	49.98	M U18	Breda
2016-05-28	50.06	M U18	Oordegem (Bel)
2017-05-28	49.39	M U20	Drachten
2018-07-28	48.30	M U20	Ninove (Bel)
2021-07-21	48.21	M U23	Ertvelde (Bel)
600			
2017-04-08	1:22.20	M U20	Heerenveen
2018-05-13	1:18.72	M U20	Pliezhausen (Dui)
800			
2012-08-17	2:17.67	M U14	Rotterdam
2013-07-05	2:05.30	M U16	Utrecht
2014-06-07	1:59.58	M U16	Groningen
2015-04-19	2:00.01	M U18	Drachten
2016-07-30	1:56.03	M U18	Leuven (Bel)
2017-06-17	1:53.62	M U20	Leiden
2018-06-08	1:50.18	M U20	Nijmegen
2020-09-06	1:51.16	M U23	Heusden (Bel)
2021-07-03	1:49.39	M U23	Heusden (Bel)
2024-07-07	1:49.95	M	Hengelo
1000			
2011-07-31	3:10.03	M U14	Amsterdam
2012-05-18	2:59.42	M U14	Emmeloord
2013-05-18	2:55.88	M U16	Stadskanaal
2017-05-13	2:31.78	M U20	Lisse
2020-09-12	2:26.97	M U23	Tilburg
1500			
2018-08-03	3:55.47	M U20	Utrecht
hoog			
2011-05-22	1.30	M U14	Emmeloord
2012-05-18	1.40	M U14	Emmeloord
2016-10-01	1.55	M U18	Heerenveen
2017-10-07	1.50	M U20	Heerenveen
ver			
2011-07-02	4.61	M U14	Leeuwarden
2012-09-09	5.04	M U14	Emmen
2013-09-21	5.74	M U16	Leeuwarden
2016-10-01	5.45	M U18	Heerenveen
2017-10-07	5.55	M U20	Heerenveen

Marrit Hofstra			
100			
2021-10-02	14.82	V U18	Heerenveen
2022-05-21	14.78	V U20	Heerenveen
200			
2021-10-02	31.59w	V U18	Heerenveen
ver			
2022-10-01	4.36	V U20	Heerenveen
speer 500			
2021-04-11	22.15	V U18	Heerenveen
Jeroen vd Hoogen			
100			
2023-05-20	12.28	M	Heerenveen
ver			
2011-04-02	5.77	M U16	Steenwijk
2023-09-30	5.64	M	Heerenveen
Thomas van Hoorn Martowirono			
40h			
2025-04-01	8.2	M U10	Heerenveen
ver			
2025-04-01	2.00	M U10	Heerenveen
vortex			
2025-04-01	10.00	M U10	Heerenveen
Hademar Hoornveld			
ver			
2018-10-06	3.01	M U14	Heerenveen
Britt Huisman			
100			
2023-06-09	13.15	V U16	Ede
2024-10-05	12.7	V U18	Heerenveen
2025-06-22	12.91	V U18	Drachten
150			
2021-10-02	20.75	V U14	Heerenveen
2023-04-16	19.84	V U16	Almere
200			
2023-09-30	26.3	V U16	Heerenveen
2024-05-15	26.22w	V U18	Kampen
2025-07-06	26.06	V U18	Amersfoort
300			
2021-07-09	46.87	V U14	Steenwijk
2022-08-28	42.66	V U16	Amsterdam
2023-09-03	41.84	V U16	Amsterdam
2024-05-11	40.87	V U18	Lisse
2025-07-11	40.43	V U18	Apeldoorn
400			
2023-06-25	56.90	V U16	Bergen op Zoom
2024-06-28	56.97	V U18	Hengelo
2025-06-29	55.84	V U18	Hilversum
600			
2016-10-01	2:26.8	V U9	Heerenveen
2021-10-10	1:54.16	V U14	Best
2023-05-20	1:45.02	V U16	Heerenveen
800			
2023-09-16	2:28.56	V U16	Apeldoorn
2024-04-14	2:28.44	V U18	Drachten
1000			
2018-10-06	4:09.11	V U12	Heerenveen
2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen
hoog			
2016-09-17	0.95	V U9	Heerenveen
2017-09-16	1.00	V U10	Heerenveen
2018-07-14	1.15	V U12	Heerenveen
2019-06-29	1.30	V U12	Leeuwarden
2020-09-26	1.35	V U14	Heerenveen
2021-10-09	1.51	V U14	Best
2022-07-09	1.55	V U16	Hoorn
2023-04-16	1.45	V U16	Almere

ver			
2016-06-18	3.23	V U9	Heerenveen
2017-09-16	3.20	V U10	Heerenveen
2018-10-06	3.75	V U12	Heerenveen
2019-10-05	3.88	V U12	Heerenveen
2020-09-26	3.91	V U14	Heerenveen
2021-10-02	4.72	V U14	Heerenveen
2022-05-14	4.78	V U16	Heerenveen
2023-06-09	4.78	V U16	Ede
2024-10-05	4.74	V U18	Heerenveen
kogel 3			
2024-10-05	8.45	V U18	Heerenveen
speer 500			
2024-10-05	20.48	V U18	Heerenveen
Ilse Huisman			
60			
2021-04-06	10.2	V U12	Heerenveen
2022-05-21	9.6	V U12	Steenwijk
2023-09-30	9.4	V U14	Heerenveen
2024-10-05	8.6	V U14	Heerenveen
80			
2024-06-07	11.63	V U14	Arnhem
2025-06-14	11.01w	V U16	Emmen
150			
2024-09-01	21.72w	V U14	Amsterdam
2025-05-31	21.36	V U16	Heerenveen
200			
2025-07-04	28.88	V U16	Leeuwarden
300			
2024-10-05	48.6	V U14	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:31.9	V U9	Heerenveen
2020-09-26	2:29.0	V U10	Heerenveen
2022-10-01	2:24.0	V U12	Heerenveen
2023-05-07	2:09.21	V U14	Heerenveen
2025-06-01	1:59.24	V U16	Heerenveen
60h 76,2			
2023-05-06	13.09w	V U14	Heerenveen
80h 76,2			
2025-05-31	14.83	V U16	Heerenveen
hoog			
2019-05-25	0.95	V U9	Steenwijk
2022-06-25	1.25	V U12	Drachten
2023-05-06	1.25	V U14	Heerenveen
2024-05-25	1.30	V U14	Heerenveen
2025-03-30	1.40	V U16	Steenwijk
ver			
2019-10-05	3.12	V U9	Heerenveen
2020-09-26	3.03	V U10	Heerenveen
2021-04-06	3.45	V U12	Heerenveen
2022-09-10	3.45	V U12	Heerenveen
2023-09-30	3.78	V U14	Heerenveen
2024-06-22	4.41	V U14	Heerenveen
2025-06-14	4.63	V U16	Emmen
discus 1			
2025-05-10	14.80	V U16	Zwolle
kogel 2			
2024-10-05	8.18	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2025-05-10	7.11	V U16	Zwolle
speer 400			
2023-05-06	10.55	V U14	Heerenveen
2024-10-05	13.44	V U14	Heerenveen
speer 500			
2025-05-31	15.19	V U16	Heerenveen
vortex			
2024-06-07	20.80	V U14	Arnhem
6-kamp			
2023-05-07	1761	V U14	Heerenveen
7-kamp			
2025-06-01	2993	V U16	Heerenveen

Julian Huisman

60				
2022-05-21	11.0	M U10	Steenwijk	
2023-05-20	10.6	M U12	Sneek	
2024-10-05	10.3	M U12	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:19.7	M U12	Heerenveen	
60h				
2023-05-20	12.6	M U12	Sneek	
hoog				
2022-06-25	0.90	M U10	Drachten	
2023-06-24	1.00	M U12	Drachten	
2024-10-05	1.05	M U12	Heerenveen	
ver				
2022-05-21	2.80	M U10	Steenwijk	
2023-05-20	3.15	M U12	Sneek	
2024-10-05	3.11	M U12	Heerenveen	
kogel 2				
2023-06-24	4.70	M U12	Drachten	
2024-04-20	4.90	M U12	Leeuwarden	
vortex				
2022-06-25	15.50	M U10	Drachten	

Meike Huistra

100				
2021-07-04	13.90	V U14	Dongen	
2022-06-10	13.56	V U16	Ede	
2023-06-23	12.93	V U16	Bergen op Zoom	
2024-06-14	12.91	V U18	Utrecht	
150				
2020-09-19	22.17	V U14	Grootebroek	
2021-10-02	20.57	V U14	Heerenveen	
2022-09-10	20.10	V U16	Zoetermeer	
2023-09-09	19.52	V U16	Zoetermeer	
200				
2024-07-06	25.91	V U18	Best	
2025-05-31	25.38	V U18	Heerenveen	
400				
2024-10-05	1:02.1	V U18	Heerenveen	
800				
2024-07-07	2:28.07	V U18	Best	
2025-06-01	2:25.94	V U18	Heerenveen	
100h 76,2				
2023-06-11	15.61	V U16	Assen	
2024-05-20	14.36	V U18	Tilburg	
hoog				
2016-09-17	1.10	V U9	Heerenveen	
2017-09-09	1.20	V U10	Sneek	
2018-09-01	1.30	V U12	Deventer	
2019-07-06	1.30	V U12	Emmeloord	
2020-09-26	1.50	V U14	Heerenveen	
2021-10-09	1.61	V U14	Best	
2021-06-27	1.55	V U16	Hoofddorp	
2022-09-17	1.65	V U16	Rotterdam	
2023-09-09	1.65	V U16	Zoetermeer	
2024-06-01	1.58	V U18	Emmeloord	
2025-05-25	1.70	V U18	Assen	
ver				
2015-10-03	3.07	V U8	Heerenveen	
2016-10-01	3.50	V U9	Heerenveen	
2017-10-07	3.64	V U10	Heerenveen	
2018-06-17	4.04	V U12	Soest	
2019-10-05	4.12	V U12	Heerenveen	
2020-09-26	4.79	V U14	Heerenveen	
2021-08-28	4.97	V U14	Papendrecht	
2022-09-17	5.25	V U16	Rotterdam	
2023-09-02	5.52	V U16	Amsterdam	
2024-06-15	5.68w	V U18	Utrecht	
2025-06-28	6.03w	V U18	Hilversum	
100h 76,2				
2025-05-31	14.18	V U18	Heerenveen	
discus 1				
2022-06-24	25.59	V U16	Steenwijk	
kogel 3				
2022-05-14	11.54	V U16	Emmen	

2023-09-09	12.44	V U16	Zoetermeer	
2024-04-28	12.38	V U18	Hoogeveen	
2025-05-31	13.18	V U18	Heerenveen	
speer 500				
2022-07-09	31.86	V U16	Hoor	
2023-09-10	35.49	V U16	Zoetermeer	
2024-07-07	36.33	V U18	Best	
2025-07-06	38.50	V U18	Assen	
7-kamp				
2024-07-07	5062	V U18	Best	
2025-06-01	5522	V U18	Heerenveen	

Oukubay Huruy

800				
2020-07-25	2:15.40	M	Heerenveen	
3000				
2017-05-20	10:13.19	M	Heerenveen	
5000				
2020-09-04	16:04.94	M	Leeuwarden	

Mark Jansen

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

Ronnie Jeeninga

100				
2019-05-12	14.74	M40	Apeldoorn	
800				
2012-06-10	2:13.78	M35	Terneuzen	
2013-05-15	2:15.10	M35	Groningen	
2019-10-05	2:25.6	M40	Heerenveen	
2021-10-02	3:02.57	M45	Heerenveen	
2022-10-01	2:41.5	M45	Heerenveen	
1500				
2013-06-08	4:31.42	M35	Epe	
2019-04-07	5:08.34	M40	Amersfoort	
hoog				
2019-04-07	1.25	M40	Amersfoort	

Tim Jeeninga

150				
2020-07-02	27.0	M U14	Heerenveen	
800				
2021-10-02	3:07.93	M U14	Heerenveen	
2022-10-01	2:40.7	M U16	Heerenveen	
2023-04-22	2:37.80	M U16	Groningen	
1000				
2018-07-14	4:13.52	M U12	Heerenveen	
2019-10-05	3:54.7	M U12	Heerenveen	
hoog				
2018-04-21	1.05	M U12	Drachten	
2019-06-29	1.05	M U12	Leeuwarden	
2020-09-26	1.30	M U14	Heerenveen	
2022-05-21	1.20	M U16	Heerenveen	
2023-04-22	1.30	M U16	Groningen	

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

speer 600				
2023-05-13	22.30	M U16	Hoogeveen	

Wietze Jonker

5000				
2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	
25000				
2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	

Levi Kaptein

40				
2025-06-21	9.2	M U10	Heerenveen	

40h				
2025-06-21	10.0	M U10	Heerenveen	
hurkhoog				
2025-06-21	0.70	M U10	Heerenveen	
slingeren				
2025-06-21	10.50	M U10	Heerenveen	
vortex				
2025-06-21	10.50	M U10	Heerenveen	

Roelof Kedde

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

Norah Keijzer

100				
2022-06-10	14.06w	V U16	Ede	
2023-06-09	14.42	V U18	Ede	
2024-10-05	13.5	V U18	Heerenveen	
150				
2020-07-04	22.6	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	21.72	V U16	Heerenveen	
2022-04-30	21.75	V U16	Heerenveen	

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

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

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

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

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

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

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

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

ver				
2014-08-30	2.52	V U8	Assen	
2015-10-03	2.83	V U9	Heerenveen	
2016-10-01	3.02	V U10	Heerenveen	
2017-10-07	3.22	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	3.76	V U12	Heerenveen	
2019-06-22	3.58	V U14	Stadskanaal	
2020-07-25	3.91	V U14	Heerenveen	
2021-07-03	4.13	V U16	Assen	
2022-06-10	4.11	V U16	Ede	
2024-10-05	4.30	V U18	Heerenveen	

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

kogel 3			
2021-08-28	9.05	V U16	Amsterdam
2022-06-10	9.85	V U16	Ede
2023-06-09	8.96	V U18	Ede
2024-10-05	9.49	V U18	Heerenveen
speer 500			
2021-06-19	20.53	V U16	Leeuwarden
2022-07-09	26.60	V U16	Hoorn
2023-05-28	27.10	V U18	Harderwijk
2024-10-05	24.19	V U18	Heerenveen
Joost Kemme			
vortex			
2024-06-29	15.00	M U12	Sneek
Melle van Kerkvoorde			
60h			
2025-04-01	13.7	M U12	Heerenveen
ver			
2025-04-01	2.95	M U12	Heerenveen
vortex			
2025-04-01	12.50	M U12	Heerenveen
Liz Kleiterp			
40h			
2025-04-01	9.0	V U9	Heerenveen
ver			
2025-04-01	2.55	V U9	Heerenveen
vortex			
2025-04-01	8.00	V U9	Heerenveen
Wieger Klijnstra			
100			
2016-04-09	16.24w	M65	Heerenveen
2017-06-17	16.59	M65	Emmeloord
2018-05-13	16.42	M65	Emmen
2019-04-07	16.75	M70	Amersfoort
2020-07-25	17.53	M70	Heerenveen
2022-04-24	17.61	M70	Emmen
2024-05-25	17.97	M75	Heerenveen
150			
2017-07-07	25.39w	M65	Steenwijk
2018-07-13	25.59	M65	Steenwijk
2019-07-05	25.36w	M70	Steenwijk
2022-06-24	26.86	M70	Steenwijk
200			
2015-10-03	35.0	M65	Heerenveen
2017-10-07	35.9	M65	Heerenveen
2018-06-10	35.51	M65	Apeldoorn
2019-07-13	35.56	M70	Rotterdam
2020-07-25	37.41w	M70	Heerenveen
2024-05-25	39.80	M75	Heerenveen
300			
2018-07-13	1:02.13	M65	Steenwijk
2019-07-05	1:05.55	M70	Steenwijk
2022-06-24	1:09.13	M70	Steenwijk
2024-03-30	1:08.93	M75	Steenwijk
800			
2015-10-03	4:10.6	M65	Heerenveen
2018-10-06	4:17.13	M70	Heerenveen
2019-10-05	4:20.8	M70	Heerenveen
hoog			
2015-10-03	1.00	M65	Heerenveen
2017-09-23	0.95	M65	Steenwijk
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen
ver			
2015-10-03	2.21	M65	Heerenveen
2017-10-07	2.04	M65	Heerenveen
2018-10-06	1.94	M70	Heerenveen
2019-10-05	1.85	M70	Heerenveen
discus 1			
2017-09-23	17.33	M65	Steenwijk
2018-10-06	15.65	M70	Heerenveen
2019-10-05	18.19	M70	Heerenveen

2020-09-26	16.41	M70	Heerenveen
2021-08-27	16.71	M70	Heerenveen
kogel 4			
2018-10-06	5.70	M70	Heerenveen
2019-10-05	6.16	M70	Heerenveen
2020-09-26	6.17	M70	Heerenveen
2021-08-27	5.37	M70	Heerenveen
speer 500			
2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen
2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen
2020-08-28	10.85	M70	Heerenveen
2021-08-27	10.05	M70	Heerenveen
werp 3-kamp			
2018-10-06	569	M70	Heerenveen
2019-10-05	732	M70	Heerenveen
2020-08-28	397	M70	Heerenveen
2021-08-27	473	M70	Heerenveen

Julia Klinker			
80			
2024-10-05	12.4	V U16	Heerenveen
2025-04-15	12.34	V U16	Hoogeveen
150			
2025-05-31	23.38	V U16	Heerenveen
300			
2024-10-27	53.37	V U16	Barendrecht
600			
2025-06-01	1:54.14	V U16	Heerenveen
800			
2025-06-14	2:49.07	V U16	Emmen
1000			
2025-06-24	3:40.61	V U16	Heerde
1500			
2024-10-27	6:03.62	V U16	Barendrecht
2025-05-10	5:41.44	V U16	Zwolle
80h 76,2			
2025-05-31	18.19	V U16	Heerenveen
300h 76,2			
2025-06-14	58.71	V U16	Emmen
hoog			
2025-03-30	1.35	V U16	Steenwijk
ver			
2024-10-05	3.50	V U16	Heerenveen
2025-06-06	4.85	V U16	Arnhem
kogel 3			
2024-10-05	5.04	V U16	Heerenveen
2025-06-01	5.28	V U16	Heerenveen
speer 500			
2024-10-05	12.32	V U16	Heerenveen
2025-05-31	13.98	V U16	Heerenveen
7-kamp			
2025-06-01	2388	V U16	Heerenveen

Remco Klinker			
400			
2024-10-05	1:08.7	M40	Heerenveen
800			
2023-09-30	2:40.6	M35	Heerenveen
1500			
2024-10-05	5:26.8	M40	Heerenveen
3000			
2024-10-05	12:09.0	M40	Heerenveen

Julian Klunder			
40			
2025-04-12	8.0	M U9	Leeuwarden
duur 4'			
2025-05-24	775	M U9	Steenwijk
40h			
2025-06-21	9.4	M U9	Heerenveen

hoog			
2025-05-24	0.80	M U9	Steenwijk
hurkhoog			
2025-04-12	0.75	M U9	Leeuwarden
ver			
2025-05-24	2.20	M U9	Steenwijk
balstoten			
2025-05-24	3.90	M U9	Steenwijk
slingeren			
2025-06-21	11.00	M U9	Heerenveen
vortex			
2025-06-21	11.00	M U9	Heerenveen

Femke Knijn			
800			
2021-04-17	2:36.5	V U16	Heerenveen
1000			
2016-10-01	4:11.4	V U10	Heerenveen
2020-07-02	3:32.1	V U14	Heerenveen
3000			
2021-04-11	11:21.6	V U16	Heerenveen
hoog			
2017-04-08	0.95	V U12	Leeuwarden
2018-04-21	1.05	V U12	Drachten
ver			
2015-10-03	2.54	V U9	Heerenveen
2016-10-01	2.68	V U10	Heerenveen
2017-05-20	2.75	V U12	Steenwijk
2018-09-15	2.85	V U12	Heerenveen
2019-10-05	3.05	V U14	Heerenveen

Johan Knoester			
100			
2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen
200			
2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen
2018-10-06	37.86	M70	Heerenveen
800			
2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen
3000			
2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen
hoog			
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen
ver			
2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen
2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen
2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen

discus 1			
2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen
2018-10-06	18.15	M70	Heerenveen
2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen
kogel 4			
2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen
2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen
speer 500			
2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen
2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen
2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen
werp 3-kamp			
2017-10-07	868	M70	Heerenveen
2018-10-06	943	M70	Heerenveen

Jan Jelle Koerts			
hoog			
2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn
polshoog			
2011-06-05	2.00	M40	Assen
ver			
2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn

discus 1½			
2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen
2021-10-02	20.33	M50	Heerenveen
2022-04-24	19.34	M50	Emmen
kogel 6			
2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen
2021-10-02	7.98	M50	Heerenveen
2022-04-24	7.79	M50	Emmen
speer 700			
2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen
2021-10-02	22.21	M50	Heerenveen
2022-04-24	23.70	M50	Emmen
werp 3-kamp			
2020-08-28	836	M50	Heerenveen
2021-08-27	879	M50	Heerenveen

Quin Kok

40			
2023-09-30	7.8	M U8	Heerenveen
2024-10-05	7.1	M U9	Heerenveen
2025-06-01	6.47	M U10	Soest
600			
2023-09-30	3:01.0	M U8	Heerenveen
2024-10-05	2:40.1	M U9	Heerenveen
1000			
2025-06-14	4:31.59	M U10	Leeuwarden
duur 4'			
2023-06-24	750	M U8	Drachten
2024-06-29	900	M U9	Sneek
2025-06-01	925	M U10	Soest
40h			
2023-06-24	9.0	M U8	Drachten
2024-06-29	7.9	M U9	Sneek
2025-06-21	6.9	M U10	Heerenveen
hoog			
2023-05-20	0.75	M U8	Sneek
2024-09-21	1.00	M U9	Heerenveen
2025-05-24	1.00	M U10	Steenwijk
hurkhoog			
2023-06-24	0.70	M U8	Drachten
2024-10-05	0.85	M U9	Heerenveen
2025-06-21	1.00	M U10	Heerenveen
ver			
2023-09-30	2.71	M U8	Heerenveen
2024-06-15	3.31	M U9	Leeuwarden
2025-06-14	3.46	M U10	Leeuwarden
balstoten			
2023-09-16	4.50	M U8	Heerenveen
2024-06-15	5.70	M U9	Leeuwarden
2025-06-01	6.70	M U10	Soest
kogel 2			
2025-06-14	5.25	M U10	Leeuwarden
slingeren			
2023-04-22	8.00	M U8	Leeuwarden
2024-06-29	14.00	M U9	Sneek
2025-04-12	17.00	M U10	Leeuwarden
vortex			
2023-09-30	10.00	M U8	Heerenveen
2024-06-29	19.00	M U9	Sneek
2025-06-21	23.00	M U10	Heerenveen

Mirthe Koot

60			
2023-04-06	12.9	V U12	Heerenveen
ver			
2022-04-07	2.20	V U10	Heerenveen

Anna Kootstra

100			
2023-09-30	16.2	V40	Heerenveen
2024-05-25	16.29	V40	Heerenveen
200			
2023-09-30	34.8	V40	Heerenveen

2024-05-25	34.50	V40	Heerenveen
400			
2024-10-05	1:23.8	V40	Heerenveen
hoog			
2024-05-12	1.10	V40	Uden
ver			
2024-10-05	2.57	V40	Heerenveen
discus 1			
2024-05-12	16.91	V40	Uden
kogel 4			
2024-05-25	7.23	V40	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2023-09-30	472	V40	Heerenveen

Hedzer Kootstra

40			
2023-06-24	8.0	M U8	Drachten
2024-06-29	7.7	M U9	Sneek
2025-04-12	7.2	M U10	Leeuwarden
600			
2023-09-30	3:06.0	M U8	Heerenveen
2024-10-05	2:34.7	M U9	Heerenveen
1000			
2025-06-14	4:18.96	M U10	Leeuwarden
duur 4'			
2023-06-24	650	M U8	Drachten
2024-06-29	875	M U9	Sneek
2025-04-12	975	M U10	Leeuwarden
40h			
2023-06-24	10.0	M U8	Drachten
2024-06-29	8.5	M U9	Sneek
2025-04-01	7.9	M U10	Heerenveen
2025-04-12	7.4	M U10	Leeuwarden
hoog			
2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen
2024-09-21	1.00	M U9	Heerenveen
2025-05-24	1.10	M U10	Steenwijk
hurkhoog			
2023-06-24	0.55	M U8	Drachten
2024-10-05	0.85	M U9	Heerenveen
2025-04-12	0.80	M U10	Leeuwarden
ver			
2023-09-30	2.42	M U8	Heerenveen
2024-10-05	2.98	M U9	Heerenveen
2025-06-14	2.98	M U10	Leeuwarden
balstoten			
2023-09-16	3.80	M U8	Heerenveen
2024-05-25	5.80	M U9	Steenwijk
2025-05-24	6.80	M U10	Steenwijk
kogel 2			
2025-06-14	4.82	M U10	Leeuwarden
slingeren			
2023-06-24	10.50	M U8	Drachten
2024-06-29	15.00	M U9	Sneek
2025-04-12	17.00	M U10	Leeuwarden
vortex			
2023-09-16	9.50	M U8	Heerenveen
2024-06-29	16.50	M U9	Sneek
2025-05-24	21.50	M U10	Steenwijk

Jesper Kootstra

40			
2023-09-30	7.9	M U8	Heerenveen
2024-10-05	7.3	M U9	Heerenveen
2025-04-12	7.2	M U10	Leeuwarden
600			
2023-09-30	3:12.0	M U8	Heerenveen
2024-10-05	2:27.9	M U9	Heerenveen
1000			
2025-06-14	4:13.45	M U10	Leeuwarden
duur 4'			
2023-06-24	700	M U8	Drachten

2024-06-29	875	M U9	Sneek
2025-04-12	1000	M U10	Leeuwarden
40h			
2023-06-24	8.9	M U8	Drachten
2024-06-29	8.7	M U9	Sneek
2025-04-12	7.6	M U10	Leeuwarden
hoog			
2023-09-16	0.85	M U8	Heerenveen
2024-09-21	0.85	M U9	Heerenveen
2025-05-24	1.00	M U10	Steenwijk
hurkhoog			
2023-06-24	0.65	M U8	Drachten
2024-10-05	0.85	M U9	Heerenveen
2025-04-12	0.90	M U10	Leeuwarden
ver			
2023-09-16	2.30	M U8	Heerenveen
2024-10-05	3.05	M U9	Heerenveen
2025-06-14	3.11	M U10	Leeuwarden

balstoten			
2023-09-16	3.30	M U8	Heerenveen
2024-09-21	5.30	M U9	Heerenveen
2025-05-24	6.70	M U10	Steenwijk
kogel 2			
2025-06-14	6.05	M U10	Leeuwarden
slingeren			
2023-06-24	8.00	M U8	Drachten
2024-06-29	15.00	M U9	Sneek
2025-04-12	14.00	M U10	Leeuwarden
vortex			
2023-09-16	12.00	M U8	Heerenveen
2024-10-05	18.00	M U9	Heerenveen
2025-05-24	22.50	M U10	Steenwijk

Myrthe Kootstra

60			
2021-10-02	10.45w	V U12	Heerenveen
2022-09-10	10.1	V U12	Heerenveen
2023-06-17	10.19	V U14	Heerenveen
2024-10-05	9.1	V U14	Heerenveen
80			
2024-06-07	12.30	V U14	Arnhem
2025-03-30	11.70w	V U16	Steenwijk
300			
2024-10-05	50.5	V U14	Heerenveen
hoog			
2022-10-01	1.15	V U12	Heerenveen
2023-06-17	1.30	V U14	Heerenveen
2024-04-06	1.30	V U14	Emmeloord
ver			
2021-09-04	3.30	V U12	Hoogeveen
2022-09-10	3.30	V U12	Heerenveen
2023-09-30	3.60	V U14	Heerenveen
2024-10-05	4.26	V U14	Heerenveen
2025-04-15	3.91	V U16	Hoogeveen
discus 1			
2025-03-30	22.85	V U16	Steenwijk
kogel 2			
2021-10-02	5.24	V U12	Heerenveen
2022-10-01	7.47	V U12	Heerenveen
2024-10-05	9.75	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2025-06-14	9.43	V U16	Emmen
speer 400			
2024-10-05	21.32	V U14	Heerenveen
2025-06-14	18.22	V U16	Emmen
vortex			
2024-06-07	32.35	V U14	Arnhem
Bente Krijnsen			
60h			
2025-04-01	12.4	V U12	Heerenveen
ver			
2025-04-01	2.95	V U12	Heerenveen

vortex			
2025-04-01	18.00	V U12	Heerenveen
Dirkje Krol			
100			
2024-10-05	18.3	V40	Heerenveen
800			
2024-10-05	1:27.2	V40	Heerenveen
100h 83,8			
2025-04-05	17.20	M U16	Sneek
ver			
2024-10-05	2.70	V40	Heerenveen
kogel 4			
2024-10-05	4.85	V40	Heerenveen
Folkert Krol			
60			
2021-09-11	9.0	M U12	Drachten
2022-09-03	9.10	M U12	Groningen
80			
2023-06-03	11.54	M U14	Groningen
2024-04-06	10.69	M U14	Emmeloord
100			
2025-05-31	12.71	M U16	Heerenveen
150			
2023-09-30	20.8	M U14	Heerenveen
2024-09-01	19.78	M U14	Amsterdam
2025-05-10	19.05	M U16	Zwolle
300			
2024-10-05	42.3	M U14	Heerenveen
600			
2019-10-05	2:20.9	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2:14.0	M U10	Heerenveen
2021-10-02	1:58.96	M U12	Heerenveen
2022-10-01	2:00.0	M U12	Heerenveen
2023-09-30	1:48.0	M U14	Heerenveen
2024-05-18	1:41.16	M U14	Sneek
800			
2023-05-20	2:41.16	M U14	Heerenveen
1000			
2023-06-03	3:23.84	M U14	Groningen
2024-06-22	3:08.98	M U14	Heerenveen
80h 76,2			
2023-05-13	15.77	M U14	Hoogeveen
2024-05-18	13.30	M U14	Sneek
100h 83,8			
2025-05-10	17.64	M U16	Zwolle
hoog			
2019-09-14	1.00	M U9	Sneek
2021-05-06	1.15	M U12	Heerenveen
2022-10-01	1.25	M U12	Heerenveen
2023-05-07	1.30	M U14	Heerenveen
2025-05-31	1.35	M U16	Heerenveen
ver			
2019-09-14	3.25	M U9	Sneek
2020-09-26	3.39	M U10	Heerenveen
2021-10-02	3.85	M U12	Heerenveen
2022-09-03	4.01	M U12	Groningen
2023-09-10	4.47	M U14	Amsterdam
2024-06-22	4.97	M U14	Heerenveen
2025-05-10	5.40	M U16	Zwolle
discus 1			
2025-06-01	24.39	M U16	Heerenveen
kogel 3			
2023-05-07	5.75	M U14	Heerenveen
2024-10-05	9.21	M U14	Heerenveen
kogel 4			
2025-06-14	8.74	M U16	Emmen
speer 400			
2024-10-05	29,23	M U14	Heerenveen
speer 600			
2025-05-31	23.62	M U16	Heerenveen

vortex			
2024-04-25	46.89	M U14	Hoogeveen
7-kamp			
2023-05-07	2916	M U14	Heerenveen
8-kamp			
2025-06-01	3033	M U16	Heerenveen
Jeske Krol			
100			
2024-10-05	15.1	V40	Heerenveen
400			
2024-10-05	1:15.9	V40	Heerenveen
ver			
2024-10-05	3.32	V40	Heerenveen
kogel 4			
2024-10-05	7.27	V40	Heerenveen
Max Kroon			
100			
2021-10-02	13.39w	M U16	Heerenveen
2022-10-01	12.5	M U16	Heerenveen
2023-04-23	12.27	M U18	Drachten
2024-04-28	11.76	M U18	Hoogeveen
2025-03-30	11.87w	M U20	Steenwijk
150			
2019-09-01	22.31	M U14	Amsterdam
2020-09-19	21.68	M U14	Grootebroek
2021-10-02	19.97	M U16	Heerenveen
200			
2021-05-01	27.97	M U16	Heerenveen
2022-10-01	25,5	M U16	Heerenveen
2023-04-23	25.25	M U18	Drachten
2024-04-28	23.91w	M U18	Hoogeveen
400			
2024-10-05	59.4	M U18	Heerenveen
1000			
2018-10-06	3:42.47	M U12	Heerenveen
2019-05-25	3:36.62	M U14	Sneek
ver			
2018-10-06	3.85	M U12	Heerenveen
2019-09-01	4.05	M U14	Amsterdam
2020-07-25	4.79	M U14	Heerenveen
2021-04-17	5.24	M U16	Heerenveen
2022-04-09	5.11	M U16	Emmeloord
2023-05-20	5.53w	M U18	Heerenveen
2024-07-05	5.87	M U18	Leeuwarden
kogel 6			
2024-10-05	9.06	M U18	Heerenveen
speer 700			
2024-10-05	30.37	M U18	Heerenveen
Levy de Lang			
40			
2023-09-30	8.8	M U7	Heerenveen
2024-10-05	7.6	M U8	Heerenveen
2025-06-21	7.4	M U9	Heerenveen
600			
2024-10-05	2:46.9	M U8	Heerenveen
duur 4'			
2024-06-29	725	M U8	Sneek
2025-04-12	825	M U9	Leeuwarden
40h			
2024-04-20	9.1	M U8	Leeuwarden
2025-06-21	8.0	M U9	Heerenveen
hoog			
2024-09-21	0.85	M U8	Heerenveen
2025-05-24	0.90	M U9	Steenwijk
hurkhoog			
2023-09-30	0.55	M U7	Heerenveen
2024-10-05	0.65	M U8	Heerenveen
2025-06-21	0.70	M U9	Heerenveen

ver			
2023-09-30	2.36	M U7	Heerenveen
2024-10-05	2.61	M U8	Heerenveen
2025-04-01	2.80	M U9	Heerenveen
balstoten			
2024-09-21	4.40	M U8	Heerenveen
2025-05-24	4.60	M U9	Steenwijk
slingeren			
2024-06-29	9.50	M U8	Sneek
2025-06-21	12.50	M U9	Heerenveen
vortex			
2023-09-30	11.00	M U7	Heerenveen
2024-06-29	17.50	M U8	Sneek
2025-06-21	21.00	M U9	Heerenveen
Liam de Lang			
80			
2024-06-07	10.93	M U16	Arnhem
100			
2024-10-05	12.8	M U16	Heerenveen
2025-06-14	12.76	M U16	Emmen
150			
2023-09-30	20.3	M U14	Heerenveen
2024-05-25	19.96	M U16	Heerenveen
200			
2024-05-15	27.19w	M U16	Kampen
300			
2024-10-05	44.5	M U16	Heerenveen
600			
2016-10-01	2:57.8	M U8	Heerenveen
2017-09-09	2:43.68	M U8	Sneek
2018-10-06	2:29.12	M U9	Heerenveen
2019-09-22	2:17.82	M U10	Edam
2020-09-26	2:16.0	M U12	Heerenveen
2021-05-22	2:16.64	M U12	Heerenveen
800			
2021-07-04	3:09.14	M U12	Dongen
1000			
2019-05-18	4:26.05	M U10	Stadskanaal
2022-05-01	4:07.90	M U14	Heerenveen
100h 83,8			
2024-05-18	16.95	M U16	Sneek
2025-04-05	16.82	M U16	Sneek
300h 76,2			
2024-06-22	49.27	M U16	Heerenveen
2025-06-14	46.69	M U16	Emmen
hoog			
2017-09-16	0.90	M U8	Heerenveen
2018-09-15	1.05	M U9	Heerenveen
2019-09-14	1.25	M U10	Sneek
2020-09-12	1.35	M U12	Heerenveen
2021-05-06	1.40	M U12	Heerenveen
2022-06-11	1.55	M U14	Heerenveen
2023-09-10	1.60	M U14	Amsterdam
2024-06-22	1.55	M U16	Heerenveen
2025-05-10	1.70	M U16	Zwolle
hss			
2024-08-24	10.84w	M U16	Amsterdam
polsver			
2020-09-12	3.00	M U12	Heerenveen
2021-06-26	4.65	M U12	Leeuwarden
ver			
2016-10-01	2.21	M U8	Heerenveen
2017-09-16	2.80	M U8	Heerenveen
2018-09-15	3.65	M U9	Heerenveen
2019-10-05	3.78	M U10	Heerenveen
2020-09-26	3.98	M U12	Heerenveen
2021-06-05	4.15	M U12	Heerenveen
2022-04-09	4.24	M U14	Emmeloord
2023-09-30	4.61	M U14	Heerenveen
2024-05-15	5.14w	M U16	Kampen
2025-07-04	5.61	M U16	Leeuwarden
kogel 4			
2024-10-05	8.96	M U16	Heerenveen

speer 600				2024-05-25	25.10	M U20	Heerenveen	discus 1			
2024-10-05	33.79	M U16	Heerde	2025-07-06	23.99	M U20	Amersfoort	2020-08-28	19.84	V35	Heerenveen
2025-05-10	33.55	M U16	Zwolle	300				kogel 4			
vortex				2024-06-28	38.93	M U20	Steenwijk	2019-10-05	9.07	V	Heerenveen
2024-04-25	36.12	M U16	Hoogeveen	400				2020-08-28	9.72	V35	Heerenveen
7-kamp				2024-07-05	54.95	M U20	Leeuwarden	2024-10-05	9.81	V35	Heerenveen
2022-05-01	2827	M U14	Heerenveen	2025-06-28	53.40	M U20	Hilversum	2025-05-25	9.24	V40	Apeldoorn
Roan Leenes				hoog				speer 600			
40				2015-06-13	1.05	M U10	Heerenveen	2019-10-05	24.78	V	Heerenveen
2024-06-29	7.4	M U9	Sneek	2016-07-02	1.20	M U12	Drachten	2020-08-28	24.24	V35	Heerenveen
2025-04-12	7.5	M U10	Leeuwarden	2017-09-09	1.30	M U12	Sneek	werp 3-kamp			
600				2018-04-14	1.22	M U14	Sneek	2020-08-28	1446	V35	Heerenveen
2024-10-05	2:42.7	M U9	Heerenveen	ver				Fenna vd Meer			
duur 4'				2014-09-13	3.15	M U9	Leeuwarden	60			
2024-05-25	725	M U9	Steenwijk	2015-10-03	3.38	M U10	Heerenveen	2024-10-05	8.7	V U14	Heerenveen
2025-05-24	850	M U10	Steenwijk	2016-09-17	3.55	M U12	Heerenveen	2025-03-30	8.95w	V U14	Steenwijk
40h				2017-10-07	3.70	M U12	Heerenveen	80			
2024-04-20	8.4	M U9	Leeuwarden	2018-10-06	3.76	M U14	Heerenveen	2025-06-06	11.47	V U14	Arnhem
2025-04-12	7.8	M U10	Leeuwarden	2019-10-05	3.99	M U14	Heerenveen	150			
hoog				2020-09-26	4.03	M U16	Heerenveen	2024-05-25	22.12	V U14	Heerenveen
2024-09-21	0.85	M U9	Heerenveen	2024-10-05	5.03	M U20	Heerenveen	300			
2025-05-24	0.90	M U10	Steenwijk	kogel 6				2024-10-05	50.9	V U14	Heerenveen
hurkhoog				2024-10-05	7.52	M U20	Heerenveen	600			
2024-06-29	0.80	M U9	Sneek	speer 800				2018-10-06	2:35.07	V U8	Heerenveen
2025-06-21	1.00	M U10	Heerenveen	2024-10-05	17.30	M U20	Heerenveen	2019-10-05	2:20.4	V U8	Heerenveen
ver				Daan Looper				2020-09-26	2:16.0	V U9	Heerenveen
2024-10-05	2.81	M U9	Heerenveen	40				2023-09-30	2:12.0	V U12	Heerenveen
balstoten				2024-06-15	8.75	M U8	Leeuwarden	2025-06-01	1:57.55	V U14	Heerenveen
2024-09-21	5.10	M U9	Heerenveen	2025-06-21	8.1	M U9	Heerenveen	60h			
2025-05-24	2.65	M U10	Steenwijk	600				2024-06-22	11.37	V U14	Heerenveen
2025-05-24	5.00	M U10	Steenwijk	2024-06-15	3:00.55	M U8	Leeuwarden	60h 76,2			
slingeren				2025-03-22	2:40.28	M U9	Zeewolde	2025-05-10	10.32	V U14	Zwolle
2024-06-29	10.00	M U9	Sneek	duur 4'				hoog			
2025-04-12	12.50	M U20	Leeuwarden	2024-06-29	775	M U8	Sneek	2018-09-15	0.80	V U8	Heerenveen
vortex				2025-04-12	900	M U9	Leeuwarden	2019-05-25	0.95	V U8	Steenwijk
2024-10-05	11.50	M U9	Heerenveen	40h				2022-06-25	1.20	V U12	Drachten
2025-06-21	13.50	M U10	Heerenveen	2024-06-29	11.0	M U8	Sneek	2023-09-30	1.30	V U12	Heerenveen
Lasse Lenis				2025-06-21	8.8	M U9	Heerenveen	2024-05-25	1.40	V U14	Heerenveen
ver				hoog				2025-05-31	1.45	V U14	Heerenveen
2024-05-25	2.60	M U12	Steenwijk	2024-09-21	0.70	M U8	Heerenveen	ver			
Iris Linnebank				2025-05-24	0.90	M U9	Steenwijk	2018-10-06	2.61	V U8	Heerenveen
150				hurkhoog				2019-10-05	2.90	V U8	Heerenveen
2021-05-22	25.32	V U14	Heerenveen	2024-06-29	0.55	M U8	Sneek	2020-09-26	3.12	V U9	Heerenveen
400				2025-06-21	0.65	M U9	Heerenveen	2022-09-10	3.35	V U12	Heerenveen
2025-06-06	1:10.76	V U18	Kampen	ver				2023-04-06	3.35	V U12	Heerenveen
1000				2024-10-05	2.48	M U8	Heerenveen	2024-05-25	4.09	V U14	Heerenveen
2017-09-09	4:26.33	V U10	Sneek	2025-06-14	2.76	M U9	Leeuwarden	2025-06-01	4.26	V U14	Heerenveen
2018-10-06	4:02.95	V U12	Heerenveen	balstoten				kogel 2			
2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen	2024-09-21	4.70	M U8	Heerenveen	2024-10-05	7.55	V U14	Heerenveen
hoog				2025-05-24	5.10	M U9	Steenwijk	2025-04-15	7.55	V U14	Hoogeveen
2017-05-20	0.95	V U10	Steenwijk	slingeren				2025-06-06	8.67	V U14	Arnhem
2018-07-07	1.00	V U12	Steenwijk	2024-06-29	13.50	M U8	Sneek	speer 400			
2019-04-20	1.10	V U12	Drachten	2025-06-21	16.00	M U9	Heerenveen	2024-10-05	18.42	V U14	Heerenveen
ver				vortex				2025-05-31	17.89	V U14	Heerenveen
2016-10-01	2.84	V U9	Heerenveen	2024-09-21	18.50	M U8	Heerenveen	6-kamp			
2017-09-09	2.99	V U10	Sneek	2025-04-01	22.50	M U9	Heerenveen	2025-06-01	2758	V U14	Heerenveen
2018-10-06	3.20	V U12	Heerenveen	Suzanne Looper-Hartwig				Jasha Meijer			
2019-10-05	3.38	V U12	Heerenveen	100				60			
2021-10-02	3.43	V U14	Heerenveen	2024-10-05	15.8	V35	Heerenveen	2024-05-25	10.3	M U12	Steenwijk
Jens Linnebank				200				duur 6'			
100				2019-10-05	37.2	V	Heerenveen	2024-05-25	1075	M U12	Steenwijk
2020-09-26	14.5	M U16	Heerenveen	400				60h			
2024-10-05	12.48	M U20	Heerenveen	2024-10-05	1:36.3	V35	Heerenveen	2024-06-29	12.0	M U12	Sneek
150				800				hoog			
2020-07-02	22.4	M U16	Heerenveen	2019-10-05	4:07.4	V	Heerenveen	2024-06-29	1.00	M U12	Sneek
200				hoog				polsver			
2019-05-11	32.99	M U14	Heerenveen	2019-10-05	1.35	V	Heerenveen	2024-06-29	3.90	M U12	Sneek
				2025-05-25	1.30	V40	Apeldoorn	ver			
				ver				2024-05-25	2.55	M U12	Steenwijk
				2024-10-05	3.50	V35	Heerenveen				

[illegible]

vortex				
2024-05-25	16.00	V U10	Steenwijk	
Jesse Poelstra				
40				
2025-06-21	6.9	M U10	Heerenveen	
duur 4'				
2025-04-12	1000	M U10	Leeuwarden	
40h				
2025-06-21	7.1	M U10	Heerenveen	
hoog				
2025-05-24	0.95	M U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2025-06-21	0.85	M U10	Heerenveen	
ver				
2025-05-24	3.05	M U10	Steenwijk	
balstoten				
2025-05-24	5.50	M U10	Steenwijk	
slingeren				
2025-06-21	12.50	M U10	Heerenveen	
vortex				
2025-04-01	16.00	M U10	Heerenveen	
Norah Pont				
80				
2023-07-08	11.07	V U16	Breda	
100				
2023-07-21	13.64	V U16	Heiloo	
2024-06-01	13.24	V U16	Amsterdam	
2025-04-19	13.49	V U18	Groningen	
150				
2021-09-12	20.88w	V U14	Amsterdam	
2022-09-04	20.64	V U14	Amsterdam	
2023-09-16	20.05	V U16	Apeldoorn	
2024-08-16	20.47	V U16	Wageningen	
2025-04-16	20.20	V U18	Dronten	
200				
2023-07-21	28.11	V U16	Heiloo	
2024-04-28	26.55w	V U16	Hoogeveen	
300				
2023-08-20	45.06	V U16	Lisse	
2024-08-16	44.79	V U16	Wageningen	
400				
2024-06-09	1:00.99	V U16	Wageningen	
2025-04-19	1:01.90	V U18	Groningen	
600				
2015-10-03	2:31.8	V U9	Heerenveen	
80h 76,2				
2023-09-03	12.21	V U16	Amsterdam	
2024-08-25	12.31	V U16	Amsterdam	
300h 76,2				
2023-09-16	45.62	V U16	Apeldoorn	
2024-08-25	45.77	V U16	Amsterdam	
400h 76,2				
2025-07-12	1:05.39	V U18	Den Haag	
hoog				
2018-09-15	1.05	V U10	Heerenveen	
2019-06-29	1.20	V U12	Leeuwarden	
2021-05-22	1.35	V U14	Heerenveen	
ver				
2015-10-03	2.21	V U9	Heerenveen	
2018-09-15	3.20	V U10	Heerenveen	
2019-05-25	3.45	V U12	Steenwijk	
Gearard Posthumus				
5000				
2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	

Anita Postma				
100				
2023-04-23	14.82	V U18	Drachten	
2024-06-14	14.26w	V U18	Utrecht	
150				
2022-10-01	23.0	V U16	Heerenveen	
200				
2023-04-23	30.23w	V U18	Drachten	
2024-06-16	29.22w	V U18	Utrecht	
400				
2024-10-05	1:15.7	V U18	Heerenveen	
hoog				
2022-10-01	1.35	V U16	Heerenveen	
2023-06-11	1.40	V U18	Assen	
2024-06-09	1.40	V U18	Wageningen	
polshoog				
2024-06-05	2.30	V U18	Kampen	
ver				
2022-10-01	3.62	V U16	Heerenveen	
2023-09-30	4.08	V U18	Heerenveen	
2024-10-05	4.28	V U18	Heerenveen	
kogel 3				
2024-10-05	6.49	V U18	Heerenveen	
speer 500				
2024-10-05	7.22	V U18	Heerenveen	
Demi Postma				
duur 6'				
2025-04-12	1200	V U12	Leeuwarden	
60h				
2025-04-12	13.5	V U12	Leeuwarden	
hoog				
2025-04-12	0.90	V U12	Leeuwarden	
polsver				
2025-04-12	3.20	V U12	Leeuwarden	
ver				
2025-04-01	2.50	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2025-04-12	5.00	V U12	Leeuwarden	
vortex				
2025-04-01	15.50	V U12	Heerenveen	
Judith Postmus				
60				
2024-10-05	10.6	V U12	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:46.9	V U12	Heerenveen	
hoog				
2024-10-05	1.05	V U12	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	3.08	V U12	Heerenveen	
slingeren				
2024-10-05	9.00	V U12	Heerenveen	
vortex				
2024-10-05	7.00	V U12	Heerenveen	
Dorian de Raat				
40				
2024-10-05	7.4	M U8	Heerenveen	
2025-06-14	7.55	M U9	Leeuwarden	
600				
2024-10-05	2:50.6	M U8	Heerenveen	
2025-06-14	2:36.36	M U9	Leeuwarden	
duur 4'				
2024-05-25	825	M U8	Steenwijk	
2025-05-24	900	M U9	Steenwijk	
40h				
2024-04-20	9.9	M U8	Leeuwarden	
2025-06-21	7.7	M U9	Heerenveen	

hoog				
2024-09-21	0.95	M U8	Heerenveen	
2025-05-24	1.00	M U9	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-10-05	0.75	M U8	Heerenveen	
2025-06-21	0.85	M U9	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	2.77	M U8	Heerenveen	
2025-06-14	2.92	M U9	Leeuwarden	
balstoten				
2024-09-21	4.60	M U8	Heerenveen	
2025-05-24	6.00	M U9	Steenwijk	
slingeren				
2024-04-20	10.00	M U8	Leeuwarden	
2025-06-21	12.50	M U9	Heerenveen	
vortex				
2024-09-21	14.00	M U8	Heerenveen	
2025-06-21	20.00	M U9	Heerenveen	
Lieke Reijenga				
40				
2024-10-05	7.9	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	7.8	V U10	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:52.5	V U9	Heerenveen	
duur 4'				
2025-04-12	800	V U10	Leeuwarden	
40h				
2025-06-21	8.3	V U10	Heerenveen	
hoog				
2024-09-21	0.80	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	0.90	V U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-10-05	0.70	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	0.75	V U10	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	2.49	V U9	Heerenveen	
2025-04-01	2.50	V U10	Heerenveen	
balstoten				
2024-09-21	4.00	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	4.60	V U10	Steenwijk	
slingeren				
2024-10-05	6.50	V U9	Heerenveen	
2025-04-12	14.00	V U10	Leeuwarden	
vortex				
2024-10-05	11.50	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	16.00	V U10	Heerenveen	
Hanna Rekelhof				
40				
2023-09-30	7.9	V U9	Heerenveen	
2024-06-29	7.3	V U10	Sneek	
60				
2025-06-14	10.26	V U12	Leeuwarden	
600				
2023-09-30	2:34.0	V U9	Heerenveen	
1000				
2024-06-15	4:33.40	V U10	Leeuwarden	
2025-06-14	4:02.14	V U12	Leeuwarden	
duur 4'				
2024-05-25	925	V U10	Steenwijk	
duur 6'				
2025-05-24	1450	V U12	Steenwijk	
60h				
2024-04-20	8.4	V U10	Leeuwarden	
60h				
2025-04-12	12.6	V U12	Leeuwarden	
hoog				
2024-09-21	0.90	V U10	Heerenveen	
2025-06-21	0.95	V U12	Heerenveen	

hurkhoog				
2024-06-29	0.80	V U10	Sneek	
polsver				
2025-04-12	3.70	V U12	Leeuwarden	
ver				
2023-09-30	2.32	V U9	Heerenveen	
2024-05-25	2.80	V U10	Steenwijk	
2025-05-24	3.15	V U12	Steenwijk	
balstoten				
2024-09-21	6.20	V U10	Heerenveen	
kogel 2				
2024-06-15	3.15	V U10	Leeuwarden	
2025-06-14	6.01	V U12	Leeuwarden	
slingeren				
2024-06-29	12.00	V U10	Sneek	
2025-05-24	13.00	V U12	Steenwijk	
vortex				
2023-09-30	8.00	V U9	Heerenveen	
2024-09-21	14.00	V U10	Heerenveen	
2025-06-21	19.00	V U12	Heerenveen	
Loïs Richardson				
hoog				
2020-06-30	1.10	V U12	Heerenveen	
ver				
2022-04-02	3.76	V U14	Steenwijk	
Nynke Rijpma				
100				
2023-06-11	13.37	V U18	Assen	
2024-10-05	12.4	V U20	Heerenveen	
2025-06-06	12.95	V U20	Kampen	
150				
2021-09-12	21.05	V U16	Zoetermeer	
2022-08-05	20.22	V U18	Utrecht	
200				
2021-05-01	29.10	V U16	Heerenveen	
2022-10-01	27.5	V U18	Heerenveen	
2023-06-25	27.22	V U18	Bergen op Zoom	
2024-06-16	26.55w	V U20	Utrecht	
2025-05-25	26.92	V U20	Assen	
300				
2020-09-19	49.89	V U16	Grootebroek	
2022-04-02	47.9	V U18	Steenwijk	
2023-05-13	44.46	V U18	Lisse	
400				
2022-06-18	1:05.40	V U18	Amsterdam	
2023-05-28	1:06.27	V U18	Harderwijk	
600				
2020-07-25	1:57.69	V U16	Heerenveen	
2021-05-23	1:58.17	V U16	Heerenveen	
400h 76,2				
2021-04-11	1:15.7	V U16	Heerenveen	
2022-06-17	1:13.63	V U18	Amsterdam	
2023-05-20	1:11.42	V U18	Heerenveen	
2024-05-25	1:09.01	V U20	Heerenveen	
hoog				
2020-09-26	1.45	V U16	Heerenveen	
2021-09-11	1.40	V U16	Zoetermeer	
hss				
2021-04-11	9.74	V U16	Heerenveen	
2021-08-29	10.35	V U16	Amsterdam	
2022-06-18	10.34	V U18	Amsterdam	
2023-06-24	10.78w	V U18	Bergen op Zoom	
2024-06-16	11.65w	V U20	Utrecht	
2025-06-29	11.57	V U20	Hilversum	
ver				
2020-09-26	4.91	V U16	Heerenveen	
2021-05-23	5.17	V U16	Heerenveen	
2022-05-21	4.87	V U18	Heerenveen	
2023-04-16	5.01	V U18	Almere	
2024-04-28	5.21w	V U20	Hoogeveen	
2025-05-25	5.11	V U20	Assen	

kogel 4				
2024-10-05	8.41	V U20	Heerenveen	
speer 600				
2024-10-05	21.73	V U20	Heerenveen	
Edith Robben				
600				
2025-05-10	2:37.51	V U14	Zwolle	
1000				
2025-04-05	4:38.13	V U14	Sneek	
60h 76,2				
2025-05-10	23.47	V U14	Zwolle	
discus ¾				
2025-04-05	9.49	V U14	Sneek	
Siem de Roo				
100				
2024-10-05	14.7	M40	Heerenveen	
400				
2024-10-05	1:12.1	M40	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	3.74	M40	Heerenveen	
kogel 7¼				
2024-10-05	8.67	M40	Heerenveen	
Vayen de Roo				
40				
2024-10-05	7.9	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	7.8	V U10	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:47.7	V U9	Heerenveen	
duur 4'				
2025-05-24	775	V U10	Steenwijk	
40h				
2025-06-21	8.6	V U10	Heerenveen	
hoog				
2024-09-21	0.70	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	0.85	V U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-10-05	0.70	V U9	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	2.34	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	2.60	V U10	Steenwijk	
balstoten				
2024-09-21	3.70	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	4.90	V U10	Steenwijk	
slingeren				
2024-10-05	8.00	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	11.00	V U10	Heerenveen	
vortex				
2024-10-05	6.00	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	10.50	V U10	Heerenveen	
Hannah Ruizendaal				
40				
2024-06-29	8.0	V U10	Sneek	
duur 4'				
2024-06-29	800	V U10	Sneek	
duur 6'				
2025-04-12	1250	V U12	Leeuwarden	
40h				
2024-06-29	8.9	V U10	Sneek	
60h				
2025-06-21	12.5	V U12	Heerenveen	
hoog				
2024-09-21	1.05	V U10	Heerenveen	
2025-06-21	1.10	V U12	Heerenveen	

hoog				
2024-06-29	0.80	V U10	Sneek	
polsver				
2025-06-21	3.55	V U12	Heerenveen	
ver				
2024-05-25	2.40	V U10	Steenwijk	
2025-04-01	2.55	V U12	Heerenveen	
balstoten				
2024-05-25	4.80	V U10	Steenwijk	
kogel 2				
2025-04-12	4.90	V U12	Leeuwarden	
slingeren				
2024-06-29	12.00	V U10	Sneek	
vortex				
2024-09-21	15.00	V U10	Heerenveen	
2025-04-01	16.00	V U12	Heerenveen	
Famke Salomons				
60				
2024-10-05	9.6	V U14	Heerenveen	
300				
2024-10-05	55.5	V U14	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	3.39	V U14	Heerenveen	
2025-06-14	3.89	V U14	Emmen	
discus ¾				
2025-06-14	14.93	V U14	Emmen	
kogel 2				
2024-10-05	5.77	V U14	Heerenveen	
2025-06-14	9.32	V U14	Emmen	
speer 400				
2024-10-05	11.25	V U14	Heerenveen	
2025-04-05	19.64	V U14	Sneek	
Rosa Sanders				
40				
2024-10-05	9.0	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	8.2	V U10	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:50.4	V U9	Heerenveen	
duur 4'				
2025-05-24	850	V U10	Steenwijk	
40h				
2025-04-12	8.9	V U10	Leeuwarden	
hoog				
2024-09-21	0.70	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	0.85	V U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-10-05	0.65	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	0.80	V U10	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	2.49	V U9	Heerenveen	
2025-04-01	2.45	V U10	Heerenveen	
balstoten				
2024-09-21	3.50	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	4.10	V U10	Steenwijk	
slingeren				
2024-10-05	8.00	V U9	Heerenveen	
2025-04-12	12.50	V U10	Leeuwarden	
vortex				
2024-09-21	9.00	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	8.50	V U10	Heerenveen	
Floris vd Schaaf				
40				
2023-09-30	10.3	M U8	Heerenveen	
2024-06-29	9.5	M U9	Sneek	
duur 4'				
2024-06-29	725	M U9	Sneek	

40h				
2024-06-29	10.7	M U9	Sneek	
2025-04-01	10.3	M U10	Heerenveen	
hoog				
2024-09-21	0.80	M U9	Heerenveen	
hurkhoog				
2024-06-29	0.60	M U9	Sneek	
ver				
2023-09-30	1.99	M U8	Heerenveen	
2024-09-21	2.00	M U9	Heerenveen	
2025-04-01	1.85	M U10	Heerenveen	
balstoten				
2024-09-21	4.50	M U9	Heerenveen	
slingeren				
2024-06-29	10.50	M U9	Sneek	
vortex				
2023-09-30	7.50	M U8	Heerenveen	
2024-06-29	12.00	M U9	Sneek	
2025-04-01	14.00	M U10	Heerenveen	

Julian Scholte

40				
2024-06-29	8.2	M U9	Sneek	
2025-06-21	7.8	M U10	Heerenveen	
duur 4'				
2024-06-29	825	M U9	Sneek	
2025-05-24	850	M U10	Steenwijk	
40h				
2024-06-29	9.0	M U9	Sneek	
2025-06-21	7.8	M U10	Heerenveen	
hoog				
2024-05-25	0.80	M U9	Steenwijk	
2025-05-24	1.05	M U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-06-29	0.65	M U9	Sneek	
2025-06-21	0.85	M U10	Heerenveen	
ver				
2024-05-25	2.65	M U9	Steenwijk	
2025-04-01	2.75	M U10	Heerenveen	
balstoten				
2024-05-25	5.20	M U9	Steenwijk	
2025-05-24	6.10	M U10	Steenwijk	
slingeren				
2024-06-29	17.00	M U9	Sneek	
2025-06-21	17.50	M U10	Heerenveen	
vortex				
2024-06-29	19.50	M U9	Sneek	
2025-06-21	27.50	M U10	Heerenveen	

Annemijn Schoonhoven

3000				
2024-10-05	10:58.8	V U18	Heerenveen	

Afke Siebenga

40				
2025-06-21	8.9	V U8	Heerenveen	
40h				
2025-06-21	10.5	V U8	Heerenveen	
hurkhoog				
2025-06-21	0.65	V U8	Heerenveen	
slingeren				
2025-06-21	8.00	V U8	Heerenveen	
vortex				
2025-06-21	8.00	V U8	Heerenveen	

Jolanda Smedinga

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

2021-09-18	16.41	V55	Hengelo	
2022-04-22	16.41	V55	Utrecht	
2023-07-01	16.04	V55	Harderwijk	
2024-07-05	16.78	V55	Leeuwarden	
2025-06-13	16.65	V55	Leeuwarden	
150				
2011-07-15	23.2	V45	Steenwijk	
2018-07-13	26.02	V50	Steenwijk	
2019-07-05	24.86w	V50	Steenwijk	
2022-06-24	24.70	V55	Steenwijk	
2025-04-16	26.07	V55	Dronten	
200				
2011-08-19	32.60	V45	Den Haag	
2012-06-10	32.30	V45	Terneuzen	
2018-06-09	35.07	V50	Groningen	
2019-05-19	35.05	V50	Gouda	
2021-09-19	34.77	V55	Hengelo	
2022-05-21	33.88	V55	Heerenveen	
2023-07-02	33.88w	V55	Harderwijk	
2024-04-20	34.86w	V55	Harderwijk	
2025-05-17	36.68	V55	Harderwijk	

300				
2011-07-15	51.4	V45	Steenwijk	
2018-07-13	57.60	V50	Steenwijk	
2019-07-05	56.36	V50	Steenwijk	
2022-06-24	55.19	V55	Steenwijk	
2025-04-16	58.68	V55	Dronten	

400				
2011-06-24	1:11.87	V45	Groningen	
2012-09-08	1.13.64	V45	Zwolle	
2018-05-13	1:23.02	V50	Emmen	
2019-05-18	1:21.44	V50	Gouda	
2020-08-07	1:21.99	V50	Utrecht	
2021-09-18	1:18.26	V55	Hengelo	
2022-05-28	1:19.63	V55	Harderwijk	
2023-05-13	1:17.66	V55	Harderwijk	
2024-10-05	1:20.9	V55	Heerenveen	
2025-04-19	1:25.44	V55	Groningen	

800				
2011-06-19	2:47.45	V45	Den Haag	
2012-05-25	2:48.57	V45	Utrecht	
2019-06-13	3:05.25	V50	Leeuwarden	
2020-09-16	3:01.0	V55	Dronten	
2021-09-08	3:01.75	V55	Hengelo	
2022-07-08	3:03.44	V55	Hoorn	
2023-06-11	3:09.17	V55	Enschede	
2024-03-28	3:27.1	V55	Ommen	

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

speer 500				
2022-10-01	14.90	V55	Heerenveen	
2023-06-11	13.08	V55	Enschede	

sprint 2-kamp				
2022-10-01	884	V55	Heerenveen	

Selah Speirs

60				
2025-05-10	9.73	V U14	Zwolle	

hoog				
2025-04-05	1.15	V U14	Sneek	

kogel 2				
2025-05-10	7.03	V U14	Zwolle	

Henri Spieksma

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

Peter Spijkman

100				
2024-10-05	15.7	M40	Heerenveen	

400				
2024-10-05	1:27.9	M40	Heerenveen	

ver				
2024-10-05	3.77	M40	Heerenveen	

kogel 7¼				
2024-10-05	8.45	M40	Heerenveen	

Vesper Spijkman

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

60				
2025-05-24	10.1	V U12	Steenwijk	

600				
2023-09-30	2:35.0	V U9	Heerenveen	
2024-10-05	2:41.0	V U10	Heerenveen	

1000				
2025-06-14	4:43.26	V U12	Leeuwarden	

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

duur 6'				
2025-05-24	1225	V U12	Steenwijk	

40h				
2024-06-29	8.2	V U10	Sneek	

60h				
2025-06-21	11.9	V U12	Heerenveen	

hoog				
2025-06-21	1.10	V U12	Heerenveen	

hurkhoog				
2024-10-05	0.85	V U10	Heerenveen	

polsver				
2025-04-12	3.65	V U12	Leeuwarden	

ver				
2023-09-30	2.85	V U9	Heerenveen	
2024-10-05	2.93	V U10	Heerenveen	
2025-06-14	3.42	V U12	Leeuwarden	

balstoten				
2024-05-25	6.00	V U10	Steenwijk	

kogel 2				
2025-06-14	5.71	V U12	Leeuwarden	

slingeren				
2024-06-29	13.50	V U10	Sneek	
2025-05-24	14.00	V U12	Steenwijk	

vortex				
2023-04-06	9.00	V U9	Heerenveen	
2024-06-29	16.50	V U10	Sneek	
2025-06-21	19.50	V U12	Heerenveen	

Melvin vd Staaij

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

hoog				
2023-06-24	1.05	M U12	Drachten	

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

Evi Stouwdam

duur 6'				
2025-04-12	1300	V U12	Leeuwarden	

60h				
2025-04-12	11.9	V U12	Leeuwarden	

hoog				
2025-04-12	0.90	V U12	Leeuwarden	

polsver				
2025-04-12	3.60	V U12	Leeuwarden	

kogel 2				
2025-04-12	4.70	V U12	Leeuwarden	

vortex				
2025-04-12	17.00	V U12	Leeuwarden	

Jeen Streekstra

40				
2025-04-12	8.0	M U9	Leeuwarden	
duur 4'				
2025-05-24	8.50	M U9	Steenwijk	
40h				
2025-06-21	8.5	M U9	Heerenveen	
hoog				
2025-05-24	0.80	M U9	Steenwijk	
hurkhoog				
2025-06-21	0.75	M U9	Heerenveen	
ver				
2025-05-24	2.55	M U9	Steenwijk	
balstoten				
2025-05-24	3.90	M U9	Steenwijk	
slingeren				
2025-04-12	10.50	M U9	Leeuwarden	
vortex				
2025-05-24	12.50	M U9	Steenwijk	

Sasha Tarlavina

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

Hessel Teijema

150				
2022-10-01	28.5	M U14	Heerenveen	
1000				
2019-10-05	4:37.0	M U12	Heerenveen	

Benthe Tolsma

40				
2024-10-05	7.6	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	7.4	V U10	Heerenveen	
600				
2024-10-05	2:44.3	V U9	Heerenveen	
1000				
2025-06-14	4:26.18	V U10	Leeuwarden	
duur 4'				
2025-05-24	975	V U10	Steenwijk	
40h				
2025-06-21	8.1	V U10	Heerenveen	
hoog				
2024-09-21	0.85	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	0.95	V U10	Steenwijk	
hurkhoog				
2024-10-05	0.85	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	0.90	V U10	Heerenveen	
ver				
2024-10-05	2.95	V U9	Heerenveen	
2025-06-14	2.86	V U10	Leeuwarden	
balstoten				
2024-09-21	5.30	V U9	Heerenveen	
2025-05-24	5.40	V U10	Steenwijk	
kogel 2				
2025-06-14	4.56	V U10	Leeuwarden	
slingeren				
2024-10-05	8.00	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	12.50	V U10	Heerenveen	
vortex				
2024-10-05	10.50	V U9	Heerenveen	
2025-06-21	15.50	V U10	Heerenveen	

Fardau Tuinier

150				
2025-05-10	21.98	V U16	Zwolle	
ver				
2025-05-10	3.40	V U16	Zwolle	

Roy Veenstra

100				
2023-09-30	12.2	M U20	Heerenveen	
2024-10-05	12.2	M U20	Heerenveen	
200				
2023-09-30	24.5	M U20	Heerenveen	
2024-05-25	24.49	M U20	Heerenveen	
400				
2023-05-28	56.34	M U20	Harderwijk	
2024-10-05	57.8	M U20	Heerenveen	
800				
2023-04-02	2:21.07	M U20	Steenwijk	
1500				
2023-06-11	4:52.69	M U20	Assen	
3000				
2023-04-23	10:02.01	M U20	Drachten	
400h 91,4				
2023-04-29	1:02.85	M U20	Emmeloord	
2024-04-14	1:05.24	M U20	Drachten	
hoog				
2023-04-16	1.60	M U20	Almere	
hss				
2023-05-28	11.48	M U20	Harderwijk	
2024-06-16	12.89	M U20	Utrecht	
ver				
2023-05-20	5.81w	M U20	Heerenveen	
2024-10-05	6.01	M U20	Heerenveen	
kogel 6				
2024-10-05	8.95	M U20	Heerenveen	
speer 800				
2023-09-30	22.95	M U20	Heerenveen	
2024-10-05	27.69	M U20	Heerenveen	
sprint 2-kamp				
2023-09-30	1072	M U20	Heerenveen	

Jayden vd Velde

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

Ziggy Veldman

100				
2019-10-05	12.4	M U16	Heerenveen	
2020-09-26	12.1	M U16	Heerenveen	
2021-05-01	11.95	M U18	Heerenveen	
2022-06-12	11.69	M U18	Assen	
2023-04-16	11.39	M U20	Almere	
2024-10-05	11.6	M U20	Heerenveen	
2025-06-01	11.26	M U23	Almelo	
150				
2018-04-02	22.05	M U14	Amersfoort	
2019-05-25	19.51	M U16	Sneek	
2020-07-04	18.6	M U16	Heerenveen	
200				
2021-04-11	24.9	M U18	Heerenveen	
2022-06-19	24.04	M U18	Amsterdam	
2023-04-23	23.29	M U20	Drachten	
2025-05-18	23.85	M U23	Dronten	
400				
2024-10-05	57.2	M U20	Heerenveen	
110h 99,1				
2023-06-11	15.95	M U20	Assen	
hoog				
2015-06-27	1.00	M U12	Steenwijk	
2016-06-04	1.20	M U12	Stadskanaal	
2017-05-14	1.15	M U14	Sneek	
2018-05-12	1.35	M U14	Heerenveen	
2019-10-05	1.50	M U16	Heerenveen	
2020-09-26	1.60	M U16	Heerenveen	
2022-10-01	1.70	M U18	Heerenveen	
hss				
2020-09-04	10.31	M U16	Leeuwarden	
2021-09-12	11.52	M U18	Amersfoort	

2022-06-19	13.30	M U18	Amsterdam	
2023-05-28	13.34	M U20	Harderwijk	
2025-06-15	13.73	M U23	Amsterdam	
ver				
2014-10-04	2.70	M U10	Heerenveen	
2015-10-03	3.52	M U12	Heerenveen	
2016-09-17	3.65	M U12	Heerenveen	
2017-05-13	4.07	M U14	Sneek	
2018-05-12	5.02	M U14	Heerenveen	
2019-05-11	5.53w	M U16	Heerenveen	
2020-09-19	5.46	M U16	Grootebroek	
2021-08-28	5.82w	M U18	Hoogeveen	
2022-06-12	6.42	M U18	Assen	
2023-06-24	6.93w	M U20	Bergen op Zoom	
2024-06-15	6.85w	M U20	Utrecht	
2025-05-29	7.07w	M U23	Vught	
kogel 6				
2024-10-05	10.25	M U20	Heerenveen	
speer 800				
2024-10-05	25.64	M U20	Heerenveen	

Bert Velkers

800				
2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen	
2021-10-02	2:57.86	M50	Heerenveen	
2022-10-01	2:51.7	M50	Heerenveen	
3000				
2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen	
5000				
2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen	
discus 1½				
2021-10-02	19.51	M50	Heerenveen	
kogel 6				
2021-10-02	6.95	M50	Heerenveen	
speer 700				
2021-10-02	19.07	M50	Heerenveen	

Naomi Verkerk

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

Marit Versfeld

100				
2022-06-10	13.86	V U16	Ede	
2023-04-20	13.76	V U16	Hoogeveen	
2024-06-23	13.72	V U18	Drachten	
150				
2022-05-14	20.81	V U16	Emmen	
2023-05-06	20.34	V U16	Heerenveen	
200				
2024-05-04	27.41w	V U18	Heerenveen	
2025-05-31	27.54	V U18	Heerenveen	
300				
2022-08-28	45.47	V U16	Amsterdam	
2023-04-02	43.49	V U16	Steenwijk	
2024-06-28	45.77	V U18	Steenwijk	
400				
2023-06-14	1:04.48	V U16	Kampen	
2024-06-15	1:01.45	V U18	Utrecht	
2025-06-22	1:02.59	V U18	Drachten	
600				
2022-06-05	1:47.64	V U16	Emmeloord	
2023-05-07	1:44.61	V U16	Heerenveen	
800				
2023-04-22	2:33.55	V U16	Groningen	
2024-05-05	2:39.96	V U18	Heerenveen	
2025-06-01	2:36.46	V U18	Heerenveen	
1500				
2022-05-15	5:25.91	V U16	Zwolle	
2023-05-13	5:37.50	V U16	Hoogeveen	
100h 76,2				
2024-04-28	16.01w	V U18	Hoogeveen	

2025-05-31	16.30	V U18	Heerenveen
400h 76,2			
2022-04-10	1:12.33	V U16	Drachten
2023-04-23	1:10.44	V U16	Drachten
2024-05-25	1:12.91	V U18	Heerenveen
hoog			
2022-07-09	1.50	V U16	Hoorn
2023-06-14	1.55	V U16	Kampen
2024-06-09	1.45	V U18	Wageningen
2025-07-05	1.51	V U18	Assen
ver			
2022-06-05	4.78w	V U16	Emmeloord
2023-09-30	4.72	V U16	Heerenveen
2024-05-15	4.90	V U18	Kampen
2025-06-22	4.93	V U18	Drachten
discus 1			
2022-06-24	23.87	V U16	Steenwijk
2023-04-22	24.79	V U16	Groningen
kogel 3			
2022-08-27	11.81	V U16	Amsterdam
2023-09-02	12.42	V U16	Amsterdam
2024-05-15	11.91	V U18	Kampen
2025-07-05	12.41	V U18	Assen
speer 500			
2022-05-21	29.80	V U16	Heerenveen
2023-09-10	33.68	V U16	Zoetermeer
2024-05-25	29.91	V U18	Heerenveen
2025-07-06	30.90	V U18	Assen
7-kamp			
2024-05-05	4018	V U18	Heerenveen
2025-06-01	4172	V U18	Heerenveen
Jonathan Verweijen			
100			
2025-06-06	11.58	M U20	Kampen
Jodie Vianen			
60			
2024-07-11	9.09	V U14	Heerenveen
80			
2025-06-14	11.44w	V U16	Emmen
150			
2025-05-10	21.79	V U16	Zwolle
600			
2018-10-06	2:36.26	V U8	Heerenveen
2019-10-05	2:21.6	V U9	Heerenveen
2021-10-02	2:05.29	V U12	Heerenveen
2022-10-01	2:11.0	V U12	Heerenveen
2023-05-07	1:58.50	V U14	Heerenveen
1000			
2024-06-22	3:34.18	V U14	Heerenveen
60h 76,2			
2023-05-13	12.25	V U14	Hoogeveen
2024-06-22	11.33	V U14	Heerenveen
80h 76,2			
2025-05-10	14.91	V U16	Zwolle
300h 76,2			
2025-06-14	54.32	V U16	Emmen
hoog			
2018-09-15	0.75	V U8	Heerenveen
2019-09-14	0.95	V U9	Sneek
2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen
2022-04-23	1.20	V U12	Leeuwarden
2023-05-13	1.35	V U14	Hoogeveen
2025-06-14	1.45	V U16	Emmen
ver			
2018-10-06	2.52	V U8	Heerenveen
2019-09-14	2.75	V U9	Sneek
2020-09-12	3.00	V U10	Heerenveen
2021-04-06	3.15	V U12	Heerenveen
2022-05-21	3.45	V U12	Steenwijk
2023-04-22	3.68	V U14	Groningen
speer 400			
2023-05-06	16.06	V U14	Heerenveen

6-kamp			
2023-05-07	2134	V U14	Heerenveen
Lieuwe Vianen			
40			
2023-09-30	9.2	M U7	Heerenveen
2024-04-20	9.5	M U7	Leeuwarden
2025-04-12	8.0	M U8	Leeuwarden
duur 4'			
2024-05-25	800	M U7	Steenwijk
2025-04-12	950	M U8	Leeuwarden
40h			
2024-04-20	11.2	M U7	Leeuwarden
2025-04-12	9.5	M U8	Leeuwarden
hoog			
2024-05-25	0.70	M U7	Steenwijk
2025-05-24	0.85	M U8	Steenwijk
hurkhoog			
2023-09-30	0.50	M U7	Heerenveen
2024-04-20	0.55	M U7	Leeuwarden
2025-04-12	0.65	M U8	Leeuwarden
ver			
2023-09-30	1.95	M U7	Heerenveen
2024-05-25	2.20	M U7	Steenwijk
2025-05-24	2.30	M U8	Steenwijk
balstoten			
2024-05-25	3.00	M U7	Steenwijk
2025-05-24	4.10	M U8	Steenwijk
slingeren			
2024-04-20	8.00	M U7	Leeuwarden
2025-04-12	11.00	M U8	Leeuwarden
vortex			
2023-09-30	8.00	M U7	Heerenveen
2024-05-25	11.50	M U7	Steenwijk
2025-04-12	13.00	M U8	Leeuwarden
Anneke Visser			
1500			
2024-10-05	8:28.4	V45	Heerenveen
Fedde Visser			
60			
2021-04-06	10.2	M U12	Heerenveen
2023-07-12	9.45	M U14	Heerenveen
80			
2023-06-17	12.56	M U14	Heerenveen
2024-10-05	11.9	M U14	Heerenveen
150			
2023-09-30	22.9	M U14	Heerenveen
300			
2024-10-05	1:00.2	M U14	Heerenveen
600			
2017-10-07	3:03.8	M U8	Heerenveen
2018-10-06	2:40.59	M U8	Heerenveen
2019-10-05	2:36.0	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2:28.0	M U10	Heerenveen
2021-05-22	2:39.66	M U12	Heerenveen
2023-09-30	2:17.0	M U14	Heerenveen
2024-05-18	2:11.92	M U14	Sneek
80h 76,2			
2023-09-16	19.40	M U14	Spijkenisse
hoog			
2017-09-16	0.70	M U8	Heerenveen
2018-09-15	0.80	M U8	Heerenveen
2021-05-22	1.00	M U12	Heerenveen
ver			
2017-09-16	1.85	M U8	Heerenveen
2018-10-06	2.29	M U8	Heerenveen
2019-10-05	2.58	M U9	Heerenveen
2020-09-26	2.81	M U10	Heerenveen
2021-04-06	2.85	M U12	Heerenveen
2023-09-30	3.65	M U14	Heerenveen
2024-09-01	3.66	M U14	Amsterdam

kogel 3			
2024-10-05	4.66	M U14	Heerenveen
speer 400			
2023-09-30	8.67	M U14	Heerenveen
2024-10-05	8.26	M U14	Heerenveen
Jacob Visser			
100			
2017-04-08	18.49	M70	Heerenveen
2020-09-26	17.9	M75	Heerenveen
200			
2017-10-07	36.2	M70	Heerenveen
400			
2017-04-08	1:21.68	M70	Heerenveen
800			
2017-05-20	3:08.68	M70	Heerenveen
2020-09-26	3:07.0	M75	Heerenveen
1500			
2017-04-08	6:31.87	M70	Heerenveen
3000			
2017-05-20	14:00.11	M70	Heerenveen
5000			
2011-05-28	22:14.09	M65	Heerenveen
2020-09-26	24:11.0	M75	Heerenveen
25000			
2021-07-10	2:41:12	M75	Heerenveen
marathon baan			
2020-02-22	4:49:29	M75	Steenwijk
hoog			
2017-10-07	1.10	M70	Heerenveen
ver			
2017-10-07	2.64	M70	Heerenveen
discus 1			
2017-10-07	18.48	M70	Heerenveen
kogel 4			
2017-10-07	7.68	M70	Heerenveen
speer 500			
2017-10-07	13.07	M70	Heerenveen
werp 3-kamp			
2017-10-07	877	M70	Heerenveen
Marco Visser			
100			
2024-10-05	15.3	M40	Heerenveen
400			
2024-10-05	1:23.0	M40	Heerenveen
ver			
2024-10-05	3.79	M40	Heerenveen
kogel 7¼			
2024-10-05	10.03	M40	Heerenveen
Ruben Visser			
100			
2022-10-01	15.9	M U16	Heerenveen
200			
2022-10-01	32.7	M U16	Heerenveen
800			
2020-09-26	2:55.0	M U14	Heerenveen
2021-10-02	2:56.19	M U14	Heerenveen
2022-06-11	2:50.27	M U16	Heerenveen
2023-09-30	2:41.1	M U16	Heerenveen
1000			
2017-10-07	4:20.5	M U10	Heerenveen
2018-10-06	3:52.61	M U12	Heerenveen
2019-10-05	3:52.2	M U12	Heerenveen
2020-07-02	3:46.3	M U14	Heerenveen
2022-04-02	4:08.21	M U16	Steenwijk
hoog			
2017-09-16	1.00	M U10	Heerenveen

2018-07-07	1.05	M U12	Steenwijk
2019-06-29	1.15	M U12	Leeuwarden
2022-06-11	1.15	M U16	Heerenveen
ver			
2017-10-07	2.72	M U10	Heerenveen
2018-10-06	3.22	M U12	Heerenveen
2019-10-05	3.30	M U12	Heerenveen

Tessa Visser

40			
2024-10-05	8.7	V U8	Heerenveen
600			
2024-10-05	3:04.2	V U8	Heerenveen
hurkhoog			
2024-10-05	0.65	V U8	Heerenveen
ver			
2024-10-05	2.35	V U8	Heerenveen
slingeren			
2024-10-05	6.00	V U8	Heerenveen
vortex			
2024-10-05	7.50	V U8	Heerenveen

Wout Visser

80			
2024-10-05	14.8	M U14	Heerenveen
300			
2024-10-05	1:05.2	M U14	Heerenveen
1000			
2025-04-05	4:32.46	M U14	Sneek
hoog			
2025-04-05	1.10	M U14	Sneek
ver			
2024-10-05	2.74	M U14	Heerenveen
kogel 3			
2024-10-05	5.07	M U14	Heerenveen
speer 400			
2024-10-05	12.06	M U14	Heerenveen

Lara de Vries

60			
2024-10-05	11.1	V U12	Heerenveen
600			
2021-10-02	3:12.36	V U8	Heerenveen
2022-10-01	3:00.0	V U9	Heerenveen
2023-09-30	2:50.0	V U10	Heerenveen
2024-10-05	2:44.0	V U12	Heerenveen
duur 6'			
2024-04-20	1200	V U12	Leeuwarden
60h			
2024-04-20	13.7	V U12	Leeuwarden
hoog			
2022-09-10	0.75	V U9	Heerenveen
2023-09-16	0.90	V U10	Heerenveen
2024-06-29	0.90	V U12	Sneek
polsver			
2024-06-29	3.75	V U12	Sneek
ver			
2021-04-06	1.80	V U8	Heerenveen
2022-09-10	2.15	V U9	Heerenveen
2023-09-30	2.44	V U10	Heerenveen
2024-10-05	2.38	V U12	Heerenveen
balstoten			
2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen
2023-09-16	3.70	V U10	Heerenveen
kogel 2			
2024-06-29	4.20	V U12	Sneek
slingeren			
2021-05-06	6.00	V U8	Heerenveen
2022-04-23	9.50	V U9	Leeuwarden
2023-06-24	13.00	V U10	Drachten

2024-10-05	13.00	V U12	Heerenveen
vortex			
2021-05-06	8.50	V U8	Heerenveen
2022-09-10	8.00	V U9	Heerenveen
2023-09-30	10.50	V U10	Heerenveen
2024-10-05	11.50	V U12	Heerenveen

Marieke de Vries

100			
2024-10-05	18.6	V40	Heerenveen
400			
2024-10-05	1:39.4	V40	Heerenveen
ver			
2024-10-05	2.51	V40	Heerenveen
kogel 4			
2024-10-05	6.35	V40	Heerenveen

Savanah de Vries

100			
2025-06-27	13.60	V U20	Hilversum
200			
2025-06-29	28.48	V U20	Hilversum
ver			
2025-06-06	4.22	V U20	Kampen

Elina vd Wal

40			
2025-04-12	7.9	V U9	Leeuwarden
60			
2024-10-05	8.4	V U8	Heerenveen
600			
2024-10-05	2:44.9	V U8	Heerenveen
duur 4'			
2025-04-12	800	V U9	Leeuwarden
40h			
2025-04-12	9.4	V U9	Leeuwarden
hurkhoog			
2024-10-05	0.70	V U8	Heerenveen
2025-04-12	0.65	V U9	Leeuwarden
ver			
2024-10-05	2.06	V U8	Heerenveen
slingeren			
2024-10-05	6.00	V U8	Heerenveen
2025-04-12	7.00	V U9	Leeuwarden
vortex			
2024-10-05	7.00	V U8	Heerenveen
2025-04-12	7.50	V U9	Leeuwarden

Loeck ter Wee

40			
2024-04-20	8.0	M U10	Leeuwarden
duur 4'			
2024-04-20	700	M U10	Leeuwarden
duur 6'			
2025-04-12	1125	M U12	Leeuwarden
40h			
2024-04-20	8.8	M U10	Leeuwarden
60h			
2025-04-12	12.8	M U12	Leeuwarden
hoog			
2024-05-25	0.80	M U10	Steenwijk
2025-04-12	0.90	M U12	Leeuwarden
hurkhoog			
2024-04-20	0.75	M U10	Leeuwarden
polsver			
2025-04-12	3.90	M U12	Leeuwarden
ver			
2024-05-25	2.75	M U10	Steenwijk

balstoten			
2024-05-25	4.30	M U10	Steenwijk
kogel 2			
2025-04-12	4.70	M U12	Leeuwarden
slingeren			
2024-04-20	11.00	M U10	Leeuwarden
vortex			
2024-05-25	13.00	M U10	Steenwijk
2025-04-12	14.50	M U12	Leeuwarden

Bob vd Weg

3000			
2013-10-05	11:00.1	M45	Heerenveen
2014-10-04	10:56.2	M45	Heerenveen
2016-10-01	11:09.1	M45	Heerenveen
5000			
2020-09-26	19:23.0	M50	Heerenveen
2021-10-02	19:47.27	M50	Heerenveen
25000			
2021-07-10	1:51:48	M50	Heerenveen
50000			
2018-02-17	3:54:49	M45	Steenwijk
2023-02-18	4:04:36	M50	Heerenveen
6-uurloop			
2023-03-25	56400	M50	Nijverdal

Finn vd Werf

600			
2020-09-26	2:51.0	M U10	Heerenveen
2021-10-02	2:45.35	M U12	Heerenveen
hoog			
2021-06-26	0.90	M U12	Leeuwarden
ver			
2020-09-12	2.65	M U10	Heerenveen
2021-04-06	2.80	M U12	Heerenveen
2022-04-07	2.65	M U12	Heerenveen

Jouke vd Werff

100			
2024-10-05	13.7	M U16	Heerenveen
2025-07-04	13.50	M U16	Leeuwarden
150			
2024-05-18	21.77	M U16	Sneek
2025-05-10	21.07	M U16	Zwolle
200			
2025-06-06	28.28	M U16	Kampen
300			
2024-10-05	47.9	M U16	Heerenveen
600			
2022-10-01	2:17.0	M U14	Heerenveen
800			
2023-05-20	3:00.51	M U14	Heerenveen
hoog			
2022-10-01	1.00	M U14	Heerenveen
ver			
2022-04-07	3.45	M U14	Heerenveen
2023-05-13	3.70	M U14	Hoogeveen
2024-10-05	4.06	M U16	Heerenveen
discus 1			
2025-06-14	20.22	M U16	Emmen
kogel 4			
2024-10-05	6.36	M U16	Heerenveen
2025-04-05	5.68	M U16	Sneek
speer 600			
2024-10-05	22.48	M U16	Heerenveen
2025-05-10	28.04	M U16	Zwolle
Marja vd Werf-Zoer			
800			
2019-10-05	3:37.1	V55	Heerenveen

3000			
2014-10-04	14:21.9	V50	Heerenveen
2017-10-07	14:52.5	V50	Heerenveen
2018-10-06	14:42.91	V55	Heerenveen
2019-10-05	14:32.0	V55	Heerenveen
5000			
2020-09-26	26:12.0	V55	Heerenveen
2021-10-02	26:16.91	V55	Heerenveen
Doutzen Wierda			
600			
2024-05-18	2:17.65	V U14	Sneek
1000			
2024-06-22	4:13.23	V U14	Heerenveen
ver			
2024-06-22	3.25	V U14	Heerenveen
discus ¾			
2024-04-06	9.94	V U14	Emmeloord
kogel 2			
2024-06-22	6.49	V U14	Heerenveen
speer 400			
2024-04-06	10.52	V U14	Emmeloord
Jimte Wierda			
60			
2023-09-30	10.7	M U12	Heerenveen
2024-10-05	9.8	M U12	Heerenveen
80			
2025-06-14	13.33	M U14	Emmen
600			
2020-09-26	2:53.0	M U8	Heerenveen
2021-10-02	2:35.21	M U9	Heerenveen
2022-10-01	2:25.0	M U10	Heerenveen
2023-09-30	2:23.6	M U12	Heerenveen
2024-10-05	2:17.9	M U12	Heerenveen
duur 6'			
2024-04-20	1350	M U12	Leeuwarden
60h			
2024-06-29	11.2	M U12	Sneek
hoog			
2021-09-11	0.80	M U9	Drachten
2022-09-10	0.95	M U10	Heerenveen
2023-09-30	1.00	M U12	Heerenveen
2024-06-29	1.10	M U12	Sneek
polsver			
2024-06-29	4.50	M U12	Sneek
ver			
2020-09-12	2.20	M U8	Heerenveen
2021-06-05	2.90	M U9	Heerenveen
2022-10-01	2.85	M U10	Heerenveen
2024-05-25	3.30	M U12	Steenwijk
2025-04-05	3.39	M U14	Sneek
balstoten			
2020-09-12	3.90	M U8	Heerenveen
2021-09-11	4.80	M U9	Drachten
2022-09-10	6.60	M U10	Heerenveen
kogel 2			
2023-09-30	6.04	M U12	Heerenveen
2024-06-29	7.30	M U12	Sneek
kogel 3			
2025-06-14	5.29	M U14	Emmen
slingeren			
2020-06-30	9.00	M U8	Heerenveen
2021-05-06	13.00	M U9	Heerenveen
2022-04-23	16.50	M U10	Leeuwarden
2024-10-05	19.00	M U12	Heerenveen
speer 400			
2025-06-14	18.83	M U14	Emmen
vortex			
2020-09-26	13.66	M U8	Heerenveen
2021-09-11	16.50	M U9	Drachten
2022-09-10	19.50	M U10	Heerenveen

2024-04-20	25.50	M U12	Leeuwarden
2024-09-21	31.00	M U12	Heerenveen
Ties Wierda			
40			
2021-10-02	8.19	M U8	Heerenveen
2022-06-25	7.7	M U8	Drachten
2023-09-30	7.3	M U9	Heerenveen
2024-06-29	6.8	M U10	Sneek
60			
2025-06-14	9.85	M U12	Leeuwarden
600			
2021-10-02	2:48.35	M U8	Heerenveen
2022-10-01	2:37.0	M U8	Heerenveen
2023-09-30	2:18.0	M U9	Heerenveen
2024-10-05	2:17.1	M U10	Heerenveen
1000			
2025-06-14	3:57.65	M U12	Leeuwarden
duur 4'			
2022-06-25	850	M U8	Drachten
2024-05-25	1000	M U10	Steenwijk
duur 6'			
2025-05-24	1450	M U12	Steenwijk
40h			
2022-06-25	8.0	M U8	Drachten
2024-06-29	7.5	M U10	Sneek
60h			
2025-04-12	11.1	M U12	Leeuwarden
hoog			
2021-09-11	0.75	M U8	Drachten
2022-09-10	0.80	M U8	Heerenveen
2023-09-16	0.90	M U9	Heerenveen
2024-09-21	1.05	M U10	Heerenveen
2025-04-12	1.25	M U12	Leeuwarden
hurkhoog			
2022-06-25	0.65	M U8	Drachten
2024-10-05	0.90	M U10	Heerenveen
polsver			
2025-06-21	3.80	M U12	Heerenveen
ver			
2021-10-02	2.46	M U8	Heerenveen
2022-10-01	2.60	M U8	Heerenveen
2023-09-30	3.11	M U9	Heerenveen
2024-10-05	3.50	M U10	Heerenveen
2025-06-14	3.93	M U12	Leeuwarden
balstoten			
2021-09-11	3.70	M U8	Drachten
2022-09-10	4.50	M U8	Heerenveen
2023-09-16	5.70	M U9	Heerenveen
2024-09-21	6.50	M U10	Heerenveen
kogel 2			
2025-06-14	5.84	M U12	Leeuwarden
slingeren			
2022-06-25	12.00	M U8	Drachten
2024-06-29	16.50	M U10	Sneek
2025-05-24	17.00	M U12	Steenwijk
vortex			
2021-10-02	12.74	M U8	Heerenveen
2022-10-01	16.50	M U8	Heerenveen
2023-09-16	25.00	M U9	Heerenveen
2024-09-21	28.00	M U10	Heerenveen
2025-06-21	37.00	M U12	Heerenveen
Maja Wijma			
60			
2024-10-05	9.6	V U12	Heerenveen
2025-06-14	9.70w	V U14	Emmen
600			
2024-10-05	2:13.9	V U12	Heerenveen
2025-06-01	1:58.54	V U14	Heerenveen
1000			
2025-06-14	4:04.04	V U14	Emmen

duur 6'			
2024-06-29	1425	V U12	Sneek
60h			
2024-09-21	10.7	V U12	Heerenveen
60h 76,2			
2025-05-31	14.21	V U14	Heerenveen
hoog			
2024-10-05	0.95	V U12	Heerenveen
2025-05-31	1.05	V U14	Heerenveen
polsver			
2024-06-29	4.10	V U12	Sneek
ver			
2024-10-05	3.37	V U12	Heerenveen
2025-06-01	2.97	V U14	Heerenveen
discus ¾			
2025-03-30	12.88	V U14	Steenwijk
kogel 2			
2024-06-29	5.50	V U12	Sneek
2025-06-01	6.37	V U14	Heerenveen
slingeren			
2024-05-25	15.00	V U12	Steenwijk
speer 400			
2025-04-05	12.35	V U14	Sneek
vortex			
2024-09-21	19.00	V U12	Heerenveen
6-kamp			
2025-06-01	1597	V U14	Heerenveen
Thymo Willemse			
hoog			
2021-05-22	1.00	M U12	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.68	M U10	Heerenveen
2020-09-26	3.05	M U12	Heerenveen
2021-10-02	3.13	M U12	Heerenveen
Milan van Winsum			
60			
2024-09-21	10.1	M U12	Heerenveen
2025-05-24	10.4	M U12	Steenwijk
duur 6'			
2024-04-20	1170	M U12	Leeuwarden
2025-04-12	1175	M U12	Leeuwarden
60h			
2024-06-29	11.0	M U12	Sneek
2025-06-21	10.7	M U12	Heerenveen
hoog			
2024-06-29	1.15	M U12	Sneek
2025-06-21	1.20	M U12	Heerenveen
polsver			
2024-06-29	3.60	M U12	Sneek
2025-04-12	3.65	M U12	Leeuwarden
ver			
2024-09-21	3.45	M U12	Heerenveen
2025-04-01	3.35	M U12	Heerenveen
kogel 2			
2024-06-29	5.20	M U12	Sneek
2025-06-21	5.60	M U12	Heerenveen
slingeren			
2024-09-21	13.50	M U12	Heerenveen
2025-05-24	17.50	M U12	Steenwijk
vortex			
2024-06-29	27.50	M U12	Sneek
2025-05-24	32.50	M U12	Steenwijk
Jente Wolters			
100			
2023-09-30	14.0	V U18	Heerenveen
2024-04-28	13.64	V U18	Hoogeveen

200
2023-09-30 29.3 V U18 Heerenveen
2024-05-15 28.44 V U18 Kampen

600
2020-09-26 2:06.0 V U14 Heerenveen
2021-10-02 1:53.99 V U16 Heerenveen
2022-06-18 1:44.72 V U16 Stadskanaal

800
2021-04-17 2:40.8 V U16 Heerenveen
2022-08-27 2:30.36 V U16 Amsterdam
2023-06-11 2:48.22 V U18 Assen

1500
2022-05-14 5:24.64 V U16 Emmen
2023-05-28 6:00.91 V U18 Harderwijk

3000
2022-04-10 12:14.80 V U16 Drachten

ver
2020-09-26 3.13 V U14 Heerenveen
2022-05-21 3.73 V U16 Heerenveen

speer 400
2020-09-26 11.01 V U14 Heerenveen

sprint 2-kamp
2023-09-30 994 V U18 Heerenveen

Pelle vd Woude

100
2023-09-30 12.8 M U18 Heerenveen

200
2023-09-30 26.9 M U18 Heerenveen
2024-05-25 26.37 M U18 Heerenveen

600
2014-10-04 3:03.1 M U8 Heerenveen

hoog
2022-10-01 1.50 M U16 Heerenveen
2023-05-28 1.55 M U18 Harderwijk
2024-04-28 1.55 M U18 Hoogeveen

polshoog
2019-05-11 1.66 M U14 Heerenveen
2020-07-25 1.86 M U14 Heerenveen
2021-10-02 2.33 M U16 Heerenveen
2022-06-23 2.70 M U16 Hengelo
2023-05-28 2.90 M U18 Harderwijk
2024-05-25 3.00 M U18 Heerenveen

ver
2014-10-04 2.33 M U8 Heerenveen
2015-10-03 3.18 M U9 Heerenveen
2016-10-01 3.28 M U10 Heerenveen
2017-10-07 3.29 M U12 Heerenveen
2018-10-06 3.75 M U12 Heerenveen
2022-10-01 5.03 M U16 Heerenveen
2023-05-20 5.15 M U18 Heerenveen

sprint 2-kamp
2023-09-30 775 M U18 Heerenveen

David Yousef

60
2024-10-05 10.6 M U12 Heerenveen

600
2021-10-02 2:25.06 M U9 Heerenveen
2024-10-05 2:10.5 M U12 Heerenveen

hoog
2022-09-10 0.85 M U10 Heerenveen
2024-10-05 0.95 M U12 Heerenveen

ver
2022-04-07 2.95 M U10 Heerenveen
2024-10-05 2.66 M U12 Heerenveen

balstoten
2022-05-21 5.20 M U10 Steenwijk

slingeren
2024-10-05 16.50 M U12 Heerenveen

vortex
2022-09-10 21.00 M U10 Heerenveen

2024-10-05 26.00 M U12 Heerenveen

Harm Zijlstra

100
2020-07-25 17.32 M55 Heerenveen
2021-10-02 17.44w M60 Heerenveen
2022-10-01 17.7 M60 Heerenveen

150
2022-06-24 25.66 M60 Steenwijk

200
2019-10-05 34.8 M55 Heerenveen
2020-07-25 34.39w M55 Heerenveen
2021-10-02 35.08w M60 Heerenveen
2022-10-01 35.0 M60 Heerenveen

300
2022-06-24 54.59 M60 Steenwijk

400
2019-04-07 1:14.36 M55 Amersfoort
2022-04-24 1:17.66 M60 Emmen

800
2018-06-10 2:48.32 M55 Apeldoorn
2019-05-11 2:43.46 M55 Heerenveen
2021-10-02 3:03.34 M60 Heerenveen
2022-10-01 2:54.2 M60 Heerenveen
2023-09-30 2:51.1 M60 Heerenveen

1500
2011-05-28 5:26.52 M50 Heerenveen
2016-04-09 5:14.61 M50 Heerenveen
2019-04-07 5:29.88 M55 Amersfoort
2022-04-24 6:00.64 M60 Emmen

3000
2013-10-05 11:04.8 M50 Heerenveen
2017-05-20 11:37.15 M55 Heerenveen

5000
2013-09-21 19:31.40 M50 Leeuwarden
2017-07-14 20:01.1 M55 Steenwijk
2019-05-12 19:59.83 M55 Apeldoorn
2021-10-02 22:15.60 M60 Heerenveen
2022-06-19 21:46.59 M60 Ede

10000
2011-07-15 42:45.5 M50 Steenwijk
2017-07-07 42:07.52 M55 Steenwijk

ver
2019-10-05 2.07 M55 Heerenveen

sprint 2-kamp
2022-10-01 319 M60 Heerenveen

Jace Zwaan

40
2025-06-21 11.2 M U10 Heerenveen

duur 4'
2025-04-12 525 M U10 Leeuwarden

40h
2025-06-21 13.9 M U10 Heerenveen

hurkhoog
2025-06-21 0.55 M U10 Heerenveen

slingeren
2025-06-21 10.00 M U10 Heerenveen

vortex
2025-06-21 8.00 M U10 Heerenveen

Josli Zwikker

100
2022-08-28 11.84 M U16 Amsterdam
2023-06-23 11.99 M U18 Bergen op Zoom

150
2022-08-27 17.82 M U16 Amsterdam
2022-08-27 17.58w M U16 Amsterdam

200
2022-10-01 24.5 M U16 Heerenveen

ver
2022-06-11 5.20 M U16 Heerenveen