

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

PR's vanaf het baanseizoen van 2011

Bijgewerkt t/m zo 12 september 2021

Laura vd Akker

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

Selena Algra

40				
2020-09-26	8.9	mpm	Heerenveen	
600				
2020-09-26	2:57.0	mpm	Heerenveen	
ver				
2020-09-26	2.54	mpm	Heerenveen	
vortex				
2020-09-26	8.70	mpm	Heerenveen	

Hayat Askar

40				
2014-10-04	7.6	mpB	Heerenveen	
60				
2015-06-06	10.1	mpA	Sneek	
2016-05-28	9.7	mpA	Leeuwarden	
2018-10-06	9.55	mD	Heerenveen	
80				
2019-10-05	12.0	mC	Heerenveen	
600				
2017-04-08	2:14.45	mD	Heerenveen	
2019-10-05	2:02.1	mC	Heerenveen	
1000				
2014-10-04	4:25.8	mpB	Heerenveen	
2016-10-01	4:16.2	mpA	Heerenveen	
duur 6'				
2016-05-28	1275	mpA	Leeuwarden	
60h				
2015-04-11	12.2	mpA	Leeuwarden	
2016-07-02	11.8	mpA	Drachten	
2016-09-17	11.6	mpA	Heerenveen	
60h 76,2				
2017-05-06	14.61	mD	Groningen	
hoog				
2015-04-11	0.90	mpA	Leeuwarden	
2015-06-27	1.00	mpA	Steenwijk	
2016-04-16	1.20	mpA	Sneek	
2017-04-08	1.20	mD	Heerenveen	
2018-05-12	1.15	mD	Heerenveen	
2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen	
2019-05-25	1.30	mC	Sneek	
2019-06-22	1.30	mC	Stadskanaal	
polsver				
2016-04-16	3.70	mpA	Sneek	
2016-07-02	4.10	mpA	Drachten	
ver				
2014-10-04	2.43	mpB	Heerenveen	
2015-06-06	2.95	mpA	Sneek	
2015-10-03	3.16	mpA	Heerenveen	
2016-05-28	3.32	mpA	Leeuwarden	
2016-09-17	3.35	mpA	Heerenveen	
2017-04-08	3.53	mD	Heerenveen	
2020-09-26	4.02	mC	Heerenveen	
discus ¾				
2018-04-14	16.81	mD	Sneek	
2018-06-09	17.53	mD	Groningen	
2018-09-02	18.15	mD	Amsterdam	
discus 1				
2019-04-28	19.66	mC	Epe	
kogel 2				
2014-10-04	4.75	mpB	Heerenveen	
2015-04-11	5.00	mpA	Leeuwarden	
2015-06-27	5.90	mpA	Steenwijk	
2015-10-03	6.09	mpA	Heerenveen	
2016-04-16	6.60	mpA	Sneek	
2017-04-08	8.05	mD	Heerenveen	
2017-05-27	8.11	mD	Stadskanaal	
2017-10-07	8.12	mD	Heerenveen	
2018-04-14	8.43	mD	Sneek	
2018-05-12	9.36	mD	Heerenveen	
kogel 3				
2019-04-06	8.30	mC	Heerenveen	
2020-07-02	8.78	mC	Heerenveen	
2020-09-26	9.11	mC	Heerenveen	
slingeren				
2016-05-28	18.50	mpA	Leeuwarden	
speer 400				
2017-05-27	15.32	mD	Stadskanaal	

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

Mariam Azouz

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

Sara Azouz

60				
2019-10-05	10.3	mD	Heerenveen	
2020-09-26	9.5	mD	Heerenveen	
80				
2021-05-22	11.91	mC	Heerenveen	
600				
2019-10-05	2:33.4	mD	Heerenveen	
2020-09-26	2:02.0	mD	Heerenveen	
800				
2021-04-17	2:44.0	mC	Heerenveen	
2021-05-22	2:40.90	mC	Heerenveen	
ver				
2019-10-05	2.75	mD	Heerenveen	
2020-09-26	3.43	mD	Heerenveen	
2021-04-17	4.04	mC	Heerenveen	

Sedra Azouz				600				400h 76,2			
60				2018-10-06	2:12.02	mD	Heerenveen	2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo
2019-10-05	10.0	mD	Heerenveen	2020-09-26	2:03.0	mC	Heerenveen	hoog			
80				1000				2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen
2020-09-26	13.1	mC	Heerenveen	2018-05-19	3:59.12	mD	Assen	2019-03-30	1.25	V40	Steenwijk
600				2018-06-30	3:52.20	mD	Groningen	2019-05-12	1.25	V40	Apeldoorn
2019-10-05	2:19.5	mD	Heerenveen	duur 6'				2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal
hoog				2017-07-08	1425	mpA	Drachten	2020-10-09	1.30	V40	Drachten
2020-07-02	1.05	mC	Heerenveen	60h				ver			
2020-09-26	1.15	mC	Heerenveen	2017-07-08	12.0	mpA	Drachten	2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen
ver				hoog				2019-03-30	3.75	V40	Steenwijk
2019-10-05	3.14	mD	Heerenveen	2017-07-08	0.95	mpA	Drachten	2019-05-08	4.04	V40	Kampen
2020-09-26	3.16	mC	Heerenveen	2019-10-05	1.25	mD	Heerenveen	2019-06-08	4.20	V40	Groningen
2021-04-17	3.56	mC	Heerenveen	2020-09-26	1.25	mC	Heerenveen	2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen
kogel 3				polsver				2020-09-04	4.49	V40	Leeuwarden
2020-07-02	4.57	mC	Heerenveen	2017-07-08	3.30	mpA	Drachten	2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen
Ylse Barkmeijer				ver				2021-07-04	4.61	V40	Dongen
60				2018-04-14	3.11w	mD	Sneek	2021-08-28	4.65w	V40	Hoogeveen
2014-06-14	11.2	mpA	Steenwijk	kogel 2				2021-09-08	4.66	V40	Hengelo
2014-09-13	10.9	mpA	Leeuwarden	2017-07-08	4.10	mpA	Drachten	discus 1			
2014-10-04	10.7	mpA	Heerenveen	2018-10-06	5.35	mD	Heerenveen	2019-08-30	21.85	V40	Heerenveen
2015-04-04	10.65	mD	Steenwijk	speer 400				2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk
2015-10-03	10.1	mD	Heerenveen	2019-10-05	12.54	mD	Heerenveen	kogel 4			
600				speer 500				2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen
2015-04-11	2:24.5	mD	Heerenveen	2020-09-26	14.07	mC	Heerenveen	2019-05-11	7.47	V40	Heerenveen
2015-10-03	2:02.0	mD	Heerenveen	vortex				2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden
800				2017-07-08	10.50	mpA	Drachten	2020-07-04	8.35	V40	Heerenveen
2016-08-26	3:09.43	mD	Assen	Jikke vd Berg				2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek
2017-05-06	2:54.67	mC	Groningen	3000				2021-07-09	8.87	V40	Steenwijk
2018-05-19	2:52.88	mC	Assen	2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn	2021-09-08	9.11	V40	Hengelo
1000				5000				speer 600			
2014-10-04	4:09.3	mpA	Heerenveen	2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen	2019-07-07	15.94	V40	Stadskanaal
2015-04-04	4:09.32	mD	Steenwijk	Linda vd Berg				2019-08-30	19.95	V40	Heerenveen
2015-06-14	4:02.65	mD	Groningen	80				2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk
2016-05-21	3:53.31	mD	Drachten	2019-05-08	12.21	V40	Kampen	2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen
2016-06-11	3:44.18	mD	Groningen	100				werp 3-kamp			
2020-07-02	3:49.2	mB	Heerenveen	2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk	2019-10-05	1337	V40	Heerenveen
1500				2020-07-25	14.41	V40	Heerenveen	2019-10-13	1430	V40	Steenwijk
2017-07-21	6:09.73	mC	Heiloo	2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek	7-kamp			
60h				2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk	2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal
2014-04-12	12.4	mpA	Drachten	150				Mart Bijker			
2014-06-14	11.9	mpA	Steenwijk	2020-07-04	21.8	V40	Heerenveen	40			
2014-06-28	11.6	mpA	Sneek	2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek	2015-04-11	7.5	jpC	Leeuwarden
hoog				2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk	2015-06-13	7.38	jpC	Heerenveen
2014-04-12	0.85	mpA	Drachten	200				2015-10-03	7.0	jpC	Heerenveen
2014-06-28	0.95	mpA	Sneek	2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen	2016-04-16	6.8	jpB	Sneek
2015-04-11	1.10	mD	Heerenveen	2019-04-07	32.28	V40	Amersfoort	60			
ver				2019-05-12	31.31	V40	Apeldoorn	2017-09-09	10.24	jpA	Sneek
2014-06-14	2.75	mpA	Steenwijk	2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal	2017-10-07	9.8	jpA	Heerenveen
2014-09-13	2.95	mpA	Leeuwarden	2020-07-25	30.06	V40	Heerenveen	2018-06-17	9.44	jpA	Soest
2014-10-04	3.08	mpA	Heerenveen	2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek	80			
2015-04-04	3.28	mD	Steenwijk	2021-08-13	29.07	V40	Heerhugowaard	2019-04-06	12.22	JD	Heerenveen
2015-10-03	3.52	mD	Heerenveen	300				150			
kogel 2				2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk	2020-07-04	23.9	JD	Heerenveen
2014-04-12	4.00	mpA	Drachten	2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen	400			
2015-10-03	4.79	mD	Heerenveen	2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk	2015-07-04	1:24.45	jpC	Assen
vortex				400				600			
2014-04-12	6.00	mpA	Drachten	2021-07-04	1:07.53	V40	Dongen	2015-05-16	2:18.08	jpC	Heerenveen
2014-06-14	9.00	mpA	Steenwijk	2021-08-28	1:07.42	V40	Hoogeveen	2015-06-13	2:15.72	jpC	Heerenveen
2014-06-28	9.50	mpA	Sneek	800				2015-10-03	2:15.0	jpC	Heerenveen
2014-09-13	10.00	mpA	Leeuwarden	2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen	800			
Amarins Beijaard				2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal	2020-07-25	2:35.96	JD	Heerenveen
60				80h 76,2				2021-03-20	2:25.9	JC	Heerenveen
2018-05-19	10.26	mD	Assen	2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal	1000			
2018-10-06	9.81	mD	Heerenveen					2016-06-18	4:01.89	jpB	Heerenveen
2019-10-05	9.4	mD	Heerenveen					2017-09-09	3:58.99	jpA	Sneek
								2017-10-07	3:44.9	jpA	Heerenveen
								2018-04-28	3:35.30	jpA	Sneek
								2018-06-17	3:29.15	jpA	Soest
								2019-03-30	3:23.01	JD	Steenwijk

2019-04-06	3:21.12	jD	Heerenveen	200				2013-05-18	3:54.17	mpA	Stadskanaal
2019-05-25	3:19.09	jD	Sneek	2018-05-13	32.59	V55	Emmen	2014-10-04	3:53.1	mpA	Heerenveen
2019-09-01	3:17.71	jD	Amsterdam	300				60h			
mijl				2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk	2013-06-01	11.1	mpA	Heerenveen
2019-07-05	5:50.07	jD	Steenwijk	400				2014-06-14	10.5	mpA	Steenwijk
duur 6'				2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek	60h 76,2			
2018-04-21	1600	jpA	Drachten	800				2015-05-30	13.10	mD	Drachten
40h				2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen	2015-08-29	12.13	mD	Stadskanaal
2015-04-11	8.4	jpC	Leeuwarden	2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn	2016-04-09	10.45w	mD	Heerenveen
2015-06-27	8.1	jpC	Steenwijk	2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard	2016-05-21	10.45	mD	Drachten
2016-04-16	8.0	jpB	Sneek	1000				2016-06-04	10.23	mD	Gemert
2016-07-02	7.7	jpB	Drachten	2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo	2016-07-02	10.13	mD	Stadskanaal
60h				1500				80h 76,2			
2018-07-07	10.7	jpA	Steenwijk	2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen	2017-04-08	13.44	mC	Heerenveen
80h 76,2				mijl				2017-04-23	12.86	mC	Epe
2019-06-29	16.43	jD	Hoorn	2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk	2017-05-14	12.81	mC	Sneek
2019-09-01	16.18	jD	Amsterdam	3000				100h 76,2			
2020-07-04	14.6	jD	Heerenveen	2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen	2019-10-05	17.2	mB	Heerenveen
2020-07-25	14.49	jD	Heerenveen					300h 76,2			
hoog				Anke Binnema				2016-05-14	55.02	mD	Heerenveen
2015-07-04	1.00	jpC	Assen	40				2016-05-22	53.06	mD	Epe
2016-06-18	1.00	jpB	Heerenveen	2011-04-09	7.5	mpC	Heerenveen	2017-04-23	49.95	mC	Epe
2016-09-17	1.00	jpB	Heerenveen	2011-04-16	7.3	mpC	Leeuwarden	2017-05-20	49.78	mC	Heerenveen
2017-09-09	1.10	jpA	Sneek	2011-07-16	7.38	mpC	Hoogeveen	2017-06-10	49.08	mC	Sneek
2018-07-07	1.10	jpA	Steenwijk	2012-04-21	7.0	mpB	Leeuwarden	400h 76,2			
hurkhoog				2012-05-12	7.12	mpB	Hoogeveen	2021-04-11	1:16.5	mA	Heerenveen
2015-04-11	0.75	jpC	Leeuwarden	2012-06-16	7.11	mpB	Stadskanaal	2021-05-01	1:14.12	mA	Heerenveen
2015-06-06	0.95	jpC	Sneek	60				hoog			
2015-09-19	0.95	jpC	Heerenveen	2013-05-11	10.14	mpA	Hoogeveen	2011-04-16	0.90	mpC	Leeuwarden
2016-04-16	0.95	jpB	Sneek	2013-05-18	10.10	mpA	Stadskanaal	2011-05-14	1.00	mpC	Sneek
2016-05-28	1.10	jpB	Leeuwarden	2013-09-01	9.85	mpA	Emmeloord	2011-05-24	1.05	mpC	Grou
polsver				2014-05-31	9.73	mpA	Stadskanaal	2012-04-14	1.10	mpB	Heerenveen
2018-07-07	3.95	jpA	Steenwijk	2014-10-04	9.4	mpA	Heerenveen	2012-05-12	1.20	mpB	Hoogeveen
ver				2015-04-04	9.42	mD	Steenwijk	2012-06-16	1.20	mpB	Stadskanaal
2015-06-06	2.75	jpC	Sneek	2015-04-18	9.31	mD	Assen	2013-09-01	1.25	mpA	Emmeloord
2015-06-13	2.87	jpC	Heerenveen	2016-04-03	9.12	mD	Steenwijk	2014-04-12	1.30	mpA	Drachten
2015-09-19	2.95	jpC	Heerenveen	2016-06-11	9.00	mD	Groningen	2014-05-31	1.30	mpA	Stadskanaal
2015-10-03	3.11	jpC	Heerenveen	2016-10-01	8.5	mD	Heerenveen	2015-04-11	1.30	mD	Heerenveen
2016-04-03	3.18	jpB	Assen	80				2015-04-18	1.30	mD	Assen
2016-05-28	3.35	jpB	Leeuwarden	2017-04-23	11.72	mC	Epe	2015-05-16	1.30	mD	Heerenveen
2016-06-18	3.44	jpB	Heerenveen	2017-05-20	11.60	mC	Heerenveen	2015-05-30	1.35	mD	Drachten
2018-07-14	3.82	jpA	Heerenveen	2017-06-24	11.14	mC	Stadskanaal	2015-06-21	1.40	mD	Emmen
balstoten				150				2015-08-23	1.40	mD	Amsterdam
2015-06-06	4.10	jpC	Sneek	2016-07-08	22.11	mD	Steenwijk	2015-10-03	1.40	mD	Heerenveen
2015-09-19	5.00	jpC	Heerenveen	2017-05-13	21.55	mC	Sneek	2016-04-09	1.45	mD	Heerenveen
2016-05-28	5.30	jpB	Leeuwarden	2017-07-08	21.32	mC	Stadskanaal	2016-04-23	1.45	mD	Assen
balwerpen 135				200				2016-04-30	1.45	mD	Sneek
2015-07-04	10.72	jpC	Assen	2015-05-16	32.13	mD	Heerenveen	2016-05-21	1.50	mD	Drachten
kogel 2				2019-10-05	30.1	mB	Heerenveen	2016-06-04	1.50	mD	Gemert
2016-04-03	4.67	jpB	Assen	300				2016-07-02	1.50	mD	Stadskanaal
2017-10-07	5.69	jpA	Heerenveen	400				2016-09-17	1.50	mD	Zoetermeer
2018-04-21	6.10	jpA	Drachten	2018-04-02	1:13.86	mC	Amersfoort	2017-05-06	1.50	mC	Groningen
2018-07-14	6.56	jpA	Heerenveen	600				2017-05-13	1.50	mC	Sneek
slingeren				2011-04-09	2:27.6	mpC	Heerenveen	2017-05-27	1.50	mC	Stadskanaal
2016-04-16	17.50	jpB	Sneek	2011-04-16	2:26.0	mpC	Leeuwarden	2017-06-10	1.55	mC	Sneek
2018-09-15	19.00	jpA	Heerenveen	2011-06-21	2:19.5	mpC	Sneek	hss			
vortex				2011-06-25	2:16.1	mpC	Heerenveen	2021-04-11	9.05	mA	Heerenveen
2015-04-11	10.50	jpC	Leeuwarden	2013-09-01	2:13.66	mpA	Emmeloord	polshoog			
2015-06-27	11.00	jpC	Steenwijk	2015-04-11	2:12.6	mD	Heerenveen	2017-06-03	1.95	mC	Groningen
2015-10-03	17.30	jpC	Heerenveen	2015-08-30	1:58.21	mD	Stadskanaal	2018-05-12	1.95	mC	Heerenveen
2016-04-16	17.50	jpB	Sneek	2016-05-01	1:54.48	mD	Sneek	ver			
2016-05-28	18.00	jpB	Leeuwarden	2016-06-05	1:53.97	mD	Gemert	2011-04-09	3.10	mpC	Heerenveen
Betty Bijker-Bangma				2016-07-03	1:52.00	mD	Stadskanaal	2011-06-25	3.29	mpC	Heerenveen
100				2017-07-09	1:50.43	mC	Stadskanaal	2012-04-21	3.32	mpB	Leeuwarden
2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn	1000				2012-07-03	3.49	mpB	Leeuwarden
150				2012-04-14	4:10.2	mpB	Heerenveen	2013-05-11	3.77	mpA	Hoogeveen
2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk	2012-05-12	3:59.08	mpB	Hoogeveen	2013-10-05	3.91	mpA	Heerenveen
				2012-06-05	3:55.6	mpB	Heerenveen	2014-08-30	4.15	mpA	Assen
								2015-08-30	4.20	mD	Stadskanaal
								2016-05-01	4.42	mD	Sneek
								2017-04-08	4.61	mC	Heerenveen
								2017-05-06	4.68w	mC	Groningen
								2020-09-19	4.78	mB	Grootebroek
								2020-09-26	4.85	mB	Heerenveen

balstoten				Jildou Binnema				2014-05-31	1.00	mpB	Stadskanaal
2011-05-14	4.20	mpC	Sneek	40				2015-06-13	1.10	mpA	Heerenveen
2011-06-25	4.20	mpC	Heerenveen					2016-04-16	1.20	mpA	Sneek
balwerpen 135				2011-04-09	8.8	mpm	Heerenveen	2016-06-04	1.25	mpA	Stadskanaal
2011-04-09	16.38	mpC	Heerenveen	2011-05-14	8.4	mpm	Sneek	2017-04-08	1.35	mD	Heerenveen
2011-06-07	20.50	mpC	Heerenveen	2011-07-05	8.3	mpm	Leeuwarden	2017-05-13	1.35	mD	Sneek
balwerpen 180				2011-10-01	8.2	mpm	Heerenveen	2017-05-20	1.35	mD	Heerenveen
2013-05-11	19.88	mpA	Hoogeveen	2012-04-21	8.0	mpm	Leeuwarden	2017-07-09	1.35	mD	Stadskanaal
2014-10-04	25.01	mpA	Heerenveen	2012-05-12	8.23	mpm	Hoogeveen	2018-04-14	1.35	mD	Sneek
discus ¾				2013-04-13	7.7	mpC	Drachten	2018-06-30	1.40	mD	Groningen
2015-10-10	17.88	mD	Steenwijk	2013-05-11	7.94	mpC	Hoogeveen	2018-07-08	1.40	mD	Stadskanaal
2016-05-14	22.73	mD	Heerenveen	2013-05-18	7.68	mpC	Stadskanaal	2018-10-06	1.40	mD	Heerenveen
2016-06-11	23.80	mD	Groningen	2014-04-12	7.4	mpB	Drachten	2019-10-05	1.45	mC	Heerenveen
discus 1				2014-06-28	7.0	mpB	Sneek	hurkhoog			
2017-10-15	19.29	mC	Steenwijk	60				2013-04-13	0.75	mpC	Drachten
2018-07-13	22.19	mC	Steenwijk	2015-06-06	10.3	mpA	Sneek	2013-06-01	0.75	mpC	Heerenveen
2018-10-14	22.59	mC	Steenwijk	2015-09-26	10.29	mpA	Leeuwarden	2013-06-15	0.75	mpC	Steenwijk
kogel 2				2015-10-03	9.9	mpA	Heerenveen	2013-09-14	0.85	mpC	Sneek
2012-04-14	4.85	mpB	Heerenveen	2016-04-03	10.14	mpA	Assen	2014-04-12	0.85	mpB	Drachten
2012-06-09	4.89	mpB	Steenwijk	2016-05-28	9.7	mpA	Leeuwarden	2014-06-14	1.00	mpB	Steenwijk
2012-06-16	5.18	mpB	Stadskanaal	2016-06-04	9.78	mpA	Stadskanaal	2014-09-13	1.00	mpB	Leeuwarden
2013-05-18	5.43	mpA	Stadskanaal	2016-06-18	9.75	mpA	Heerenveen	hss			
2014-04-12	5.90	mpA	Drachten	2016-10-01	9.2	mpA	Heerenveen	2021-04-11	9.43	mB	Heerenveen
2014-05-31	6.10	mpA	Stadskanaal	2017-05-20	9.33	mD	Heerenveen	polshoog			
2014-06-28	6.50	mpA	Sneek	2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen	2017-06-03	1.75	mD	Groningen
2014-08-30	6.70	mpA	Assen	2018-10-06	9.03	mD	Heerenveen	2018-05-12	1.95	mD	Heerenveen
2015-08-30	7.78	mD	Stadskanaal	80				polsver			
2015-10-10	8.45	mD	Steenwijk	2019-03-30	12.10	mC	Steenwijk	2016-04-16	4.10	mpA	Sneek
2016-06-05	9.05	mD	Gemert	2019-10-05	11.8	mC	Heerenveen	2016-07-02	4.40	mpA	Drachten
kogel 3				150				ver			
2017-05-13	7.99	mC	Sneek	2018-04-02	23.07	mD	Amersfoort	2011-04-09	2.18	mpm	Heerenveen
2017-10-15	8.21	mC	Steenwijk	2020-07-02	22.2	mC	Heerenveen	2011-05-14	2.44	mpm	Sneek
2018-04-14	8.34	mC	Sneek	600				2012-04-14	2.48	mpm	Heerenveen
2018-07-07	8.50	mC	Stadskanaal	2011-06-04	4:10.35	mpm	Stadskanaal	2012-05-12	2.53	mpm	Hoogeveen
2018-10-06	8.73	mC	Heerenveen	2011-06-21	3:07.9	mpm	Sneek	2012-06-09	2.57	mpm	Steenwijk
2018-10-14	8.98	mC	Steenwijk	2011-06-25	2:52.0	mpm	Heerenveen	2012-07-03	2.65	mpm	Leeuwarden
2019-03-30	9.58	mB	Steenwijk	2012-05-12	2:47.31	mpm	Hoogeveen	2013-05-11	2.75	mpC	Hoogeveen
2019-06-23	10.40	mB	Drachten	2012-07-07	2:36.0	mpm	Heerenveen	2013-09-14	2.80	mpC	Sneek
speer 400				2017-04-08	2:08.92	mD	Heerenveen	2014-05-31	3.12	mpB	Stadskanaal
2015-04-04	14.18	mD	Steenwijk	2017-05-14	2:06.52	mD	Sneek	2014-08-30	3.17	mpB	Assen
2015-04-11	14.89	mD	Heerenveen	2018-05-21	2:04.09	mD	Amstelveen	2015-06-06	3.25	mpA	Sneek
2015-08-29	21.45	mD	Stadskanaal	2018-07-08	2:01.53	mD	Stadskanaal	2015-09-19	3.35	mpA	Heerenveen
2015-10-03	22.19	mD	Heerenveen	1000				2015-09-26	3.39	mpA	Leeuwarden
2016-04-03	22.55	mD	Steenwijk	2014-05-31	5:02.72	mpB	Stadskanaal	2015-10-03	3.43	mpA	Heerenveen
2016-04-09	22.81	mD	Heerenveen	2014-10-04	4:40.8	mpB	Heerenveen	2016-04-03	3.69	mpA	Assen
2016-06-04	23.47	mD	Gemert	2015-09-26	4:36.54	mpA	Leeuwarden	2016-05-28	3.75	mpA	Leeuwarden
2016-09-17	24.04	mD	Zoetermeer	2015-10-03	4:22.8	mpA	Heerenveen	2016-09-17	3.75	mpA	Heerenveen
speer 500				2016-10-01	3:58.3	mpA	Heerenveen	2016-10-01	3.83	mpA	Heerenveen
2017-04-08	21.60	mC	Heerenveen	duur 6'				2017-04-01	3.98	mD	Steenwijk
2017-05-14	22.00	mC	Sneek	2016-04-16	1250	mpA	Sneek	2017-05-14	4.02	mD	Sneek
2017-06-03	23.57	mC	Groningen	2016-05-28	1275	mpA	Leeuwarden	2018-04-07	4.36	mD	Steenwijk
2017-06-10	24.49	mC	Sneek	2016-07-02	1275	mpA	Drachten	2018-05-12	4.44	mD	Heerenveen
2018-05-19	24.65	mC	Assen	40h				2018-07-07	4.55	mD	Stadskanaal
2018-06-30	27.46	mC	Groningen	2013-04-13	8.3	mpC	Drachten	balstoten			
2018-10-14	28.19	mC	Steenwijk	2014-04-12	7.8	mpB	Drachten	2011-05-14	2.90	mpm	Sneek
2020-09-26	29.29	mB	Heerenveen	60h				2012-06-09	3.50	mpm	Steenwijk
speer 600				2015-04-11	10.9	mpA	Leeuwarden	2012-07-07	3.92	mpm	Heerenveen
2021-03-20	26.28	mA	Heerenveen	60h 76,2				2013-06-01	4.30	mpC	Heerenveen
vortex				2017-04-08	12.25	mD	Heerenveen	2013-09-14	4.40	mpC	Sneek
2013-04-13	18.50	mpA	Drachten	2017-05-06	11.97w	mD	Groningen	2014-09-13	5.50	mpB	Leeuwarden
2013-08-31	26.57	mpA	Emmeloord	2017-05-13	11.80	mD	Sneek	balwerpen 135			
2014-09-13	28.50	mpA	Leeuwarden	2017-06-10	11.58	mD	Sneek	2011-04-09	6.11	mpm	Heerenveen
werp 3-kamp				2017-07-08	11.40	mD	Stadskanaal	2011-06-21	8.95	mpm	Sneek
2015-10-10	1065	mD	Steenwijk	2018-05-12	11.39	mD	Heerenveen	2011-10-01	12.75	mpm	Heerenveen
2017-10-15	1044	mC	Steenwijk	2018-06-30	11.26w	mD	Groningen	2013-05-11	16.21	mpC	Hoogeveen
2018-10-14	1293	mC	Steenwijk	2018-07-07	11.07w	mD	Stadskanaal	2013-10-05	20.66	mpC	Heerenveen
6-kamp				80h 76,2				discus ¾			
2015-08-30	2525	mD	Stadskanaal	2019-05-04	15.21	mC	Sneek	2017-04-01	15.64	mD	Steenwijk
2016-05-01	2813	mD	Sneek	hoog				2017-05-06	18.87	mD	Groningen
2016-06-05	3041	mD	Gemert	2011-05-14	0.65	mpm	Sneek	2018-04-07	19.64	mD	Steenwijk
7-kamp				2011-05-24	0.70	mpm	Grou	2018-06-09	21.96	mD	Groningen
2017-05-14	3526	mC	Sneek	2012-04-21	0.80	mpm	Leeuwarden	2018-06-30	23.89	mD	Groningen
2017-07-09	3562	mC	Stadskanaal	2012-05-22	0.80	mpm	Grou	2018-09-02	24.33	mD	Amsterdam
				2012-06-09	0.90	mpm	Steenwijk	2018-10-14	27.12	mD	Steenwijk

discus 1				ver				2016-09-17	3.10	mpC	Heerenveen
2019-03-30	23.26	mC	Steenwijk	2020-09-26	1.87	jpB	Heerenveen	2017-10-07	3.17	mpB	Heerenveen
2019-05-18	25.88	mC	Stadskanaal	vortex				2018-05-26	3.30	mpA	Sneek
2019-08-30	26.71	mC	Heerenveen	2020-09-26	5.49	jpB	Heerenveen	2018-10-06	3.42	mpA	Heerenveen
2020-08-28	28.25	mC	Apeldoorn	Lisa Bodewes				2020-09-19	3.52	mD	Grootebroek
2021-05-22	29.69	mB	Heerenveen	40				2020-09-26	3.71	mD	Heerenveen
kogel 2				2017-10-07				2021-04-17	3.92	mD	Heerenveen
2014-05-31	4.13	mpB	Stadskanaal	60				2021-07-03	4.08	mD	Assen
2014-10-04	4.41	mpB	Heerenveen	2016-04-16	7.4	mpC	Sneek	balstoten			
2015-04-11	5.30	mpA	Leeuwarden	2016-10-01	7.4	mpC	Heerenveen	2016-05-28	4.50	mpC	Leeuwarden
2015-06-27	5.70	mpA	Steenwijk	2017-10-07	7.4	mpB	Heerenveen	2016-09-17	5.00	mpC	Heerenveen
2015-09-26	6.48	mpA	Leeuwarden	150				kogel 2			
2016-06-05	6.87	mpA	Soest	2018-05-26	9.8	mpA	Sneek	2018-04-21	4.90	mpA	Drachten
2016-10-01	7.23	mpA	Heerenveen	2019-09-14	9.2	mpA	Sneek	2018-07-07	5.10	mpA	Steenwijk
2017-05-14	8.88	mD	Sneek	600				2019-04-20	5.10	mpA	Drachten
2017-07-09	9.29	mD	Stadskanaal	2020-09-19	24.19	mD	Grootebroek	2019-06-29	5.60	mpA	Leeuwarden
2018-04-14	9.93	mD	Sneek	2016-06-18				slingeren			
2018-07-08	10.23	mD	Stadskanaal	2016-10-01	2:41.22	mpC	Heerenveen	2016-04-16	10.00	mpC	Sneek
2018-10-06	10.44	mD	Heerenveen	2021-03-20	2:27.2	mpC	Heerenveen	2016-07-02	13.50	mpC	Drachten
2018-10-14	10.48	mD	Steenwijk	2021-07-03	2:17.2	mD	Heerenveen	2018-05-26	14.00	mpA	Sneek
kogel 3				2021-07-03	2:10.54	mD	Assen	2018-09-15	14.50	mpA	Heerenveen
2019-03-30	9.56	mC	Steenwijk	800				2019-09-14	15.00	mpA	Sneek
2020-07-04	9.56	mC	Heerenveen	2021-05-22	3:13.57	mD	Heerenveen	vortex			
2020-08-14	10.25	mC	Deventer	1000				2016-04-16	11.50	mpC	Sneek
2020-09-19	10.97	mC	Grootebroek	2017-10-07	4:32.3	mpB	Heerenveen	2016-05-28	12.50	mpC	Leeuwarden
slingeren				2018-10-06	4:15.56	mpA	Heerenveen	2016-06-18	13.16	mpC	Heerenveen
2016-05-28	20.00	mpA	Leeuwarden	duur 4'				2016-07-02	13.50	mpC	Drachten
2016-09-17	21.50	mpA	Heerenveen	2016-04-16	850	mpC	Sneek	2017-05-20	13.50	mpB	Steenwijk
speer 400				2016-05-28	875	mpC	Leeuwarden	2017-09-16	13.50	mpB	Heerenveen
2017-04-01	17.22	mD	Steenwijk	2016-07-02	900	mpC	Drachten	2017-10-07	17.99	mpB	Heerenveen
2017-04-08	18.34	mD	Heerenveen	2019-06-29	900	mpA	Leeuwarden	2019-04-20	18.00	mpA	Drachten
2017-05-06	21.07	mD	Groningen	duur 6'				Ype Boelens			
2017-06-03	26.87	mD	Groningen	2018-04-21	1150	mpA	Drachten	5000			
2017-09-03	27.15	mD	Amsterdam	2018-05-26	1200	mpA	Sneek	2020-09-04	22:16.52	M55	Leeuwarden
2018-04-02	27.21	mD	Amersfoort	2018-07-07	1250	mpA	Steenwijk	Keano de Boer			
2018-05-12	30.02	mD	Heerenveen	2019-04-20	1350	mpA	Drachten	60			
2018-05-19	30.60	mD	Assen	2019-05-25	1350	mpA	Steenwijk	2021-04-06	12.7	jpA	Heerenveen
2018-09-02	33.30	mD	Amsterdam	40h				ver			
speer 500				2016-04-16	8.5	mpC	Sneek	2021-04-06	1.40	jpA	Heerenveen
2019-05-05	22.40	mC	Sneek	2016-07-02	8.4	mpC	Drachten	vortex			
2019-05-18	25.88	mC	Stadskanaal	2017-04-08	8.2	mpB	Leeuwarden	2021-04-06	6.00	jpA	Heerenveen
2019-06-22	29.33	mC	Stadskanaal	2017-07-08	7.9	mpB	Drachten	Jelte Bontekoe			
2019-08-30	31.67	mC	Heerenveen	60h				150			
2020-08-01	34.93	mC	Amstelveen	2018-04-21	11.7	mpA	Drachten	2020-07-02	25.9	jpC	Heerenveen
2020-09-26	35.60	mC	Heerenveen	2018-05-26	11.2	mpA	Sneek	1000			
2021-03-20	36.23	mB	Heerenveen	2018-07-07	11.0	mpA	Steenwijk	2020-07-02	4:28.7	jpC	Heerenveen
vortex				2019-06-29	10.6	mpA	Leeuwarden	hoog			
2013-04-13	10.50	mpC	Drachten	2019-09-14	10.0	mpA	Sneek	2020-07-02	1.20	jpC	Heerenveen
2013-06-01	14.50	mpC	Heerenveen	hoog				kogel 4			
2013-06-15	16.50	mpC	Steenwijk	2016-09-17	0.90	mpC	Heerenveen	2020-07-02	4.93	jpC	Heerenveen
2014-04-12	17.00	mpB	Drachten	2017-05-20	0.95	mpB	Steenwijk	Marrit Bontekoe			
2015-06-07	21.47	mpA	Soest	2017-09-16	1.00	mpB	Heerenveen	60			
2015-06-27	21.50	mpA	Steenwijk	2018-04-21	1.05	mpA	Drachten	2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen
2016-05-28	24.50	mpA	Leeuwarden	2019-04-20	1.15	mpA	Drachten	1000			
2016-06-05	27.87	mpA	Soest	2020-09-26	1.25	mD	Heerenveen	2019-10-05	4:13.0	mpA	Heerenveen
2016-06-18	29.41	mpA	Heerenveen	2021-04-17	1.30	mD	Heerenveen	hoog			
werp 3-kamp				hurkhoog				2020-07-02	1.25	mD	Heerenveen
2017-10-15	1085	mD	Steenwijk	2016-04-16	0.80	mpC	Sneek	ver			
2018-10-14	1464	mD	Steenwijk	2016-05-28	0.95	mpC	Leeuwarden	2019-10-05	3.33	mpA	Heerenveen
2019-08-30	1365	mC	Heerenveen	polshoog				2021-05-01	3.42	mD	Heerenveen
2020-08-14	1384	mC	Deventer	2021-05-01	2.06	mD	Heerenveen	kogel 2			
6-kamp				2021-05-23	2.17	mD	Heerenveen	2019-10-05	5.59	mpA	Heerenveen
2017-05-14	2481	mD	Sneek	polsver							
2017-07-09	2592	mD	Stadskanaal	2018-04-21	3.75	mpA	Drachten				
2018-05-21	2668	mD	Amstelveen	2018-07-07	3.85	mpA	Steenwijk				
2018-07-08	2965	mD	Stadskanaal	2019-04-20	4.40	mpA	Drachten				
2019-05-05	2541	mC	Sneek	2019-06-29	4.55	mpA	Leeuwarden				
Steijn Blaauw				ver							
40				2016-05-28	2.95	mpC	Leeuwarden				
2020-09-26	11.0	jpB	Heerenveen	2016-06-18	3.05	mpC	Heerenveen				
600											
2020-09-26	3:40.0	jpB	Heerenveen								

speer 400				60h				2019-04-06	3:30.35	mD	Heerenveen
2021-05-01	14.31	mD	Heerenveen	2019-06-29	12.0	mpA	Leeuwarden	duur 6'			
2021-05-22	14.62	mD	Heerenveen	2020-09-12	11.7	mpA	Heerenveen	2017-04-08	1325	mpA	Leeuwarden
Sophia Boomsma				hoog				2017-07-08	1375	mpA	Drachten
40				2017-05-20	0.90	mpC	Steenwijk	2018-04-21	1425	mpA	Drachten
2021-04-06	7.1	mpC	Heerenveen	2018-05-26	1.00	mpB	Sneek	60h			
600				2019-06-29	1.15	mpA	Leeuwarden	2017-04-08	12.2	mpA	Leeuwarden
2021-05-22	2:23.10	mpC	Heerenveen	2020-06-30	1.15	mpA	Heerenveen	2017-05-20	11.7	mpA	Steenwijk
duur 4'				2021-04-17	1.20	mD	Heerenveen	2018-04-21	11.1	mpA	Drachten
2021-05-06	850	mpC	Heerenveen	2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen	2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk
40h				hurkhoog				60h 76,2			
2020-06-30	10.0	mpm	Heerenveen	2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden	2019-04-06	13.89	mD	Heerenveen
2021-05-22	8.48	mpC	Heerenveen	2018-04-21	0.80	mpB	Drachten	hoog			
hurkhoog				2018-07-07	0.85	mpB	Steenwijk	2017-04-08	1.00	mpA	Leeuwarden
2020-06-30	0.80	mpm	Heerenveen	polsver				2017-07-08	1.05	mpA	Drachten
2021-05-06	0.85	mpC	Heerenveen	2019-06-29	3.40	mpA	Leeuwarden	2018-04-21	1.20	mpA	Drachten
ver				ver				2018-07-07	1.20	mpA	Steenwijk
2021-04-06	2.85	mpC	Heerenveen	2016-05-28	2.15	mpm	Leeuwarden	2018-07-14	1.20	mpA	Heerenveen
2021-05-22	2.86	mpC	Heerenveen	2017-05-20	2.35	mpC	Steenwijk	2019-05-11	1.25	mD	Heerenveen
slingeren				2017-10-07	2.75	mpC	Heerenveen	2019-05-25	1.30	mD	Sneek
2020-06-30	9.00	mpm	Heerenveen	2018-05-26	2.85	mpB	Sneek	2019-10-05	1.30	mD	Heerenveen
2021-05-06	9.50	mpC	Heerenveen	2018-07-14	3.51	mpB	Heerenveen	2020-07-02	1.35	mD	Heerenveen
vortex				2021-04-17	3.60	mD	Heerenveen	polsver			
2021-04-06	12.00	mpC	Heerenveen	balstoten				2017-04-08	3.65	mpA	Leeuwarden
2021-05-06	12.00	mpC	Heerenveen	2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden	2017-07-08	3.85	mpA	Drachten
2021-05-22	15.91	mpC	Heerenveen	2017-05-20	4.60	mpC	Steenwijk	2018-04-21	4.40	mpA	Drachten
Aafje Boorsma				2018-05-26	5.00	mpB	Sneek	ver			
40				kogel 2				2017-05-20	2.90	mpA	Steenwijk
2016-06-18	8.25	mpm	Heerenveen	2018-07-14	3.94	mpB	Heerenveen	2017-10-07	3.02	mpA	Heerenveen
2016-07-02	7.8	mpm	Drachten	2019-06-29	4.90	mpA	Leeuwarden	2018-09-15	3.30	mpA	Heerenveen
2017-07-08	7.5	mpC	Drachten	2019-10-05	4.29	mpA	Heerenveen	2018-10-06	3.57	mpA	Heerenveen
2018-04-21	7.3	mpB	Drachten	2020-09-12	5.70	mpA	Heerenveen	discus ¾			
2018-07-07	7.2	mpB	Steenwijk	2020-09-26	6.18	mpA	Heerenveen	2020-09-26	20.19	mD	Heerenveen
60				slingeren				discus 1			
2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen	2016-07-02	7.50	mpm	Drachten	2021-04-17	18.06	mC	Heerenveen
2020-06-02	10.0	mpA	Heerenveen	2017-04-08	8.50	mpC	Leeuwarden	kogel 2			
2020-09-26	9.9	mpA	Heerenveen	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	2017-04-08	5.20	mpA	Leeuwarden
2021-04-17	9.5	mD	Heerenveen	2018-04-21	11.50	mpB	Drachten	2017-07-08	5.50	mpA	Drachten
2021-05-01	9.63	mD	Heerenveen	2018-07-07	12.50	mpB	Steenwijk	2017-10-07	5.51	mpA	Heerenveen
150				2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen	2018-04-21	6.50	mpA	Drachten
2021-05-01	23.68	mD	Heerenveen	vortex				2018-07-07	6.80	mpA	Steenwijk
600				2016-05-28	7.50	mpm	Leeuwarden	2020-07-02	8.25	mD	Heerenveen
2016-06-18	3:02.48	mpm	Heerenveen	2016-07-02	9.00	mpm	Drachten	slingeren			
2016-10-01	2:57.9	mpm	Heerenveen	2016-10-01	10.91	mpm	Heerenveen	2017-05-20	14.50	mpA	Steenwijk
2017-10-07	2:31.5	mpC	Heerenveen	2017-04-08	12.00	mpC	Leeuwarden	2018-05-26	18.50	mpA	Sneek
2018-07-14	2:27.95	mpB	Heerenveen	2017-05-20	13.50	mpC	Steenwijk	speer 400			
2020-09-26	2:22.0	mpA	Heerenveen	2017-07-08	15.50	mpC	Drachten	2019-04-06	17.00	mD	Heerenveen
1000				2017-10-07	14.52	mpC	Heerenveen	2019-10-05	19.10	mD	Heerenveen
2018-10-06	4:34.23	mpB	Heerenveen	2018-04-21	15.50	mpB	Drachten	vortex			
2019-10-05	4:10.1	mpA	Heerenveen	2018-05-26	18.50	mpB	Sneek	2017-04-08	19.00	mpA	Leeuwarden
duur 4'				2020-06-02	26.00	mpA	Heerenveen	2017-05-20	19.50	mpA	Steenwijk
2016-05-28	600	mpm	Leeuwarden	Janne Rikst Boorsma				2017-07-08	20.00	mpA	Drachten
2016-07-02	775	mpm	Drachten	60				2017-09-16	20.00	mpA	Heerenveen
2017-04-08	775	mpC	Leeuwarden	2017-05-20	10.3	mpA	Steenwijk	2018-04-21	25.50	mpA	Drachten
2017-05-20	825	mpC	Steenwijk	2017-09-16	10.1	mpA	Heerenveen	2018-05-26	27.50	mpA	Sneek
2017-07-08	825	mpC	Drachten	2018-07-14	10.51	mpA	Heerenveen	2018-09-15	27.50	mpA	Heerenveen
2018-04-21	850	mpB	Drachten	2018-10-06	10.31	mpA	Heerenveen	Hester Bos			
2018-05-26	875	mpB	Sneek	2019-10-05	9.8	mD	Heerenveen	80			
2018-07-07	975	mpB	Steenwijk	200				2017-04-08	12.13	mC	Heerenveen
duur 6'				2019-05-11	33.54	mD	Heerenveen	2017-05-06	11.51w	mC	Groningen
2020-09-12	1000	mpA	Heerenveen	600				2018-06-30	11.23	mC	Groningen
40h				2019-10-05	1:56.4	mD	Heerenveen	100			
2016-07-02	9.1	mpm	Drachten	2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen	2019-04-28	14.48	mB	Epe
2018-04-21	8.4	mpB	Drachten	1000				2020-09-26	14.0	mB	Heerenveen
2018-07-07	8.0	mpB	Steenwijk	2017-10-07	4:19.0	mpA	Heerenveen	2021-03-20	13.9	mA	Heerenveen
				2018-07-14	3:48.76	mpA	Heerenveen	2021-05-01	13.89	mA	Heerenveen
				2018-10-06	3:47.41	mpA	Heerenveen	150			
				2019-03-30	3:30.60	mD	Steenwijk	2018-05-19	22.23	mC	Assen
								200			
								2019-10-05	32.4	mB	Heerenveen

2021-04-11	31.2	mA	Heerenveen	150			vortex				
300				2020-07-02	28.8	mD	Heerenveen	2015-09-19	7.00	mpm	Heerenveen
2021-07-09	58.71	mA	Steenwijk	600				2016-04-16	9.00	mpC	Sneek
600				2016-06-04	2:40.83	mpC	Stadskanaal	2016-05-28	9.50	mpC	Leeuwarden
2017-10-07	2:24.5	mC	Heerenveen	2020-07-25	2:10.25	mD	Heerenveen	2016-09-17	10.00	mpC	Heerenveen
80h 76,2				2020-09-26	2:03.0	mD	Heerenveen	2017-07-08	12.00	mpB	Drachten
2017-05-06	17.98w	mC	Groningen	2021-05-01	1:59.84	mD	Heerenveen	2017-09-09	12.00	mpB	Sneek
2018-04-14	17.30	mC	Sneek	1000				2017-09-16	12.50	mpB	Heerenveen
2018-05-19	16.87	mC	Assen	2017-09-09	4:14.28	mpB	Sneek	2018-07-07	16.50	mpA	Steenwijk
100h 76,2				2018-04-29	4:12.88	mpA	Sneek	2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen
2019-04-28	19.55	mB	Epe	2018-10-06	4:10.55	mpA	Heerenveen	2019-04-20	21.50	mpA	Drachten
2019-06-23	19.18	mB	Drachten	2020-07-02	4:08.3	mD	Heerenveen	Julia Bouma			
100h 83,8				duur 4'				40			
2021-03-20	18.1	mA	Heerenveen	2016-04-16	800	mpC	Sneek	2019-10-05	8.2	mpm	Heerenveen
300h 76,2				2016-05-28	875	mpC	Leeuwarden	2020-09-26	8.2	mpC	Heerenveen
2017-06-10	59.43	mC	Sneek	2016-07-02	925	mpC	Drachten	600			
400h 76,2				2017-07-08	925	mpB	Drachten	2019-10-05	3:10.5	mpm	Heerenveen
2021-04-11	1:29.3	mA	Heerenveen	duur 6'				2020-09-26	2:58.0	mpC	Heerenveen
hoog				2018-04-21	1325	mpA	Drachten	2021-05-22	2:55.54	mpB	Heerenveen
2019-10-05	1.25	mB	Heerenveen	2018-07-07	1350	mpA	Steenwijk	duur 4'			
hss				2019-04-20	1375	mpA	Drachten	2020-09-12	850	mpC	Heerenveen
2021-04-11	8.37	mA	Heerenveen	40h				40h			
ver				2016-04-16	11.3	mpC	Sneek	2020-06-30	9.1	mpC	Heerenveen
2017-04-08	2.98	mC	Heerenveen	2016-07-02	10.8	mpC	Drachten	hurkhoog			
2017-06-10	3.83	mC	Sneek	2017-04-08	10.4	mpB	Leeuwarden	2020-06-30	0.75	mpC	Heerenveen
2018-10-06	3.94	mC	Heerenveen	2017-07-08	8.5	mpB	Drachten	2020-09-12	0.75	mpC	Heerenveen
2019-06-23	4.00	mB	Drachten	60h				ver			
2020-09-26	4.12	mB	Heerenveen	2018-04-21	14.8	mpA	Drachten	2019-10-05	2.29	mpm	Heerenveen
2021-03-20	4.39	mA	Heerenveen	2018-07-07	12.3	mpA	Steenwijk	2020-09-12	2.35	mpC	Heerenveen
2021-05-01	4.47	mA	Heerenveen	hoog				2020-09-26	2.43	mpC	Heerenveen
discus 1				2016-06-04	0.80	mpC	Stadskanaal	2021-05-22	2.44	mpB	Heerenveen
2017-10-07	11.22	mC	Heerenveen	2016-09-17	0.80	mpC	Heerenveen	balstoten			
kogel 3				2017-09-09	0.90	mpB	Sneek	2020-09-12	4.10	mpC	Heerenveen
2018-10-06	7.10	mC	Heerenveen	2017-09-16	0.90	mpB	Heerenveen	slingeren			
speer 500				2018-04-21	1.00	mpA	Drachten	2020-06-30	6.50	mpC	Heerenveen
2019-10-05	17.02	mB	Heerenveen	2018-07-07	1.00	mpA	Steenwijk	2021-05-06	6.50	mpB	Heerenveen
2020-09-26	21.75	mB	Heerenveen	2019-04-20	1.10	mpA	Drachten	vortex			
speer 600				2020-07-02	1.10	mD	Heerenveen	2019-10-05	6.05	mpm	Heerenveen
2021-03-20	19.55	mA	Heerenveen	2020-07-25	1.15	mD	Heerenveen	2020-09-12	9.00	mpC	Heerenveen
2021-05-01	21.01	mA	Heerenveen	hurkhoog				2021-05-22	10.31	mpB	Heerenveen
Jente Bosma				2015-09-19	0.70	mpm	Heerenveen	Leon Bouma			
60				2016-05-28	0.85	mpC	Leeuwarden	60			
2020-09-26	9.5	mD	Heerenveen	polsver				2021-05-06	11.1	jpA	Heerenveen
80				2018-04-21	3.10	mpA	Drachten	duur 6'			
2021-04-17	11.4	mC	Heerenveen	2018-07-07	3.10	mpA	Steenwijk	2021-05-06	1025	jpA	Heerenveen
hoog				2019-04-20	3.35	mpA	Drachten	hoog			
2020-09-26	1.10	mD	Heerenveen	ver				2021-05-06	1.00	jpA	Heerenveen
ver				2015-09-19	2.00	mpm	Heerenveen	kogel 2			
2021-04-17	4.37	mC	Heerenveen	2016-05-28	3.20	mpC	Leeuwarden	2021-05-06	4.60	jpA	Heerenveen
kogel 2				2020-07-25	3.29	mD	Heerenveen	vortex			
2020-09-26	7.26	mD	Heerenveen	balstoten				2021-05-06	14.50	jpA	Heerenveen
kogel 3				2015-09-19	2.40	mpm	Heerenveen	Luc Bouma			
2021-04-17	6.64	mC	Heerenveen	2016-05-28	3.70	mpC	Leeuwarden	40			
Foske Bouma				2016-09-17	3.80	mpC	Heerenveen	2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen
40				2017-09-16	4.90	mpB	Heerenveen	600			
2016-04-16	8.4	mpC	Sneek	balwerpen 135				2020-09-26	3:09.0	jpm	Heerenveen
2016-06-04	8.59	mpC	Stadskanaal	2016-06-04	11.02	mpC	Stadskanaal	duur 4'			
2016-07-02	8.2	mpC	Drachten	kogel 2				2020-09-12	775	jpm	Heerenveen
2017-07-08	8.0	mpB	Drachten	2018-04-21	3.90	mpA	Drachten	hurkhoog			
60				2018-07-07	4.90	mpA	Steenwijk	2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen
2018-09-15	10.9	mpA	Heerenveen	2018-10-06	4.93	mpA	Heerenveen				
2018-10-06	10.89	mpA	Heerenveen	2019-04-20	5.50	mpA	Drachten				
				slingeren							
				2016-04-16	7.00	mpC	Sneek				
				2016-07-02	8.00	mpC	Drachten				
				2017-04-08	9.00	mpB	Leeuwarden				
				2017-07-08	11.00	mpB	Drachten				
				2018-09-15	12.00	mpA	Heerenveen				
				2019-05-25	14.50	mpA	Steenwijk				

ver				hss				slingeren			
2020-09-12	1.90	jpm	Heerenveen	2017-06-18	12.12	jB	Harderwijk	2019-04-20	12.50	mpB	Drachten
2020-09-26	2.05	jpm	Heerenveen					2021-06-05	17.00	mpA	Heerenveen
balstoten				ver				vortex			
2020-09-12	2.70	jpm	Heerenveen	2016-05-14	5.81	jC	Heerenveen	2019-04-20	9.50	mpB	Drachten
vortex				2017-05-28	5.97	jB	Drachten	2019-06-29	10.00	mpB	Leeuwarden
2020-09-12	4.50	jpm	Heerenveen	discus 1¾				2019-10-05	14.88	mpB	Heerenveen
2020-09-26	5.10	jpm	Heerenveen	2019-10-05	24.69	jA	Heerenveen	2020-09-12	16.50	mpA	Heerenveen
				2019-10-13	26.51	jA	Steenwijk	2021-04-06	17.00	mpA	Heerenveen
Eva Brandsma				kogel 6				Jurre Buitendijk			
800				2019-10-05	10.03	jA	Heerenveen	40			
2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen	2019-10-13	10.56	jA	Steenwijk	2020-06-02	9.3	jpm	Heerenveen
2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen	speer 600				2021-04-06	9.3	jpm	Heerenveen
3000				2016-10-01	29.62	jC	Heerenveen	600			
2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen	speer 800				2021-05-22	2:49.22	jpm	Heerenveen
Kyra Brouwer				sprint 2-kamp				duur 4'			
800				2017-05-14	1121	jB	Emmeloord	2020-09-12	875	jpm	Heerenveen
2019-05-10	2:44.54	mC	Hoogeveen	werp 3-kamp				40h			
2021-05-22	2:40.39	mB	Heerenveen	2019-10-05	1214	jA	Heerenveen	2021-05-22	12.04	jpm	Heerenveen
1500				2019-10-13	1221	jA	Steenwijk	hurkhoog			
2021-05-22	5:26.82	mB	Heerenveen	Eline Buitendijk				2020-09-12	0.50	jpm	Heerenveen
3000				40				2021-05-06	0.50	jpm	Heerenveen
2021-05-01	11:42.83	mB	Heerenveen	2019-04-20	7.1	mpB	Drachten	ver			
2021-08-13	11:28.33	mB	Heerhugowaard	2019-06-29	7.1	mpB	Leeuwarden	2020-06-02	1.40	jpm	Heerenveen
5000				2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen	2020-09-12	1.65	jpm	Heerenveen
2020-09-04	20:09.28	mB	Leeuwarden	60				2021-04-06	1.85	jpm	Heerenveen
400h 76,2				2020-06-02	9.6	mpA	Heerenveen	2021-05-22	1.85	jpm	Heerenveen
2020-07-25	1:19.77	mB	Heerenveen	2021-09-11	9.4	mpA	Drachten	balstoten			
hoog				600				2020-09-12	2.50	jpm	Heerenveen
2019-05-11	1.30	mC	Heerenveen	2021-05-22	2:17.42	mpA	Heerenveen	slingeren			
2021-04-11	1.30	mB	Heerenveen	1000				2021-05-06	9.00	jpm	Heerenveen
Marije Brouwer				2019-10-05	4:13.2	mpB	Heerenveen	vortex			
100				duur 4'				2020-06-02	5.50	jpm	Heerenveen
2020-09-26	15.0	mB	Heerenveen	2019-04-20	825	mpB	Drachten	2020-09-12	9.00	jpm	Heerenveen
2021-03-20	14.4	mB	Heerenveen	2019-05-25	925	mpB	Steenwijk	2021-04-06	9.00	jpm	Heerenveen
200				2019-06-29	925	mpB	Leeuwarden	2021-05-06	9.50	jpm	Heerenveen
2021-04-11	30.9	mB	Heerenveen	duur 6'				2021-05-22	10.36	jpm	Heerenveen
100h 76,2				2020-09-12	1375	mpA	Heerenveen	Liam Buitendijk			
2021-03-20	18.4	mB	Heerenveen	2021-05-06	1400	mpA	Heerenveen	40			
kogel 3				2021-06-05	1425	mpA	Heerenveen	2019-04-20	8.7	jpm	Drachten
2021-03-20	9.70	mB	Heerenveen	40h				2019-10-05	8.2	jpm	Heerenveen
2021-04-11	10.38	mB	Heerenveen	2019-04-20	9.0	mpB	Drachten	2020-06-02	7.5	jpC	Heerenveen
speer 500				2019-06-29	8.0	mpB	Leeuwarden	600			
2020-07-04	27.05	mB	Heerenveen	60h				2019-10-05	2:37.8	jpm	Heerenveen
2020-09-26	29.82	mB	Heerenveen	2020-09-12	11.5	mpA	Heerenveen	2021-05-22	2:23.52	jpA	Heerenveen
Marvens Bruinsma				hoog				duur 4'			
100				2019-05-25	1.10	mpB	Steenwijk	2019-04-20	775	jpm	Drachten
2015-04-11	13.05	jC	Heerenveen	2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen	2019-05-25	850	jpm	Steenwijk
2015-10-03	12.7	jC	Heerenveen	2021-05-06	1.25	mpA	Heerenveen	2020-09-12	925	jpC	Heerenveen
2016-04-09	12.21w	jC	Heerenveen	hurkhoog				2021-05-06	950	jpB	Heerenveen
2016-10-01	11.9	jC	Heerenveen	2019-04-20	0.90	mpB	Drachten	2021-06-05	950	jpB	Heerenveen
2017-05-14	12.11	jB	Emmeloord	2019-06-29	0.90	mpB	Leeuwarden	40h			
2017-06-18	12.02	jB	Harderwijk	polsver				2019-04-20	11.1	jpm	Drachten
2018-05-12	12.01	jB	Heerenveen	2020-09-12	3.80	mpA	Heerenveen	2019-06-29	10.6	jpm	Leeuwarden
200				ver				2021-05-22	9.59	jpB	Heerenveen
2017-05-14	24.93	jB	Emmeloord	2019-05-25	2.80	mpB	Steenwijk	2021-06-05	9.0	jpB	Heerenveen
2017-07-02	24.73	jB	Vught	2019-10-05	3.05	mpB	Heerenveen	hoog			
300				2021-06-05	3.05	mpA	Heerenveen	2019-05-25	0.75	jpm	Steenwijk
2015-04-11	43.82	jC	Heerenveen	balstoten				2021-06-05	0.90	jpB	Heerenveen
2018-04-07	40.34	jB	Steenwijk	2019-05-25	5.30	mpB	Steenwijk	hurkhoog			
hoog				kogel 2				2019-04-20	0.55	jpm	Drachten
2017-05-28	1.60	jB	Drachten	2020-09-12	5.30	mpA	Heerenveen	2019-06-29	0.60	jpm	Leeuwarden
				2021-05-06	5.70	mpA	Heerenveen	2020-09-12	0.65	jpC	Heerenveen
				2021-05-22	6.18	mpA	Heerenveen	2021-05-06	0.70	jpB	Heerenveen

ver				100h 83,8				7-kamp			
2019-05-25	1.95	jpm	Steenwijk	2021-03-20	17.1	mA	Heerenveen	2019-05-05	3774	mB	Sneek
2020-06-02	2.20	jpC	Heerenveen	2021-07-04	16.63	mA	Dongen	2019-06-02	4141	mB	Amersfoort
2020-09-12	2.40	jpC	Heerenveen	2021-07-10	16.61	mA	Lisse	2019-07-07	4161	mB	Stadskanaal
2021-04-06	2.55	jpB	Heerenveen	2021-09-11	16.43	mA	Amersfoort	2021-07-11	3802	mA	Lisse
2021-06-05	2.80	jpB	Heerenveen					2021-09-05	3824	mA	Assendelft
balstoten				300h 76,2				Esmee Dam			
2019-05-25	2.60	jpm	Steenwijk	2015-04-26	56.58	mD	Epe	40			
2020-09-12	3.60	jpC	Heerenveen	2016-05-14	54.74	mD	Heerenveen	2021-04-06	9.4	mpm	Heerenveen
2021-06-05	4.40	jpB	Heerenveen	2016-05-22	54.43	mD	Epe	ver			
slingeren				hoog				2021-04-06	2.30	mpm	Heerenveen
2019-04-20	7.00	jpm	Drachten	2014-04-12	1.20	mpA	Drachten	vortex			
2019-06-29	8.00	jpm	Leeuwarden	2014-05-31	1.25	mpA	Stadskanaal	2021-04-06	6.50	mpm	Heerenveen
2021-05-06	12.00	jpB	Heerenveen	2014-06-28	1.35	mpA	Sneek				
vortex				2014-10-04	1.35	mpA	Heerenveen				
2019-04-20	9.50	jpm	Drachten	2016-04-30	1.35	mD	Sneek				
2019-10-05	10.24	jpm	Heerenveen	2016-06-04	1.40	mD	Gemert				
2020-06-02	12.00	jpC	Heerenveen	2016-06-18	1.41	mD	Lisse				
2021-04-06	15.00	jpB	Heerenveen	2020-08-23	1.50	mB	Lisse				
2021-05-22	16.22	jpB	Heerenveen	2021-04-11	1.55	mA	Heerenveen	Andrea Deelstra			
Sabrina Cruden				2021-07-10	1.59	mA	Lisse	800			
60				ver				2016-04-24	2:19.01	V	Grootebroek
2013-10-05	10.1	mpA	Heerenveen	2013-10-05	3.21	mpA	Heerenveen	2000			
2014-05-31	9.62	mpA	Stadskanaal	2014-05-31	3.76	mpA	Stadskanaal	2011-04-27	6:08.06	V	Leiden
2014-10-04	9.1	mpA	Heerenveen	2014-08-30	3.79	mpA	Assen	5000			
2015-04-06	9.14	mD	Dronen	2015-04-11	3.89	mD	Heerenveen	2011-07-31	16:18.03	V	Amsterdam
2015-05-16	9.06	mD	Heerenveen	2015-05-16	4.34	mD	Heerenveen	2016-05-27	16:16.61	V	Wageningen
2015-07-04	8.98	mD	Assen	2016-05-06	4.36	mD	Rijssen	2017-09-01	16:06.88	V	Utrecht
2015-10-03	8.7	mD	Heerenveen	2016-05-14	4.40	mD	Heerenveen	10000			
2016-04-09	8.70w	mD	Heerenveen	2016-06-05	4.40	mD	Gemert	2012-05-19	35:26.38	V	Kopenhagen (Den)
100				2016-06-19	4.54	mD	Lisse	2013-06-08	34:55.31	V	Pravets (Bul)
2016-05-06	14.12	mD	Rijssen	2021-09-05	5.26w	mA	Assendelft	2020-09-19	34:33.99	V35	Leiden
150				discus ¾				speer 600			
2016-03-28	21.78w	mD	Purmerend	2016-05-14	19.96	mD	Heerenveen	2013-09-15	20.08	V	Zwolle
200				kogel 2				Wouter den Dekker			
2015-05-16	31.23	mD	Heerenveen	2013-10-05	5.44	mpA	Heerenveen	5000			
2016-05-14	30.64	mD	Heerenveen	2014-04-12	7.30	mpA	Drachten	2020-09-26	20:12.0	M40	Heerenveen
2019-05-04	29.61	mB	Sneek	2014-06-28	8.00	mpA	Sneek	Marianne Diallo			
2019-06-01	28.35	mB	Amersfoort	2015-04-06	8.40	mD	Dronen	40			
600				2015-04-11	8.98	mD	Heerenveen	2014-10-04	8.0	mpm	Heerenveen
2015-08-30	2:00.50	mD	Stadskanaal	2015-05-16	9.10	mD	Heerenveen	2015-04-11	7.6	mpC	Leeuwarden
2015-10-03	1:58.0	mD	Heerenveen	2015-10-03	9.93	mD	Heerenveen	2015-06-13	7.60	mpC	Heerenveen
2016-07-03	1:56.18	mD	Stadskanaal	2016-07-03	10.20	mD	Stadskanaal	2015-10-03	7.2	mpC	Heerenveen
800				kogel 3				2016-06-18	7.31	mpB	Heerenveen
2019-05-05	2:50.27	mB	Sneek	2019-06-01	11.46	mB	Amersfoort	2016-10-01	6.9	mpB	Heerenveen
2019-06-02	2:48.60	mB	Amersfoort	kogel 4				60			
2019-07-07	2:45.43	mB	Stadskanaal	2020-09-19	9.21	mB	Grootebroek	2017-05-20	9.8	mpA	Steenwijk
1000				2020-09-26	9.74	mB	Heerenveen	2018-05-26	9.4	mpA	Sneek
2013-10-05	4:17.0	mpA	Heerenveen	2021-05-22	9.90	mA	Heerenveen	2018-10-06	9.29	mpA	Heerenveen
60h				speer 400				2019-04-06	9.02	mD	Heerenveen
2014-04-12	11.2	mpA	Drachten	2015-08-29	17.74	mD	Stadskanaal	2019-10-05	8.6	mD	Heerenveen
2014-06-14	11.0	mpA	Steenwijk	2015-09-19	20.22	mD	Zoetermeer	2020-07-25	8.73	mD	Heerenveen
2014-06-28	10.5	mpA	Sneek	2016-06-04	24.13	mD	Gemert	80			
60h 76,2				speer 500				2021-04-17	10.9	mC	Heerenveen
2015-04-11	11.59	mD	Heerenveen	2019-04-28	31.56	mB	Epe	2021-05-01	11.08	mC	Heerenveen
2015-04-26	11.49	mD	Epe	2019-05-05	31.76	mB	Sneek	150			
2015-07-04	10.99	mD	Assen	2019-07-07	33.72	mB	Stadskanaal	2020-07-04	21.5	mD	Heerenveen
2015-07-04	10.68	mD	Assen	speer 600				2021-05-22	21.90	mC	Heerenveen
2015-08-29	10.61	mD	Stadskanaal	2020-09-26	30.68	mB	Heerenveen	200			
2015-09-19	10.15	mD	Zoetermeer	2021-05-22	31.51	mA	Heerenveen	2021-06-18	29.01	mC	Utrecht
2016-04-09	10.08w	mD	Heerenveen	2021-07-04	31.67	mA	Dongen	600			
2016-06-18	10.03w	mD	Lisse	vortex				2015-05-16	2:31.61	mpC	Heerenveen
2016-07-02	10.03w	mD	Stadskanaal	2014-04-12	17.00	mpA	Drachten	2015-10-03	2:26.0	mpC	Heerenveen
100h 76,2				2014-06-14	22.00	mpA	Steenwijk	2019-10-05	2:01.0	mD	Heerenveen
2019-04-28	16.33	mB	Epe	werp 3-kamp				2021-05-23	1:53.22	mC	Heerenveen
2019-06-01	15.67	mB	Amersfoort	2021-08-27	1119	mA	Heerenveen	1000			
2019-06-29	15.49	mB	Alphen a/d Rijn	6-kamp				2016-06-18	4:28.72	mpB	Heerenveen
2019-07-06	15.39	mB	Stadskanaal	2015-08-30	2586	mD	Stadskanaal	2016-10-01	4:04.1	mpB	Heerenveen
				2015-09-20	2669	mD	Zoetermeer	2018-10-06	4:01.99	mpA	Heerenveen
				2016-05-01	2713	mD	Sneek				
				2016-06-05	2969	mD	Gemert				
				2016-07-03	2998	mD	Stadskanaal				

duur 4'				kogel 3				hoog			
2016-05-28	925	mpB	Leeuwarden	2021-03-20	8.29	mC	Heerenveen	2017-05-20	0.85	jpC	Steenwijk
duur 6'				slingeren				2017-09-16	0.85	jpC	Heerenveen
2017-04-08	1300	mpA	Leeuwarden	2016-04-16	12.00	mpB	Sneek	2018-05-26	0.90	jpB	Sneek
2017-05-20	1325	mpA	Steenwijk	2017-05-20	14.00	mpA	Steenwijk	2018-09-15	0.95	jpB	Heerenveen
2017-07-08	1375	mpA	Drachten	2018-05-26	15.50	mpA	Sneek	2019-04-20	0.95	jpA	Drachten
40h				speer 500				2019-06-29	1.05	jpA	Leeuwarden
2015-04-11	8.6	mpC	Leeuwarden	2021-05-23	22.03	mC	Heerenveen	2020-06-30	1.15	jpA	Heerenveen
2016-04-16	8.3	mpB	Sneek	vortex				2021-05-01	1.15	jD	Heerenveen
60h				2014-09-13	7.00	mpm	Leeuwarden	hurkhoog			
2017-04-08	11.7	mpA	Leeuwarden	2015-04-11	9.00	mpC	Leeuwarden	2017-04-08	0.55	jpC	Leeuwarden
2017-05-20	11.3	mpA	Steenwijk	2015-06-06	13.00	mpC	Sneek	2017-07-08	0.75	jpC	Drachten
2018-04-21	11.0	mpA	Drachten	2015-09-19	14.00	mpC	Heerenveen	2018-04-21	0.80	jpB	Drachten
60h 76,2				2015-10-03	14.01	mpC	Heerenveen	polsver			
2019-05-25	13.26	mD	Sneek	2016-05-28	17.00	mpB	Leeuwarden	2019-04-20	3.25	jpA	Drachten
2019-06-22	13.11	mD	Stadskanaal	2016-10-01	17.30	mpB	Heerenveen	ver			
80h 76,2				2018-05-26	18.00	mpA	Sneek	2017-05-20	2.15	jpC	Steenwijk
2021-03-20	13.7	mC	Heerenveen	2018-07-07	18.00	mpA	Steenwijk	2017-09-16	2.20	jpC	Heerenveen
2021-04-17	13.5	mC	Heerenveen	2018-09-15	19.50	mpA	Heerenveen	2017-10-07	2.35	jpC	Heerenveen
hoog				7-kamp				2018-09-15	2.55	jpB	Heerenveen
2016-06-18	1.00	mpB	Heerenveen	2021-05-23	3242	mC	Heerenveen	2018-10-06	2.58	jpB	Heerenveen
2017-04-08	1.05	mpA	Leeuwarden	Tsjerk Dijkstra				2019-10-05	2.73	jpA	Heerenveen
2017-07-08	1.10	mpA	Drachten	800				2020-09-26	2.95	jpA	Heerenveen
2018-04-21	1.15	mpA	Drachten	2017-04-26	2:08.97	jA	Hengelo	2021-04-17	3.11	jD	Heerenveen
2020-07-04	1.33	mD	Heerenveen	2018-06-09	2:03.02	Mneo	Groningen	balstoten			
2020-07-25	1.40	mD	Heerenveen	2019-05-10	2:02.02	Mneo	Hoogeveen	2017-05-20	4.10	jpC	Steenwijk
2020-09-26	1.40	mD	Heerenveen	2019-05-31	1:59.99	Mneo	Groningen	2018-05-26	4.80	jpB	Sneek
2020-10-08	1.40	mD	Drachten	1500				2018-09-15	5.00	jpB	Heerenveen
hurkhoog				2017-05-28	4:27.07	jA	Drachten	kogel 2			
2014-09-13	0.85	mpm	Leeuwarden	3000				2018-07-14	3.34	jpB	Heerenveen
2015-09-19	0.95	mpC	Heerenveen	2019-06-08	9:26.10	Mneo	Groningen	2019-04-20	4.20	jpA	Drachten
2016-05-28	0.95	mpB	Leeuwarden	5000				2019-06-29	4.70	jpA	Leeuwarden
polsver				2017-04-30	17:52.27	jA	Hoorn	2020-09-12	6.00	jpA	Heerenveen
2017-04-08	3.55	mpA	Leeuwarden	Jelte Dijkstra				slingeren			
2018-04-21	4.00	mpA	Drachten	40				2017-04-08	6.50	jpC	Leeuwarden
ver				2017-04-08	8.0	jpC	Leeuwarden	2017-07-08	10.00	jpC	Drachten
2014-09-13	2.45	mpm	Leeuwarden	2018-07-07	8.3	jpB	Steenwijk	2018-04-21	11.00	jpB	Drachten
2014-10-04	2.48	mpm	Heerenveen	2018-10-06	8.31	jpB	Heerenveen	2018-07-07	11.00	jpB	Steenwijk
2015-06-06	2.80	mpC	Sneek	60				2019-05-25	12.00	jpA	Steenwijk
2015-06-13	2.89	mpC	Heerenveen	2019-05-25	12.3	jpA	Steenwijk	2020-06-30	15.00	jpA	Heerenveen
2015-10-03	2.90	mpC	Heerenveen	2019-09-14	12.3	jpA	Sneek	speer 400			
2016-05-28	3.10	mpB	Leeuwarden	2019-10-05	11.3	jpA	Heerenveen	2021-04-17	13.50	jD	Heerenveen
2016-06-18	3.14	mpB	Heerenveen	600				vortex			
2016-09-17	3.55	mpB	Heerenveen	2017-10-07	2:47.3	jpC	Heerenveen	2017-04-08	9.00	jpC	Leeuwarden
2017-10-07	3.65	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2:24.0	jpA	Heerenveen	2017-05-20	9.50	jpC	Steenwijk
2018-10-06	3.73	mpA	Heerenveen	1000				2017-07-08	9.50	jpC	Drachten
2021-03-20	4.45	mC	Heerenveen	2018-10-06	4:28.38	jpB	Heerenveen	2018-04-21	10.00	jpB	Drachten
2021-06-18	4.48	mC	Utrecht	duur 4'				2018-05-26	10.50	jpB	Sneek
2021-06-19	4.51	mC	Leeuwarden	2017-04-08	825	jpC	Leeuwarden	2018-07-07	11.50	jpB	Steenwijk
2021-08-28	4.67	mC	Amsterdam	2017-05-20	825	jpC	Steenwijk	2018-09-15	11.50	jpB	Heerenveen
balstoten				2017-07-08	850	jpC	Drachten	2018-10-06	13.18	jpB	Heerenveen
2014-09-13	3.00	mpm	Leeuwarden	2018-04-21	875	jpB	Drachten	2019-04-20	15.50	jpA	Drachten
2015-06-06	3.60	mpC	Sneek	2018-05-26	875	jpB	Sneek	2020-09-12	18.00	jpA	Heerenveen
2015-09-19	3.90	mpC	Heerenveen	duur 6'				Tijs Dijkstra			
2016-05-28	4.10	mpB	Leeuwarden	2019-04-20	1225	jpA	Drachten	60			
2016-09-17	4.70	mpB	Heerenveen	2020-09-12	1275	jpA	Heerenveen	2020-09-26	11.9	jpA	Heerenveen
balwerpen 135				40h				600			
2014-10-04	9.87	mpm	Heerenveen	2017-04-08	10.3	jpC	Leeuwarden	2020-09-26	3:29.0	jpA	Heerenveen
kogel 2				2017-07-08	9.6	jpC	Drachten	duur 4'			
2017-04-08	4.00	mpA	Leeuwarden	2018-04-21	8.9	jpB	Drachten	2019-05-25	650	jpB	Steenwijk
2017-07-08	4.20	mpA	Drachten	2018-07-07	8.8	jpB	Steenwijk	hoog			
2017-10-07	4.61	mpA	Heerenveen	60h				2019-05-25	0.95	jpB	Steenwijk
2018-04-21	5.80	mpA	Drachten	2019-04-20	12.2	jpA	Drachten	ver			
2018-07-07	5.80	mpA	Steenwijk	2019-06-29	12.1	jpA	Leeuwarden	2019-05-25	2.40	jpB	Steenwijk
2018-07-14	6.13	mpA	Heerenveen	2019-09-14	11.5	jpA	Sneek	2020-09-26	2.89	jpA	Heerenveen
2018-10-06	6.19	mpA	Heerenveen	2020-09-12	11.0	jpA	Heerenveen	balstoten			
2019-10-05	7.04	mD	Heerenveen					2019-05-25	4.80	jpB	Steenwijk
2020-07-04	8.76	mD	Heerenveen								
2020-07-25	9.02	mD	Heerenveen								
2020-09-06	9.50	mD	Alkmaar								
2020-09-26	9.66	mD	Heerenveen								

kogel 2				balwerpen 135				800			
2020-09-26	5.34	jpA	Heerenveen	2014-10-04	10.16	jpC	Heerenveen	2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen
vortex				discus 1				Jiddu Duijsters			
2019-05-25	11.50	jpB	Steenwijk	2018-05-19	9.68	jD	Assen	kogel 2			
Wybren Dijkstra				2018-06-30	11.83	jD	Groningen	2021-05-06	6.10	jpA	Heerenveen
40				2019-06-22	12.05	jD	Stadskanaal	vortex			
2014-06-28	8.8	jpC	Sneek	2020-09-26	18.35	jC	Heerenveen	2021-05-06	15.50	jpA	Heerenveen
2015-04-11	8.4	jpB	Leeuwarden	2021-04-17	19.21	jC	Heerenveen	Tjalle-Durk van der Eems			
60				2021-06-19	23.74	jC	Leeuwarden	100			
2016-05-28	13.0	jpA	Leeuwarden	kogel 2				2021-05-01	12.12	JB	Heerenveen
2016-06-18	12.69	jpA	Heerenveen	2015-09-26	3.99	jpB	Leeuwarden	2021-07-09	12.00w	JB	Steenwijk
2016-10-01	11.6	jpA	Heerenveen	2016-04-16	4.50	jpA	Sneek	200			
80				2016-10-01	4.65	jpA	Heerenveen	2021-04-11	24.8	JB	Heerenveen
2018-10-06	15.78	jD	Heerenveen	2017-07-08	5.30	jpA	Drachten	400			
100				2017-10-07	5.43	jpA	Heerenveen	2021-05-01	54.34	JB	Heerenveen
2021-05-01	17.33	jC	Heerenveen	kogel 3				2021-09-04	53.47	JB	Assendelft
200				2018-05-12	5.26	jD	Heerenveen	1500			
2018-05-12	42.54	jD	Heerenveen	2019-04-06	5.72	jD	Heerenveen	2021-05-23	4:48.30	JB	Heerenveen
600				kogel 4				2021-09-05	4:38.96	JB	Assendelft
2014-10-04	3:03.6	jpC	Heerenveen	2020-07-02	6.28	jC	Heerenveen	110h 91,4			
1000				2020-09-26	6.62	jC	Heerenveen	2021-03-20	16.6	JB	Heerenveen
2015-06-13	5:04.95	jpB	Heerenveen	2021-04-17	7.52	jC	Heerenveen	2021-05-01	15.77	JB	Heerenveen
2015-09-26	4:52.38	jpB	Leeuwarden	2021-06-19	7.70	jC	Leeuwarden	hoog			
2015-10-03	4:48.6	jpB	Heerenveen	slingeren				2021-03-20	1.80	JB	Heerenveen
2016-10-01	4:24.0	jpA	Heerenveen	2016-09-17	15.50	jpA	Heerenveen	2021-09-04	1.88	JB	Assendelft
duur 6'				speer 400				polshoog			
2016-04-16	1125	jpA	Sneek	2018-04-14	10.08	jD	Sneek	2021-05-01	2.66	JB	Heerenveen
2016-05-28	1125	jpA	Leeuwarden	2018-05-12	12.80	jD	Heerenveen	2021-05-23	2.97	JB	Heerenveen
2017-05-20	1200	jpA	Steenwijk	2018-06-30	16.47	jD	Groningen	2021-09-05	3.00	JB	Assendelft
2017-07-08	1225	jpA	Drachten	2018-10-06	16.99	jD	Heerenveen	ver			
40h				2019-06-22	17.55	jD	Stadskanaal	2021-04-11	6.10	JB	Heerenveen
2014-06-28	9.9	jpC	Sneek	speer 600				2021-05-22	6.10	JB	Heerenveen
2015-04-11	9.5	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	19.32	jC	Heerenveen	2021-09-04	6.21	JB	Assendelft
60h				2021-04-17	22.91	jC	Heerenveen	discus 1½			
2016-04-16	15.0	jpA	Sneek	2021-05-01	23.84	jC	Heerenveen	2021-04-11	37.27	JB	Heerenveen
2016-05-28	13.5	jpA	Leeuwarden	vortex				2021-05-23	39.44	JB	Heerenveen
2016-09-17	13.0	jpA	Heerenveen	2014-06-28	10.00	jpC	Sneek	kogel 5			
hoog				2015-04-11	12.00	jpB	Leeuwarden	2021-05-22	12.78	JB	Heerenveen
2015-06-13	0.80	jpB	Heerenveen	2015-06-06	12.50	jpB	Sneek	2021-07-04	13.39	JB	Dongen
2016-04-16	0.85	jpA	Sneek	2015-06-13	13.83	jpB	Heerenveen	speer 700			
2016-06-18	0.90	jpA	Heerenveen	2015-09-19	18.50	jpB	Heerenveen	2021-04-11	52.40	JB	Heerenveen
2017-04-08	0.90	jpA	Leeuwarden	2016-04-16	21.00	jpA	Sneek	2021-09-05	53.75	JB	Assendelft
2017-07-08	0.95	jpA	Drachten	2016-09-17	24.00	jpA	Heerenveen	werp 3-kamp			
2020-07-02	1.10	jC	Heerenveen	2017-09-16	25.50	jpA	Heerenveen	2021-08-27	1792	JB	Heerenveen
2021-05-01	1.15	jC	Heerenveen	Janine Does				10-kamp			
hurkhoog				800				2021-05-23	5838	JB	Heerenveen
2014-06-28	0.60	jpC	Sneek	2018-10-06	3:31.38	V45	Heerenveen	2021-09-05	6213	JB	Assendelft
2014-09-13	0.70	jpC	Leeuwarden	3000				Edwin Eijgelaar			
2015-04-11	0.70	jpB	Leeuwarden	2018-10-06	14:18.42	V45	Heerenveen	5000			
2015-06-06	0.75	jpB	Sneek	discus 1				2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen
2015-09-19	0.90	jpB	Heerenveen	2018-10-06	11.52	V45	Heerenveen	Eddy Elsinga			
polsver				kogel 4				60			
2016-04-16	3.30	jpA	Sneek	2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen	2017-05-25	8.69	M45	Hengelo
ver				2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen	100			
2014-09-13	2.20	jpC	Leeuwarden	speer 600				2017-05-26	13.63	M45	Hengelo
2015-06-13	2.29	jpB	Heerenveen	2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen	150			
2015-09-26	2.33	jpB	Leeuwarden	werp 3-kamp				2011-07-15	22.3	M40	Steenwijk
2015-10-03	2.45	jpB	Heerenveen	2018-10-06	521	V45	Heerenveen	2019-07-05	20.44w	M50	Steenwijk
2016-05-28	2.60	jpA	Leeuwarden	Pieter Dogger				200			
2016-09-17	2.60	jpA	Heerenveen	150				2011-07-02	26.63	M40	Leeuwarden
2021-05-01	3.21	jC	Heerenveen	2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	2017-05-27	27.90	M45	Hengelo
balstoten				200							
2014-09-13	3.40	jpC	Leeuwarden	2019-07-12	26.72	M	Utrecht				
2015-06-06	4.30	jpB	Sneek	2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen				
2015-09-19	5.40	jpB	Heerenveen	300							
				2019-07-05	41.71	M	Steenwijk				

300				60h				7-kamp			
2019-07-05	42.91	M50	Steenwijk	2016-04-16	12.1	jpA	Sneek	2019-07-07	2920	jD	Stadskanaal
400				2016-07-02	11.5	jpA	Drachten				
2017-05-25	1:00.82	M45	Hengelo	2017-04-08	11.0	jpA	Leeuwarden	Sander Elsinga			
2019-07-12	1:01.42	M50	Heiloo	2017-05-20	10.7	jpA	Steenwijk	100			
800				80h 76,2				2019-05-11	15.71	jC	Heerenveen
2011-05-06	2:08.43	M40	Utrecht	2018-05-19	16.21	jD	Assen	150			
2016-06-11	2:15.35	M45	Groningen	2019-07-07	16.13	jD	Stadskanaal	2020-07-02	21.0	jC	Heerenveen
2016-10-01	2:15.0	M45	Heerenveen	hoog				1000			
2019-10-05	2:27.9	M50	Heerenveen	2015-06-13	0.90	jpB	Heerenveen	2020-07-02	3:43.7	jC	Heerenveen
1000				2016-04-16	1.15	jpA	Sneek	Andres Faber			
2017-04-19	3:01.89	M45	Zwolle	2017-06-24	1.20	jpA	Stadskanaal	800			
1500				2017-09-09	1.25	jpA	Sneek	2014-10-04	2:36.5	M	Heerenveen
2016-04-09	4:44.78	M45	Heerenveen	2018-06-02	1.25	jD	Stadskanaal	mijl			
3000				2019-04-06	1.30	jD	Heerenveen	2017-07-07	5:58.99	M	Steenwijk
2016-04-03	10:44.99	M45	Steenwijk	2019-05-11	1.30	jD	Heerenveen	3000			
2017-05-20	10:35.04	M45	Heerenveen	2019-05-25	1.35	jD	Sneek	2015-05-16	11:58.94	M	Heerenveen
2019-10-05	11:25.2	M50	Heerenveen	2019-06-22	1.35	jD	Stadskanaal	5000			
5000				2019-07-07	1.35	jD	Stadskanaal	2020-09-04	19:49.12	M	Leeuwarden
2016-04-15	18:30.1	M45	Hoogeveen	hurkhoog				ver			
10000				2015-04-11	0.90	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	3.79	M	Heerenveen
2017-05-28	41:03.97	M45	Hengelo	2015-06-06	0.90	jpB	Sneek	Lisanne Faber			
ver				2015-09-19	1.10	jpB	Heerenveen	5000			
2011-10-01	4.57	M40	Heerenveen	polsver				2020-09-26	22:33.0	Vneo	Heerenveen
2019-04-07	4.50	M45	Amersfoort	2016-04-16	4.10	jpA	Sneek	Simone Falkena			
kogel 7¼				2017-04-08	4.50	jpA	Leeuwarden	100			
2011-10-01	6.11	M40	Heerenveen	ver				2015-06-14	14.10	V35	Groningen
Jan Elsinga				2015-06-06	3.05	jpB	Sneek	2016-04-09	13.81w	V35	Heerenveen
40				2015-09-19	3.20	jpB	Heerenveen	150			
2015-04-11	7.4	jpB	Leeuwarden	2015-10-03	3.22	jpB	Heerenveen	2016-07-08	21.19	V35	Steenwijk
2015-06-13	7.19	jpB	Heerenveen	2016-04-03	3.56	jpA	Assen	200			
2015-06-27	6.8	jpB	Steenwijk	2017-04-02	3.90	jpA	Assen	2015-05-23	28.92	V35	Emmeloord
2015-10-03	6.8	jpB	Heerenveen	2017-06-24	3.57	jpA	Stadskanaal	2015-06-14	28.85	V35	Groningen
60				2017-10-07	3.90	jpA	Heerenveen	2016-06-26	28.76	V35	Harderwijk
2016-04-03	10.03	jpA	Assen	2018-05-12	3.90	jD	Heerenveen	400			
2017-04-02	9.39	jpA	Assen	2018-06-30	4.11	jD	Groningen	2015-04-19	1:06.12	V35	Drachten
80				2019-07-06	4.20	jD	Stadskanaal	2015-06-07	1:05.23	V35	Harderwijk
2018-04-14	12.48	jD	Sneek	2019-10-05	4.32	jD	Heerenveen	100h 83,8			
2018-05-12	12.10	jD	Heerenveen	balstoten				2013-06-16	19.23	V	Harderwijk
2018-10-06	12.01	jD	Heerenveen	2015-06-06	6.60	jpB	Sneek	2014-05-04	18.83	V	Grootebroek
2019-05-11	11.70	jD	Heerenveen	2015-09-19	7.20	jpB	Heerenveen	2016-10-01	20.2	V35	Heerenveen
2019-07-06	11.41	jD	Stadskanaal	kogel 2				300h 76,2			
100				2015-09-26	5.50	jpB	Leeuwarden	2014-04-16	50.3	V	Sneek
2021-04-17	14.1	jC	Heerenveen	2016-04-03	5.80	jpA	Assen	2014-04-27	50.53	V	Epe
800				2016-04-16	5.80	jpA	Sneek	400h 76,2			
2021-04-17	2:33.8	jC	Heerenveen	2016-07-02	6.20	jpA	Drachten	2014-05-25	1:09.39	V	Drachten
2021-06-19	2:29.65	jC	Leeuwarden	2016-10-01	6.44	jpA	Heerenveen	2015-05-03	1:11.27	V35	Emmeloord
1000				2017-04-02	6.88	jpA	Assen	hoog			
2015-05-16	3:58.86	jpB	Heerenveen	2017-06-24	6.93	jpA	Stadskanaal	2018-05-13	1.25	V35	Emmen
2015-09-26	3:49.71	jpB	Leeuwarden	2017-07-08	7.10	jpA	Drachten	2018-06-10	1.30	V35	Apeldoorn
2015-10-03	3:46.8	jpB	Heerenveen	2017-10-07	7.24	jpA	Heerenveen	2018-10-06	1.30	V35	Heerenveen
2017-06-24	3:36.81	jpA	Stadskanaal	kogel 3				ver			
2018-06-02	3:35.12	jD	Stadskanaal	2018-05-19	6.90	jD	Assen	2016-10-01	4.15	V35	Heerenveen
2018-06-30	3:30.48	jD	Groningen	2018-10-06	6.99	jD	Heerenveen	discus 1			
2019-05-11	3:28.05	jD	Heerenveen	2019-05-18	7.36	jD	Stadskanaal	2015-04-19	25.33	V35	Drachten
2019-05-18	3:27.98	jD	Stadskanaal	2019-05-25	7.44	jD	Sneek	Siska Folkertsma			
2019-05-25	3:24.94	jD	Sneek	2019-10-05	7.53	jD	Heerenveen	200			
2019-09-01	3:18.03	jD	Amsterdam	kogel 4				2017-10-07	35.9	V50	Heerenveen
duur 6'				2021-04-17	8.31	jC	Heerenveen	2018-10-06	37.76	V55	Heerenveen
2016-04-16	1450	jpA	Sneek	2021-06-19	8.52	jC	Leeuwarden				
2016-07-02	1450	jpA	Drachten	slingeren							
2017-04-08	1500	jpA	Leeuwarden	2016-09-17	17.50	jpA	Heerenveen				
2017-05-20	1550	jpA	Steenwijk	2017-05-20	19.00	jpA	Steenwijk				
40h				speer 400							
2015-04-11	7.9	jpB	Leeuwarden	2019-07-06	15.97	jD	Stadskanaal				
2015-06-27	7.9	jpB	Steenwijk	vortex							
				2015-04-11	12.00	jpB	Leeuwarden				
				2015-06-06	15.00	jpB	Sneek				
				2015-06-27	15.00	jpB	Steenwijk				
				2015-09-19	17.00	jpB	Heerenveen				
				2016-04-16	18.00	jpA	Sneek				
				2016-09-17	19.00	jpA	Heerenveen				

800				slingeren				2021-06-05	15.00	mpA	Heerenveen
2014-10-04	3:25.6	V50	Heerenveen	2020-06-30	16.50	jpA	Heerenveen	vortex			
2018-10-06	3:49.42	V55	Heerenveen	2021-06-05	19.50	jpA	Heerenveen	2020-06-02	12.50	mpA	Heerenveen
hoog				vortex				2021-04-06	13.00	mpA	Heerenveen
2018-10-06	1.20	V55	Heerenveen	2020-06-02	21.00	jpA	Heerenveen	Rixt de Grouw			
ver				2021-04-06	27.00	jpA	Heerenveen	100			
2017-10-07	2.86	V50	Heerenveen	2021-05-06	29.00	jpA	Heerenveen	2021-04-11	15.9	mB	Heerenveen
discus 1				2021-06-26	29.00	jpA	Leeuwarden	hoog			
2018-05-13	18.00	V55	Emmen	Doutzen Groenendijk				2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen
2018-10-06	21.72	V55	Heerenveen	60				2021-04-11	1.25	mB	Heerenveen
kogel 3				2021-06-05	10.4	mpA	Heerenveen	ver			
2017-10-07	7.11	V50	Heerenveen	600				2020-09-26	3.72	mB	Heerenveen
2018-05-13	6.98	V55	Emmen	2021-05-22	2:33.55	mpA	Heerenveen	speer 500			
2018-10-06	7.55	V55	Heerenveen	duur 6'				2020-09-26	23.33	mB	Heerenveen
2019-05-12	7.74	V55	Apeldoorn	2021-06-05	1225	mpA	Heerenveen	Eline de Haan			
kogelsl. 3				2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden	100			
2018-06-10	15.73	V55	Apeldoorn	60h				2020-09-26	15.6	Vneo	Heerenveen
speer 500				2021-05-22	12.36	mpA	Heerenveen	800			
2017-10-07	16.77	V50	Heerenveen	2021-06-05	11.9	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3:06.0	Vneo	Heerenveen
2018-06-10	17.15	V55	Apeldoorn	2021-06-26	10.8	mpA	Leeuwarden	Elisabeth de Haan			
2018-10-06	18.58	V55	Heerenveen	hoog				40			
werp 3-kamp				2021-05-22	1.05	mpA	Heerenveen	2015-06-27	7.0	mpC	Steenwijk
2018-10-06	1561	V55	Heerenveen	2021-06-26	1.05	mpA	Leeuwarden	2016-07-02	6.7	mpB	Drachten
Annamarijn van Ginneken				polsver				60			
100				2021-06-26	2.65	mpA	Leeuwarden	2017-05-20	9.2	mpA	Steenwijk
2021-04-11	15.0	mB	Heerenveen	ver				2018-05-26	8.5	mpA	Sneek
100h 76,2				2021-06-05	2.55	mpA	Heerenveen	2018-10-06	8.66	mpA	Heerenveen
2021-05-01	17.47	mB	Heerenveen	kogel 2				2019-04-06	8.41	mD	Heerenveen
2021-05-01	1:20.1	mB	Heerenveen	2021-05-22	3.68	mpA	Heerenveen	80			
2021-05-01	1:18.51	mB	Heerenveen	2021-06-26	4.20	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	10.6	mC	Heerenveen
hoog				slingeren				2021-05-01	10.72	mC	Heerenveen
2021-05-01	1.40	mB	Heerenveen	2021-06-05	12.00	mpA	Heerenveen	150			
Thijmen Groenendal				vortex				2019-09-01	20.93	mD	Amsterdam
60				2021-06-26	10.00	mpA	Leeuwarden	2019-09-01	20.84	mD	Amsterdam
2020-06-02	10.4	jpA	Heerenveen	Famke Groenendijk				2020-07-02	20.4	mD	Heerenveen
2020-09-26	10.1	jpA	Heerenveen	60				2021-05-22	20.30	mC	Heerenveen
2021-04-06	9.8	jpA	Heerenveen	2020-06-02	12.2	mpA	Heerenveen	200			
2021-06-05	9.3	jpA	Heerenveen	2020-09-26	11.2	mpA	Heerenveen	2019-05-11	29.54	mD	Heerenveen
600				2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen	2021-05-01	27.03	mC	Heerenveen
2020-09-26	2:00.0	jpA	Heerenveen	600				600			
1000				2020-09-26	2:40.0	mpA	Heerenveen	2019-10-05	1:59.5	mD	Heerenveen
2021-09-04	3:30.51	jpA	Hoogeveen	duur 6'				1000			
duur 6'				2020-09-12	1150	mpA	Heerenveen	2017-10-07	4:18.0	mpA	Heerenveen
2021-05-06	1600	jpA	Heerenveen	2021-05-06	1150	mpA	Heerenveen	2018-10-06	4:00.12	mpA	Heerenveen
2021-06-05	1625	jpA	Heerenveen	2021-06-05	1225	mpA	Heerenveen	duur 4'			
2021-06-26	1675	jpA	Leeuwarden	2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden	2016-05-28	875	mpB	Leeuwarden
60h				60h				2016-07-02	925	mpB	Drachten
2020-06-30	12.1	jpA	Heerenveen	2020-06-30	14.2	mpA	Heerenveen	duur 6'			
2021-05-22	11.55	jpA	Heerenveen	2020-09-12	12.6	mpA	Heerenveen	2017-04-08	1325	mpA	Leeuwarden
2021-06-05	10.7	jpA	Heerenveen	2021-06-05	12.3	mpA	Heerenveen	2018-05-26	1350	mpA	Sneek
hoog				hoog				40h			
2020-06-30	0.95	jpA	Heerenveen	2020-06-30	0.95	mpA	Heerenveen	2015-06-27	7.2	mpC	Steenwijk
2021-05-06	1.10	jpA	Heerenveen	2020-09-12	1.00	mpA	Heerenveen	2016-07-02	7.3	mpB	Drachten
polsver				2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen	60h			
2021-06-26	4.55	jpA	Leeuwarden	polsver				2017-04-08	10.9	mpA	Leeuwarden
ver				2020-09-12	3.75	mpA	Heerenveen	2017-05-20	10.7	mpA	Steenwijk
2020-06-02	3.00	jpA	Heerenveen	ver				2018-05-26	10.7	mpA	Sneek
2020-09-26	3.46	jpA	Heerenveen	2020-06-02	2.20	mpA	Heerenveen	60h 76,2			
2021-06-05	3.75	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2.83	mpA	Heerenveen	2019-04-06	11.35	mD	Heerenveen
kogel 2				2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen	2019-05-25	10.86	mD	Sneek
2020-09-26	5.37	jpA	Heerenveen	kogel 2				2020-07-25	10.39	mD	Heerenveen
2021-05-06	7.50	jpA	Heerenveen	2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen				
2021-06-26	7.70	jpA	Leeuwarden	2021-06-26	5.20	mpA	Leeuwarden				
				slingeren							
				2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen				

80h 76,2				2016-04-09	12.04	jB	Heerenveen	2015-06-26	1:02.17	jB	Breda
2021-04-17	14.7	mC	Heerenveen	2016-07-09	12.04w	jB	Emmeloord				
hoog				2017-05-13	11.88	jA	Emmeloord	hoog			
2016-09-17	1.15	mpB	Heerenveen	2017-07-08	11.75	jA	Stadskanaal	2011-04-09	1.35	jD	Heerenveen
2017-04-08	1.20	mpA	Leeuwarden					2011-04-16	1.40	jD	Drachten
2018-04-21	1.35	mpA	Drachten	150				2011-10-01	1.40	jD	Heerenveen
2018-07-14	1.40	mpA	Heerenveen	2013-07-19	19.9	jC	Steenwijk	2012-05-18	1.40	jD	Emmeloord
2019-05-11	1.40	mD	Heerenveen	2014-07-18	19.1	jC	Steenwijk	2012-05-22	1.40	jD	Grou
2019-05-25	1.45	mD	Sneek	2015-07-10	18.63	jB	Steenwijk	2012-05-26	1.40	jD	Assen
2020-07-02	1.45	mD	Heerenveen					2012-06-16	1.40	jD	Stadskanaal
hurkhoog				200				2012-09-09	1.40	jD	Emmen
2015-06-27	0.90	mpC	Steenwijk	2015-10-03	25.7	jB	Heerenveen	2012-10-06	1.40	jD	Heerenveen
2015-09-19	1.00	mpC	Heerenveen	2016-10-01	24.8	jB	Heerenveen	2013-04-06	1.55	jC	Steenwijk
2016-05-28	1.10	mpB	Leeuwarden	2018-05-12	24.43	jA	Heerenveen	2013-05-18	1.55	jC	Stadskanaal
polsver				300				2013-06-12	1.55	jC	Sneek
2017-04-08	4.00	mpA	Leeuwarden					2013-06-15	1.55	jC	Dronten
2018-04-21	4.25	mpA	Drachten	2018-04-07	38.21	jA	Steenwijk	2013-06-22	1.60	jC	Assen
ver				400				2013-07-06	1.65	jC	Stadskanaal
2015-09-19	2.60	mpC	Heerenveen	2015-07-04	57.43	jB	Best	2013-08-31	1.65	jC	Emmeloord
2016-05-28	3.40	mpB	Leeuwarden	2016-05-14	54.82	jB	Alphen a/d Rijn	2013-09-15	1.65	jC	Hoogeveen
2016-09-17	3.80	mpB	Heerenveen	2017-05-13	54.14	jA	Emmeloord	2014-04-05	1.65	jC	Steenwijk
2017-10-07	4.00	mpA	Heerenveen	2017-05-28	53.22	jA	Drachten	2014-04-12	1.65	jC	Heerenveen
2018-05-26	4.30	mpA	Sneek	2017-07-08	52.88	jA	Stadskanaal	2014-05-31	1.70	jC	Gemert
2018-09-15	4.55	mpA	Heerenveen					2014-06-21	1.70	jC	Emmen
2018-10-06	4.61	mpA	Heerenveen	800				2014-07-06	1.75	jC	Stadskanaal
2019-04-06	4.67	mD	Heerenveen	2013-10-05	2:44.5	jC	Heerenveen	2014-09-20	1.80	jC	Tilburg
2019-06-22	4.88	mD	Stadskanaal	2014-10-04	2:40.7	jC	Heerenveen	2017-05-28	1.80	jA	Drachten
2020-07-25	4.94	mD	Heerenveen	2015-10-03	2:22.4	jB	Heerenveen	2017-06-18	1.80	jA	Harderwijk
2021-04-17	5.03	mC	Heerenveen					2017-07-08	1.82	jA	Stadskanaal
2021-06-19	5.11	mC	Leeuwarden	1000				2018-07-01	1.90	jA	Harderwijk
balstoten				2011-06-07	3:39.7	jD	Heerenveen	2018-07-07	1.93	jA	Stadskanaal
2015-09-19	5.30	mpC	Heerenveen	2011-10-01	3:38.9	jD	Heerenveen	hss			
2016-05-28	6.30	mpB	Leeuwarden	2012-05-18	3:38.29	jD	Emmeloord	2013-09-15	10.52	jC	Hoogeveen
2016-09-17	6.70	mpB	Heerenveen	2013-06-16	3:22.83	jC	Dronten	polshoog			
kogel 2				2013-07-07	3:21.97	jC	Stadskanaal	2012-05-12	2.30	jD	Heerenveen
2017-04-08	5.30	mpA	Leeuwarden	2013-09-01	3:18.39	jC	Emmeloord	2014-04-12	2.60	jC	Heerenveen
2017-10-07	5.32	mpA	Heerenveen	1500				2015-07-04	2.73	jB	Best
2018-04-21	6.40	mpA	Drachten	2015-07-05	5:31.68	jB	Best	2016-04-09	3.31	jB	Heerenveen
2020-07-02	8.85	mD	Heerenveen	2015-08-30	5:10.29	jB	Stadskanaal	2016-04-24	3.50	jB	Grootebroek
slingeren				2016-05-15	5:04.81	jB	Alphen a/d Rijn	2016-06-04	3.70	jB	Gemert
2016-07-02	15.50	mpB	Drachten	2017-05-14	4:59.35	jA	Emmeloord	2016-06-11	3.76	jB	Groningen
2017-05-20	16.00	mpA	Steenwijk	2018-07-13	4:45.55	jA	Utrecht	2016-06-26	3.80	jB	Harderwijk
2017-09-16	16.00	mpA	Heerenveen	80h 76,2				2016-09-18	3.80	jB	Hengelo
2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen	2011-05-22	17.01	jD	Emmeloord	2017-04-30	4.00	jA	Hoorn
speer 400				2012-04-14	16.0	jD	Heerenveen	2017-06-18	4.10	jA	Harderwijk
2019-10-05	17.66	mD	Heerenveen	2012-05-18	15.90	jD	Emmeloord	2017-07-02	4.20	jA	Vught
vortex				2012-06-19	15.0	jD	Sneek	2017-07-09	4.20	jA	Stadskanaal
2015-06-27	17.50	mpC	Steenwijk	2012-07-08	14.93	jD	Stadskanaal	ver			
2016-07-02	17.50	mpB	Drachten	100h 83,8				2011-05-28	3.77	jD	Heerenveen
2018-05-26	19.00	mpA	Sneek	2013-04-20	18.13	jC	Drachten	2012-05-17	4.37	jD	Emmeloord
Gerwin de Haan				2013-04-28	17.96	jC	Epe	2012-07-13	4.38	jD	Steenwijk
80				2013-05-25	17.93	jC	Emmen	2013-05-11	4.74	jC	Heerenveen
2011-04-02	13.02	jD	Steenwijk	2013-06-16	17.56	jC	Dronten	2013-06-01	5.03	jC	Hengelo
2011-05-21	12.64	jD	Emmeloord	2013-06-22	17.13	jC	Assen	2013-07-06	5.08	jC	Stadskanaal
2011-07-05	12.2	jD	Leeuwarden	2013-09-01	16.53	jC	Emmeloord	2013-09-15	5.10	jC	Hoogeveen
2012-04-07	12.03	jD	Steenwijk	2014-04-12	16.12	jC	Heerenveen	2014-04-21	5.28	jC	Dronten
2012-05-17	11.96	jD	Emmeloord	2014-04-27	15.51	jC	Epe	2014-05-17	5.38	jC	Heerenveen
2012-07-07	11.81	jD	Stadskanaal	2014-04-27	15.43	jC	Epe	2014-05-31	5.40	jC	Gemert
100				2014-05-10	15.18	jC	Drachten	2014-07-18	5.48	jC	Steenwijk
2013-04-06	14.27	jC	Steenwijk	110h 91,4				2014-08-08	5.59	jC	Utrecht
2013-05-11	13.70	jC	Heerenveen	2015-07-05	17.42	jB	Best	2014-08-31	5.63	jC	Amsterdam
2013-07-06	13.47	jC	Stadskanaal	2015-08-30	17.19	jB	Stadskanaal	2014-09-20	5.66	jC	Tilburg
2013-08-31	13.23	jC	Emmeloord	2015-10-03	16.1	jB	Heerenveen	2015-05-16	5.67	jB	Heerenveen
2014-04-05	13.14	jC	Steenwijk	2016-04-09	15.36w	jB	Heerenveen	2015-05-23	5.70	jB	Emmeloord
2014-04-05	13.10	jC	Steenwijk	2016-06-11	15.20	jB	Groningen	2015-08-14	5.72	jB	Utrecht
2014-05-17	13.09	jC	Heerenveen	110h 99,1				2016-04-20	5.95	jB	Heerde
2014-05-31	12.85	jC	Gemert	2017-04-08	16.00	jA	Heerenveen	2016-06-04	6.18	jB	Gemert
2014-06-21	12.83	jC	Emmen	2017-07-09	15.81	jA	Stadskanaal	2018-04-07	6.36w	jA	Steenwijk
2014-07-05	12.76	jC	Stadskanaal	2018-05-12	15.67	jA	Heerenveen	discus 1			
2014-09-20	12.74	jC	Tilburg	110h 106,7				2011-04-02	16.70	jD	Steenwijk
2014-10-04	12.2	jC	Heerenveen	2017-04-30	20.75	jA	Hoorn	2011-04-09	20.33	jD	Heerenveen
				300h 76,2				2011-04-16	20.46	jD	Drachten
				2013-04-06	50.40	jC	Steenwijk	2011-05-14	20.74	jD	Assen
				2014-04-27	45.92	jC	Epe	2011-05-28	21.28	jD	Heerenveen
				400h 83,8				2011-07-02	22.25	jD	Leeuwarden
				2014-05-17	1:07.14	jC	Heerenveen	2012-04-07	25.31	jD	Steenwijk
				2015-05-29	1:03.23	jB	Utrecht	2012-04-14	25.43	jD	Heerenveen
								2012-05-26	26.83	jD	Assen
								2012-05-30	27.98	jD	Sneek
								2012-07-13	28.50	jD	Steenwijk
								2012-09-02	29.19	jD	Amsterdam

2012-09-09	29.58	jD	Emmen	2015-05-29	45.67	jB	Utrecht	10000			
2013-04-06	32.98	jC	Steenwijk	2015-06-14	47.28	jB	Groningen	2017-05-28	40:22.06	M	Hengelo
2013-08-25	34.08	jC	Amsterdam	2015-08-30	48.15	jB	Stadskanaal				
2014-04-05	35.07	jC	Steenwijk	2015-10-03	48.80	jB	Heerenveen	400h	91,4		
2014-06-01	38.21	jC	Gemert	2016-05-01	48.99	jB	Sneek	2018-09-09	1:11.59	M	Grootebroek
2014-07-06	39.57	jC	Stadskanaal	2016-05-15	52.30	jB	Alphen a/d Rijn				
2014-09-21	41.40	jC	Tilburg	2016-07-02	53.72	jB	Breda	hoog			
discus 1½				speer 800				2014-10-04	1.70	M	Heerenveen
2015-05-14	37.74	jB	Heiloo	2016-05-29	47.23	jB	Emmeloord	ver			
2015-05-23	38.54	jB	Emmeloord	2017-05-14	50.21	jA	Emmeloord	2016-10-01	4.80	M	Heerenveen
2015-06-05	38.65	jB	Steenwijk	2017-06-30	51.52	jA	Vught	speer 800			
2015-07-05	39.66	jB	Best	2018-06-15	54.20	jA	Emmeloord	2014-10-04	34.70	M	Heerenveen
2016-05-01	43.08	jB	Sneek	werp 3-kamp							
2016-06-05	43.60	jB	Gemert	2011-09-09	1146	jD	Leeuwarden	Lisanne de Haan			
discus 1¾				2011-10-09	1180	jD	Steenwijk	40			
2016-10-09	36.20	jB	Steenwijk	2012-05-30	1428	jD	Sneek	2013-10-05	8.0	mpB	Heerenveen
2017-05-14	38.74	jA	Emmeloord	2012-10-14	1567	jD	Steenwijk	60			
2017-05-20	40.22	jA	Heerenveen	2013-05-22	1331	jC	Sneek	2014-05-31	11.37	mpA	Stadskanaal
2018-07-08	40.44	jA	Stadskanaal	2014-05-21	1707	jC	Sneek	2014-06-14	11.1	mpA	Steenwijk
2018-07-13	41.48	jA	Utrecht	2015-06-05	1805	jB	Steenwijk	2014-09-13	11.0	mpA	Leeuwarden
discus 2				2016-10-09	1715	jB	Steenwijk	2014-10-04	10.8	mpA	Heerenveen
2015-06-07	32.45	jB	Harderwijk	2018-03-21	1770	jA	Assen	2015-06-06	10.5	mpA	Sneek
kogel 3				7-kamp				2015-06-13	10.59	mpA	Heerenveen
2011-04-09	6.23	jD	Heerenveen	2011-05-22	2483	jD	Emmeloord	2015-09-26	10.58	mpA	Leeuwarden
2011-05-22	6.37	jD	Emmeloord	2012-05-18	3272	jD	Emmeloord	2015-10-03	10.2	mpA	Heerenveen
2011-06-07	6.76	jD	Heerenveen	8-kamp				2016-04-09	10.39w	mD	Heerenveen
2011-09-09	7.43	jD	Leeuwarden	2013-06-16	4413	jC	Dronten	2016-06-04	10.20	mD	Stadskanaal
2012-05-12	8.74	jD	Heerenveen	2013-07-07	4608	jC	Stadskanaal	2016-10-01	9.9	mD	Heerenveen
2012-05-30	9.02	jD	Sneek	2013-09-01	4747	jC	Emmeloord	2017-04-01	10.13	mD	Steenwijk
2012-06-05	9.66	jD	Heerenveen	2014-06-01	5187	jC	Gemert	2017-05-20	9.85	mD	Heerenveen
2012-09-09	9.90	jD	Emmen	2014-07-06	5266	jC	Stadskanaal	2017-06-24	9.68w	mD	Stadskanaal
kogel 4				2014-09-21	5457	jC	Tilburg	80			
2013-05-11	9.03	jC	Heerenveen	10-kamp				2018-04-07	12.81	mC	Steenwijk
2013-05-22	9.99	jC	Sneek	2015-07-05	5195	jB	Best	100			
2013-06-15	10.01	jC	Dronten	2016-05-15	5851	jB	Alphen a/d Rijn	2021-04-11	16.4	mB	Heerenveen
2013-07-06	10.04	jC	Stadskanaal	2016-06-05	6205	jB	Gemert	150			
2014-04-12	10.25	jC	Heerenveen	2017-05-14	6238	jA	Emmeloord	2018-04-28	24.82	mC	Sneek
2014-05-17	10.88	jC	Heerenveen	2017-07-09	6470	jA	Stadskanaal	600			
2014-06-14	10.93	jC	Dronten	Hilbert de Haan				2016-05-01	2:18.48	mD	Sneek
2014-09-20	11.86	jC	Tilburg	60				2017-05-14	2:16.64	mD	Sneek
kogel 5				2017-05-25	8.05w	M	Hengelo	2017-07-09	2:05.84	mD	Stadskanaal
2015-05-08	11.44	jB	Utrecht	100				1000			
2015-06-05	11.90	jB	Steenwijk	2014-10-04	12.0	M	Heerenveen	2013-10-05	4:50.7	mpB	Heerenveen
2015-07-04	12.07	jB	Best	200				2014-10-04	4:40.6	mpA	Heerenveen
2016-04-20	12.66	jB	Heerde	2016-10-01	25.8	M	Heerenveen	2015-05-16	4:24.25	mpA	Heerenveen
kogel 6				2017-05-27	25.86	M	Hengelo	2015-10-03	4:16.3	mpA	Heerenveen
2016-10-09	11.06	jB	Steenwijk	400				60h			
2017-05-13	12.71	jA	Emmeloord	2014-06-29	55.36	M	Enschede	2014-04-12	12.4	mpA	Drachten
kogel 7¼				2018-05-27	53.44	M	Drachten	2014-06-14	12.1	mpA	Steenwijk
2015-04-19	8.84	jB	Drachten	800				2014-09-13	12.1	mpA	Leeuwarden
2015-05-03	8.98	jB	Emmeloord	2013-04-21	2:05.54	M	Grootebroek	2015-04-11	10.2	mpA	Leeuwarden
2015-06-07	9.43	jB	Harderwijk	2013-05-11	2:01.49	M	Heerenveen	60h 76,2			
speer 400				2013-06-16	2:00.20	M	Harderwijk	2016-04-30	13.94	mD	Sneek
2011-04-02	22.73	jD	Steenwijk	2014-09-21	1:59.05	M	Hoogeveen	2017-04-08	13.21	mD	Heerenveen
2011-06-25	26.73	jD	Emmeloord	1000				2017-07-08	12.78	mD	Stadskanaal
2011-10-01	30.49	jD	Heerenveen	2014-06-20	2:40.15	M	Utrecht	80h 76,2			
2012-05-12	33.88	jD	Heerenveen	1500				2018-04-14	17.05	mC	Sneek
2012-05-26	33.96	jD	Assen	2011-07-02	4:36.93	Mneo	Leeuwarden	2018-04-28	16.96	mC	Sneek
2012-09-02	36.47	jD	Amsterdam	2011-09-18	4:32.33	Mneo	Weert	2019-05-25	17.17	mC	Sneek
2012-10-14	37.10	jD	Steenwijk	2013-06-02	4:11.32	M	Drachten	hoog			
speer 600				mijl				2014-04-12	1.00	mpA	Drachten
2012-09-22	31.65	jD	Leeuwarden	2014-07-18	4:43.5	M	Steenwijk	2014-05-31	1.05	mpA	Stadskanaal
2013-04-13	33.24	jC	Heerenveen	3000				2014-10-04	1.05	mpA	Heerenveen
2013-04-20	33.85	jC	Drachten	2017-05-25	10:14.00	M	Hengelo	2015-04-11	1.05	mpA	Leeuwarden
2013-05-18	34.48	jC	Stadskanaal	2017-08-11	9:57.99	M	Utrecht	2015-06-07	1.15	mpA	Soest
2013-05-22	36.32	jC	Sneek	5000				2015-06-13	1.15	mpA	Heerenveen
2013-06-01	36.91	jC	Hengelo	2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk	2016-04-09	1.15	mD	Heerenveen
2013-06-16	37.51	jC	Dronten	2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk	2016-04-30	1.20	mD	Sneek
2013-08-24	39.00	jC	Amsterdam					2016-06-04	1.20	mD	Stadskanaal
2014-04-21	39.22	jC	Dronten					2016-10-01	1.25	mD	Heerenveen
2014-05-24	39.68	jC	Assen					2017-05-06	1.30	mD	Groningen
2014-06-01	43.59	jC	Gemert					2017-05-13	1.30	mD	Sneek
2014-08-30	44.49	jC	Amsterdam					2017-05-20	1.30	mD	Heerenveen
speer 700											
2014-08-08	40.89	jC	Utrecht								

2017-05-27	1.30	mD	Stadskanaal	2018-10-14	978	mC	Steenwijk	hurkhoog			
2017-06-03	1.30	mD	Groningen	6-kamp				2020-09-12	0.75	mpB	Heerenveen
hurkhoog				2016-05-01	1634	mD	Sneek	ver			
2013-09-14	1.05	mpB	Sneek	2017-05-14	2016	mD	Sneek	2020-06-02	2.55	mpB	Heerenveen
ver				7-kamp				2020-09-12	2.60	mpB	Heerenveen
2013-09-14	2.30	mpB	Sneek	2018-04-29	1471	mC	Sneek	2020-09-26	2.77	mpB	Heerenveen
2013-10-05	2.63	mpB	Heerenveen	Sander de Haan				balstoten			
2014-05-31	2.75	mpA	Stadskanaal	100				2020-09-12	4.90	mpB	Heerenveen
2014-08-30	2.76	mpA	Assen	2021-03-20	13.4	jC	Heerenveen	kogel 2			
2014-09-13	2.85	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	13.4	jC	Heerenveen	2021-05-06	4.80	mpA	Heerenveen
2015-06-06	3.00	mpA	Sneek	2021-05-01	13.03	jC	Heerenveen	2021-05-22	4.90	mpA	Heerenveen
2015-06-13	3.25	mpA	Heerenveen	2021-06-18	12.86	jC	Utrecht	slingeren			
2015-09-26	3.25	mpA	Leeuwarden	150				2021-06-05	13.00	mpA	Heerenveen
2017-04-01	3.79	mD	Steenwijk	2021-07-03	19.53	jC	Assen	2021-09-11	13.00	mpA	Drachten
2018-05-12	3.90	mC	Heerenveen	800				vortex			
2019-05-18	3.91	mC	Stadskanaal	2021-03-20	2:54.2	jC	Heerenveen	2020-06-02	14.50	mpB	Heerenveen
2020-09-26	4.02	mB	Heerenveen	1000				2021-05-06	14.50	mpA	Heerenveen
2021-05-01	4.09	mB	Heerenveen	2021-05-23	3:37.78	jC	Heerenveen	2021-09-11	16.50	mpA	Drachten
balstoten				100h 83,8				Rudy Hartog			
2013-09-14	5.10	mpB	Sneek	2021-05-23	16.88	jC	Heerenveen	100			
discus ¾				300h 76,2				2020-07-25	15.92	M65	Heerenveen
2016-06-25	14.54	mD	Emmen	2021-05-01	52.08	jC	Heerenveen	200			
2017-04-01	19.06	mD	Steenwijk	hoog				2018-10-06	33.51	M65	Heerenveen
2017-05-06	19.19	mD	Groningen	2021-05-22	1.40	jC	Heerenveen	2020-07-25	32.70w	M65	Heerenveen
2017-05-20	20.93	mD	Heerenveen	2021-06-19	1.45	jC	Leeuwarden	800			
2017-06-03	21.06	mD	Groningen	2021-07-03	1.45	jC	Assen	2019-10-05	4:15.7	M65	Heerenveen
2017-06-10	22.14	mD	Sneek	polshoog				hoog			
2017-06-24	22.20	mD	Stadskanaal	2021-05-01	2.61	jC	Heerenveen	2018-10-06	1.20	M65	Heerenveen
discus 1				2021-05-22	2.67	jC	Heerenveen	ver			
2018-04-07	21.24	mC	Steenwijk	2021-08-29	2.70	jC	Amsterdam	2018-10-06	3.06	M65	Heerenveen
2019-10-05	21.79	mC	Heerenveen	ver				discus 1			
2021-05-22	25.30	mB	Heerenveen	2021-03-20	4.62	jC	Heerenveen	2018-10-06	24.90	M65	Heerenveen
kogel 2				2021-05-22	5.08	jC	Heerenveen	2019-10-05	25.38	M65	Heerenveen
2013-10-05	3.74	mpB	Heerenveen	2021-08-29	5.23	jC	Amsterdam	kogel 5			
2014-04-12	4.50	mpA	Drachten	discus 1				2018-10-06	6.94	M65	Heerenveen
2014-10-04	4.64	mpA	Heerenveen	2021-05-23	20.12	jC	Heerenveen	2019-10-05	7.11	M65	Heerenveen
2015-04-11	5.00	mpA	Leeuwarden	kogel 4				speer 600			
2015-06-27	5.30	mpA	Steenwijk	2021-03-20	8.50	jC	Heerenveen	2018-10-06	19.35	M65	Heerenveen
2015-09-26	6.46	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	8.51	jC	Heerenveen	werp 3-kamp			
2016-04-23	6.93	mD	Assen	2021-05-22	9.93	jC	Heerenveen	2018-10-06	934	M65	Heerenveen
2016-05-01	6.96	mD	Sneek	speer 600				Jan vd Heide			
2016-05-21	7.01	mD	Drachten	2021-04-17	25.89	jC	Heerenveen	100			
2016-06-04	8.62	mD	Stadskanaal	2021-05-23	26.22	jC	Heerenveen	2011-10-01	15.4	M60	Heerenveen
kogel 3				8-kamp				2020-09-26	17.1	M65	Heerenveen
2018-04-07	7.74	mC	Steenwijk	2021-05-23	4091	jC	Heerenveen	200			
2018-05-12	7.76	mC	Heerenveen	Linde Hamer				2017-10-07	34.4	M65	Heerenveen
2018-06-30	7.92	mC	Groningen	40				400			
2019-05-11	8.31	mC	Heerenveen	2020-06-02	7.6	mpB	Heerenveen	2018-05-13	1:36.64	M65	Emmen
2020-09-19	8.32	mB	Grootebroek	60				800			
2020-09-26	8.52	mB	Heerenveen	2021-06-05	11.7	mpA	Heerenveen	2011-10-01	2:42.8	M60	Heerenveen
speer 400				2021-09-11	10.6	mpA	Drachten	2017-10-07	3:09.0	M65	Heerenveen
2016-04-09	12.18	mD	Heerenveen	600				1500			
2016-04-30	13.04	mD	Sneek	2020-09-26	2:39.0	mpB	Heerenveen	2018-05-13	6:43.86	M65	Emmen
2016-05-21	13.20	mD	Drachten	duur 4'				3000			
2016-10-09	14.33	mD	Steenwijk	2020-09-12	850	mpB	Heerenveen	2013-10-05	12:14.3	M60	Heerenveen
2017-04-01	15.54	mD	Steenwijk	duur 6'				hoog			
2017-05-27	17.30	mD	Stadskanaal	2021-06-05	1100	mpA	Heerenveen	2018-10-06	1.00	M65	Heerenveen
2017-06-03	17.45	mD	Groningen	60h				ver			
speer 500				2021-05-22	20.91	mpA	Heerenveen	2011-10-01	3.57	M60	Heerenveen
2018-04-29	15.16	mC	Sneek	2021-06-05	16.2	mpA	Heerenveen	2017-10-07	3.32	M65	Heerenveen
2018-05-12	17.29	mC	Heerenveen	2021-09-11	15.4	mpA	Drachten				
2019-10-13	17.69	mC	Steenwijk	hoog							
2021-04-11	18.82	mB	Heerenveen	2021-05-22	1.00	mpA	Heerenveen				
2021-05-01	19.96	mB	Heerenveen								
vortex											
2013-09-14	12.50	mpB	Sneek								
2014-04-12	13.00	mpA	Drachten								
2014-06-14	18.00	mpA	Steenwijk								
2014-09-13	18.00	mpA	Leeuwarden								
2015-04-11	19.50	mpA	Leeuwarden								
2015-06-27	20.50	mpA	Steenwijk								
werp 3-kamp											
2016-10-09	783	mD	Steenwijk								
2017-10-15	974	mD	Steenwijk								

discus 1				2018-09-22	12.57	jC	Zoetermeer	discus 1½			
2017-10-07	20.10	M65	Heerenveen	200				2018-10-14	26.61	jC	Steenwijk
2018-10-06	20.20	M65	Heerenveen	2018-05-12	26.36	jC	Heerenveen	2019-03-30	31.05	jB	Steenwijk
2020-09-26	22.50	M65	Heerenveen	2018-05-12	26.32	jC	Heerenveen	2019-06-08	32.53	jB	Groningen
kogel 5				300				2019-06-30	33.28	jB	Alphen a/d Rijn
2017-10-07	6.95	M65	Heerenveen	2018-07-13	41.36	jC	Steenwijk	kogel 4			
speer 600				2019-03-30	41.07	jB	Steenwijk	2017-04-01	7.70	jC	Steenwijk
2011-10-01	23.53	M60	Heerenveen	400				2017-05-13	8.61	jC	Sneek
2012-10-06	24.30	M60	Heerenveen	2018-04-02	1:01.96	jC	Amersfoort	2017-06-04	8.77	jC	Amstelveen
2017-10-07	20.08	M65	Heerenveen	800				2017-07-08	9.09	jC	Stadskanaal
2018-10-06	21.72	M65	Heerenveen	2017-10-07	2:36.9	jC	Heerenveen	2017-10-15	9.19	jC	Steenwijk
werp 3-kamp				2018-10-06	2:27.07	jC	Heerenveen	2018-04-07	9.71	jC	Steenwijk
2017-10-07	816	M65	Heerenveen	1000				2018-07-07	10.51	jC	Stadskanaal
2018-10-06	837	M65	Heerenveen	2017-05-14	3:19.38	jC	Sneek	2018-07-13	10.56	jC	Steenwijk
Lenneke vd Heide				2017-06-05	3:17.94	jC	Amstelveen	kogel 5			
100				2018-04-29	3:12.69	jC	Sneek	2018-10-14	10.02	jC	Steenwijk
2011-10-01	14.7	V	Heerenveen	2018-05-21	3:06.55	jC	Amstelveen	2019-06-08	10.85	jB	Groningen
800				100h 83,8				speer 600			
2011-10-01	2:51.1	V	Heerenveen	2017-04-08	16.94	jC	Heerenveen	2017-04-08	27.64	jC	Heerenveen
2015-04-19	2:46.07	V35	Drachten	2017-04-23	16.31	jC	Epe	2017-05-14	30.31	jC	Sneek
3000				2017-05-14	16.21	jC	Sneek	2017-05-27	33.68	jC	Stadskanaal
2014-05-04	11:46.16	V35	Grootebroek	2017-07-09	16.10	jC	Stadskanaal	2017-10-15	33.69	jC	Steenwijk
2014-05-25	11:28.23	V35	Drachten	2018-04-14	15.45	jC	Sneek	2018-04-29	35.01	jC	Sneek
ver				2018-04-29	15.08	jC	Sneek	2018-06-02	35.44	jC	Stadskanaal
2011-10-01	3.90	V	Heerenveen	2018-05-12	15.02	jC	Heerenveen	2018-07-08	35.68	jC	Stadskanaal
discus 1				2018-06-09	14.96	jC	Groningen	2018-10-06	38.90	jC	Heerenveen
2011-10-01	21.84	V	Heerenveen	2018-07-08	14.71	jC	Stadskanaal	speer 700			
kogel 4				110h 91,4				2018-10-14	36.07	jC	Steenwijk
2012-10-06	6.84	V	Heerenveen	2019-04-13	18.89	jB	Haaksbergen	2019-04-13	38.80	jB	Haaksbergen
speer 600				110h 99,1				werp 3-kamp			
2012-10-06	15.87	V	Heerenveen	2021-05-01	15.70	JA	Heerenveen	2017-10-15	1447	jC	Steenwijk
werp 3-kamp				300h 76,2				8-kamp			
2012-10-06	926	V	Heerenveen	2017-04-23	1:03.20	jC	Epe	2017-05-14	4645	jC	Sneek
Inge Helder				2017-05-20	48.62	jC	Heerenveen	2017-07-09	4678	jC	Stadskanaal
3000				2017-08-27	48.62	jC	Amsterdam	2018-04-29	4989	jC	Sneek
2014-10-04	15:03.9	V55	Heerenveen	2018-06-30	45.05	jC	Groningen	2018-07-08	5361	jC	Stadskanaal
Hans Hes				hoog				Lars van Hoeven			
discus 1				2017-05-06	1.60	jC	Groningen	80			
2018-07-13	21.70	M75	Steenwijk	2017-05-13	1.65	jC	Sneek	2011-04-02	11.48	JD	Steenwijk
2019-07-05	21.77	M75	Steenwijk	2017-05-27	1.70	jC	Stadskanaal	2011-04-02	11.23	JD	Steenwijk
kogel 4				2018-04-07	1.70	jC	Steenwijk	2011-04-09	11.0	JD	Heerenveen
2018-04-07	8.13	M70	Steenwijk	2018-04-28	1.71	jC	Sneek	2011-05-14	11.18	JD	Assen
2018-07-13	7.98	M75	Steenwijk	2018-06-30	1.78	jC	Groningen	2012-04-07	10.83w	JD	Steenwijk
2018-10-06	8.10	M75	Heerenveen	2018-07-07	1.80	jC	Stadskanaal	2012-05-17	10.62	JD	Emmeloord
speer 500				2019-06-30	1.80	JB	Alphen a/d Rijn	100			
2018-10-06	13.45	M75	Heerenveen	2019-08-09	1.81	JB	Utrecht	2012-09-28	13.27	JD	Papenburg (Dui)
2018-10-14	13.55	M75	Steenwijk	2020-07-18	1.84	JB	Utrecht	2013-05-11	12.93	jC	Heerenveen
2019-10-05	14.30	M75	Heerenveen	2020-09-12	1.90	JB	Amersfoort	2013-05-18	12.70	jC	Stadskanaal
werp 3-kamp				hss				2013-06-14	12.50	jC	Hoogeveen
2018-10-06	848	M75	Heerenveen	2018-08-03	11.75	jC	Utrecht	2013-09-07	12.28	jC	Zwolle
Ilona Hoeksma				2018-08-25	12.10	jC	Amsterdam	2013-09-21	12.23	jC	Leeuwarden
5000				polshoog				2014-04-05	11.74	jC	Steenwijk
2020-09-26	21:08.0	V	Heerenveen	2017-04-08	2.00	jC	Heerenveen	2014-06-20	11.71	jC	Utrecht
Rutger Hoekstra				2017-06-03	2.35	jC	Groningen	2016-04-09	11.67	JB	Heerenveen
100				2018-05-12	2.75	jC	Heerenveen	2017-04-01	11.56	JA	Steenwijk
2017-04-01	13.84	jC	Steenwijk	2020-07-25	3.41	JB	Heerenveen	150			
2017-04-23	13.19w	jC	Epe	ver				2011-07-15	20.4	JD	Steenwijk
2017-05-20	13.04	jC	Heerenveen	2017-05-06	5.00w	jC	Groningen	2012-06-08	20.27	JD	Hoogeveen
2017-06-04	13.02	jC	Amstelveen	2017-05-13	5.07	jC	Sneek	2013-07-19	18.1	jC	Steenwijk
2017-06-24	12.92w	jC	Stadskanaal	2017-05-20	5.14	jC	Heerenveen	2014-08-08	17.57	jC	Utrecht
2018-05-20	12.82	jC	Amstelveen	2018-04-07	5.17	jC	Steenwijk	2015-07-10	17.01	JB	Steenwijk
2018-07-07	12.74	jC	Stadskanaal	2018-04-28	5.35	jC	Sneek	200			
				2018-06-30	5.37w	jC	Groningen	2013-05-11	25.98	jC	Heerenveen
				2018-07-07	5.43	jC	Stadskanaal	2014-05-17	23.38	jC	Heerenveen
				2018-09-22	5.54	jC	Zoetermeer	2014-06-20	23.11	jC	Utrecht
				2019-04-13	5.58	JB	Haaksbergen	2016-07-09	22.99	JB	Emmeloord
				2020-07-04	6.02	JB	Heerenveen	2017-05-28	22.66	JA	Drachten
				2021-05-01	6.07	JA	Heerenveen	300			
				discus 1				2011-07-15	45.3	JD	Steenwijk
				2017-05-14	32.78	jC	Sneek	2012-06-08	45.20	JD	Hoogeveen
				2018-04-07	35.35	jC	Steenwijk	2013-07-19	39.0	jC	Steenwijk
				2018-06-02	38.34	jC	Stadskanaal				

2014-04-05	37.08	jC	Steenwijk	2013-04-20	31.27	jC	Drachten	60h			
2014-08-08	36.42	jC	Utrecht	2014-05-10	32.29	jC	Drachten	2016-07-02	11.8	mpA	Drachten
2014-08-30	36.28	jC	Amsterdam	kogel 3				60h 76,2			
2015-07-10	36.07	jB	Steenwijk	2011-04-09	7.55	jD	Heerenveen	2017-04-08	14.24	mD	Heerenveen
2016-05-07	35.88	jB	Lisse	2011-06-04	7.58	jD	Stadskanaal	2017-04-17	13.76	mD	Dronten
400				2011-09-24	7.95	jD	Leeuwarden	2017-05-13	13.35	mD	Sneek
2013-05-11	58.17	jC	Heerenveen	2011-10-01	8.60	jD	Heerenveen	2017-05-27	13.02	mD	Stadskanaal
2013-07-12	56.11	jC	Rotterdam	2012-04-14	8.61	jD	Heerenveen	80h 76,2			
2013-09-07	54.41	jC	Zwolle	2012-05-12	9.58	jD	Heerenveen	2019-04-06	15.79	mC	Heerenveen
2014-04-12	51.67	jC	Heerenveen	2012-09-09	9.79	jD	Emmen	2019-04-22	15.30	mC	Amersfoort
2014-06-19	50.51	jC	Zwolle	kogel 4				2019-05-11	14.53	mC	Heerenveen
2014-07-05	50.47	jC	Amsterdam	2012-09-28	7.32	jD	Papenburg (Dui)	2019-09-07	14.29	mC	Deventer
2014-07-06	49.85	jC	Amsterdam	2014-05-10	11.43	jC	Drachten	300h 76,2			
2017-05-28	49.39	JA	Drachten	speer 400				2019-06-08	59.17	mC	Groningen
2018-07-06	48.89	JA	Wageningen	2011-04-02	22.37	jD	Steenwijk	2019-06-15	56.96	mC	Lisse
2018-07-28	48.30	JA	Ninove (Bel)	2011-07-02	26.58	jD	Leeuwarden	2019-06-22	53.41	mC	Stadskanaal
2021-07-10	48.26	Mneo	Epe	2012-05-17	29.11	jD	Emmeloord	hoog			
2021-07-21	48.21	Mneo	Ertvelde (Bel)	2012-09-16	34.56	jD	Hoogeveen	2016-07-02	1.00	mpA	Drachten
600				speer 600				2017-04-08	1.20	mD	Heerenveen
2017-04-08	1:22.20	JA	Heerenveen	2013-04-13	30.99	jC	Heerenveen	2017-05-06	1.20	mD	Groningen
2018-05-13	1:18.72	JA	Pliezhausen (Dui)	2013-05-18	30.99	jC	Stadskanaal	2017-06-10	1.25	mD	Sneek
800				2013-09-21	31.04	jC	Leeuwarden	2017-06-24	1.30	mD	Stadskanaal
2012-04-14	2:21.2	jD	Heerenveen	2013-10-05	31.09	jC	Heerenveen	2018-10-13	1.30	mD	Veendam
2012-08-17	2:17.67	jD	Rotterdam	werp 3-kamp				2019-05-04	1.31	mC	Sneek
2013-06-14	2:10.87	jC	Hoogeveen	2012-09-16	1454	jD	Hoogeveen	2019-05-11	1.35	mC	Heerenveen
2013-07-05	2:05.30	jC	Utrecht	7-kamp				2019-05-18	1.35	mC	Stadskanaal
2014-05-09	2:03.93	jC	Utrecht	2011-05-22	3038	jD	Emmeloord	2019-08-31	1.35	mC	Veendam
2014-05-24	2:01.13	jC	Assen	2012-05-18	3839	jD	Emmeloord	polsver			
2014-06-07	1:59.58	jC	Groningen					2016-07-02	3.75	mpA	Drachten
2016-06-11	1:57.53	jB	Groningen	Nanou Hofmann				ver			
2016-07-15	1:56.19	jB	Utrecht	60				2016-09-17	2.75	mpA	Heerenveen
2016-07-30	1:56.03	jB	Leuven (Bel)	2016-09-17	10.7	mpA	Heerenveen	2016-10-01	3.06	mpA	Heerenveen
2017-05-25	1:53.94	JA	Vught	2016-10-01	10.6	mpA	Heerenveen	2017-04-08	3.57	mD	Heerenveen
2017-06-17	1:53.62	JA	Leiden	2017-04-08	10.24	mD	Heerenveen	2017-05-27	3.65	mD	Stadskanaal
2018-05-26	1:51.05	JA	Oordegem (Bel)	2017-05-06	9.73	mD	Groningen	2017-06-10	3.88	mD	Sneek
2018-06-02	1:50.22	JA	Oordegem (Bel)	2017-05-20	9.63	mD	Heerenveen	2018-04-07	4.34w	mD	Steenwijk
2018-06-08	1:50.18	JA	Nijmegen	2017-05-27	9.60	mD	Stadskanaal	2020-07-04	4.34	mC	Heerenveen
2021-07-03	1:49.39	Mneo	Heusden (Bel)	2017-06-16	9.55	mD	Soest	discus ¾			
1000				2017-06-24	9.53w	mD	Stadskanaal	2018-04-07	20.16	mD	Steenwijk
2011-04-02	3:19.68	jD	Steenwijk	2018-05-12	9.20	mD	Heerenveen	2018-07-13	21.36	mD	Steenwijk
2011-05-22	3:17.78	jD	Emmeloord	80				2018-10-06	22.39	mD	Heerenveen
2011-06-04	3:11.75	jD	Stadskanaal	2018-05-25	12.12	mD	Soest	discus 1			
2011-06-07	3:11.0	jD	Heerenveen	2019-05-18	11.89	mC	Stadskanaal	2019-03-30	19.51	mC	Steenwijk
2011-07-31	3:10.03	jD	Amsterdam	2019-06-15	11.83	mC	Lisse	2019-04-22	21.44	mC	Amersfoort
2012-03-30	3:02.0	jD	Hoogeveen	2019-06-22	11.76	mC	Stadskanaal	2019-07-05	21.63	mC	Steenwijk
2012-05-18	2:59.42	jD	Emmeloord	2019-08-31	11.75	mC	Veendam	2020-09-19	23.48	mC	Grootebroek
2013-05-18	2:55.88	jC	Stadskanaal	2019-09-07	11.70	mC	Deventer	2020-09-26	23.90	mC	Heerenveen
2017-05-13	2:31.78	JA	Lisse	2019-10-05	11.3	mC	Heerenveen	kogel 2			
2020-09-12	2:26.97	Mneo	Tilburg	100				2016-07-02	5.90	mpA	Drachten
1500				2019-08-02	14.38	mC	Heiloo	2017-05-06	6.49	mD	Groningen
2018-08-03	3:55.47	JA	Utrecht	150				2017-05-14	6.93	mD	Sneek
80h 76,2				2017-06-16	23.92	mD	Soest	2018-05-02	8.65	mD	Dronten
2011-04-09	17.1	jD	Heerenveen	2017-07-07	23.70w	mD	Steenwijk	2018-05-19	9.18	mD	Assen
2011-05-22	16.59	jD	Emmeloord	2017-09-03	23.41	mD	Amsterdam	2018-06-02	9.27	mD	Stadskanaal
2011-06-21	15.3	jD	Sneek	2018-07-13	23.26	mD	Steenwijk	2018-06-09	9.43	mD	Groningen
200h				2019-04-22	23.11	mC	Amersfoort	kogel 3			
2017-09-02	27.82	JA	Assen	2019-07-05	21.72w	mC	Steenwijk	2019-03-30	7.70	mC	Steenwijk
hoog				200				2019-10-05	8.89	mC	Heerenveen
2011-05-22	1.30	jD	Emmeloord	2017-04-17	33.62	mD	Dronten	2021-03-20	9.60	mB	Heerenveen
2012-05-18	1.40	jD	Emmeloord	2017-05-20	33.12	mD	Heerenveen	2021-04-11	9.77	mB	Heerenveen
2016-10-01	1.55	jB	Heerenveen	2019-08-02	31.03	mC	Heiloo	slingeren			
ver				300				2016-09-17	16.50	mpA	Heerenveen
2011-06-04	4.58	jD	Stadskanaal	2017-07-07	56.84	mD	Steenwijk	speer 400			
2011-07-02	4.61	jD	Leeuwarden	600				2017-04-17	11.15	mD	Dronten
2012-05-12	4.63	jD	Heerenveen	2017-05-14	2:13.45	mD	Sneek	2017-05-13	12.06	mD	Sneek
2012-05-17	4.84	jD	Emmeloord	2019-05-05	2:13.41	mC	Sneek	2017-06-03	12.76	mD	Groningen
2012-06-16	4.91	jD	Stadskanaal	2019-10-05	2:03.5	mC	Heerenveen	2018-04-07	15.62	mD	Steenwijk
2012-09-09	5.04	jD	Emmen	1000				2018-10-14	18.41	mD	Steenwijk
2013-09-21	5.74	jC	Leeuwarden	2016-10-01	5:45.3	mpA	Heerenveen	speer 500			
discus 1				duur 6'				2019-05-05	15.58	mC	Sneek
2011-05-24	17.39	jD	Grou	2016-07-02	1175	mpA	Drachten	vortex			
2011-07-15	20.76	jD	Steenwijk					2016-07-02	17.50	mpA	Drachten
2012-07-13	27.43	jD	Steenwijk								
2012-09-09	28.16	jD	Emmen								

2016-09-17	17.50	mpA	Heerenveen	hurkhoog			60h					
werp 3-kamp				2015-04-11	0.75	jpB	Leeuwarden	2018-04-21	10.9	mpA	Drachten	
2018-10-14	1054	mD	Steenwijk	ver				2018-07-07	10.5	mpA	Steenwijk	
6-kamp				2014-10-04	2.79	jpC	Heerenveen	2019-04-20	10.2	mpA	Drachten	
2017-05-14	1739	mD	Sneek	2015-10-03	3.02	jpB	Heerenveen	2019-06-29	10.2	mpA	Leeuwarden	
2019-05-05	2582	mC	Sneek	2016-05-28	3.10	jpA	Leeuwarden	60h 76,2				
Marrit Hofstra				2016-09-17	3.20	jpA	Heerenveen	2021-03-20	11.2	mD	Heerenveen	
				2016-10-01	3.43	jpA	Heerenveen	2021-04-17	10.6	mD	Heerenveen	
				2017-10-07	3.45	jpA	Heerenveen	hoog				
	100			balwerpen 135				2016-09-17	0.95	mpC	Heerenveen	
2021-04-11	15.5	mB	Heerenveen	2014-10-04	13.68	jpC	Heerenveen	2017-09-16	1.00	mpB	Heerenveen	
speer 500				kogel 2				2018-04-21	1.10	mpA	Drachten	
2021-04-11	22.15	mB	Heerenveen	2016-10-01	4.59	jpA	Heerenveen	2018-07-07	1.15	mpA	Steenwijk	
Floris vd Hoogen				2017-10-07	4.87	jpA	Heerenveen	2018-07-14	1.15	mpA	Heerenveen	
				kogel 4				2019-04-20	1.25	mpA	Drachten	
	100			2020-07-02	4.84	jC	Heerenveen	2019-06-29	1.30	mpA	Leeuwarden	
	2014-10-04	12.8	jC	Heerenveen	slingeren			2020-09-26	1.35	mD	Heerenveen	
200				2016-05-28	15.00	jpA	Leeuwarden	2021-03-20	1.40	mD	Heerenveen	
2017-10-07	25.6	JB	Heerenveen	2016-09-17	15.00	jpA	Heerenveen	2021-05-01	1.40	mD	Heerenveen	
800				speer 400				2021-06-19	1.40	mD	Heerenveen	
2014-10-04	2:52.6	jC	Heerenveen	2018-10-06	11.63	JD	Heerenveen	2021-07-03	1.40	mD	Assen	
80h 76,2				vortex				hurkhoog				
2012-04-14	17.6	JD	Heerenveen	2015-04-11	11.50	jpB	Leeuwarden	2016-04-16	0.75	mpC	Sneek	
2012-04-21	17.10	JD	Drachten	2015-10-03	12.14	jpB	Heerenveen	2016-05-28	0.95	mpC	Leeuwarden	
2012-05-26	16.37	JD	Assen	2016-05-28	12.50	jpA	Leeuwarden	polsver				
2012-05-26	16.37	JD	Assen	2016-09-17	12.50	jpA	Heerenveen	2018-04-21	3.85	mpA	Drachten	
hoog				Britt Huisman				2018-07-07	3.85	mpA	Steenwijk	
2012-04-14	1.15	JD	Heerenveen		40				2019-04-20	4.10	mpA	Drachten
2019-10-05	1.40	JA	Heerenveen		2016-04-16	7.6	mpC	Sneek	2019-06-29	5.00	mpA	Leeuwarden
ver					2016-06-18	7.76	mpC	Heerenveen	ver			
2014-10-04	4.56	jC	Heerenveen	2016-07-02	7.5	mpC	Drachten	2016-05-28	2.90	mpC	Leeuwarden	
speer 400				2016-10-01	7.2	mpC	Heerenveen	2016-06-18	3.23	mpC	Heerenveen	
2012-04-07	17.76	JD	Steenwijk	60				2018-09-15	3.50	mpA	Heerenveen	
2012-04-21	19.83	JD	Drachten	2018-07-14	10.21	mpA	Heerenveen	2018-10-06	3.75	mpA	Heerenveen	
speer 600				2018-10-06	9.86	mpA	Heerenveen	2019-10-05	3.88	mpA	Heerenveen	
2014-10-04	35.19	jC	Heerenveen	2019-10-05	9.2	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3.91	mD	Heerenveen	
speer 800				2021-04-17	9.0	mD	Heerenveen	2021-04-17	4.32	mD	Heerenveen	
2019-10-05	34.19	JA	Heerenveen	2021-05-22	9.12	mD	Heerenveen	2021-05-01	4.39	mD	Heerenveen	
Hademar Hoornveld				2021-07-03	8.78	mD	Assen	2021-06-19	4.42	mD	Leeuwarden	
				150				2021-09-12	4.67	mD	Amsterdam	
	40			2021-05-01	21.26	mD	Heerenveen	balstoten				
	2014-10-04	7.7	jpC	Heerenveen	2021-09-12	21.16	mD	Amsterdam	2016-05-28	4.70	mpC	Leeuwarden
60				300				2016-09-17	4.70	mpC	Heerenveen	
2016-05-28	10.9	jpA	Leeuwarden	2021-07-09	46.87	mD	Steenwijk	kogel 2				
2016-09-17	10.6	jpA	Heerenveen	600				2018-04-21	4.40	mpA	Drachten	
2016-10-01	10.5	jpA	Heerenveen	2016-06-18	2:32.05	mpC	Heerenveen	2018-07-07	5.70	mpA	Steenwijk	
2017-10-07	10.2	jpA	Heerenveen	2016-10-01	2:26.8	mpC	Heerenveen	2019-04-20	5.70	mpA	Drachten	
80				1000				2019-10-05	6.53	mpA	Heerenveen	
2018-10-06	13.72	JD	Heerenveen	2018-07-14	4:09.65	mpA	Heerenveen	slingeren				
150				2018-10-06	4:09.11	mpA	Heerenveen	2016-04-16	6.00	mpC	Sneek	
2020-07-02	24.3	jC	Heerenveen	2019-10-05	4:02.1	mpA	Heerenveen	2016-07-02	12.00	mpC	Drachten	
600				duur 4'				2017-04-08	14.00	mpB	Leeuwarden	
2014-10-04	2:58.2	jpC	Heerenveen	2016-04-16	825	mpC	Sneek	vortex				
1000				2016-05-28	900	mpC	Leeuwarden	2016-04-16	7.00	mpC	Sneek	
2015-10-03	5:01.7	jpB	Heerenveen	2016-07-02	925	mpC	Drachten	2016-05-28	12.00	mpC	Leeuwarden	
2016-10-01	4:45.9	jpA	Heerenveen	2017-04-08	925	mpB	Leeuwarden	2016-07-02	13.00	mpC	Drachten	
2018-10-06	4:45.11	JD	Heerenveen	2017-07-08	925	mpB	Drachten	2017-04-08	16.50	mpB	Leeuwarden	
duur 6'				2019-06-29	975	mpA	Leeuwarden	2018-04-21	16.50	mpA	Drachten	
2016-05-28	1225	jpA	Leeuwarden	duur 6'				2018-07-07	16.50	mpA	Steenwijk	
40h				2018-04-21	1350	mpA	Drachten	2019-04-20	19.00	mpA	Drachten	
2015-04-11	9.2	jpB	Leeuwarden	2018-07-07	1375	mpA	Steenwijk	2019-06-29	24.50	mpA	Leeuwarden	
60h				40h				Ilse Huisman				
2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden	2016-04-16	8.5	mpC	Sneek		40			
hoog				2016-07-02	8.0	mpC	Drachten		2019-06-29	7.8	mpC	Leeuwarden
2020-07-02	1.30	jC	Heerenveen	2017-04-08	7.8	mpB	Leeuwarden		2020-09-26	7.3	mpB	Heerenveen
				2017-07-08	7.5	mpB	Drachten	50				
								2019-10-05	7.6	mpC	Heerenveen	
								60				
								2021-04-06	10.2	mpA	Heerenveen	

600				duur 6'				slingeren			
2019-10-05	2:31.9	mpC	Heerenveen	2018-07-07	1400	mpA	Steenwijk	2016-07-02	13.50	mpC	Drachten
2020-09-26	2:29.0	mpB	Heerenveen	40h				2017-07-08	14.00	mpB	Drachten
duur 4'				2016-04-30	8.20	mpC	Amsterdam	2019-05-17	19.00	mpA	Amsterdam
2019-05-25	875	mpC	Steenwijk	2016-07-02	7.7	mpC	Drachten	speer 400			
2019-06-29	875	mpC	Leeuwarden	2017-07-08	7.6	mpB	Drachten	2020-07-04	21.21	mD	Heerenveen
2020-09-12	900	mpB	Heerenveen	60h				2020-09-06	27.74	mD	Barendrecht
40h				2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk	2020-09-26	27.78	mD	Heerenveen
2019-06-29	8.3	mpC	Leeuwarden	60h 76,2				2021-04-17	28.05	mD	Heerenveen
hoog				2020-07-04	12.6	mD	Heerenveen	2021-05-01	29.42	mD	Heerenveen
2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk	2020-09-06	11.39	mD	Barendrecht	2021-05-22	30.84	mD	Heerenveen
hurkhoog				2021-03-20	10.4	mD	Heerenveen	2021-07-03	33.40	mD	Assen
2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden	2021-05-01	10.28	mD	Heerenveen	vortex			
2020-09-12	0.95	mpB	Heerenveen	2021-05-22	10.27	mD	Heerenveen	2015-06-13	10.46	mpm	Heerenveen
ver				2021-06-19	9.91	mD	Leeuwarden	2015-10-03	12.60	mpm	Heerenveen
2019-05-25	2.40	mpC	Steenwijk	2021-07-03	9.85	mD	Assen	2016-04-30	14.00	mpC	Amsterdam
2019-10-05	3.12	mpC	Heerenveen	hoog				2016-06-18	17.03	mpC	Heerenveen
2021-04-06	3.45	mpA	Heerenveen	2016-09-17	1.10	mpC	Heerenveen	2016-10-01	18.15	mpC	Heerenveen
balstoten				2017-09-09	1.20	mpB	Sneek	2017-09-09	20.40	mpB	Sneek
2019-05-25	4.10	mpC	Steenwijk	2018-06-17	1.30	mpA	Soest	2018-07-07	23.50	mpA	Steenwijk
2020-09-12	4.70	mpB	Heerenveen	2018-09-01	1.30	mpA	Deventer	2019-05-26	27.62	mpA	Soest
slingeren				2019-07-06	1.30	mpA	Emmeloord	5-kamp			
2019-06-29	9.00	mpC	Leeuwarden	2020-07-04	1.42	mD	Heerenveen	2019-07-06	2534	mpA	Emmeloord
vortex				2020-09-06	1.50	mD	Barendrecht	6-kamp			
2019-05-25	10.50	mpC	Steenwijk	2020-09-26	1.50	mD	Heerenveen	2021-05-23	3362	mD	Heerenveen
2019-06-29	11.50	mpC	Leeuwarden	2021-06-19	1.55	mD	Leeuwarden	2021-09-12	3618	mD	Zoetermeer
2019-10-05	12.16	mpC	Heerenveen	2021-09-11	1.55	mB	Zoetermeer	Morris Hulsman			
2021-04-06	15.50	mpA	Heerenveen	hurkhoog				40			
				2015-09-19	0.95	mpm	Heerenveen	2014-10-04	7.5	jpC	Heerenveen
				2017-07-08	0.95	mpB	Drachten	2015-04-11	7.3	jpB	Leeuwarden
				polsver				2015-06-27	7.1	jpB	Steenwijk
Meike Huistra				2018-07-07	3.95	mpA	Steenwijk	60			
40				ver				2016-05-28	10.6	jpA	Leeuwarden
2015-06-13	7.49	mpm	Heerenveen	2015-06-13	2.64	mpm	Heerenveen	2016-06-18	10.46	jpA	Heerenveen
2016-06-18	7.15	mpC	Heerenveen	2015-10-03	3.07	mpm	Heerenveen	2016-09-24	10.2	jpA	Leeuwarden
2016-10-01	6.9	mpC	Heerenveen	2016-04-30	3.29	mpC	Amsterdam	2016-10-01	9.9	jpA	Heerenveen
2017-10-07	6.9	mpB	Heerenveen	2016-09-17	3.35	mpC	Heerenveen	2017-09-16	9.6	jpA	Heerenveen
60				2016-10-01	3.50	mpC	Heerenveen	2017-10-07	9.3	jpA	Heerenveen
2018-03-25	9.88	mpA	Assen	2017-09-16	3.50	mpB	Heerenveen	80			
2019-04-07	9.51	mpA	Assen	2017-10-07	3.64	mpB	Heerenveen	2018-04-07	13.11	JD	Steenwijk
2019-10-05	9.2	mpA	Heerenveen	2018-03-25	3.91	mpA	Assen	2018-05-12	12.65	JD	Heerenveen
2020-09-06	8.89	mD	Barendrecht	2018-06-17	4.04	mpA	Soest	2018-10-06	12.33	JD	Heerenveen
2021-05-01	8.65	mD	Heerenveen	2019-04-07	4.06	mpA	Assen	2019-10-05	11.5	JD	Heerenveen
2021-08-28	8.57	mD	Papendrecht	2019-07-06	4.12	mpA	Emmeloord	100			
100				2019-10-05	4.12	mpA	Heerenveen	2020-09-26	14.4	JC	Heerenveen
2021-07-04	13.90	mD	Dongen	2020-07-04	4.28	mD	Heerenveen	2021-05-01	14.51	JC	Heerenveen
150				2020-09-06	4.57w	mD	Barendrecht	150			
2020-09-19	22.17	mD	Grootebroek	2020-09-19	4.61	mD	Grootebroek	2020-07-02	23.4	JC	Heerenveen
2021-05-01	21.10	mD	Heerenveen	2020-09-26	4.79	mD	Heerenveen	200			
600				2021-05-23	4.95	mD	Heerenveen	2019-05-11	35.91	JD	Heerenveen
2015-06-13	2:48.43	mpm	Heerenveen	2021-08-28	4.97	mD	Papendrecht	600			
2015-10-03	2:27.1	mpm	Heerenveen	balstoten				2014-10-04	2:43.6	jpC	Heerenveen
2016-04-30	2:27.14	mpC	Amsterdam	2015-09-19	4.30	mpm	Heerenveen	1000			
2016-06-18	2:18.20	mpC	Heerenveen	2016-04-30	5.00	mpC	Amsterdam	2015-09-26	4:47.95	jpB	Leeuwarden
2019-04-07	2:14.29	mpA	Assen	2016-09-17	5.90	mpC	Heerenveen	2015-10-03	4:22.5	jpB	Heerenveen
2019-05-17	2:13.05	mpA	Amsterdam	2017-09-16	6.70	mpB	Heerenveen	2016-06-18	4:21.57	jpA	Heerenveen
2020-07-25	2:01.93	mD	Heerenveen	discus ¾				2016-09-24	4:16.6	jpA	Leeuwarden
2021-03-20	1:58.2	mD	Heerenveen	2021-08-28	24.99	mD	Papendrecht	2016-10-01	4:05.7	jpA	Heerenveen
2021-07-24	1:53.56	mD	Eindhoven	kogel 2				duur 6'			
2021-09-12	1:49.27	mD	Zoetermeer	2018-03-25	5.31	mpA	Assen	2016-04-16	1250	jpA	Sneek
1000				2018-06-17	5.92	mpA	Soest	2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden
2017-09-09	4:24.09	mpB	Sneek	2018-07-07	6.20	mpA	Steenwijk	2017-04-08	1375	jpA	Leeuwarden
2017-10-07	4:12.7	mpB	Heerenveen	2018-09-01	6.75	mpA	Deventer	2017-05-20	1375	jpA	Steenwijk
2018-09-01	3:59.19	mpA	Deventer	2019-04-07	7.55	mpA	Assen	2017-07-08	1400	jpA	Drachten
2018-10-06	3:56.15	mpA	Heerenveen	2019-05-26	7.86	mpA	Soest	40h			
2019-10-05	3:51.2	mpA	Heerenveen	2019-07-06	8.09	mpA	Emmeloord	2015-04-11	8.3	jpB	Leeuwarden
duur 4'				2019-10-05	8.13	mpA	Heerenveen	60h			
2016-07-02	950	mpC	Drachten	2020-07-25	10.03	mD	Heerenveen	2016-04-16	13.5	jpA	Sneek
2017-07-08	950	mpB	Drachten	2021-03-20	10.93	mD	Heerenveen	2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden
				2021-04-17	11.87	mD	Heerenveen				
				2021-05-23	13.10	mD	Heerenveen				
				2021-09-12	13.32	mD	Zoetermeer				

2017-04-08	11.3	jpA	Leeuwarden	2021-05-06	11.3	mpA	Heerenveen	2019-04-07	5:08.34	M40	Amersfoort
2017-05-20	11.3	jpA	Steenwijk	600				hoog			
2017-09-16	10.9	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2:46.0	mpA	Heerenveen	2019-04-07	1.25	M40	Amersfoort
hoog				duur 6'				Tim Jeeninga			
2016-04-16	1.10	jpA	Sneek	2020-09-12	1125	mpA	Heerenveen	60			
2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen	2021-06-05	1175	mpA	Heerenveen	2018-05-26	11.7	jpA	Sneek
2017-04-08	1.15	jpA	Leeuwarden	60h				2018-07-14	11.64	jpA	Heerenveen
2018-06-30	1.25	jD	Groningen	2020-06-30	13.5	mpA	Heerenveen	2018-09-15	10.7	jpA	Heerenveen
2020-07-02	1.35	jC	Heerenveen	2020-09-12	12.7	mpA	Heerenveen	2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen
2020-07-25	1.40	jC	Heerenveen	hoog				80			
2021-04-17	1.45	jC	Heerenveen	2020-06-30	1.00	mpA	Heerenveen	2021-06-19	13.17	jD	Leeuwarden
2021-05-01	1.50	jC	Heerenveen	2021-05-06	1.00	mpA	Heerenveen	150			
2021-05-22	1.50	jC	Heerenveen	polsver				2020-07-02	27.0	jD	Heerenveen
hurkhoog				2020-09-12	2.55	mpA	Heerenveen	800			
2015-04-11	0.80	jpB	Leeuwarden	ver				2021-05-01	3:08.98	jD	Heerenveen
2015-06-27	0.80	jpB	Steenwijk	kogel 2				1000			
polsver				2020-09-12	5.00	mpA	Heerenveen	2018-04-28	4:25.09	jpA	Sneek
2016-04-16	4.00	jpA	Sneek	2021-05-06	5.00	mpA	Heerenveen	2018-07-14	4:13.52	jpA	Heerenveen
2016-07-02	4.40	jpA	Drachten	slingeren				2019-10-05	3:54.7	jpA	Heerenveen
2017-04-08	4.80	jpA	Leeuwarden	2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen	duur 4'			
ver				2021-06-05	17.00	mpA	Heerenveen	2019-06-29	925	jpA	Leeuwarden
2014-10-04	3.01	jpC	Heerenveen	vortex				duur 6'			
2015-09-26	3.13	jpB	Leeuwarden	2019-10-05	11.14	mpB	Heerenveen	2018-04-21	1250	jpA	Drachten
2015-10-03	3.24	jpB	Heerenveen	2020-06-02	11.50	mpA	Heerenveen	2019-05-25	1350	jpA	Steenwijk
2016-05-28	3.35	jpA	Leeuwarden	2020-09-12	11.50	mpA	Heerenveen	60h			
2016-09-17	3.55	jpA	Heerenveen	2021-04-06	15.00	mpA	Heerenveen	2018-04-21	13.7	jpA	Drachten
2016-10-01	3.55	jpA	Heerenveen	2021-05-06	17.00	mpA	Heerenveen	2018-05-26	12.9	jpA	Sneek
2017-09-16	3.70	jpA	Heerenveen	Oukubay Huruy				2019-05-25	12.4	jpA	Steenwijk
2017-10-07	3.88	jpA	Heerenveen	800				2019-09-14	11.5	jpA	Sneek
2019-05-11	4.01w	jD	Heerenveen	2020-07-25	2:15.40	M	Heerenveen	hoog			
2020-07-25	4.11	jC	Heerenveen	3000				2018-04-21	1.05	jpA	Drachten
2020-09-26	4.37	jC	Heerenveen	2017-05-12	10:33.86	M	Utrecht	2019-06-29	1.05	jpA	Leeuwarden
balwerpen 135				2017-05-20	10:13.19	M	Heerenveen	2020-09-26	1.30	jD	Heerenveen
2014-10-04	14.11	jpC	Heerenveen	5000				polsver			
discus 1				2020-09-04	16:04.94	M	Leeuwarden	2018-04-21	3.25	jpA	Drachten
2018-04-07	11.87	jD	Steenwijk	Mark Jansen				2019-06-29	3.55	jpA	Leeuwarden
2019-05-25	14.58	jD	Sneek	25000				ver			
kogel 2				2021-07-10	1:55:11	M45	Heerenveen	2018-05-26	2.80	jpA	Sneek
2015-09-26	4.01	jpB	Leeuwarden	Feico Jansma				2018-07-14	2.97	jpA	Heerenveen
2016-04-16	4.90	jpA	Sneek	discus 1				kogel 2			
2016-07-02	5.40	jpA	Drachten	2017-06-17	26.15	M75	Emmeloord	2018-04-21	4.70	jpA	Drachten
2016-09-24	5.90	jpA	Leeuwarden	kogel 4				2018-07-14	5.04	jpA	Heerenveen
2017-04-08	6.00	jpA	Leeuwarden	2017-06-17	7.26	M75	Emmeloord	2019-06-29	5.60	jpA	Leeuwarden
2017-10-07	6.00	jpA	Heerenveen	2017-07-07	7.89	M75	Steenwijk	kogel 3			
kogel 4				speer				2020-07-02	5.45	jD	Heerenveen
2020-07-02	6.02	jC	Heerenveen	2018-05-13	17.60	M75	Emmen	slingeren			
2021-05-22	7.02	jC	Heerenveen	werp 3-kamp				2018-05-26	13.50	jpA	Sneek
slingeren				2019-10-05	927	M75	Heerenveen	2019-05-25	15.00	jpA	Steenwijk
2016-09-17	15.50	jpA	Heerenveen	Ronnie Jeeninga				speer 400			
2017-05-20	20.50	jpA	Steenwijk	100				2020-09-26	12.66	jD	Heerenveen
speer 400				2019-05-12	14.74	M40	Apeldoorn	2021-05-01	13.26	jD	Heerenveen
2018-04-07	11.26	jD	Steenwijk	800				2021-06-19	16.37	jD	Leeuwarden
2018-04-14	11.87	jD	Sneek	2012-05-12	2:23.33	M35	Heerenveen	vortex			
2018-05-12	12.42	jD	Heerenveen	2012-06-10	2:13.78	M35	Terneuzen	2018-04-21	12.50	jpA	Drachten
2018-06-30	16.57	jD	Groningen	2019-05-12	2:28.18	M40	Apeldoorn	2018-05-26	17.50	jpA	Sneek
2019-04-06	17.07	jD	Heerenveen	2019-10-05	2:25.6	M40	Heerenveen	2019-05-25	21.00	jpA	Steenwijk
speer 600				1500				2019-06-29	21.00	jpA	Leeuwarden
2021-05-01	18.91	jC	Heerenveen	2013-04-13	4:38.82	M35	Heerenveen	Manoa de Jong			
vortex				2013-06-08	4:31.42	M35	Epe	60			
2015-04-11	10.50	jpB	Leeuwarden					2018-07-14	10.29	mpA	Heerenveen
2015-06-27	14.50	jpB	Steenwijk					2018-10-06	10.16	mpA	Heerenveen
2016-04-16	19.50	jpA	Sneek					2019-09-14	9.8	mpA	Sneek
2016-05-28	19.50	jpA	Leeuwarden					2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen
2016-09-17	22.00	jpA	Heerenveen					2021-04-17	9.6	mD	Heerenveen
2017-04-08	22.00	jpA	Leeuwarden					2021-05-01	9.37	mD	Heerenveen
Anne Hulzebos											
40											
2019-10-05	8.4	mpB	Heerenveen								
60											
2020-06-02	11.3	mpA	Heerenveen								

1000				2016-07-02	8.5	jpm	Drachten	2016-05-06	11.84	M	Rijssen
2018-07-14	4:36.80	mpA	Heerenveen	2018-04-21	8.0	jpB	Drachten	2016-05-16	11.79w	M	Tilburg
2019-10-05	4:33.6	mpA	Heerenveen	2018-07-07	7.5	jpB	Steenwijk	150			
duur 4'				hoog				2014-08-08	18.07	Mneo	Utrecht
2019-06-29	825	mpA	Leeuwarden	2016-09-17	0.85	jpm	Heerenveen	200			
duur 6'				2017-05-20	0.85	jpC	Steenwijk	2012-05-12	24.74	jA	Heerenveen
2019-05-25	1200	mpA	Steenwijk	hurkhoog				2012-07-06	24.60	jA	Alkmaar
60h				2016-04-16	0.60	jpm	Sneek	2013-05-11	23.91	Mneo	Heerenveen
2018-09-15	12.4	mpA	Heerenveen	2016-05-28	0.85	jpm	Leeuwarden	2015-10-03	23.6	Mneo	Heerenveen
2019-05-25	11.5	mpA	Steenwijk	ver				300			
2019-06-29	11.4	mpA	Leeuwarden	2015-06-13	2.30	jpm	Heerenveen	2014-08-08	39.32	Mneo	Utrecht
2019-09-14	11.4	mpA	Sneek	2015-10-03	2.35	jpm	Heerenveen	400			
hoog				2016-05-28	3.25	jpm	Leeuwarden	2011-06-24	58.52	jA	Groningen
2018-07-14	1.15	mpA	Heerenveen	balstoten				2014-05-04	53.87	Mneo	Grootebroek
2019-06-29	1.25	mpA	Leeuwarden	2016-05-28	3.80	jpm	Leeuwarden	800			
2021-04-17	1.25	mD	Heerenveen	2016-09-17	4.50	jpm	Heerenveen	2013-10-05	2:24.7	Mneo	Heerenveen
polshoog				2017-05-20	4.80	jpC	Steenwijk	2014-10-04	2:21.3	Mneo	Heerenveen
2021-05-01	1.76	mD	Heerenveen	kogel 2				2015-06-12	2:11.44	Mneo	Wageningen
polsver				2020-09-26	6.88	jpA	Heerenveen	1500			
2019-06-29	3.70	mpA	Leeuwarden	kogel 3				2015-05-29	5:00.67	Mneo	Utrecht
ver				2021-04-17	6.89	jD	Heerenveen	2015-07-31	4:54.38	Mneo	Amsterdam
2018-10-06	3.37	mpA	Heerenveen	slingeren				110h 106,7			
2019-10-05	3.70	mpA	Heerenveen	2016-04-16	9.50	jpm	Sneek	2014-05-09	18.85	Mneo	Utrecht
2021-04-17	4.04	mD	Heerenveen	2016-07-02	12.00	jpm	Drachten	2015-05-08	17.68	Mneo	Utrecht
kogel 2				2017-04-08	13.50	jpC	Leeuwarden	2015-07-31	17.62	Mneo	Amsterdam
2018-07-14	4.12	mpA	Heerenveen	2017-07-08	15.00	jpC	Drachten	hoog			
2018-10-06	4.55	mpA	Heerenveen	speer 400				2011-09-18	1.70	jA	Weert
2019-06-29	5.60	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	16.46	jD	Heerenveen	2011-10-01	1.70	jA	Heerenveen
slingeren				vortex				2012-04-22	1.75	jA	Ede
2018-09-15	11.00	mpA	Heerenveen	2015-06-13	7.71	jpm	Heerenveen	2012-05-20	1.75	jA	Harderwijk
2019-05-25	14.50	mpA	Steenwijk	2015-10-03	12.05	jpm	Heerenveen	2015-05-03	1.75	Mneo	Emmeloord
2019-09-14	15.00	mpA	Sneek	2017-05-20	12.50	jpC	Steenwijk	2015-07-04	1.77	Mneo	Best
vortex				2018-04-21	16.50	jpB	Drachten	2015-08-29	1.77	Mneo	Stadskanaal
2018-09-15	11.50	mpA	Heerenveen	2020-06-02	22.50	jpA	Heerenveen	2016-06-04	1.78	M	Gemert
2019-05-25	15.00	mpA	Steenwijk					hss			
2019-06-29	18.50	mpA	Leeuwarden					2011-04-02	12.53	jA	Steenwijk
Cas Jonker				Jan Sytze Jonker				2011-07-10	13.17	jA	Alphen a/d Rijn
40				1500				2012-04-22	13.21w	jA	Ede
2015-06-13	9.42	jpm	Heerenveen	2013-04-13	4:28.49	M	Heerenveen	2012-06-03	13.32	jA	Breda
2016-04-16	8.3	jpm	Sneek	3000				2013-04-21	13.39	Mneo	Grootebroek
2016-06-18	8.09	jpm	Heerenveen	2013-04-17	9:33.8	M	Sneek	2013-05-11	13.41	Mneo	Heerenveen
2016-07-02	7.8	jpm	Drachten	5000				2013-05-20	13.70	Mneo	Tilburg
2017-04-08	7.8	jpC	Leeuwarden	2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	2013-07-20	13.84w	Mneo	Amsterdam
2017-07-08	7.7	jpC	Drachten					2015-05-25	14,04	Mneo	Tilburg
2018-04-21	7.4	jpB	Drachten	Wietze Jonker				polshoog			
60				5000				2015-07-05	2.53	Mneo	Best
2020-06-02	10.4	jpA	Heerenveen	2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	2015-08-30	2.60	Mneo	Stadskanaal
2020-09-26	10.4	jpA	Heerenveen	25000				2016-06-05	2.60	M	Gemert
80				2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	ver			
2021-05-22	13.29	jD	Heerenveen	Harmen Jorritsma				2011-04-02	6.06	jA	Steenwijk
600				800				2012-04-25	6.18w	jA	Kampen
2015-06-13	2:55.74	jpm	Heerenveen	2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen	2015-04-19	6.62	Mneo	Drachten
2017-10-07	2:30.5	jpC	Heerenveen	3000				2015-05-16	6.82w	Mneo	Heerenveen
2020-09-26	2:17.0	jpA	Heerenveen	2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen	discus 1¾			
800				2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen	2012-10-06	32.20	jA	Heerenveen
2021-05-22	3:07.97	jD	Heerenveen	Rienk Kan				discus 2			
1000				100				2013-10-05	26.88	Mneo	Heerenveen
2021-04-17	3:59.0	jD	Heerenveen	2011-10-01	12.4	jA	Heerenveen	2014-04-05	28.51	Mneo	Steenwijk
duur 4'				2012-05-12	12.64	jA	Heerenveen	2014-05-21	30.17	Mneo	Sneek
2016-04-16	850	jpm	Sneek	2012-06-24	12.27	jA	Drachten	2015-05-14	31.70	Mneo	Heelloo
2016-05-28	850	jpm	Leeuwarden	2013-06-14	12.25	Mneo	Utrecht	2015-05-23	33.69	Mneo	Emmeloord
2016-07-02	925	jpm	Drachten	2014-05-31	12.23	Mneo	Gemert	2015-07-05	33.87	Mneo	Best
2017-07-08	925	jpC	Drachten	2014-10-04	11.8	Mneo	Heerenveen	kogel 7¾			
2018-04-21	925	jpB	Drachten	2015-06-12	11.99	Mneo	Wageningen	2013-06-16	9.26	Mneo	Harderwijk
40h				2016-04-09	11.93	M	Heerenveen	2015-04-19	9.87	Mneo	Drachten
2016-04-16	9.8	jpm	Sneek					2015-05-16	9.88	Mneo	Heerenveen
								2015-06-05	9.91	Mneo	Steenwijk
								2015-07-04	10.45	Mneo	Best
								2015-10-03	10.45	Mneo	Heerenveen
								speer 800			
								2011-10-01	37.81	jA	Heerenveen

2014-04-12	39.73	Mneo	Heerenveen
2014-05-21	40.17	Mneo	Sneek
2014-10-04	41.19	Mneo	Heerenveen
2015-05-29	41.93	Mneo	Utrecht
2015-06-05	42.13	Mneo	Steenwijk
2015-06-12	42.87	Mneo	Wageningen
2015-07-05	44.51	Mneo	Best
2015-07-31	47.24	Mneo	Amsterdam
2017-09-23	48.04	M	Amersfoort

sprint 2-kamp

2012-05-12	1035	jA	Heerenveen
------------	------	----	------------

werp 3-kamp

2014-05-21	1367	Mneo	Sneek
2015-06-05	1484	Mneo	Steenwijk

10-kamp

2015-07-05	5329	Mneo	Best
------------	------	------	------

discus 2

2014-06-29	30.44	Mneo	Enschede
------------	-------	------	----------

Roelof Kedde

25000

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

Norah Keijzer

40

2014-04-12	8.2	mpm	Drachten
2014-06-28	7.6	mpm	Sneek
2015-06-13	7.75	mpC	Heerenveen
2016-10-01	7.2	mpB	Heerenveen

60

2017-10-07	10.4	mpA	Heerenveen
2018-06-02	10.25	mpA	Stadskanaal
2018-07-14	10.13	mpA	Heerenveen
2018-10-06	9.94	mpA	Heerenveen
2019-10-05	9.5	mD	Heerenveen

80

2021-06-19	12.18	mC	Leeuwarden
------------	-------	----	------------

150

2020-07-04	22.6	mD	Heerenveen
2021-05-22	22.32	mC	Heerenveen
2021-07-09	22.07w	mC	Steenwijk

200

2019-05-11	33.97	mD	Heerenveen
2021-05-01	29.75	mC	Heerenveen

300

2020-07-04	50.0	mD	Heerenveen
2021-07-09	48.25	mC	Steenwijk

600

2014-08-30	2:52.6	mpm	Assen
2014-10-04	2:22.4	mpm	Heerenveen
2015-10-03	2:17.3	mpC	Heerenveen
2019-10-05	2:04.0	mD	Heerenveen
2020-07-25	1:57.57	mD	Heerenveen
2020-09-26	1:55.0	mD	Heerenveen

800

2020-09-19	2:52.56	mD	Grootebroek
2021-03-20	2:51.7	mC	Heerenveen
2021-04-11	2:44.0	mC	Heerenveen
2021-08-28	2:40.32	mC	Amsterdam

1000

2016-10-01	4:00.6	mpB	Heerenveen
2017-10-07	3:59.4	mpA	Heerenveen
2018-06-02	3:53.41	mpA	Stadskanaal
2018-10-06	3:50.19	mpA	Heerenveen

duur 4'

2016-07-02	950	mpB	Drachten
------------	-----	-----	----------

duur 6'

2017-04-08	1450	mpA	Leeuwarden
------------	------	-----	------------

2017-07-08	1450	mpA	Drachten
40h			
2014-04-12	8.2	mpm	Drachten
2016-07-02	8.2	mpB	Drachten
60h			
2017-04-08	13.0	mpA	Leeuwarden
2017-07-08	11.7	mpA	Drachten
2018-07-07	11.4	mpA	Steenwijk

hoog

2014-08-30	0.80	mpm	Assen
2016-09-17	0.95	mpB	Heerenveen
2017-04-08	0.95	mpA	Leeuwarden
2017-07-08	1.05	mpA	Drachten
2018-07-14	1.10	mpA	Heerenveen
2019-10-05	1.25	mD	Heerenveen

hurkhoog

2014-04-12	0.65	mpm	Drachten
2014-06-28	0.70	mpm	Sneek
2014-09-13	0.75	mpm	Leeuwarden
2015-06-06	0.80	mpC	Sneek
2015-09-19	0.90	mpC	Heerenveen

polsver

2017-04-08	2.70	mpA	Leeuwarden
2017-07-08	3.45	mpA	Drachten
2018-04-21	3.45	mpA	Drachten

ver

2014-08-30	2.52	mpm	Assen
2015-06-06	2.60	mpC	Sneek
2015-06-13	2.80	mpC	Heerenveen
2015-09-19	2.80	mpC	Heerenveen
2015-10-03	2.83	mpC	Heerenveen
2016-10-01	3.02	mpB	Heerenveen
2017-10-07	3.22	mpA	Heerenveen
2018-06-02	3.46	mpA	Stadskanaal
2018-10-06	3.76	mpA	Heerenveen
2020-07-25	3.91	mD	Heerenveen
2021-07-03	4.13	mC	Assen

balstoten

2014-09-13	3.40	mpm	Leeuwarden
2015-06-06	3.50	mpC	Sneek
2015-09-19	4.30	mpC	Heerenveen
2016-09-17	4.50	mpB	Heerenveen

balwerpen 135

2014-08-30	11.68	mpm	Assen
------------	-------	-----	-------

discus ¾

2019-04-06	12.41	mD	Heerenveen
------------	-------	----	------------

discus 1

2021-05-22	18.89	mC	Heerenveen
------------	-------	----	------------

kogel 2

2017-04-08	5.00	mpA	Leeuwarden
2018-04-21	5.80	mpA	Drachten
2018-06-02	6.28	mpA	Stadskanaal
2019-05-11	6.96	mD	Heerenveen
2019-10-05	7.81	mD	Heerenveen

kogel 3

2021-04-17	7.68	mC	Heerenveen
2021-08-28	9.05	mC	Amsterdam

slingeren

2016-07-02	12.50	mpB	Drachten
2018-09-15	17.00	mpA	Heerenveen

speer 400

2019-04-06	8.69	mD	Heerenveen
2019-05-11	12.02	mD	Heerenveen
2020-07-25	17.78	mD	Heerenveen
2020-09-26	18.50	mD	Heerenveen

speer 500

2021-03-20	19.00	mC	Heerenveen
2021-05-01	20.43	mC	Heerenveen
2021-06-19	20.53	mC	Leeuwarden

vortex

2014-04-12	7.50	mpm	Drachten
2014-06-28	11.00	mpm	Sneek
2015-06-06	13.00	mpC	Sneek
2015-09-19	13.50	mpC	Heerenveen
2015-10-03	15.09	mpC	Heerenveen
2018-04-21	19.50	mpA	Drachten
2018-07-07	22.00	mpA	Steenwijk

Fylèn Kirindongo

hoog

2021-09-11	0.85	mpm	Drachten
------------	------	-----	----------

ver

2021-09-11	2.65	mpm	Drachten
------------	------	-----	----------

balstoten

2021-09-11	2.90	mpm	Drachten
------------	------	-----	----------

vortex

2021-09-11	9.50	mpm	Drachten
------------	------	-----	----------

Wieger Klijnstra

100

2016-04-03	16.81	M65	Steenwijk
2016-04-09	16.24w	M65	Heerenveen
2019-04-07	16.75	M70	Amersfoort

150

2017-07-07	25.39w	M65	Steenwijk
2019-07-05	25.36w	M70	Steenwijk

200

2015-10-03	35.0	M65	Heerenveen
2018-10-06	37.11	M70	Heerenveen
2019-04-07	36.37	M70	Amersfoort
2019-07-13	35.56	M70	Rotterdam

300

2018-04-07	1:05.08	M65	Steenwijk
2018-07-13	1:02.13	M65	Steenwijk
2019-07-05	1:05.55	M70	Steenwijk

800

2015-10-03	4:10.6	M65	Heerenveen
2018-10-06	4:17.13	M70	Heerenveen

hoog

2015-10-03	1.00	M65	Heerenveen
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen

ver

2015-10-03	2.21	M65	Heerenveen
2018-10-06	1.94	M70	Heerenveen

discus 1

2017-09-23	17.33	M65	Steenwijk
2018-10-06	15.65	M70	Heerenveen
2019-08-30	17.40	M70	Heerenveen
2019-10-05	18.19	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

kogel 5

2015-10-03	5.48	M65	Heerenveen
2017-09-23	5.53	M65	Steenwijk

speer 500

2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen
2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen

speer 600

2015-10-03	11.97	M65	Heerenveen
2017-09-23	12.63	M65	Steenwijk

werp 3-kamp

2017-10-07	233	M65	Heerenveen
2018-10-06	322	M70	Heerenveen
2019-08-30	326	M70	Heerenveen

2019-10-05	480	M70	Heerenveen	2017-07-08	19.00	mpA	Drachten	Tjitte Koertshuis			
				2018-04-21	20.00	mpA	Drachten				
Femke Knijn				Johan Knoester							
40				100				100			
2015-06-13	8.52	mpC	Heerenveen	2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen	2018-10-06	14.58	jC	Heerenveen
2016-04-16	8.2	mpB	Sneek					ver			
2016-07-02	7.6	mpB	Drachten	200				2018-10-06	3.24	jC	Heerenveen
2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen	2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen	Kyla Koops			
60				800				40			
2017-05-20	11.1	mpA	Steenwijk	2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen	2014-04-12	7.9	mpC	Drachten
2017-09-16	10.6	mpA	Heerenveen	3000				2014-10-04	7.9	mpC	Heerenveen
2018-09-15	10.6	mpA	Heerenveen	2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen	2015-04-11	7.5	mpB	Leeuwarden
2019-10-05	10.1	mD	Heerenveen	hoog				2015-10-03	7.5	mpB	Heerenveen
600				2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	60			
2015-05-16	2:41.66	mpC	Heerenveen	ver				2016-05-28	10.9	mpA	Leeuwarden
2019-10-05	2:10.7	mD	Heerenveen	2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen	2016-09-17	10.5	mpA	Heerenveen
2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen	2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen	2016-10-01	10.2	mpA	Heerenveen
800				2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen	2017-09-16	10.2	mpA	Heerenveen
2021-04-17	2:36.5	mC	Heerenveen	discus 1				2018-10-06	9.66	mD	Heerenveen
1000				2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen	2019-04-06	9.49	mD	Heerenveen
2016-10-01	4:11.4	mpB	Heerenveen	2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen	80			
2020-07-02	3:32.1	mD	Heerenveen	kogel 4				2020-07-25	12.10w	mC	Heerenveen
3000				2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen	2021-05-01	11.93	mC	Heerenveen
2021-04-11	11:21.6	mC	Heerenveen	2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen	600			
duur 4'				speer 500				2014-08-30	2:51.7	mpC	Assen
2016-04-16	850	mpB	Sneek	2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen	2014-10-04	2:43.5	mpC	Heerenveen
2016-07-02	925	mpB	Drachten	2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen	2019-10-05	2:13.0	mD	Heerenveen
duur 6'				2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen	800			
2017-04-08	1375	mpA	Leeuwarden	werp 3-kamp				2021-05-01	2:46.60	mC	Heerenveen
2017-07-08	1450	mpA	Drachten	2017-10-07	697	M70	Heerenveen	1000			
2018-04-21	1475	mpA	Drachten	2018-10-06	516	M70	Heerenveen	2015-10-03	4:47.5	mpB	Heerenveen
40h				Jan Jelle Koerts				2016-06-18	4:41.37	mpA	Heerenveen
2016-04-16	9.6	mpB	Sneek	hoog				2016-10-01	4:24.8	mpA	Heerenveen
2016-07-02	8.3	mpB	Drachten	2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn	2017-10-07	4:17.0	mpA	Heerenveen
60h				polshoog				2019-05-11	3:57.83	mD	Heerenveen
2017-04-08	13.2	mpA	Leeuwarden	2011-06-05	2.00	M40	Assen	duur 6'			
2017-07-08	12.7	mpA	Drachten	ver				2016-04-16	1175	mpA	Sneek
2018-04-21	12.2	mpA	Drachten	2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn	2016-05-28	1225	mpA	Leeuwarden
hoog				discus 1½				2016-07-02	1225	mpA	Drachten
2017-04-08	0.95	mpA	Leeuwarden	2020-08-28	19.66	M50	Heerenveen	2017-04-08	1250	mpA	Leeuwarden
2018-04-21	1.05	mpA	Drachten	2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen	2017-05-20	1325	mpA	Steenwijk
hurkhoog				discus 2				2017-07-08	1350	mpA	Drachten
2016-04-16	0.80	mpB	Sneek	2019-08-30	18.22	M45	Heerenveen	40h			
2016-07-02	0.90	mpB	Drachten	2019-10-05	19.40	M45	Heerenveen	2014-04-12	9.2	mpC	Drachten
polsver				kogel 6				2015-04-11	9.0	mpB	Leeuwarden
2017-04-08	3.25	mpA	Leeuwarden	2020-08-28	7.77	M50	Heerenveen	60h			
2017-07-08	3.60	mpA	Drachten	2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen	2016-04-16	13.5	mpA	Sneek
2018-04-21	3.85	mpA	Drachten	kogel 7¼				2016-05-28	12.4	mpA	Leeuwarden
ver				2019-08-30	7.06	M45	Heerenveen	2016-07-02	12.0	mpA	Drachten
2015-06-13	2.48	mpC	Heerenveen	2019-10-05	7.29	M45	Heerenveen	2016-09-17	11.5	mpA	Heerenveen
2015-10-03	2.54	mpC	Heerenveen	speer 700				2017-07-08	11.1	mpA	Drachten
2016-10-01	2.68	mpB	Heerenveen	2020-08-28	21.20	M50	Heerenveen	hoog			
2017-05-20	2.75	mpA	Steenwijk	2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen	2014-08-30	0.90	mpC	Assen
2018-09-15	2.85	mpA	Heerenveen	speer 800				2016-04-16	1.00	mpA	Sneek
2019-10-05	3.05	mD	Heerenveen	2014-10-04	25.19	M40	Heerenveen	2016-06-18	1.00	mpA	Heerenveen
kogel 2				2015-10-03	23.25	M45	Heerenveen	2016-07-02	1.05	mpA	Drachten
2017-04-08	4.30	mpA	Leeuwarden	2019-04-07	23.79	M45	Amersfoort	2017-04-08	1.10	mpA	Leeuwarden
2017-07-08	4.40	mpA	Drachten	werp 3-kamp				2017-06-24	1.15	mpA	Stadskanaal
2018-04-21	5.00	mpA	Drachten	2021-08-27	787	M50	Heerenveen	2017-07-08	1.20	mpA	Drachten
slingeren				werp 3-kamp				2017-09-09	1.25	mpA	Sneek
2016-04-16	11.00	mpB	Sneek	2019-08-30	840	M45	Heerenveen	2018-05-12	1.25	mD	Heerenveen
2017-05-20	13.50	mpA	Steenwijk	2019-10-05	912	M45	Heerenveen	2018-05-19	1.25	mD	Assen
2018-09-15	15.50	mpA	Heerenveen	2020-08-28	744	M50	Heerenveen	2018-06-30	1.30	mD	Groningen
vortex								2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen
2015-06-13	9.23	mpC	Heerenveen					2019-04-06	1.35	mD	Heerenveen
2015-10-03	10.26	mpC	Heerenveen					2019-05-11	1.35	mD	Heerenveen
2016-04-16	15.00	mpB	Sneek					2020-07-02	1.45	mC	Heerenveen
2016-10-01	16.96	mpB	Heerenveen					2020-09-26	1.45	mC	Heerenveen
								2021-05-01	1.45	mC	Heerenveen
								2021-05-22	1.45	mC	Heerenveen

hurkhoog				800				2016-10-01	1.15	mD	Heerenveen
2014-04-12	0.70	mpC	Drachten	2014-10-04	3:00.1	M55	Heerenveen	hurkhoog			
2014-06-14	0.85	mpC	Steenwijk	ver				2013-04-13	0.85	mpB	Drachten
2014-09-13	0.90	mpC	Leeuwarden	2014-10-04	2.99	M55	Heerenveen	2013-09-14	1.10	mpB	Sneek
2015-06-06	0.95	mpB	Sneek	discus 1½				polshoog			
2015-09-19	1.10	mpB	Heerenveen	2014-10-04	14.31	M55	Heerenveen	2018-05-12	2.15	mC	Heerenveen
polsver				kogel 6				2018-06-09	2.26	mC	Groningen
2016-04-16	2.90	mpA	Sneek	2014-10-04	5.82	M55	Heerenveen	2020-07-25	2.41	mB	Heerenveen
2016-07-02	3.45	mpA	Drachten	Annemarijn Kraak				ver			
2017-04-08	3.95	mpA	Leeuwarden	100				2011-04-09	2.14	mpm	Heerenveen
2017-07-08	3.60	mpA	Drachten	2020-09-26	14.3	mB	Heerenveen	2011-05-14	2.35	mpm	Sneek
ver				200				2012-04-14	2.49	mpC	Heerenveen
2014-06-14	2.20	mpC	Steenwijk	2021-04-11	31.5	mB	Heerenveen	2012-07-07	2.58	mpC	Heerenveen
2014-08-30	2.59	mpC	Assen	ver				2013-10-05	2.83	mpB	Heerenveen
2014-09-13	2.70	mpC	Leeuwarden	2020-09-26	4.26	mB	Heerenveen	2015-06-06	2.85	mpA	Sneek
2015-06-06	2.70	mpB	Sneek	2021-05-22	4.48	mB	Heerenveen	2015-06-13	2.97	mpA	Heerenveen
2015-10-03	2.96	mpB	Heerenveen	discus 1				2015-10-03	3.16	mpA	Heerenveen
2016-10-01	3.21	mpA	Heerenveen	2021-05-22	20.81	mB	Heerenveen	2017-05-20	3.22	mD	Heerenveen
2017-06-24	3.44	mpA	Stadskanaal	Maaïke Kramer				2017-10-07	3.80	mD	Heerenveen
2017-09-16	3.50	mpA	Heerenveen	40				2019-05-11	3.82w	mC	Heerenveen
2017-10-07	3.60	mpA	Heerenveen	2011-04-09	8.9	mpm	Heerenveen	balstoten			
2018-05-12	3.62	mD	Heerenveen	2011-10-01	8.5	mpm	Heerenveen	2011-05-14	3.48	mpm	Sneek
2019-06-08	3.85w	mD	Groningen	2012-05-12	8.30	mpC	Hoogeveen	2012-06-09	4.02	mpC	Steenwijk
2020-07-25	4.00	mC	Heerenveen	2013-04-13	7.2	mpB	Drachten	2013-09-14	4.80	mpB	Sneek
2020-09-26	4.16	mC	Heerenveen	60				balwerpen 135			
2021-04-17	4.33	mC	Heerenveen	2014-06-14	11.7	mpA	Steenwijk	2011-04-09	10.07	mpm	Heerenveen
2021-05-01	4.41	mC	Heerenveen	2014-08-30	11.3	mpA	Assen	2011-06-25	15.76	mpm	Heerenveen
balstoten				2014-09-13	11.0	mpA	Leeuwarden	2012-07-07	16.00	mpC	Heerenveen
2014-06-14	3.70	mpC	Steenwijk	2014-10-04	11.0	mpA	Heerenveen	discus ¾			
2015-06-06	5.10	mpB	Sneek	2015-10-03	10.6	mpA	Heerenveen	2016-10-01	14.55	mD	Heerenveen
2015-09-19	5.20	mpB	Heerenveen	2016-10-01	9.7	mD	Heerenveen	2017-05-06	15.18	mD	Groningen
balwerpen 135				80				2017-05-20	16.30	mD	Heerenveen
2014-08-30	8.08	mpC	Assen	2018-05-12	12.80	mC	Heerenveen	2017-06-10	18.69	mD	Sneek
2014-10-04	10.98	mpC	Heerenveen	2018-06-09	12.62	mC	Groningen	2017-10-07	18.96	mD	Heerenveen
kogel 2				2018-10-06	12.59	mC	Heerenveen	discus 1			
2016-04-16	4.80	mpA	Sneek	200				2018-04-14	17.64	mC	Sneek
2016-07-02	5.00	mpA	Drachten	2017-05-20	34.89	mD	Heerenveen	2018-06-09	18.26	mC	Groningen
2016-10-01	5.01	mpA	Heerenveen	600				2019-04-06	19.22	mC	Heerenveen
2017-06-24	5.75	mpA	Stadskanaal	2011-04-09	2:55.4	mpm	Heerenveen	2019-04-28	19.47	mC	Epe
kogel 3				2011-06-25	2:47.4	mpm	Heerenveen	kogel 2			
2020-07-02	6.01	mC	Heerenveen	2011-07-16	2:42.87	mpm	Hoogeveen	2013-10-05	4.25	mpB	Heerenveen
slingeren				2012-04-14	2:32.3	mpC	Heerenveen	2014-04-12	4.40	mpA	Drachten
2016-05-28	11.00	mpA	Leeuwarden	2016-04-09	2:17.92	mD	Heerenveen	2014-06-28	5.40	mpA	Sneek
2016-09-17	14.00	mpA	Heerenveen	2017-10-07	2:14.5	mD	Heerenveen	2015-10-03	5.44	mpA	Heerenveen
2017-05-20	16.00	mpA	Steenwijk	800				2016-04-23	5.94	mD	Assen
2017-09-16	16.50	mpA	Heerenveen	2018-05-12	3:12.13	mC	Heerenveen	2016-06-25	6.03	mD	Emmen
speer 400				1000				kogel 3			
2019-05-11	14.08	mD	Heerenveen	2013-10-05	4:21.3	mpB	Heerenveen	2018-05-12	6.74	mC	Heerenveen
vortex				2014-10-04	4:17.9	mpA	Heerenveen	2018-06-30	7.15	mC	Groningen
2014-04-12	8.50	mpC	Drachten	2015-06-13	4:17.37	mpA	Heerenveen	2020-07-25	8.14	mB	Heerenveen
2014-06-14	8.50	mpC	Steenwijk	2015-10-03	4:11.2	mpA	Heerenveen	speer 400			
2014-09-13	11.00	mpC	Leeuwarden	2017-06-10	3:51.05	mD	Sneek	2016-04-09	10.34	mD	Heerenveen
2015-06-06	13.00	mpB	Sneek	40h				vortex			
2015-09-19	14.50	mpB	Heerenveen	2013-04-13	8.5	mpB	Drachten	2013-04-13	13.00	mpB	Drachten
2016-05-28	16.00	mpA	Leeuwarden	60h				2013-06-15	14.50	mpB	Steenwijk
2016-07-02	16.00	mpA	Drachten	2014-04-12	13.0	mpA	Drachten	2014-04-12	17.50	mpA	Drachten
2016-09-17	17.50	mpA	Heerenveen	2014-06-14	12.8	mpA	Steenwijk	Ties Kramer			
2017-05-20	18.00	mpA	Steenwijk	2014-06-28	12.4	mpA	Sneek	40			
2017-07-08	18.50	mpA	Drachten	2015-04-11	10.9	mpA	Leeuwarden	2015-04-11	9.5	jpC	Leeuwarden
Myrthe Kootstra				hoog				2015-06-13	9.21	jpC	Heerenveen
60				2012-06-09	0.90	mpC	Steenwijk	2015-10-03	8.7	jpC	Heerenveen
2021-09-04	10.79	mpA	Hoogeveen	2014-04-12	0.90	mpA	Drachten	60			
ver				2014-06-28	1.05	mpA	Sneek	2018-10-06	11.30	jpA	Heerenveen
2021-09-04	4.30	mpA	Hoogeveen	2016-04-09	1.15	mD	Heerenveen	80			
kogel 2				2016-06-25	1.15	mD	Emmen	2019-06-22	15.15	JD	Stadskanaal
2021-09-04	4.56	mpA	Hoogeveen	100				600			
Marcel Kortekaas				2015-06-13	3:01.41	jpC	Heerenveen	2015-10-03	2:55.8	jpC	Heerenveen
100											
2014-10-04	16.2	M55	Heerenveen								

1000				balstoten				600			
2018-10-06	4:35.19	jpA	Heerenveen	2019-09-14	5.80	jpC	Sneek	2020-09-26	2:32.0	mpA	Heerenveen
40h				kogel 2				1000			
2015-04-11	10.0	jpC	Leeuwarden	2021-05-06	5.30	jpA	Heerenveen	2019-10-05	4:53.5	mpB	Heerenveen
2015-06-27	9.3	jpC	Steenwijk	slingeren				duur 4'			
hurkhoog				2019-04-20	12.50	jpC	Drachten	2019-04-20	725	mpB	Drachten
2015-04-11	0.65	jpC	Leeuwarden	2019-06-29	15.00	jpC	Leeuwarden	duur 6'			
2015-06-06	0.80	jpC	Sneek	2021-06-05	18.00	jpA	Heerenveen	2020-09-12	1175	mpA	Heerenveen
polshoog				vortex				40h			
2020-07-25	1.66	jD	Heerenveen	2019-04-20	20.00	jpC	Drachten	2019-04-20	7.6	mpB	Drachten
2021-05-01	1.76	jC	Heerenveen	2019-06-29	22.50	jpC	Leeuwarden	60h			
ver				2019-09-14	24.50	jpC	Sneek	2020-06-30	12.9	mpA	Heerenveen
2015-06-06	2.10	jpC	Sneek	2020-06-02	24.50	jpB	Heerenveen	2020-09-12	11.8	mpA	Heerenveen
2015-06-13	2.20	jpC	Heerenveen	2020-09-12	26.50	jpB	Heerenveen	hoog			
2015-10-03	2.64	jpC	Heerenveen	2020-09-26	28.84	jpB	Heerenveen	2019-09-14	1.05	mpB	Sneek
2018-10-06	3.11	jpA	Heerenveen	2021-04-06	30.00	jpA	Heerenveen	2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen
2019-05-11	3.23w	jD	Heerenveen	2021-05-06	33.50	jpA	Heerenveen	2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen
balstoten				Max Kroon				2021-05-06	1.15	mpA	Heerenveen
2015-06-06	3.40	jpC	Sneek	60				hurkhoog			
kogel 2				2018-10-06	9.52	jpA	Heerenveen	2019-04-20	0.80	mpB	Drachten
2018-10-06	5.55	jpA	Heerenveen	80				polsver			
kogel 3				2019-03-30	11.97w	jD	Steenwijk	2020-09-12	2.95	mpA	Heerenveen
2019-04-06	4.07	jD	Heerenveen	2019-03-30	11.96	jD	Steenwijk	ver			
speer 400				2019-10-05	11.7	jD	Heerenveen	2019-09-14	3.25	mpB	Sneek
2019-05-11	10.15	jD	Heerenveen	2020-07-25	11.24	jD	Heerenveen	2019-10-05	3.30	mpB	Heerenveen
2019-06-22	10.84	jD	Stadskanaal	100				2020-09-26	3.37	mpA	Heerenveen
vortex				2021-03-20	13.7	jC	Heerenveen	balstoten			
2015-04-11	8.00	jpC	Leeuwarden	2021-04-17	13.7	jC	Heerenveen	2019-09-14	4.50	mpB	Sneek
2015-06-06	8.50	jpC	Sneek	150				kogel 2			
2015-06-27	10.50	jpC	Steenwijk	2019-09-01	22.31	jD	Amsterdam	2020-09-12	4.80	mpA	Heerenveen
Folkert Oege Krol				2020-07-04	21.7	jD	Heerenveen	2020-09-26	5.00	mpA	Heerenveen
40				2020-09-19	21.68	jD	Grootebroek	2021-05-06	5.60	mpA	Heerenveen
2019-04-20	7.1	jpC	Drachten	2021-05-22	20.49	jC	Heerenveen	2021-05-22	6.04	mpA	Heerenveen
2019-10-05	6.9	jpC	Heerenveen	2021-07-03	20.47	jC	Assen	slingeren			
2020-06-02	6.7	jpB	Heerenveen	200				2019-04-20	11.00	mpB	Drachten
60				2021-05-01	27.97	jC	Heerenveen	2020-06-30	14.50	mpA	Heerenveen
2021-04-06	9.9	jpA	Heerenveen	1000				2021-06-05	18.00	mpA	Heerenveen
2021-06-05	9.6	jpA	Heerenveen	2018-10-06	3:42.47	jpA	Heerenveen	vortex			
2021-09-11	9.0	jpA	Drachten	2019-03-30	3:42.33	jD	Steenwijk	2019-04-20	11.00	mpB	Drachten
600				2019-05-25	3:36.62	jD	Sneek	2019-09-14	13.00	mpB	Sneek
2019-10-05	2:20.9	jpC	Heerenveen	80h 76,2				2019-10-05	13.66	mpB	Heerenveen
2020-09-26	2:14.0	jpB	Heerenveen	2019-05-25	16.69	jD	Sneek	2020-06-02	14.00	mpA	Heerenveen
duur 4'				2020-07-04	14.2	jD	Heerenveen	2020-09-12	14.00	mpA	Heerenveen
2019-04-20	950	jpC	Drachten	2020-07-25	14.30	jD	Heerenveen	2021-04-06	15.50	mpA	Heerenveen
2019-06-29	975	jpC	Leeuwarden	100h 83,8				Liam de Lang			
2020-09-12	1025	jpB	Heerenveen	2021-03-20	19.5	jC	Heerenveen	40			
duur 6'				2021-04-17	19.0	jC	Heerenveen	2016-10-01	8.2	jpm	Heerenveen
2021-05-06	1450	jpA	Heerenveen	2021-07-03	18.48	jC	Assen	2017-04-02	7.96	jpm	Stadskanaal
2021-06-05	1525	jpA	Heerenveen	ver				2017-09-09	7.80	jpm	Sneek
40h				2018-10-06	3.85	jpA	Heerenveen	2018-03-25	7.73	jpC	Assen
2019-04-20	8.2	jpC	Drachten	2019-06-22	3.90w	jD	Stadskanaal	2018-06-02	7.31	jpC	Stadskanaal
2019-06-29	7.9	jpC	Leeuwarden	2019-09-01	4.05	jD	Amsterdam	2018-07-14	7.17	jpC	Heerenveen
60h				2020-07-04	4.57	jD	Heerenveen	2018-10-06	7.04	jpC	Heerenveen
2021-06-05	10.8	jpA	Heerenveen	2020-07-25	4.79	jD	Heerenveen	2019-06-29	6.8	jpB	Leeuwarden
hoog				2021-03-20	4.82	jC	Heerenveen	2019-10-05	6.7	jpB	Heerenveen
2019-09-14	1.00	jpC	Sneek	2021-04-17	5.24	jC	Heerenveen	60			
2021-05-06	1.15	jpA	Heerenveen	kogel 2				2020-06-02	9.9	jpA	Heerenveen
hurkhoog				2018-10-06	5.84	jpA	Heerenveen	2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen
2019-04-20	0.85	jpC	Drachten	kogel 3				2021-04-06	9.5	jpA	Heerenveen
2019-06-29	0.95	jpC	Leeuwarden	2019-10-05	6.32	jD	Heerenveen	2021-06-05	9.4	jpA	Heerenveen
ver				2020-09-26	6.82	jD	Heerenveen	2021-07-04	9.27	jpA	Dongen
2019-09-14	3.25	jpC	Sneek	Sarah Kroon				2021-09-11	8.9	jpA	Drachten
2020-06-02	3.25	jpB	Heerenveen	40				600			
2020-09-26	3.39	jpB	Heerenveen	2019-04-20	6.8	mpB	Drachten	2016-10-01	2:57.8	jpm	Heerenveen
2021-06-05	3.55	jpA	Heerenveen	2019-10-05	6.7	mpB	Heerenveen	2017-09-09	2:43.68	jpm	Sneek
				60				2018-09-01	2:42.48	jpC	Deventer
				2020-06-02	9.4	mpA	Heerenveen	2018-10-06	2:29.12	jpC	Heerenveen
								2019-09-22	2:17.82	jpB	Edam

2020-09-26	2:16.0	jpA	Heerenveen	balwerpen 135			ver				
800				2017-06-24	19.75	jpm	Stadskanaal	2018-05-26	2.20	jpC	Sneek
2021-07-04	3:09.14	jpA	Dongen	2018-06-02	25,34	jpC	Stadskanaal	2018-09-15	2.80	jpC	Heerenveen
1000				kogel 2				2019-05-25	2.90	jpB	Steenwijk
2019-05-18	4:26.05	jpB	Stadskanaal	2019-04-07	5.90	jpB	Assen	2021-04-06	3.15	jpA	Heerenveen
duur 4'				2019-05-18	5.98	jpB	Stadskanaal	balstoten			
2017-04-08	800	jpm	Leeuwarden	2019-08-31	6.35	jpB	Hoorn	2018-05-26	4.10	jpC	Sneek
2017-05-20	850	jpm	Steenwijk	2019-09-07	6.44	jpB	Deventer	2018-09-15	4.80	jpC	Heerenveen
2018-04-21	875	jpC	Drachten	2019-09-22	6.55	jpB	Edam	kogel 2			
2018-07-07	875	jpC	Steenwijk	2020-09-12	7.60	jpA	Heerenveen	2020-09-12	5.60	jpA	Heerenveen
2019-05-25	900	jpB	Steenwijk	2021-05-06	7.60	jpA	Heerenveen	2021-05-22	5.60	jpA	Heerenveen
duur 6'				2021-07-04	7.66	jpA	Dongen	slingeren			
2020-09-12	1275	jpA	Heerenveen	2021-09-04	7.73	jpA	Hoogeveen	2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk
2021-05-06	1350	jpA	Heerenveen	slingeren				2019-04-20	12.50	jpB	Drachten
2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden	2017-04-08	9.00	jpm	Leeuwarden	vortex			
40h				2017-07-08	10.50	jpm	Drachten	2018-05-26	11.00	jpC	Sneek
2017-04-08	10.5	jpm	Leeuwarden	2018-04-21	11.50	jpC	Drachten	2018-07-07	13.50	jpC	Steenwijk
2017-07-08	9.0	jpm	Drachten	2018-07-07	16.00	jpC	Steenwijk	2018-09-15	14.50	jpC	Heerenveen
2018-04-21	7.7	jpC	Drachten	2019-04-20	18.00	jpB	Drachten	2020-09-12	22.50	jpA	Heerenveen
2019-04-20	7.5	jpB	Drachten	2020-06-30	20.50	jpA	Heerenveen	2021-04-06	24.50	jpA	Heerenveen
60h				2021-06-05	25.00	jpA	Heerenveen	Yara Lanza			
2020-06-30	11.7	jpA	Heerenveen	vortex				40			
2020-09-12	10.7	jpA	Heerenveen	2016-10-01	14.00	jpm	Heerenveen	2018-07-07	8.0	mpm	Steenwijk
2021-05-22	10.77	jpA	Heerenveen	2017-05-20	17.00	jpm	Steenwijk	2018-07-14	8.16	mpm	Heerenveen
2021-06-05	10.2	jpA	Heerenveen	2017-07-08	18.00	jpm	Drachten	2019-04-20	7.8	mpC	Drachten
2021-09-11	10.4	jpA	Drachten	2018-03-25	18.50	jpC	Assen	2019-10-05	7.6	mpC	Heerenveen
hoog				2018-04-21	21.00	jpC	Drachten	2020-06-02	7.1	mpB	Heerenveen
2017-05-20	0.90	jpm	Steenwijk	2018-05-26	21.50	jpC	Sneek	60			
2017-09-16	0.90	jpm	Heerenveen	2018-07-07	23.50	jpC	Steenwijk	2021-04-06	10.8	mpA	Heerenveen
2018-05-26	1.00	jpC	Sneek	2018-10-06	23.78	jpC	Heerenveen	2021-05-06	10.8	mpA	Heerenveen
2018-09-01	1.05	jpC	Deventer	2019-04-20	24.00	jpB	Drachten	600			
2018-09-15	1.05	jpC	Heerenveen	2019-05-25	28.00	jpB	Steenwijk	2018-10-06	2:42.07	mpm	Heerenveen
2019-05-18	1.20	jpB	Stadskanaal	2019-09-14	29.50	jpB	Sneek	2019-10-05	2:30.0	mpC	Heerenveen
2019-05-25	1.20	jpB	Steenwijk	2020-06-02	30.00	jpA	Heerenveen	2021-05-22	2:27.01	mpA	Heerenveen
2019-09-14	1.25	jpB	Sneek	2021-04-06	30.00	jpA	Heerenveen	duur 4'			
2020-06-30	1.25	jpA	Heerenveen	2021-05-06	31.50	jpA	Heerenveen	2018-05-26	800	mpm	Sneek
2020-09-12	1.35	jpA	Heerenveen	2021-06-26	36.50	jpA	Leeuwarden	2018-07-07	800	mpm	Steenwijk
2021-05-06	1.40	jpA	Heerenveen	Joris de Lange				2019-04-20	850	mpC	Drachten
hurkhoog				40				2019-05-25	850	mpC	Steenwijk
2017-04-08	0.70	jpm	Leeuwarden	2018-07-07	9.7	jpC	Steenwijk	2020-09-12	950	mpB	Heerenveen
2017-07-08	0.80	jpm	Drachten	2019-04-20	7.8	jpB	Drachten	duur 6'			
2018-04-21	0.90	jpC	Drachten	60				2021-05-06	1250	mpA	Heerenveen
2018-07-07	0.95	jpC	Steenwijk	2020-09-26	11.7	jpA	Heerenveen	40h			
2019-04-20	1.10	jpB	Drachten	2021-04-06	10.8	jpA	Heerenveen	2018-07-07	9.6	mpm	Steenwijk
2019-06-29	1.10	jpB	Leeuwarden	600				2019-04-20	8.9	mpC	Drachten
polsver				2020-09-26	3:29.0	jpA	Heerenveen	2020-06-30	8.5	mpB	Heerenveen
2020-09-12	3.00	jpA	Heerenveen	2021-05-22	2:34.66	jpA	Heerenveen	60h			
2021-06-26	4.65	jpA	Leeuwarden	duur 4'				2021-05-22	12.69	mpA	Heerenveen
ver				2018-05-26	750	jpC	Sneek	hoog			
2016-10-01	2.21	jpm	Heerenveen	2019-05-25	775	jpB	Steenwijk	2018-05-26	0.80	mpm	Sneek
2017-04-02	2.65	jpm	Assen	duur 6'				2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk
2017-06-24	2.69	jpm	Stadskanaal	2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen	2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen
2017-09-09	2.79	jpm	Sneek	40h				hurkhoog			
2017-09-16	2.80	jpm	Heerenveen	2018-07-07	10.0	jpC	Steenwijk	2018-07-07	0.55	mpm	Steenwijk
2018-03-25	3.10	jpC	Assen	2019-04-20	8.7	jpB	Drachten	2019-04-20	0.75	mpC	Drachten
2018-05-26	3.15	jpC	Sneek	60h				2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden
2018-07-14	3.42	jpC	Heerenveen	2020-09-12	13.3	jpA	Heerenveen	2020-06-30	0.80	mpB	Heerenveen
2018-09-15	3.65	jpC	Heerenveen	2021-05-22	12.55	jpA	Heerenveen	2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen
2019-08-31	3.65	jpB	Hoorn	hoog				ver			
2019-09-22	3.68	jpB	Edam	2018-05-26	0.85	jpC	Sneek	2018-05-26	2.20	mpm	Sneek
2019-10-05	3.78	jpB	Heerenveen	2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen	2018-07-14	2.59	mpm	Heerenveen
2020-09-26	3.98	jpA	Heerenveen	2020-09-12	1.10	jpA	Heerenveen	2018-10-06	2.66	mpm	Heerenveen
2021-06-05	4.15	jpA	Heerenveen	hurkhoog				2019-09-14	2.85	mpC	Sneek
balstoten				2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk	2019-10-05	3.01	mpC	Heerenveen
2017-05-20	4.20	jpm	Steenwijk	2019-04-20	0.95	jpB	Drachten	2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen
2017-09-16	4.60	jpm	Heerenveen	polsver							
2018-05-26	5.40	jpC	Sneek	2020-09-12	2.70	jpA	Heerenveen				
2018-09-15	6.10	jpC	Heerenveen								
2019-05-25	7.20	jpB	Steenwijk								
2019-09-14	7.50	jpB	Sneek								

balstoten				2017-07-08	8.7	mpB	Drachten	2019-10-05	11.8	jD	Heerenveen
2018-05-26	2.50	mpm	Sneek	60h				100			
2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen	2018-04-21	13.2	mpA	Drachten	2020-09-26	14.5	jC	Heerenveen
2019-05-25	3.60	mpC	Steenwijk	2018-05-26	12.7	mpA	Sneek	150			
2019-09-14	4.20	mpC	Sneek	2018-07-07	12.6	mpA	Steenwijk	2020-07-02	22.4	jC	Heerenveen
2020-09-12	4.30	mpB	Heerenveen	2018-09-15	12.6	mpA	Heerenveen	200			
kogel 2				2019-04-20	11.7	mpA	Drachten	2019-05-11	32.99	jD	Heerenveen
2021-05-06	3.40	mpA	Heerenveen	2019-09-14	11.0	mpA	Sneek	600			
2021-05-22	3.81	mpA	Heerenveen	hoog				2014-10-04	2:28.2	jpC	Heerenveen
slingeren				2017-05-20	0.95	mpB	Steenwijk	1000			
2018-07-07	6.50	mpm	Steenwijk	2018-04-21	0.95	mpA	Drachten	2015-05-16	4:29.93	jpB	Heerenveen
2019-04-20	8.00	mpC	Drachten	2018-07-07	1.00	mpA	Steenwijk	2015-10-03	4:17.2	jpB	Heerenveen
2019-06-29	8.50	mpC	Leeuwarden	2019-04-20	1.10	mpA	Drachten	2016-09-24	4:14.9	jpA	Leeuwarden
vortex				hurkhoog				2016-10-01	4:02.0	jpA	Heerenveen
2018-05-26	6.50	mpm	Sneek	2016-04-16	0.70	mpC	Sneek	2018-10-06	3:46.28	jD	Heerenveen
2018-09-15	7.50	mpm	Heerenveen	2016-07-02	0.75	mpC	Drachten	2019-04-06	3:46.10	jD	Heerenveen
2019-04-20	8.00	mpC	Drachten	2017-04-08	0.75	mpB	Leeuwarden	duur 6'			
2019-05-25	9.00	mpC	Steenwijk	2017-07-08	0.75	mpB	Drachten	2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden
2019-09-14	9.50	mpC	Sneek	polsver				2017-04-08	1375	jpA	Leeuwarden
2020-09-12	10.50	mpB	Heerenveen	2018-04-21	3.40	mpA	Drachten	2017-05-20	1375	jpA	Steenwijk
2021-04-06	10.50	mpA	Heerenveen	2018-07-07	3.70	mpA	Steenwijk	2017-07-08	1400	jpA	Drachten
Wendy Leenstra				ver				40h			
150				2016-05-28	2.35	mpC	Leeuwarden	2014-06-28	8.0	jpC	Sneek
2020-07-02	25.1	mC	Heerenveen	2016-06-18	2.70	mpC	Heerenveen	60h			
hoog				2016-09-24	2.76	mpC	Leeuwarden	2016-04-16	15.4	jpA	Sneek
2020-07-02	1.20	mC	Heerenveen	2016-10-01	2.84	mpC	Heerenveen	2016-05-28	11.9	jpA	Leeuwarden
ver				2017-09-09	2.99	mpB	Sneek	2016-09-17	10.9	jpA	Heerenveen
2020-09-26	3.32	mC	Heerenveen	2018-09-22	3.09	mpA	Leeuwarden	2017-05-20	10.3	jpA	Steenwijk
kogel 3				2018-10-06	3.20	mpA	Heerenveen	2017-09-16	10.3	jpA	Heerenveen
2020-07-02	6.21	mC	Heerenveen	2019-10-05	3.38	mpA	Heerenveen	80h 76,2			
Iris Linnebank				balstoten				2019-04-06	16.07	jD	Heerenveen
40				2016-05-28	3.00	mpC	Leeuwarden	2019-05-11	16.04	jD	Heerenveen
2016-04-16	8.2	mpC	Sneek	2016-09-24	5.18	mpC	Leeuwarden	2019-05-25	15.83	jD	Sneek
2016-06-18	8.23	mpC	Heerenveen	kogel 2				hoog			
2016-07-02	7.9	mpC	Drachten	2018-04-21	4.50	mpA	Drachten	2015-06-13	1.05	jpB	Heerenveen
2017-09-09	7.91	mpB	Sneek	2018-10-06	5.04	mpA	Heerenveen	2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen
2017-10-07	6.9	mpB	Heerenveen	2019-04-20	5.40	mpA	Drachten	2016-07-02	1.20	jpA	Drachten
60				2019-10-05	6.10	mpA	Heerenveen	2017-04-08	1.20	jpA	Leeuwarden
2018-05-26	10.8	mpA	Sneek	2020-09-26	6.16	mD	Heerenveen	2017-07-08	1.20	jpA	Drachten
2018-09-15	10.4	mpA	Heerenveen	2021-04-17	6.78	mD	Heerenveen	2017-09-09	1.30	jpA	Sneek
2018-10-06	10.48	mpA	Heerenveen	slingeren				hurkhoog			
2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen	2016-04-16	6.50	mpC	Sneek	2014-06-14	0.90	jpC	Steenwijk
150				2016-07-02	9.00	mpC	Drachten	2015-04-11	0.90	jpB	Leeuwarden
2021-05-22	25.32	mD	Heerenveen	2017-04-08	11.00	mpB	Leeuwarden	2015-06-06	1.00	jpB	Sneek
600				2017-07-08	11.00	mpB	Drachten	2015-06-27	1.00	jpB	Steenwijk
2016-09-24	2:34.7	mpC	Leeuwarden	2018-05-26	12.50	mpA	Sneek	2015-09-19	1.15	jpB	Heerenveen
2016-10-01	2:29.1	mpC	Heerenveen	2019-05-25	16.00	mpA	Steenwijk	polsver			
2020-09-26	2:11.0	mD	Heerenveen	vortex				2016-07-02	3.90	jpA	Drachten
1000				2016-04-16	9.00	mpC	Sneek	2017-04-08	4.25	jpA	Leeuwarden
2017-09-09	4:26.33	mpB	Sneek	2016-05-28	11.00	mpC	Leeuwarden	ver			
2018-09-22	4:21.54	mpA	Leeuwarden	2016-06-18	14.38	mpC	Heerenveen	2014-06-14	2.70	jpC	Steenwijk
2018-10-06	4:02.95	mpA	Heerenveen	2016-07-02	16.00	mpC	Drachten	2014-09-13	3.15	jpC	Leeuwarden
2019-10-05	4:02.1	mpA	Heerenveen	2017-04-08	16.00	mpB	Leeuwarden	2015-06-13	3.17	jpB	Heerenveen
duur 4'				2019-04-20	16.00	mpA	Drachten	2015-10-03	3.38	jpB	Heerenveen
2016-04-16	775	mpC	Sneek	2019-09-14	19.50	mpA	Sneek	2016-09-17	3.55	jpA	Heerenveen
2016-05-28	800	mpC	Leeuwarden	Jens Linnebank				2017-05-20	3.55	jpA	Steenwijk
2016-07-02	950	mpC	Drachten	40				2017-09-16	3.60	jpA	Heerenveen
duur 6'				2014-06-28	7.7	jpC	Sneek	2017-10-07	3.70	jpA	Heerenveen
2018-04-21	1325	mpA	Drachten	2014-10-04	7.4	jpC	Heerenveen	2018-10-06	3.76	jD	Heerenveen
2018-05-26	1325	mpA	Sneek	2015-04-11	7.3	jpB	Leeuwarden	2019-10-05	3.99	jD	Heerenveen
2018-07-07	1325	mpA	Steenwijk	2015-09-26	7.39	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	4.03	jC	Heerenveen
2019-04-20	1375	mpA	Drachten	60				balstoten			
40h				2016-05-28	10.6	jpA	Leeuwarden	2014-06-14	4.00	jpC	Steenwijk
2016-04-16	10.0	mpC	Sneek	2016-06-18	10.26	jpA	Heerenveen	2014-09-13	5.20	jpC	Leeuwarden
2016-07-02	9.4	mpC	Drachten	2016-09-24	10.0	jpA	Leeuwarden	2015-06-06	6.60	jpB	Sneek
2017-04-08	9.2	mpB	Leeuwarden	2016-10-01	9.9	jpA	Heerenveen	2015-09-19	6.70	jpB	Heerenveen
				2017-05-20	9.7	jpA	Steenwijk	balwerpen 135			
				2017-10-07	9.6	jpA	Heerenveen	2014-10-04	16.54	jpC	Heerenveen
				80				kogel 2			
				2018-04-14	12.68	jD	Sneek	2015-09-26	4.65	jpB	Leeuwarden
				2018-10-06	12.17	jD	Heerenveen				

2016-04-16	5.10	jpA	Sneek	Siem vd Meer				40h				
2016-07-02	6.00	jpA	Drachten					2017-07-08	10.6	jpm	Drachten	
2016-09-24	6.27	jpA	Leeuwarden		40				2018-04-21	8.5	jpC	Drachten
2017-04-08	6.60	jpA	Leeuwarden		2019-10-05	7.7	jpC	Heerenveen	2018-07-07	8.3	jpC	Steenwijk
kogel 3				60				2019-04-20	7.6	jpB	Drachten	
2018-10-06	5.61	jD	Heerenveen	2021-04-06	11.5	jpA	Heerenveen	2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden	
2019-05-25	6.22	jD	Sneek	2021-05-06	11.4	jpA	Heerenveen					
				2021-09-11	10.6	jpA	Drachten	60h				
kogel 4				600				2020-06-30	11.8	jpA	Heerenveen	
2020-07-02	5.90	jC	Heerenveen	2019-10-05	2:21.2	jpC	Heerenveen	hoog				
2020-09-26	6.04	jC	Heerenveen	duur 4'				2017-05-20	0.75	jpm	Steenwijk	
slingeren				2020-09-12	750	jpB	Heerenveen	2017-09-16	0.75	jpm	Heerenveen	
2016-09-17	17.00	jpA	Heerenveen	duur 6'				2018-05-26	0.85	jpC	Sneek	
2017-05-20	20.00	jpA	Steenwijk	2021-05-06	1150	jpA	Heerenveen	2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen	
vortex				40h				2019-05-25	1.05	jpB	Steenwijk	
2014-06-14	11.00	jpC	Steenwijk	2020-06-30	8.8	jpB	Heerenveen	2020-06-30	1.20	jpA	Heerenveen	
2015-04-11	11.50	jpB	Leeuwarden	60h				2021-05-06	1.25	jpA	Heerenveen	
2015-06-06	16.00	jpB	Sneek	2021-05-22	13.94	jpA	Heerenveen	hurkhoog				
2015-06-13	18.05	jpB	Heerenveen	2021-09-11	13.6	jpA	Drachten	2017-07-08	0.75	jpm	Drachten	
2015-06-27	18.50	jpB	Steenwijk	hoog				2018-04-21	0.85	jpC	Drachten	
2015-09-19	20.50	jpB	Heerenveen	2021-05-06	0.90	jpA	Heerenveen	2019-04-20	0.90	jpB	Drachten	
2016-07-02	22.50	jpA	Drachten	hurkhoog				2019-06-29	0.95	jpB	Leeuwarden	
Ilse Ludwig				2020-06-30	0.70	jpB	Heerenveen	ver				
40				2020-09-12	0.80	jpB	Heerenveen	2017-05-20	2.30	jpm	Steenwijk	
2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen	ver				2017-09-16	2.40	jpm	Heerenveen	
60				2019-10-05	2.38	jpC	Heerenveen	2018-05-26	2.45	jpC	Sneek	
2020-06-02	9.8	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2.64	jpB	Heerenveen	2018-09-15	2.90	jpC	Heerenveen	
600				balstoten				2018-10-06	3.05	jpC	Heerenveen	
2021-05-22	2:43.76	mpA	Heerenveen	2020-09-12	4.50	jpB	Heerenveen	2019-05-25	3.10	jpB	Steenwijk	
1000				kogel 2				2020-06-02	3.20	jpA	Heerenveen	
2019-10-05	5:12.5	mpB	Heerenveen	2021-05-06	4.00	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3.61	jpA	Heerenveen	
duur 6'				slingeren				balstoten				
2021-05-06	1025	mpA	Heerenveen	2020-06-30	8.50	jpB	Heerenveen	2017-05-20	3.70	jpm	Steenwijk	
60h				2021-09-11	13.00	jpA	Drachten	2017-09-16	4.50	jpm	Heerenveen	
2020-06-30	12.9	mpA	Heerenveen	vortex				2018-05-26	5.30	jpC	Sneek	
2021-05-22	12.76	mpA	Heerenveen	2019-10-05	10.46	jpC	Heerenveen	2018-09-15	6.50	jpC	Heerenveen	
hoog				2020-09-12	14.00	jpB	Heerenveen	2019-05-25	7.20	jpB	Steenwijk	
2020-06-30	1.05	mpA	Heerenveen	2020-09-26	15.63	jpB	Heerenveen	kogel 2				
2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen	Sjoerd vd Meer				2020-09-26	6.30	jpA	Heerenveen	
ver				40				slingeren				
2019-10-05	2.98	mpB	Heerenveen	2017-07-08	8.8	jpm	Drachten	2017-07-08	9.00	jpm	Drachten	
kogel 2				2017-10-07	8.6	jpm	Heerenveen	2018-04-21	11.00	jpC	Drachten	
2021-05-06	4.50	mpA	Heerenveen	2018-04-21	7.9	jpC	Drachten	2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk	
2021-05-22	4.56	mpA	Heerenveen	2018-07-07	7.3	jpC	Steenwijk	2019-04-20	14.50	jpB	Drachten	
slingeren				2018-10-06	7.26	jpC	Heerenveen	2019-06-29	14.50	jpB	Leeuwarden	
2020-06-30	13.50	mpA	Heerenveen	60				2020-06-30	16.00	jpA	Heerenveen	
vortex				2020-06-02	10.4	jpA	Heerenveen	vortex				
2019-10-05	11.56	mpB	Heerenveen	2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen	2017-05-20	9.00	jpm	Steenwijk	
2020-06-02	13.00	mpA	Heerenveen	600				2017-07-08	11.00	jpm	Drachten	
2021-04-06	14.50	mpA	Heerenveen	2017-10-07	2:32.6	jpm	Heerenveen	2017-09-16	13.00	jpm	Heerenveen	
2021-05-06	14.50	mpA	Heerenveen	2018-10-06	2:20.38	jpC	Heerenveen	2018-04-21	13.50	jpC	Drachten	
Florian Marks				2020-09-26	2:07.0	jpA	Heerenveen	2018-05-26	16.50	jpC	Sneek	
40				1000				2018-07-07	18.50	jpC	Steenwijk	
2021-04-06	8.7	jpm	Heerenveen	2019-10-05	4:03.6	jpB	Heerenveen	2018-09-15	21.50	jpC	Heerenveen	
hoog				duur 4'				2019-04-20	21.50	jpB	Drachten	
2021-09-11	0.75	jpm	Drachten	2017-05-20	825	jpm	Steenwijk	2019-05-25	23.00	jpB	Steenwijk	
ver				2017-07-08	850	jpm	Drachten	2019-10-05	28.12	jpB	Heerenveen	
2021-04-06	2.20	jpm	Heerenveen	2018-04-21	950	jpC	Drachten	2021-05-06	28.50	jpA	Heerenveen	
2021-09-11	2.40	jpm	Drachten	2018-05-26	975	jpC	Sneek	Bea vd Mei				
balstoten				2018-07-07	1025	jpC	Steenwijk	200				
2021-09-11	3.50	jpm	Drachten	2019-05-25	1025	jpB	Steenwijk	2017-10-07	35.4	V50	Heerenveen	
vortex				2019-06-29	1025	jpB	Leeuwarden	800				
2021-04-06	8.00	jpm	Heerenveen	duur 6'				ver				
2021-09-11	14.00	jpm	Drachten	2021-05-06	1450	jpA	Heerenveen	2017-10-07	3.21	V50	Heerenveen	
								kogel 3				
								2017-10-07	5.24	V50	Heerenveen	
								speer 500				
								2017-10-07	11.18	V50	Heerenveen	

Sietse vd Mei				2018-06-30	6.80	jD	Groningen	2019-04-20	5.20	jpA	Drachten
100				slingeren				kogel 3			
2014-10-04	16.4	M55	Heerenveen	2016-05-28	15.50	jpA	Leeuwarden	2020-07-02	5.04	jD	Heerenveen
800				speer 600				slingeren			
2014-10-04	3:03.7	M55	Heerenveen	2019-10-05	16.05	jC	Heerenveen	2018-05-26	13.00	jpA	Sneek
ver				vortex				vortex			
2014-10-04	3.23	M55	Heerenveen	2016-04-16	16.00	jpA	Sneek	2017-10-07	8.42	jpB	Heerenveen
speer 700				2016-05-28	18.00	jpA	Leeuwarden	2018-05-26	11.00	jpA	Sneek
2014-10-04	18.68	M55	Heerenveen	2016-07-02	18.00	jpA	Drachten	2018-07-07	11.00	jpA	Steenwijk
								2018-09-15	12.00	jpA	Heerenveen
Dylan Meijer				Dean Meindersma				Lennert Naeff			
80				60				40			
2016-05-21	12.23w	jD	Drachten	2017-05-20	10.9	jpA	Steenwijk	2011-04-16	7.4	jpB	Leeuwarden
ver				2017-09-16	10.4	jpA	Heerenveen	2011-07-05	7.4	jpB	Leeuwarden
2016-05-21	3.26w	jD	Drachten	2018-10-06	10.63	jpA	Heerenveen	2011-07-16	7.49	jpB	Hoogeveen
2017-06-10	3.72	jD	Sneek	duur 6'				50			
discus 1				2017-05-20	1225	jpA	Steenwijk	2017-05-28	7.42	jC	Niort (Fra)
2016-05-21	11.69	jD	Drachten	60h				2017-06-14	7.24	jC	Poitiers (Fra)
2017-06-10	12.30	jD	Sneek	2017-05-20	12.7	jpA	Steenwijk	60			
Kjeld Meijer				ver				2012-04-14	10.1	jpA	Heerenveen
60				2017-05-20	2.70	jpA	Steenwijk	2012-07-07	9.9	jpA	Heerenveen
2015-10-03	10.5	jpA	Heerenveen	2018-05-26	3.15	jpA	Sneek	2013-05-11	10.12	jpA	Hoogeveen
2016-05-28	10.4	jpA	Leeuwarden	kogel 2				2013-05-18	10.11	jpA	Stadskanaal
2016-10-01	10.3	jpA	Heerenveen	2018-10-06	5.67	jpA	Heerenveen	80			
80				slingeren				2014-04-05	12.63	jD	Steenwijk
2017-04-08	13.54	jD	Heerenveen	2017-05-20	17.00	jpA	Steenwijk	2014-04-05	12.60w	jD	Steenwijk
2017-05-20	13.16	jD	Heerenveen	2017-09-16	17.00	jpA	Heerenveen	2014-04-12	12.47	jD	Heerenveen
2018-10-06	12.94	jD	Heerenveen	2018-05-26	17.00	jpA	Sneek	2014-04-12	12.42	jD	Heerenveen
100				vortex				2014-05-24	12.26	jD	Assen
2019-10-05	15.5	jC	Heerenveen	2017-09-16	16.50	jpA	Heerenveen	2015-05-24	12.09	jD	Amstelveen
800				Thea Mooij				100			
2019-10-05	3:30.5	jC	Heerenveen	100				2016-04-03	15.63	jC	Steenwijk
1000				2014-10-04	19.1	V50	Heerenveen	2016-04-23	15.26w	jC	Assen
2015-10-03	4:29.2	jpA	Heerenveen	ver				2016-05-15	14.8	jC	Amstelveen
2016-10-01	4:20.2	jpA	Heerenveen	2014-10-04	2.22	V50	Heerenveen	2016-06-04	14.72	jC	Gemert
duur 6'				Noah Mosselaar				2016-07-02	14.57	jC	Stadskanaal
2016-04-16	1175	jpA	Sneek	40				2017-03-26	14.3	jC	Chasseneuil-sur-
2016-05-28	1275	jpA	Leeuwarden	2017-10-07	8.0	jpB	Heerenveen	Bonnieure			
60h				60				2017-04-01	14.17	jC	Migné-Auxances
2016-04-16	12.8	jpA	Sneek	2018-05-26	12.0	jpA	Sneek	(Fra)			
2016-05-28	12.5	jpA	Leeuwarden	2018-09-15	11.9	jpA	Heerenveen	2017-07-08	13.49	jC	Stadskanaal
2016-07-02	11.5	jpA	Drachten	2019-10-05	11.4	jpA	Heerenveen	2018-05-12	13.02	JB	La Rochelle (Fra)
80h 76,2				1000				2018-05-26	12.72	JB	Loudun (Fra)
2017-04-08	19.07	jD	Heerenveen	2017-10-07	5:46.8	jpB	Heerenveen	2019-06-01	12.71	JB	Talence (Fra)
2018-04-14	18.49	jD	Sneek	duur 6'				200			
hoog				2018-05-26	650	jpA	Sneek	2014-04-21	32.07	jD	Dronten
2016-04-16	1.15	jpA	Sneek	2018-07-07	700	jpA	Steenwijk	2014-05-17	32.02	jD	Heerenveen
2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen	2019-04-20	750	jpA	Drachten	300			
2016-07-02	1.20	jpA	Drachten	60h				2015-04-11	50.23	jD	Heerenveen
2017-05-06	1.20	jD	Groningen	2018-05-26	15.6	jpA	Sneek	400			
polsver				2018-09-15	15.3	jpA	Heerenveen	2018-05-12	1:05.99	JB	La Rochelle (Fra)
2016-04-16	3.70	jpA	Sneek	2019-04-20	13.9	jpA	Drachten	2019-05-11	1:00.29	JB	Cérizay (Fra)
2016-07-02	3.90	jpA	Drachten	hoog				800			
ver				2018-07-07	0.95	jpA	Steenwijk	2014-04-21	3:00.05	jD	Dronten
2015-10-03	3.33	jpA	Heerenveen	2019-04-20	1.00	jpA	Drachten	1000			
2016-05-28	3.85	jpA	Leeuwarden	2020-07-02	1.00	jD	Heerenveen	2011-04-09	4:23.0	jpB	Heerenveen
discus 1				polsver				2011-04-16	4:15.3	jpB	Leeuwarden
2017-10-07	9.70	jD	Heerenveen	2018-07-07	3.00	jpA	Steenwijk	2011-06-07	4:10.2	jpB	Heerenveen
kogel 2				ver				2012-06-05	4:09.5	jpA	Heerenveen
2015-10-03	4.14	jpA	Heerenveen	2017-10-07	2.20	jpB	Heerenveen	2012-06-19	4:04.5	jpA	Sneek
2016-04-16	5.20	jpA	Sneek	2018-05-26	2.60	jpA	Sneek	2012-07-07	4:00.8	jpA	Heerenveen
2016-07-02	5.80	jpA	Drachten	2019-10-05	2.84	jpA	Heerenveen	2013-10-05	3:58.3	jpA	Heerenveen
2016-10-01	5.90	jpA	Heerenveen	kogel 2				2014-06-15	3:53.64	jD	Dronten
kogel 3				2018-07-07	4.70	jpA	Steenwijk	2017-07-09	3:38.14	jC	Stadskanaal
2017-06-10	5.63	jD	Sneek					1500			
								2018-05-13	6:07.73	JB	La Rochelle (Fra)
								2019-05-12	5:53.80	JB	Cérizay (Fra)
								2019-06-02	5:44.24	JB	Talence (Fra)
								80h			
								2015-08-30	16.31	jD	Stadskanaal

80h 76,2				discus 1				8-kamp				
2014-06-15	17.80	jD	Dronten	2014-04-05	15.01	jD	Steenwijk	2016-05-01	2976	jC	Sneek	
2015-04-06	16.70	jD	Purmerend	2014-05-17	16.40	jD	Heerenveen	2016-06-05	3311	jC	Gemert	
100h 83,8				2014-05-21	17.46	jD	Sneek	2017-07-09	3940	jC	Stadskanaal	
2016-04-23	22.72w	jC	Assen	2015-05-14	19.27	jD	Amsterdam	10-kamp				
2016-05-01	21.88	jC	Sneek	2015-05-16	20.27	jD	Heerenveen	2018-05-13	3496	jB	La Rochelle (Fra)	
2016-06-05	20.40	jC	Gemert	2015-05-30	20.85	jD	Drachten	2019-05-12	4708	jB	Cérizay (Fra)	
2017-04-15	19.06	jC	Châtellerault (Fra)	2015-06-21	22.45	jD	Emmen	2019-06-02	5209	jB	Talence (Fra)	
2017-07-09	18.22	jC	Stadskanaal	2016-05-14	23.11	jC	Heerenveen					
				2017-07-09	23.15	jC	Stadskanaal	Iris Nanninga				
110h 91,4				discus 1½				60				
2018-05-13	19.50	jB	La Rochelle (Fra)	2017-11-19	22.76	jB	Châtellerault (Fra)	2021-09-11 10.0 mpA Drachten				
2019-04-13	17.50	jB	Poitiers (Fra)	2018-01-28	24.46	jB	Angoulême (Fra)					
2019-06-01	17.34	jB	Talence (Fra)	2019-04-03	28.38	jB	Niort (Fra)	60h				
300h 76,2				2019-04-17	33.88	jB	Angoulême (Fra)	2021-09-11 12.6 mpA Drachten				
2015-04-26	1:01.06	jD	Epe	2019-06-02	36.14	jB	Talence (Fra)	ver				
2016-06-25	59.02	jC	Emmen	discus 1¼				2021-09-11 2.20 mpA Drachten				
hoog				2017-01-29	19.63	jC	Cognac (Fra)	slingeren				
2011-07-05	1.10	jpB	Leeuwarden	2017-03-26	20.95	jC	Chasseneuil-sur-	2021-09-11 14.00 mpA Drachten				
2011-07-16	1.10	jpB	Hoogeveen	Bonnieure					vortex			
2012-04-21	1.10	jpA	Leeuwarden	2017-05-28	21.92	jC	Niort (Fra)	2021-09-11 9.00 mpA Drachten				
2012-06-05	1.25	jpA	Heerenveen	kogel 2				Stefan de Nekker				
2012-10-06	1.25	jpA	Heerenveen	2011-04-09	5.12	jpB	Heerenveen	800				
2013-05-11	1.25	jpA	Hoogeveen	2011-06-21	5.89	jpB	Sneek	2020-09-26 2:20.0 M Heerenveen				
2013-06-23	1.25	jpA	Soest	2012-04-21	6.13	jpA	Leeuwarden	3000				
2013-10-05	1.25	jpA	Heerenveen	2012-06-09	6.38	jpA	Steenwijk	2019-10-05 9:38.4 M Heerenveen				
2014-04-12	1.25	jD	Heerenveen	2012-07-03	6.55	jpA	Leeuwarden	2020-09-18 9:15.1 M Hoogeveen				
2014-05-17	1.35	jD	Heerenveen	2013-05-11	6.99	jpA	Hoogeveen	5000				
2014-09-07	1.40	jD	Amsterdam	kogel 3				2019-08-30 17:17.05 M Utrecht				
2015-08-30	1.40	jD	Stadskanaal	2014-05-21	6.82	jD	Sneek	2020-09-04 16:18.67 M Leeuwarden				
2016-06-05	1.45	jC	Gemert	2015-05-25	7.30	jD	Amstelveen					
2016-10-15	1.45	jC	Neuville-de-Poitou	2015-06-14	7.60	jD	Deventer					
(Fra)				2015-07-10	7.94	jD	Steenwijk					
2017-03-26	1.60	jC	Chasseneuil-sur-	2015-08-30	8.17	jD	Stadskanaal					
Bonnieure				kogel 4				Maren Nota				
2018-04-21	1.71	jB	Poitiers (Fra)	2016-04-03	8.31	jC	Steenwijk	40				
2018-06-16	1.79	jB	Niort (Fra)	2017-04-01	8.70	jC	Migné-Auxances	2019-06-29 7.7 mpB Leeuwarden				
2019-05-26	1.90	jB	Niort (Fra)	(Fra)					60			
2019-06-09	1.92	jB	Angoulême (Fra)	kogel 5				2020-06-02 11.2 mpA Heerenveen				
2020-07-24	1.95	JA	Brive-la-Gaillarde	2018-05-12	8.62	jB	La Rochelle (Fra)	600				
(Fra)				2019-05-11	11.20	jB	Cérizay (Fra)	2020-09-26 2:45.0 mpA Heerenveen				
polshoog				speer 400				1000				
2016-04-09	1.91	jC	Heerenveen	2014-04-05	18.74	jD	Steenwijk	2019-10-05 5:17.0 mpB Heerenveen				
2016-06-11	2.20	jC	Groningen	2014-04-21	22.29	jD	Dronten	duur 4'				
2018-04-25	2.90	jB	Angoulême (Fra)	2014-05-21	24.42	jD	Sneek	2019-05-25 825 mpB Steenwijk				
2018-05-26	3.00	jB	Loudun (Fra)	2014-06-21	26.18	jD	Emmen	2019-06-29 825 mpB Leeuwarden				
2018-05-30	3.10	jB	Compiègne (Fra)	2014-09-07	29.84	jD	Amsterdam	duur 6'				
2018-06-16	3.20	jB	Niort (Fra)	2015-04-11	31.53	jD	Heerenveen	2020-09-12 1125 mpA Heerenveen				
2018-07-01	3.30	jB	Brive-la-Gaillarde	speer 600				40h				
(Fra)				2016-04-09	24.67	jC	Heerenveen	2019-06-29 9.1 mpB Leeuwarden				
2019-04-03	3.60	jB	Angoulême (Fra)	2016-05-01	24.90	jC	Sneek	60h				
2019-04-07	3.90	jB	Niort (Fra)	2016-05-16	27.32	jC	Amstelveen	2020-06-30 13.1 mpA Heerenveen				
2019-04-13	3.92	jB	Poitiers (Fra)	2016-05-21	28.34	jC	Drachten	2020-09-12 12.7 mpA Heerenveen				
2019-06-15	4.00	jB	Mont-de-Marsan	2016-10-15	31.52	jC	Neuville-de-Poitou	2021-06-05 12.7 mpA Heerenveen				
2019-06-29	4.15	jB	Alphen a/d Rijn	(Fra)	speer 700				hoog			
ver				2017-01-29	31.92	jC	Cognac (Fra)	2019-05-25 0.90 mpB Steenwijk				
2011-05-24	3.35	jpB	Grou	2017-03-26	33.14	jC	Chasseneuil-sur-	2020-06-30 0.95 mpA Heerenveen				
2012-06-09	3.45	jpA	Steenwijk	Bonnieure	35.11				2020-09-12 0.95 mpA Heerenveen			
2013-06-23	3.57	jpA	Soest	2017-06-02	Chasseneuil-sur-				hurkhoog			
2014-04-12	3.65	jD	Heerenveen	Bonnieure					2019-06-29 0.80 mpB Leeuwarden			
2014-04-21	3.76	jD	Dronten	speer 800				polsver				
2014-05-17	3.87	jD	Heerenveen	2018-05-05	31.28	jB	Poitiers (Fra)	2020-09-12 2.45 mpA Heerenveen				
2014-05-31	3.97	jD	Stadskanaal	2020-08-14	43.99	JA	Cerizay (Fra)	ver				
2015-04-06	4.12	jD	Purmerend	werp 3-kamp				2019-05-25 2.55 mpB Steenwijk				
2015-07-04	4.32	jD	Best	2014-05-21	1017	jD	Sneek	2019-09-14 3.25 mpB Sneek				
2015-08-23	4.42	jD	Amsterdam	2015-10-10	1120	jD	Steenwijk	balstoten				
2016-04-09	4.45	jC	Heerenveen	7-kamp				2019-05-25 4.40 mpB Steenwijk				
2017-04-01	4.61	jC	Migné-Auxances	2014-06-15	2430	jD	Dronten					
2017-06-14	4.78	jC	Poitiers (Fra)	2015-05-25	2679	jD	Amstelveen					
2018-05-12	4.97	jB	La Rochelle (Fra)	2015-07-05	2768	jD	Best					
2019-05-11	5.43	jB	Cérizay (Fra)	2015-08-30	2851	jD	Stadskanaal					
2019-05-26	5.82	jB	Niort (Fra)									
2019-06-01	6.16	jB	Talence (Fra)									
balwerpen 180												
2012-04-14	22.58	jpA	Heerenveen									
2012-06-09	26.69	jpA	Steenwijk									
2012-06-19	30.17	jpA	Sneek									

kogel 2				Jilke Oswald			40h			
2020-09-12	4.90	mpA	Heerenveen	100			2018-04-21	7.5	mpB	Drachten
slingeren				2021-03-20	13.2	jB	Heerenveen	60h		
2019-06-29	11.50	mpB	Leeuwarden	2021-05-01	13.01	jB	Heerenveen	2019-04-20	10.8	mpA
2021-06-05	14.00	mpA	Heerenveen	400			2019-09-14	10.8	mpA	Sneek
vortex				2021-05-01	1:04.71	jB	Heerenveen	60h 76,2		
2019-05-25	7.00	mpB	Steenwijk	ver			2021-04-17	10.5	mD	Heerenveen
2019-06-29	10.00	mpB	Leeuwarden	2021-03-20	4.87	jB	Heerenveen	2021-07-03	10.49	mD
2020-06-02	10.00	mpA	Heerenveen	2021-04-11	5.26	jB	Heerenveen	2021-09-12	10.20	mD
2020-09-12	12.50	mpA	Heerenveen	kogel 5			hoog			
				2021-03-20	7.38	jB	Heerenveen	2018-05-26	1.05	mpB
Martijn Nota				Klaas Peereboom			2018-09-15	1.05	mpB	Heerenveen
5000				discus 1			2019-04-20	1.15	mpA	Drachten
2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen	2018-10-06	18.33	M65	Heerenveen	2019-06-29	1.20	mpA
Sverre Nota				2019-08-30	19.03	M65	Heerenveen	2021-04-17	1.35	mD
60				2020-08-28	20.70	M65	Heerenveen	2021-05-22	1.35	mD
2019-05-25	10.1	jpA	Steenwijk	2021-07-09	19.82	M65	Steenwijk	hurkhoog		
2019-09-14	9.7	jpA	Sneek	kogel 5			2018-04-21	0.85	mpB	Drachten
2019-10-05	9.3	jpA	Heerenveen	2018-10-06	7.97	M65	Heerenveen	polsver		
80				speer 600			2019-04-20	4.25	mpA	Drachten
2021-04-17	12.1	jD	Heerenveen	2018-10-06	19.53	M65	Heerenveen	ver		
2021-05-22	12.16	jD	Heerenveen	werp 3-kamp			2015-10-03	2.21	mpC	Heerenveen
2021-07-03	11.86	jD	Assen	2018-10-06	849	M65	Heerenveen	2018-03-25	3.17	mpB
150				Jeroen Piek			2018-09-15	3.20	mpB	Heerenveen
2020-07-02	25.1	jD	Heerenveen	60			2019-05-25	3.45	mpA	Steenwijk
1000				2019-08-25	7.26	M	Alkmaar	balstoten		
2019-10-05	3:51.9	jpA	Heerenveen	100			2018-05-26	5.50	mpB	Sneek
duur 4'				2011-07-01	11.03w	Mneo	Assen	2018-09-15	5.60	mpB
2019-06-29	975	jpA	Leeuwarden	2011-07-30	10.94w	Mneo	Amsterdam	kogel 2		
duur 6'				150			2018-03-25	4.56	mpB	Assen
2019-05-25	1400	jpA	Steenwijk	2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk	2019-04-20	6.30	mpA
60h				2019-08-09	16.80	M	Utrecht	slingeren		
2019-05-25	11.1	jpA	Steenwijk	200			2018-04-21	10.00	mpB	Drachten
2019-06-29	10.6	jpA	Leeuwarden	2016-07-22	22.67	M	Wageningen	2018-04-21	10.00	mpB
2019-09-14	10.6	jpA	Sneek	2016-08-14	22.32	M	Alkmaar	2019-05-25	14.50	mpA
80h 76,2				kogel 7¼			vortex			
2021-07-03	15.08	jD	Assen	2012-05-20	11.70	Mneo	Harderwijk	2015-10-03	14.74	mpC
hoog				sprint 2-kamp			2018-05-26	16.50	mpB	Heerenveen
2019-06-29	1.20	jpA	Leeuwarden	2016-08-13	1714	M	Alkmaar	2018-09-15	16.50	mpB
2020-09-26	1.30	jD	Heerenveen	Norah Pont			2019-04-20	19.50	mpA	Drachten
2021-03-20	1.40	jD	Heerenveen	40			2019-05-25	22.50	mpA	Steenwijk
polshoog				2015-10-03	7.8	mpC	Heerenveen	2019-06-29	24.50	mpA
2021-05-01	2.06	jD	Heerenveen	2018-03-25	7.26	mpB	Assen	Eric Portema		
2021-05-22	2.17	jD	Heerenveen	2018-04-21	6.8	mpB	Drachten	discus 2		
2021-09-12	2.40	jD	Amsterdam	60			2011-10-09	27.23	M	Steenwijk
polsver				2019-05-25	9.5	mpA	Steenwijk	2013-05-31	28.34	M
2019-06-29	4.45	jpA	Leeuwarden	2021-04-17	8.5	mD	Heerenveen	2013-10-05	28.81	M
ver				2021-05-22	8.70	mD	Heerenveen	kogel 7¼		
2019-05-25	3.15	jpA	Steenwijk	2021-07-03	8.46	mD	Assen	2011-06-05	11.45	M
2019-09-14	3.15	jpA	Sneek	150			kogelsl. 7¼			
2019-10-05	3.48	jpA	Heerenveen	2021-05-22	21.22	mD	Heerenveen	2013-04-21	18.75	M
2020-09-26	4.11	jD	Heerenveen	2021-09-12	20.96	mD	Amsterdam	2014-05-04	20.88	M
2021-07-03	4.51	jD	Assen	2021-09-12	20.88w	mD	Amsterdam	speer 800		
kogel 2				600			2011-10-09	46.88	M	Steenwijk
2019-06-29	6.50	jpA	Leeuwarden	2015-10-03	2:31.8	mpC	Heerenveen	2012-05-17	49.52	M
2019-10-05	6.85	jpA	Heerenveen	duur 4'			2013-05-09	51.48	M	Groningen
kogel 3				2018-04-21	900	mpB	Drachten	werp 3-kamp		
2020-07-02	6.89	jD	Heerenveen	2018-05-26	1050	mpB	Sneek	2011-10-09	1463	M
2020-09-26	7.11	jD	Heerenveen	2019-06-29	975	mpA	Leeuwarden	2013-05-31	1520	M
2021-03-20	7.52	jD	Heerenveen	duur 6'			2013-10-05	1593	M	Heerenveen
slingeren				2019-04-20	1475	mpA	Drachten	Jasper Post		
2019-05-25	16.50	jpA	Steenwijk	2019-05-25	1425	mpA	Steenwijk	40		
2019-09-14	17.00	jpA	Sneek				2018-10-06	8.95	jpm	Heerenveen
vortex							600			
2019-05-25	19.00	jpA	Steenwijk				2018-10-06	2:57:28	jpm	Heerenveen
2019-06-29	23.00	jpA	Leeuwarden							

ver				40h				2018-05-26	15.00	mpA	Sneek
2018-10-06	2.10	jpm	Heerenveen	2016-07-02	8.7	mpB	Drachten	2018-09-15	16.00	mpA	Heerenveen
kogel 2				60h				speer 400			
2021-05-06	4.10	jpA	Heerenveen	2017-05-20	12.5	mpA	Steenwijk	2019-03-30	9.53	mD	Steenwijk
vortex				2017-07-08	12.3	mpA	Drachten	speer 500			
2018-10-06	8.89	jpm	Heerenveen	2017-09-16	12.3	mpA	Heerenveen	2021-05-23	14.12	mC	Heerenveen
2021-05-06	14.00	jpA	Heerenveen	2018-04-21	12.1	mpA	Drachten	vortex			
				2018-07-07	12.1	mpA	Steenwijk	2016-06-18	10.59	mpB	Heerenveen
				2018-09-15	12.1	mpA	Heerenveen	2016-07-02	12.00	mpB	Drachten
Gearard Posthumus				60h 76,2				2017-05-20	13.50	mpA	Steenwijk
5000				2019-05-04	13.74	mD	Sneek	2017-07-08	14.00	mpA	Drachten
2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	2019-05-25	13.32	mD	Sneek	2018-05-26	15.50	mpA	Sneek
				80h 76,2				2018-07-07	18.00	mpA	Steenwijk
Patrick Postma				2021-03-20	16.1	mC	Heerenveen	2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen
3000				2021-05-22	15.60	mC	Heerenveen	6-kamp			
2019-03-30	10:14.41	M	Steenwijk	hoog				2019-05-05	1767	mD	Sneek
5000				2016-06-18	1.00	mpB	Heerenveen	7-kamp			
2012-06-24	18:26.80	Mneo	Drachten	2016-09-17	1.00	mpB	Heerenveen	2021-05-23	2844	mC	Heerenveen
				2017-06-24	1.15	mpA	Stadskanaal	Finn Richardson			
Sanne Pultrum				2017-09-09	1.15	mpA	Sneek	40			
40				2018-04-21	1.15	mpA	Drachten	2020-06-02	8.9	jpm	Heerenveen
2016-06-18	7.72	mpB	Heerenveen	2018-06-02	1.15	mpA	Stadskanaal	2020-09-26	8.9	jpm	Heerenveen
2016-07-02	7.4	mpB	Drachten	2018-07-07	1.20	mpA	Steenwijk	2021-04-06	8.8	jpm	Heerenveen
2016-10-01	7.0	mpB	Heerenveen	2019-04-06	1.25	mD	Heerenveen	2021-05-06	8.4	jpm	Heerenveen
60				2019-06-08	1.25	mD	Groningen	600			
2017-05-20	10.2	mpA	Steenwijk	2019-09-01	1.25	mD	Amsterdam	2020-09-26	3:18.0	jpm	Heerenveen
2017-09-16	10.2	mpA	Heerenveen	2019-10-05	1.30	mD	Heerenveen	2021-05-22	2:53.80	jpm	Heerenveen
2017-10-07	10.0	mpA	Heerenveen	2020-07-02	1.35	mD	Heerenveen	duur 4'			
2018-05-26	9.7	mpA	Sneek	2020-07-25	1.35	mD	Heerenveen	2020-09-12	750	jpm	Heerenveen
2018-10-06	9.81	mpA	Heerenveen	2020-09-19	1.40	mD	Grootebroek	2021-05-06	825	jpm	Heerenveen
2019-03-30	9.69	mD	Steenwijk	2020-09-26	1.40	mD	Heerenveen	2021-06-05	825	jpm	Heerenveen
2019-10-05	9.2	mD	Heerenveen	2021-04-17	1.40	mC	Heerenveen	40h			
2020-07-25	9.21	mD	Heerenveen	hurkhoog				2021-06-05	8.9	jpm	Heerenveen
150				2016-07-02	0.75	mpB	Drachten	hoog			
2020-07-02	22.9	mD	Heerenveen	polsver				2021-06-05	0.70	jpm	Heerenveen
2021-05-22	21.90	mC	Heerenveen	2017-07-08	3.65	mpA	Drachten	hurkhoog			
200				2018-04-21	4.05	mpA	Drachten	2020-06-30	0.70	jpm	Heerenveen
2019-05-11	33.22	mD	Heerenveen	2018-07-07	4.05	mpA	Steenwijk	2021-05-06	0.70	jpm	Heerenveen
2021-05-01	28.49	mC	Heerenveen	ver				ver			
400				2016-06-18	2.99	mpB	Heerenveen	2020-06-02	2.15	jpm	Heerenveen
2019-05-05	1:14.16	mD	Sneek	2016-09-17	3.00	mpB	Heerenveen	2020-09-26	2.32	jpm	Heerenveen
600				2016-10-01	3.01	mpB	Heerenveen	2021-04-06	2.50	jpm	Heerenveen
2019-05-05	2:06.33	mD	Sneek	2017-05-20	3.15	mpA	Steenwijk	2021-06-05	2.50	jpm	Heerenveen
2020-07-25	1:56.00	mD	Heerenveen	2017-06-24	3.28	mpA	Stadskanaal	balstoten			
2020-09-26	1:52.0	mD	Heerenveen	2017-10-07	3.39	mpA	Heerenveen	2020-09-12	4.30	jpm	Heerenveen
2021-05-23	1:48.04	mC	Heerenveen	2018-05-26	3.60	mpA	Sneek	2021-06-05	4.70	jpm	Heerenveen
800				2018-10-06	3.60	mpA	Heerenveen	slingeren			
2020-09-06	2:49.73	mD	Alkmaar	2019-05-05	3.63w	mD	Sneek	2020-06-30	3.00	jpm	Heerenveen
2020-09-19	2:47.24	mD	Grootebroek	2021-03-20	3.66	mC	Heerenveen	2021-05-06	12.00	jpm	Heerenveen
2021-03-20	2:40.7	mC	Heerenveen	2021-05-23	3.91	mC	Heerenveen	vortex			
2021-04-11	2:34.0	mC	Heerenveen	2021-08-28	4.12	mC	Amsterdam	2020-06-02	10.00	jpm	Heerenveen
2021-05-01	2:34.09	mC	Heerenveen	balstoten				2020-09-26	11.54	jpm	Heerenveen
2021-06-19	2:32.40	mC	Leeuwarden	2016-09-17	5.00	mpB	Heerenveen	2021-05-06	13.00	jpm	Heerenveen
1000				discus ¾				Loïs Richardson			
2016-10-01	3:56.0	mpB	Heerenveen	2019-03-30	10.10	mD	Steenwijk	40			
2017-06-24	3:43.95	mpA	Stadskanaal	kogel 2				2016-04-16	8.2	mpm	Sneek
2018-06-02	3:43.11	mpA	Stadskanaal	2017-06-24	4.42	mpA	Stadskanaal	2016-06-18	8.02	mpm	Heerenveen
2019-03-30	3:42.42	mD	Steenwijk	2017-07-08	5.00	mpA	Drachten	2016-10-01	7.5	mpm	Heerenveen
2019-04-06	3:35.53	mD	Heerenveen	2017-10-07	5.30	mpA	Heerenveen	2017-04-02	7.69	mpC	Assen
1500				2018-04-21	5.70	mpA	Drachten	2017-09-02	7.66	mpC	Deventer
2021-07-03	6:01.52	mC	Assen	2018-06-02	6.22	mpA	Stadskanaal	2018-03-25	7.64	mpB	Assen
duur 4'				2018-07-14	6.51	mpA	Heerenveen	2018-04-21	7.4	mpB	Drachten
2016-07-02	975	mpB	Drachten	2018-10-06	6.62	mpA	Heerenveen	2018-07-07	7.3	mpB	Steenwijk
duur 6'				2019-04-06	6.95	mD	Heerenveen	2018-07-14	7.51	mpB	Heerenveen
2017-05-20	1450	mpA	Steenwijk	2019-05-05	7.30	mD	Sneek	2018-09-01	7.47	mpB	Deventer
2017-07-08	1450	mpA	Drachten	2019-10-05	7.77	mD	Heerenveen	2018-10-06	7.21	mpB	Heerenveen
2018-04-21	1500	mpA	Drachten	2020-07-02	8.45	mD	Heerenveen				
				kogel 3							
				2021-03-20	7.22	mC	Heerenveen				
				2021-04-17	7.58	mC	Heerenveen				
				slingeren							
				2016-07-02	11.50	mpB	Drachten				
				2017-05-20	14.50	mpA	Steenwijk				

60				2019-04-07	3.33	mpA	Assen	150			
2019-04-07	10.34	mpA	Assen	2020-06-02	3.50	mpA	Heerenveen	2021-05-22	21.06	mC	Heerenveen
2019-09-14	10.1	mpA	Sneek	2021-04-17	3.93	mD	Heerenveen	2021-09-12	21.05	mC	Zoetermeer
2019-10-05	9.9	mpA	Heerenveen	balstoten				300			
2021-04-17	9.4	mD	Heerenveen	2015-09-19	2.20	mpm	Heerenveen	2020-09-19	49.89	mC	Grootebroek
100				2016-05-28	3.20	mpm	Leeuwarden	80h 76,2			
2021-07-09	15.38	mD	Steenwijk	2016-09-17	3.60	mpm	Heerenveen	2020-07-25	15.24	mC	Heerenveen
600				2017-05-20	4.40	mpC	Steenwijk	2021-03-20	14.6	mC	Heerenveen
2016-06-18	2:46.95	mpm	Heerenveen	2017-09-16	4.70	mpC	Heerenveen	2021-04-17	14.2	mC	Heerenveen
2016-10-01	2:44.1	mpm	Heerenveen	2018-05-26	5.10	mpB	Sneek	2021-05-22	13.82	mC	Heerenveen
2017-06-24	2:26.90	mpC	Stadskanaal	2018-09-15	5.50	mpB	Heerenveen	2021-09-11	13.70	mC	Zoetermeer
2017-10-07	2:19.9	mpC	Heerenveen	balwerpen 180				300h 76,2			
2019-04-07	2:19.90	mpA	Assen	2017-06-24	11.30	mpC	Stadskanaal	2020-07-04	52.6	mC	Heerenveen
1000				kogel 2				2021-05-01	51.83	mC	Heerenveen
2018-10-06	4:29.34	mpB	Heerenveen	2018-03-25	3.92	mpB	Assen	400h 76,2			
2019-10-05	4:11.0	mpA	Heerenveen	2018-07-14	3.98	mpB	Heerenveen	2021-04-11	1:15.7	mC	Heerenveen
duur 4'				2019-04-07	5.36	mpA	Assen	hoog			
2016-04-16	700	mpm	Sneek	2019-04-20	5.40	mpA	Drachten	2020-07-04	1.36	mC	Heerenveen
2016-05-28	775	mpm	Leeuwarden	2020-09-12	6.40	mpA	Heerenveen	2020-09-26	1.45	mC	Heerenveen
2016-07-02	875	mpm	Drachten	slingeren				hss			
2017-04-08	875	mpC	Leeuwarden	2016-04-16	5.00	mpm	Sneek	2021-04-11	9.74	mC	Heerenveen
2017-05-20	900	mpC	Steenwijk	2016-07-02	9.00	mpm	Drachten	2021-08-29	10.35	mC	Amsterdam
2018-04-21	925	mpB	Drachten	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	ver			
2018-05-26	950	mpB	Sneek	2018-07-07	13.50	mpB	Steenwijk	2020-07-04	4.59	mC	Heerenveen
duur 6'				2019-09-14	15.50	mpA	Sneek	2020-09-19	4.67	mC	Grootebroek
2019-04-20	1325	mpA	Drachten	2020-06-30	15.50	mpA	Heerenveen	2020-09-26	4.91	mC	Heerenveen
2019-05-25	1325	mpA	Steenwijk	vortex				2021-05-23	5.17	mC	Heerenveen
40h				2015-09-19	4.50	mpm	Heerenveen	kogel 3			
2016-04-16	10.4	mpm	Sneek	2016-04-16	7.00	mpm	Sneek	2021-05-22	9.47	mC	Heerenveen
2016-07-02	9.5	mpm	Drachten	2016-05-28	7.50	mpm	Leeuwarden	2021-09-11	9.68	mC	Zoetermeer
2017-07-08	8.8	mpC	Drachten	2016-07-02	8.50	mpm	Drachten	speer 500			
2018-04-21	7.8	mpB	Drachten	2016-09-17	11.00	mpm	Heerenveen	2021-03-20	21.62	mC	Heerenveen
2018-07-07	7.5	mpB	Steenwijk	2016-10-01	11.20	mpm	Heerenveen	2021-05-23	23.82	mC	Heerenveen
60h				2017-09-09	12.60	mpC	Sneek	7-kamp			
2019-04-20	11.3	mpA	Drachten	2018-05-26	13.00	mpB	Sneek	2021-05-23	3564	mC	Heerenveen
2019-05-25	11.2	mpA	Steenwijk	2018-07-07	13.50	mpB	Steenwijk				
2019-06-29	10.8	mpA	Leeuwarden	2018-10-06	14.07	mpB	Heerenveen	Bernice Ritsema			
2020-09-12	10.4	mpA	Heerenveen	2019-04-20	20.00	mpA	Drachten	40			
60h 76,2				2019-06-29	21.50	mpA	Leeuwarden	2018-07-07	9.3	mpm	Steenwijk
2021-04-17	12.5	mD	Heerenveen	Stef Rijpkema				2019-06-29	7.9	mpC	Leeuwarden
2021-07-03	12.62	mD	Assen	60				2019-10-05	7.9	mpC	Heerenveen
hoog				2020-09-26	8.4	jpC	Heerenveen	2020-06-02	7.5	mpB	Heerenveen
2016-09-17	0.85	mpm	Heerenveen	600				60			
2017-05-20	0.90	mpC	Steenwijk	2020-09-26	2:48.0	jpC	Heerenveen	2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen
2017-06-24	0.90	mpC	Stadskanaal	duur 4'				600			
2017-09-16	0.90	mpC	Heerenveen	2021-06-05	950	jpB	Heerenveen	2018-10-06	2:46.79	mpm	Heerenveen
2018-05-26	1.05	mpB	Sneek	40h				2019-10-05	2:32.9	mpC	Heerenveen
2018-09-15	1.10	mpB	Heerenveen	2020-06-30	9.6	jpC	Heerenveen	2020-09-26	2:17.0	mpB	Heerenveen
2019-04-20	1.10	mpA	Drachten	2021-06-05	8.2	jpB	Heerenveen	duur 4'			
2019-06-29	1.15	mpA	Leeuwarden	hoog				2018-07-07	800	mpm	Steenwijk
hurkhoog				2021-06-05	0.95	jpB	Heerenveen	2019-05-25	900	mpC	Steenwijk
2015-09-19	0.65	mpm	Heerenveen	hurkhoog				2020-09-12	1000	mpB	Heerenveen
2016-04-16	0.65	mpm	Sneek	2020-06-30	0.75	jpC	Heerenveen	40h			
2016-05-28	0.70	mpm	Leeuwarden	ver				2018-07-07	11.6	mpm	Steenwijk
2016-07-02	0.75	mpm	Drachten	2020-09-26	2.82	jpC	Heerenveen	2019-06-29	10.7	mpC	Leeuwarden
2017-07-08	0.80	mpC	Drachten	2021-06-05	3.25	jpB	Heerenveen	2020-06-30	9.8	mpB	Heerenveen
2018-04-21	0.85	mpB	Drachten	balstoten				60h			
2018-07-07	0.90	mpB	Steenwijk	2021-06-05	4.80	jpB	Heerenveen	2021-05-22	13.56	mpA	Heerenveen
polsver				slingeren				hoog			
2019-04-20	3.35	mpA	Drachten	2020-06-30	9.50	jpC	Heerenveen	2019-05-25	0.80	mpC	Steenwijk
2019-06-29	4.05	mpA	Leeuwarden	vortex				2021-05-22	0.95	mpA	Heerenveen
ver				2020-09-26	16.18	jpC	Heerenveen	hurkhoog			
2015-09-19	1.55	mpm	Heerenveen	Nynke Rijpma				2018-07-07	0.50	mpm	Steenwijk
2016-05-28	2.30	mpm	Leeuwarden	80				2019-06-29	0.55	mpC	Leeuwarden
2016-06-18	2.41	mpm	Heerenveen	2020-09-19	11.36	mC	Grootebroek	2020-06-30	0.60	mpB	Heerenveen
2016-09-17	2.60	mpm	Heerenveen	2020-09-26	10.9	mC	Heerenveen	2020-09-12	0.70	mpB	Heerenveen
2016-10-01	2.96	mpm	Heerenveen								
2017-09-09	2.97	mpC	Sneek								
2018-03-25	3.02	mpB	Assen								
2018-09-01	3.25	mpB	Deventer								
2018-09-15	3.30	mpB	Heerenveen								

ver				kogel 2				200			
2018-09-15	1.80	mpm	Heerenveen	2018-07-14	3.19	mpB	Heerenveen	2021-04-11	24.2	jA	Heerenveen
2018-10-06	1.96	mpm	Heerenveen	2019-06-29	4.10	mpA	Leeuwarden	2021-05-22	23.84	jA	Heerenveen
2019-05-25	2.20	mpC	Steenwijk	2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen	2021-09-12	23.76	jA	Amersfoort
2019-09-14	2.35	mpC	Sneek	slingeren				400			
2019-10-05	2.46	mpC	Heerenveen	2018-07-07	10.50	mpB	Steenwijk	2021-05-01	55.10	jA	Heerenveen
2020-06-02	2.60	mpB	Heerenveen	2019-09-14	15.50	mpA	Sneek	800			
2020-09-12	2.70	mpB	Heerenveen	2020-06-30	17.00	mpA	Heerenveen	2021-03-20	2:10.5	jA	Heerenveen
2020-09-26	2.79	mpB	Heerenveen	vortex				ver			
2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen	2018-07-07	10.50	mpB	Steenwijk	2021-03-20	5.56	jA	Heerenveen
balstoten				2019-06-29	10.50	mpA	Leeuwarden	Talia Ruijg			
2018-09-15	2.00	mpm	Heerenveen	2019-09-14	12.00	mpA	Sneek	100			
2019-05-25	3.10	mpC	Steenwijk	2020-06-02	22.50	mpA	Heerenveen	2019-05-12	15.13	V35	Apeldoorn
2019-09-14	3.40	mpC	Sneek	Solène Ritsema				2020-07-25	15.12	V35	Heerenveen
2020-09-12	3.80	mpB	Heerenveen	60				ver			
kogel 2				2018-07-14	11.16	mpA	Heerenveen	2019-05-12	3.44	V35	Apeldoorn
2021-05-22	3.54	mpA	Heerenveen	2018-09-15	10.9	mpA	Heerenveen	2019-06-08	3.52	V35	Groningen
slingeren				2018-10-06	10.56	mpA	Heerenveen	kogel 4			
2018-07-07	6.00	mpm	Steenwijk	2019-09-14	9.9	mpA	Sneek	2019-06-08	7.78	V35	Groningen
2019-06-29	7.50	mpC	Leeuwarden	2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen	Jeroen Schorning			
2020-06-30	9.50	mpB	Heerenveen	1000				800			
vortex				2018-07-14	4:12.49	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2:24.0	M	Heerenveen
2018-07-07	5.00	mpm	Steenwijk	2018-10-06	4:01.79	mpA	Heerenveen	Franck ter Schure			
2019-05-25	7.00	mpC	Steenwijk	2019-10-05	3:52.0	mpA	Heerenveen	40			
2019-06-29	9.00	mpC	Leeuwarden	duur 4'				2019-10-05	8.3	jpm	Heerenveen
2020-09-26	9.54	mpB	Heerenveen	2019-06-29	1025	mpA	Leeuwarden	2020-09-26	8.2	jpC	Heerenveen
Claudette Ritsema				duur 6'				2021-04-06	7.6	jpB	Heerenveen
40				2018-07-07	1275	mpA	Steenwijk	600			
2018-07-07	7.0	mpB	Steenwijk	60h				2019-10-05	3:10.4	jpm	Heerenveen
2018-07-14	7.17	mpB	Heerenveen	2018-07-07	11.5	mpA	Steenwijk	2020-09-26	2:52.0	jpC	Heerenveen
2018-10-06	6.92	mpB	Heerenveen	2019-09-14	11.4	mpA	Sneek	2021-06-05	8.7	jpB	Heerenveen
60				hoog				40h			
2019-09-14	9.6	mpA	Sneek	2018-07-07	0.95	mpA	Steenwijk	2020-06-30	9.2	jpC	Heerenveen
2020-06-02	9.6	mpA	Heerenveen	2018-07-14	1.05	mpA	Heerenveen	2021-06-05	8.7	jpB	Heerenveen
2020-09-26	9.4	mpA	Heerenveen	2019-06-29	1.05	mpA	Leeuwarden	hoog			
600				2020-09-26	1.30	mD	Heerenveen	2019-09-14	0.65	jpm	Sneek
2018-07-14	2:02.47	mpB	Heerenveen	polsver				2021-06-05	0.85	jpB	Heerenveen
2020-09-26	1:59.0	mpA	Heerenveen	2018-07-07	3.40	mpA	Steenwijk	hurkhoog			
2021-03-20	1:53.4	mD	Heerenveen	2019-06-29	3.65	mpA	Leeuwarden	2020-06-30	0.75	jpC	Heerenveen
1000				ver				ver			
2018-10-06	3:56.76	mpB	Heerenveen	2018-09-15	2.85	mpA	Heerenveen	2019-09-14	2.15	jpm	Sneek
duur 4'				2018-10-06	3.25	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2.80	jpC	Heerenveen
2018-07-07	1050	mpB	Steenwijk	2019-09-14	3.25	mpA	Sneek	2021-06-05	3.00	jpB	Heerenveen
2019-06-29	1075	mpA	Leeuwarden	2019-10-05	3.50	mpA	Heerenveen	balstoten			
duur 6'				kogel 2				2019-09-14	4.20	jpm	Sneek
2020-09-12	1600	mpA	Heerenveen	2018-07-07	3.80	mpA	Steenwijk	2020-09-12	4.70	jpC	Heerenveen
40h				2018-07-14	4.06	mpA	Heerenveen	2021-06-05	5.40	jpB	Heerenveen
2018-07-07	7.6	mpB	Steenwijk	2018-10-06	4.82	mpA	Heerenveen	slingeren			
60h				2019-06-29	5.20	mpA	Leeuwarden	2020-06-30	10.50	jpC	Heerenveen
2019-06-29	11.4	mpA	Leeuwarden	2019-10-05	5.29	mpA	Heerenveen	2021-05-06	11.50	jpB	Heerenveen
2019-09-14	10.9	mpA	Sneek	slingeren				vortex			
2020-09-12	10.8	mpA	Heerenveen	2018-09-15	13.00	mpA	Heerenveen	2019-09-14	13.00	jpm	Sneek
hoog				vortex				2020-09-12	13.00	jpC	Heerenveen
2019-06-29	1.05	mpA	Leeuwarden	2018-07-07	11.50	mpA	Steenwijk	2020-09-26	14.84	jpC	Heerenveen
2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen	2019-06-29	11.50	mpA	Leeuwarden	2021-05-06	18.50	jpB	Heerenveen
hurkhoog				2019-09-14	14.00	mpA	Sneek	Ties ter Schure			
2018-07-07	0.80	mpB	Steenwijk	Sem van Rooijen				40			
polsver				60				2017-04-08	8.1	jpC	Leeuwarden
2019-06-29	3.85	mpA	Leeuwarden	2020-08-23	7.37w	jB	Alkmaar				
ver				100							
2018-07-14	3.00	mpB	Heerenveen	2020-07-11	11.87	jB	Epe				
2018-10-06	3.04	mpB	Heerenveen	2020-07-25	11.70w	jB	Heerenveen				
2019-09-14	3.15	mpA	Sneek	2021-05-01	11.54	jA	Heerenveen				
2020-09-26	3.53	mpA	Heerenveen	2021-07-09	11.32w	jA	Steenwijk				
2021-03-20	3.76	mD	Heerenveen	150							
				2020-07-11	18.18	jB	Epe				
				2021-07-09	17.16w	jA	Steenwijk				

2017-10-07	7.7	jpC	Heerenveen	speer 400			2021-08-28	10.79	mC	Amsterdam
2018-04-21	7.7	jpB	Drachten	2021-04-17	15.75	jD	Heerenveen	speer 400		
2018-07-07	7.4	jpB	Steenwijk	vortex			2020-07-04	27.67	mD	Heerenveen
60				2017-04-08	10.50	jpC	Leeuwarden	2020-09-06	31.18	mD
2019-05-25	10.6	jpA	Steenwijk	2017-05-20	17.00	jpC	Steenwijk	speer 500		
2019-09-14	10.5	jpA	Sneek	2017-09-16	20.00	jpC	Heerenveen	2021-05-01	29.02	mC
2019-10-05	9.7	jpA	Heerenveen	2018-05-26	21.50	jpB	Sneek	2021-05-23	29.72	mC
600				2018-07-07	22.50	jpB	Steenwijk	2021-06-19	31.38	mC
2017-10-07	2:50.2	jpC	Heerenveen	2018-09-15	23.00	jpB	Heerenveen	2021-08-29	32.30	mC
2020-09-26	2:29.0	jpA	Heerenveen	2018-10-06	24.09	jpB	Heerenveen	2021-08-29	31.97	mC
1000				2019-04-20	25.50	jpA	Drachten	7-kamp		
2018-10-06	5:51.79	jpB	Heerenveen	2019-09-14	27.00	jpA	Sneek	2021-05-23	3461	mC
2019-10-05	4:28.3	jpA	Heerenveen	2020-09-12	29.50	jpA	Heerenveen	2021-07-11	3562	mC
duur 4'				Lars Seijsener			Noortje Sieperda			
2017-04-08	775	jpC	Leeuwarden	40			100h 76,2			
2017-05-20	875	jpC	Steenwijk	2020-06-02	9.0	jpB	Heerenveen	2021-03-20	18.5	mB
2018-04-21	875	jpB	Drachten	60			2021-05-22	18.30	mB	Heerenveen
duur 6'				2021-04-06	12.8	jpA	Heerenveen	2021-07-04	17.90	mB
2019-04-20	1200	jpA	Drachten	ver			400h 76,2			
2019-05-25	1225	jpA	Steenwijk	2020-06-02	2.05	jpB	Heerenveen	2021-04-11	1:21.7	mB
2020-09-12	1225	jpA	Heerenveen	kogel 2			ver	2021-05-22	4.35	mB
40h				2021-05-06	3.80	jpA	Heerenveen	discus 1		
2017-04-08	9.7	jpC	Leeuwarden	vortex			2021-05-22	22.08	mB	Heerenveen
2018-04-21	8.6	jpB	Drachten	2020-06-02	9.00	jpB	Heerenveen	2021-07-09	22.12	mB
2018-07-07	8.0	jpB	Steenwijk	2021-04-06	10.00	jpA	Heerenveen	kogel 3		
60h				Milou Sieperda			2021-07-09	8.96	mB	Steenwijk
2019-04-20	11.8	jpA	Drachten	150			speer 500			
2019-05-25	11.2	jpA	Steenwijk	2021-05-22	22.17	mC	2021-05-01	22.03	mB	Heerenveen
hoog				2021-07-10	21.82	mC	Jolanda Smedinga			
2017-05-20	0.95	jpC	Steenwijk	600			100			
2018-05-26	1.05	jpB	Sneek	2021-05-23	2:07.00	mC	2011-05-28	15.26w	V45	Heerenveen
2018-07-14	1.10	jpB	Heerenveen	2021-07-11	1:59.80	mC	2018-04-07	16.92	V50	Steenwijk
2018-09-15	1.10	jpB	Heerenveen	60h 76,2			2018-05-12	16.55	V50	Heerenveen
2019-04-20	1.15	jpA	Drachten	2020-07-25	12.37	mD	2020-08-23	16.79w	V55	Alkmaar
2019-06-29	1.15	jpA	Leeuwarden	60h 106,7			2021-07-01	16.64	V55	Hengelo
2020-06-30	1.30	jpA	Heerenveen	2020-09-12	11.08w	mD	2021-09-08	16.59	V55	Hengelo
2020-09-12	1.30	jpA	Heerenveen	80h 76,2			150			
hurkhoog				2021-03-20	14.5	mC	2011-07-15	23.2	V45	Steenwijk
2017-04-08	0.70	jpC	Leeuwarden	2021-05-01	14.44	mC	2018-07-13	26.02	V50	Steenwijk
2018-04-21	0.95	jpB	Drachten	2021-07-10	14.22	mC	2019-07-05	24.86w	V50	Steenwijk
2018-07-07	1.00	jpB	Steenwijk	hoog			200			
polsver				2020-07-04	1.48	mD	2018-05-12	36.89	V50	Heerenveen
2019-04-20	4.00	jpA	Drachten	2020-09-19	1.50	mD	2018-06-09	35.07	V50	Groningen
ver				2020-09-26	1.50	mD	2019-05-19	35.05	V50	Gouda
2017-05-20	2.80	jpC	Steenwijk	2021-03-20	1.50	mC	2021-08-28	36.00	V55	Hoogeveen
2018-05-26	3.10	jpB	Sneek	2021-04-17	1.55	mC	300			
2018-09-15	3.25	jpB	Heerenveen	2021-05-22	1.60	mC	2011-07-15	51.4	V45	Steenwijk
2019-09-14	3.45	jpA	Sneek	2021-07-04	1.60	mC	2018-04-07	1:02.28	V50	Steenwijk
2019-10-05	3.59	jpA	Heerenveen	2021-09-11	1.60	mC	2018-07-13	57.60	V50	Steenwijk
balstoten				ver			2019-07-05	56.36	V50	Steenwijk
2017-05-20	5.10	jpC	Steenwijk	2020-09-13	4.46	mD	400			
2017-09-16	5.80	jpC	Heerenveen	2020-09-26	4.58	mD	2011-05-28	1:13.58	V45	Heerenveen
2018-05-26	6.30	jpB	Sneek	2021-05-23	4.58	mC	2011-06-24	1:11.87	V45	Groningen
2018-09-15	6.40	jpB	Heerenveen	2021-07-04	4.67	mC	2018-04-29	1:25.44	V50	Sneek
kogel 2				discus ¾			2018-05-13	1:23.02	V50	Emmen
2018-07-14	5.23	jpB	Heerenveen	2020-09-19	21.61	mD	2019-04-07	1:22.59	V50	Amersfoort
2019-04-20	6.70	jpA	Drachten	discus 1			2019-05-18	1:21.44	V50	Gouda
2019-06-29	7.50	jpA	Leeuwarden	2021-04-17	24.53	mC	2020-08-23	1:26.10	V55	Alkmaar
2020-09-26	7.66	jpA	Heerenveen	kogel 2			2021-07-01	1:21.64	V55	Hengelo
kogel 3				2020-07-04	11.86	mD	800			
2021-04-17	6.77	jD	Heerenveen	2020-09-13	12.15	mD	2011-04-02	2:51.57	V45	Steenwijk
slingeren				kogel 3			2011-04-20	2:51.5	V45	Sneek
2017-04-08	9.50	jpC	Leeuwarden	2021-03-20	8.90	mC	2011-06-19	2:47.45	V45	Den Haag
2018-04-21	14.00	jpB	Drachten	2021-04-17	9.85	mC	2019-05-11	3:22.10	V50	Heerenveen
2018-07-07	17.00	jpB	Steenwijk	2021-05-22	9.92	mC	2019-05-19	3:12.80	V50	Gouda
2019-05-25	18.00	jpA	Steenwijk	2021-07-03	10.15	mC	2019-06-13	3:05.25	V50	Leeuwarden
2020-06-30	20.00	jpA	Heerenveen				2020-09-04	3:10.81	V55	Leeuwarden

2020-09-16	3:01.0	V55	Dronten	speer 400				2017-10-07	7.22	mD	Heerenveen
ver				2019-05-25	10.01	mD	Sneek	kogel 3			
2018-06-10	2.67	V50	Apeldoorn	vortex				2018-10-06	6.75	mC	Heerenveen
speer 600				2016-04-16	13.00	mpB	Sneek	vortex			
2011-10-01	14.45	V45	Heerenveen	2016-05-28	13.50	mpB	Leeuwarden	2014-04-12	14.50	mpA	Drachten
sprint 2-kamp				2017-09-16	15.50	mpA	Heerenveen	2014-06-28	16.50	mpA	Sneek
2012-05-12	215	V45	Heerenveen	2018-04-21	16.00	mpA	Drachten	2015-04-11	18.00	mpA	Leeuwarden
				2018-05-26	17.00	mpA	Sneek	2015-09-19	21.00	mpA	Heerenveen
Sian Smit				Henri Spieksma				Jordi Stam			
40				5000				5000			
2016-04-16	8.0	mpB	Sneek	2020-09-04	23:35.29	M65	Leeuwarden	2012-04-22	17:27.87	jB	Ede
2016-06-18	7.78	mpB	Heerenveen	Marit Staal				ver			
2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen	40				2020-09-26	4.21	M	Heerenveen
60				2013-10-05	7.6	mpB	Heerenveen	Arie vd Steen			
2017-05-20	10.8	mpA	Steenwijk	60				100000			
2018-05-26	10.0	mpA	Sneek	2014-08-30	10.6	mpA	Assen	2018-02-17	10:28:54	M50	Steenwijk
2018-10-06	9.83	mpA	Heerenveen	2014-10-04	10.0	mpA	Heerenveen	2019-02-23	9:45:15	M50	Steenwijk
1000				2015-06-06	9.8	mpA	Sneek	6-uurloop			
2016-06-18	5:11.58	mpB	Heerenveen	2015-06-13	10.03	mpA	Heerenveen	2019-12-29	31200	M55	Almere
2016-10-01	4:58.0	mpB	Heerenveen	2016-04-09	9.61w	mD	Heerenveen	Daan Stegeman			
2018-10-06	4:39.67	mpA	Heerenveen	2017-05-06	9.36	mD	Groningen	40			
duur 4'				2017-05-20	9.32	mD	Heerenveen	2018-04-21	7.7	jpB	Drachten
2016-04-16	750	mpB	Sneek	80				2018-10-06	7.77	jpB	Heerenveen
2016-05-28	775	mpB	Leeuwarden	2018-04-02	11.78	mC	Amersfoort	60			
duur 6'				2018-05-12	11.50	mC	Heerenveen	2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen
2017-04-08	1100	mpA	Leeuwarden	100				2020-09-26	10.0	jpA	Heerenveen
2017-05-20	1125	mpA	Steenwijk	2020-07-11	14.20w	mB	Epe	80			
2018-04-21	1225	mpA	Drachten	2021-03-20	13.9	mB	Heerenveen	2021-04-17	13.5	jD	Heerenveen
40h				150				600			
2016-04-16	9.1	mpB	Sneek	2018-04-02	22.59	mC	Amersfoort	2020-09-26	2:29.0	jpA	Heerenveen
60h				2018-05-19	21.56	mC	Assen	1000			
2017-04-08	14.7	mpA	Leeuwarden	2018-05-12	29.56	mC	Heerenveen	2018-10-06	4:16.41	jpB	Heerenveen
2017-05-20	13.6	mpA	Steenwijk	600				duur 4'			
2018-04-21	12.1	mpA	Drachten	2017-10-07	2:04.7	mD	Heerenveen	2018-04-21	775	jpB	Drachten
hoog				1000				40h			
2016-06-18	0.80	mpB	Heerenveen	2013-10-05	5:01.5	mpB	Heerenveen	2018-04-21	8.7	jpB	Drachten
2016-09-17	0.85	mpB	Heerenveen	2014-08-30	4:23.2	mpA	Assen	hoog			
2017-04-08	0.85	mpA	Leeuwarden	2015-09-26	4:21.03	mpA	Leeuwarden	2021-04-17	1.10	jD	Heerenveen
2018-04-21	0.95	mpA	Drachten	60h 76,2				hurkhoog			
hurkhoog				2016-09-04	13.28	mD	Amsterdam	2018-04-21	0.80	jpB	Drachten
2016-04-16	0.70	mpB	Sneek	60h				ver			
2016-05-28	0.80	mpB	Leeuwarden	2014-04-12	11.9	mpA	Drachten	2018-10-06	2.88	jpB	Heerenveen
polsver				2014-06-28	11.1	mpA	Sneek	2019-10-05	3.20	jpA	Heerenveen
2017-04-08	3.20	mpA	Leeuwarden	2015-04-11	10.0	mpA	Leeuwarden	kogel 2			
2018-04-21	3.60	mpA	Drachten	60h 76,2				2019-10-05	5.10	jpA	Heerenveen
ver				2017-04-08	11.82	mD	Heerenveen	2020-09-26	5.74	jpA	Heerenveen
2016-05-28	2.20	mpB	Leeuwarden	hoog				slingeren			
2016-06-18	2.89	mpB	Heerenveen	2014-04-12	0.95	mpA	Drachten	2018-04-21	11.50	jpB	Drachten
2018-05-26	2.95	mpA	Sneek	2014-06-28	1.05	mpA	Sneek	speer 400			
2018-09-15	3.30	mpA	Heerenveen	2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen	2021-04-17	10.48	jD	Heerenveen
2018-10-06	3.61	mpA	Heerenveen	ver				vortex			
balstoten				2013-10-05	3.00	mpB	Heerenveen	2018-04-21	11.00	jpB	Drachten
2016-05-28	4.40	mpB	Leeuwarden	2014-08-30	3.12	mpA	Assen	2018-10-06	15.06	jpB	Heerenveen
2016-09-17	5.00	mpB	Heerenveen	2015-06-13	3.20	mpA	Heerenveen	2020-06-02	18.50	jpA	Heerenveen
discus ¾				2015-09-26	3.34	mpA	Leeuwarden	Hugo Stegeman			
kogel 2				2017-05-06	3.75w	mD	Groningen	40			
2017-04-08	4.90	mpA	Leeuwarden	2017-05-20	3.87	mD	Heerenveen	2013-10-05	7.1	jpB	Heerenveen
2017-10-07	5.80	mpA	Heerenveen	2017-09-03	3.96	mD	Amsterdam	60			
2018-10-06	6.09	mpA	Heerenveen	2018-04-02	4.09	mC	Amersfoort	2014-06-14	10.1	jpA	Steenwijk
2019-04-06	6.79	mD	Heerenveen	2018-05-12	4.23	mC	Heerenveen	2014-09-13	10.0	jpA	Leeuwarden
2019-05-25	7.20	mD	Sneek	kogel 2				2014-10-04	9.7	jpA	Heerenveen
slingeren				2013-10-05	3.37	mpB	Heerenveen				
2016-04-16	9.00	mpB	Sneek	2014-04-12	4.40	mpA	Drachten				
2017-05-20	11.50	mpA	Steenwijk	2014-06-28	4.80	mpA	Sneek				
2018-05-26	15.00	mpA	Sneek	2015-09-26	5.08	mpA	Leeuwarden				

2015-06-13	9.86	jpA	Heerenveen	vortex				2019-09-14	3.15	mpA	Sneek
2015-09-19	9.6	jpA	Heerenveen	2014-04-12	16.00	jpA	Drachten	2020-09-26	3.33	mpA	Heerenveen
2015-10-03	9.1	jpA	Heerenveen	2014-06-14	19.50	jpA	Steenwijk	2021-04-17	3.58	mD	Heerenveen
80				2015-06-13	20.19	jpA	Heerenveen	balstoten			
2016-05-21	11.87	jD	Drachten	2015-06-27	24.00	jpA	Steenwijk	2015-09-19	2.10	mpm	Heerenveen
2017-04-08	11.81	jD	Heerenveen	2015-09-19	24.50	jpA	Heerenveen	2016-05-28	2.90	mpm	Leeuwarden
2017-10-07	10.7	jD	Heerenveen					2016-09-17	3.70	mpm	Heerenveen
100				Merle Sterkenburgh				2017-05-20	4.50	mpC	Steenwijk
2018-04-14	16.69	jC	Sneek	40				2018-09-15	5.10	mpB	Heerenveen
2018-06-30	12.41	jC	Groningen	2016-06-04	8.10	mpm	Stadskanaal	balwerpen 135			
2019-10-05	11.8	jC	Heerenveen	2017-10-07	7.6	mpC	Heerenveen	2016-06-04	10.52	mpm	Stadskanaal
2020-09-26	11.6	jB	Heerenveen	2018-04-21	7.5	mpB	Drachten	kogel 2			
200				2018-10-06	7.67	mpB	Heerenveen	2018-07-14	3.63	mpB	Heerenveen
2021-04-11	25.6	jB	Heerenveen	60				2019-04-20	5.10	mpA	Drachten
800				2019-05-25	10.9	mpA	Steenwijk	2020-09-12	6.00	mpA	Heerenveen
2018-10-06	2:46.13	jC	Heerenveen	2019-09-14	10.5	mpA	Sneek	2020-09-26	6.08	mpA	Heerenveen
1000				2020-06-02	10.4	mpA	Heerenveen	slingeren			
2013-10-05	4:33.9	jpB	Heerenveen	2020-09-26	10.1	mpA	Heerenveen	2016-07-02	9.50	mpm	Drachten
2014-10-04	4:23.1	jpA	Heerenveen	2021-04-17	9.8	mD	Heerenveen	2017-04-08	10.00	mpC	Leeuwarden
2015-06-13	4:13.31	jpA	Heerenveen	2021-05-01	9.96	mD	Heerenveen	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten
2015-10-03	3:58.9	jpA	Heerenveen	600				2018-04-21	13.00	mpB	Drachten
60h				2016-06-04	2:44.78	mpm	Stadskanaal	2018-07-07	13.00	mpB	Steenwijk
2014-04-12	11.1	jpA	Drachten	2016-10-01	2:39.6	mpm	Heerenveen	2019-05-25	15.00	mpA	Steenwijk
2015-04-11	11.1	jpA	Leeuwarden	2017-10-07	2:33.0	mpC	Heerenveen	2019-09-14	15.00	mpA	Sneek
2015-06-27	11.1	jpA	Steenwijk	2020-09-26	2:15.0	mpA	Heerenveen	2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen
80h 76,2				1000				vortex			
2016-05-21	15.95	jD	Drachten	2018-10-06	4:33.66	mpB	Heerenveen	2015-09-19	7.00	mpm	Heerenveen
100h 83,8				duur 4'				2016-05-28	9.50	mpm	Leeuwarden
2019-04-06	16.29w	jC	Heerenveen	2016-05-28	850	mpm	Leeuwarden	2016-09-17	10.50	mpm	Heerenveen
hoog				2016-07-02	875	mpm	Drachten	2017-04-08	12.50	mpC	Leeuwarden
2014-04-12	1.10	jpA	Drachten	2018-04-21	900	mpB	Drachten	2018-04-21	15.50	mpB	Drachten
2014-06-28	1.15	jpA	Sneek	duur 6'				2019-04-20	20.00	mpA	Drachten
2014-10-04	1.25	jpA	Heerenveen	2019-04-20	800	mpA	Drachten	2020-06-02	21.00	mpA	Heerenveen
2015-06-13	1.30	jpA	Heerenveen	2019-05-25	1275	mpA	Steenwijk	Floris Swart			
2015-06-27	1.30	jpA	Steenwijk	2020-09-12	1325	mpA	Heerenveen	800			
2016-04-09	1.35	jD	Heerenveen	40h				2020-09-26	2:23.0	jC	Heerenveen
2016-06-25	1.35	jD	Emmen	2016-07-02	10.4	mpm	Drachten	1500			
2016-10-01	1.45	jD	Heerenveen	2017-04-08	10.3	mpC	Leeuwarden	2021-05-22	5:14.63	jB	Heerenveen
2017-05-20	1.50	jD	Heerenveen	2017-07-08	9.3	mpC	Drachten	3000			
2018-04-14	1.65	jC	Sneek	2018-04-21	8.8	mpB	Drachten	2021-04-11	11:21.9	jB	Heerenveen
2018-06-30	1.65	jC	Groningen	2018-07-07	8.5	mpB	Steenwijk	Hessel Teijema			
2018-10-06	1.70	jC	Heerenveen	60h				40			
2019-04-06	1.75	jC	Heerenveen	2019-04-20	11.9	mpA	Drachten	2016-10-01	8,7	jpm	Heerenveen
2019-10-05	1.82	jC	Heerenveen	2019-05-25	11.8	mpA	Steenwijk	2017-04-08	8.6	jpC	Leeuwarden
2020-09-26	1.85	jB	Heerenveen	2020-09-12	11.1	mpA	Heerenveen	2017-07-08	8.5	jpC	Drachten
2021-03-20	1.85	jB	Heerenveen	hoog				2017-10-07	8.4	jpC	Heerenveen
ver				2016-06-04	0.85	mpm	Stadskanaal	2018-07-07	8.2	jpB	Steenwijk
2013-10-05	3.33	jpB	Heerenveen	2018-05-26	0.95	mpB	Sneek	2018-07-14	8.08	jpB	Heerenveen
2014-09-13	3.45	jpA	Leeuwarden	2018-09-15	0.95	mpB	Heerenveen	2018-10-06	7.91	jpB	Heerenveen
2015-06-13	3.88	jpA	Heerenveen	2019-04-20	0.95	mpA	Drachten	60			
2015-10-03	4.16	jpA	Heerenveen	2020-06-30	1.15	mpA	Heerenveen	2019-10-05	10.7	jpA	Heerenveen
kogel 2				2020-09-12	1.15	mpA	Heerenveen	150			
2013-10-05	4.08	jpB	Heerenveen	2021-04-17	1.20	mD	Heerenveen	2021-05-01	27.55	jD	Heerenveen
2014-04-12	6.00	jpA	Drachten	2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen	600			
2014-06-28	6.40	jpA	Sneek	hurkhoog				2016-10-01	2:51.1	jpm	Heerenveen
2015-04-11	7.40	jpA	Leeuwarden	2015-09-19	0.70	mpm	Heerenveen	2017-10-07	2:41.0	jpC	Heerenveen
2015-06-27	7.50	jpA	Steenwijk	2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden	2018-07-14	2:33.88	jpB	Heerenveen
kogel 3				2017-04-08	0.80	mpC	Leeuwarden	800			
2016-04-09	6.40	jD	Heerenveen	2017-07-08	0.85	mpC	Drachten	2021-05-01	3:35.41	jD	Heerenveen
2016-10-01	6.40	jD	Heerenveen	2018-04-21	0.90	mpB	Drachten	1000			
2017-04-08	7.64	jD	Heerenveen	polsver				2018-10-06	4:22.10	jpB	Heerenveen
2017-05-20	8.36	jD	Heerenveen	2019-04-20	3.80	mpA	Drachten	duur 4'			
2017-10-07	8.74	jD	Heerenveen	ver				2017-04-08	825	jpC	Leeuwarden
kogel 4				2015-09-19	1.95	mpm	Heerenveen	2017-05-20	850	jpC	Steenwijk
2018-10-06	9.69	jC	Heerenveen	2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden	2017-07-08	850	jpC	Drachten
2019-04-06	10.09	jC	Heerenveen	2017-09-16	2.85	mpC	Heerenveen				
2019-05-11	10.68	jC	Heerenveen	2017-10-07	2.91	mpC	Heerenveen				
2019-06-22	12.48	jC	Stadskanaal	2018-05-26	3.05	mpB	Sneek				
kogel 5				2018-07-14	3.09	mpB	Heerenveen				
2020-09-26	11.59	jB	Heerenveen	2018-09-15	3.15	mpB	Heerenveen				

2018-05-26	875	jpB	Sneek	2016-10-01	10.3	mpA	Heerenveen	Amila Turkovic			
duur 6'				2017-05-06	9.83	mD	Groningen	ver			
2019-04-20	1225	jpA	Drachten	2018-10-06	9.71	mD	Heerenveen	2020-09-26	3.15	mD	Heerenveen
2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen	150				discus ¾			
40h				2017-07-07	24.50w	mD	Steenwijk	2020-09-26	13.30	mD	Heerenveen
2017-04-08	10.5	jpC	Leeuwarden	200				kogel 2			
2017-07-08	9.8	jpC	Drachten	2017-05-20	34.13	mD	Heerenveen	2020-09-26	6.38	mD	Heerenveen
2018-07-07	9.6	jpB	Steenwijk	300				Ilma Turkovic			
60h				2017-07-07	55.77	mD	Steenwijk	ver			
2019-04-20	13.0	jpA	Drachten	600				2020-09-26	3.63	mD	Heerenveen
60h				2017-05-14	2:10.95	mD	Sneek	discus ¾			
2020-09-12	12.4	jpA	Heerenveen	1000				2020-09-26	17.42	mD	Heerenveen
hoog				2015-10-03	4:40.2	mpA	Heerenveen	kogel 2			
2017-05-20	0.80	jpC	Steenwijk	2016-06-18	4:27.51	mpA	Heerenveen	2020-09-26	7.74	mD	Heerenveen
2017-09-16	0.80	jpC	Heerenveen	2016-10-01	4:23.9	mpA	Heerenveen	Rebecca Ugen			
2018-05-26	0.90	jpB	Sneek	2017-06-10	4:10.87	mD	Sneek	60			
2018-07-14	0.95	jpB	Heerenveen	2018-05-12	4:07.42	mD	Heerenveen	2019-10-05	10.6	mpA	Heerenveen
2019-04-20	1.00	jpA	Drachten	2018-06-09	3:58.83	mD	Groningen	1000			
2019-06-29	1.00	jpA	Leeuwarden	duur 6'				2019-10-05	4:52.0	mpA	Heerenveen
2020-06-30	1.00	jpA	Heerenveen	2016-04-16	1200	mpA	Sneek	hoog			
2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen	2016-07-02	1275	mpA	Drachten	2020-07-02	1.20	mD	Heerenveen
hurkhoog				60h				ver			
2017-04-08	0.65	jpC	Leeuwarden	2016-04-16	12.7	mpA	Sneek	2019-10-05	3.17	mpA	Heerenveen
2017-07-08	0.70	jpC	Drachten	2016-05-28	12.3	mpA	Leeuwarden	kogel 2			
2018-07-07	0.80	jpB	Steenwijk	60h 76,2				2019-10-05	4.65	mpA	Heerenveen
polsver				2017-05-06	14.13	mD	Groningen	2020-07-02	5.58	mD	Heerenveen
2019-04-20	3.20	jpA	Drachten	2017-05-13	13.74	mD	Sneek	speer 500			
2019-06-29	3.45	jpA	Leeuwarden	2017-05-27	13.42	mD	Stadskanaal	2021-05-22	14.59	mC	Heerenveen
ver				2017-06-10	13.19	mD	Sneek	Dennis Veenker			
2016-10-01	2.19	jpm	Heerenveen	hoog				100			
2017-05-20	2.10	jpC	Steenwijk	2016-04-16	1.05	mpA	Sneek	2013-08-31	11.83	Mneo	Amersfoort
2017-09-16	2.30	jpC	Heerenveen	2016-06-18	1.10	mpA	Heerenveen	2014-05-17	11.73	Mneo	Heerenveen
2018-05-26	2.35	jpB	Sneek	2016-07-02	1.10	mpA	Drachten	2014-05-25	11.64	Mneo	Drachten
2018-09-15	2.70	jpB	Heerenveen	2017-05-13	1.15	mD	Sneek	2015-05-16	11.62	M	Heerenveen
2021-04-17	2.96	jD	Heerenveen	2017-05-20	1.20	mD	Heerenveen	2015-06-07	11.54w	M	Harderwijk
2021-05-01	3.04	jD	Heerenveen	2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen	2016-04-09	11.24	M	Heerenveen
balstoten				2019-04-28	1.30	mC	Epe	150			
2017-05-20	4.00	jpC	Steenwijk	polshoog				2015-07-10	17.33	M	Steenwijk
2017-09-16	4.20	jpC	Heerenveen	2017-06-03	1.75	mD	Groningen	200			
2018-05-26	4.70	jpB	Sneek	2018-05-12	1.95	mD	Heerenveen	2014-05-17	24.06	Mneo	Heerenveen
2018-09-15	4.80	jpB	Heerenveen	2019-05-11	1.96	mC	Heerenveen	2016-10-01	23.6	M	Heerenveen
kogel 2				2019-06-08	1.96	mC	Groenlo	400			
2018-07-14	4.06	jpB	Heerenveen	2020-07-25	2.26	mC	Heerenveen	2014-05-31	57.45	Mneo	Gemert
2019-04-20	4.20	jpA	Drachten	2021-05-01	2.26	mB	Heerenveen	2015-07-30	55.73	M	Amsterdam
2019-06-29	4.60	jpA	Leeuwarden	polsver				110h 106,7			
2019-10-05	5.19	jpA	Heerenveen	2016-04-16	4.00	mpA	Sneek	2013-04-21	16.73	Mneo	Grootebroek
2020-09-12	5.90	jpA	Heerenveen	ver				2013-06-16	16.33w	Mneo	Harderwijk
slingeren				2015-10-03	3.12	mpA	Heerenveen	2013-09-01	16.23	Mneo	Amersfoort
2017-04-08	7.50	jpC	Leeuwarden	2016-05-28	3.25	mpA	Leeuwarden	2014-06-01	15.91	Mneo	Gemert
2017-07-08	8.00	jpC	Drachten	2016-06-18	3.33	mpA	Heerenveen	2014-06-07	15.85	Mneo	Groningen
2018-07-07	11.00	jpB	Steenwijk	2017-05-14	3.36	mD	Sneek	2014-07-06	15.85	Mneo	Stadskanaal
2020-06-30	15.00	jpA	Heerenveen	2017-05-20	3.44	mD	Heerenveen	2015-04-19	15.70	M	Drachten
speer 400				kogel 2				2015-06-07	15.67	M	Harderwijk
2021-04-17	13.17	jD	Heerenveen	2015-10-03	4.12	mpA	Heerenveen	2016-04-24	15.66w	M	Grootebroek
vortex				2016-07-02	4.30	mpA	Drachten	polshoog			
2016-10-01	8.26	jpm	Heerenveen	2016-10-01	4.35	mpA	Heerenveen	2013-04-13	4.30	Mneo	Heerenveen
2017-04-08	9.50	jpC	Leeuwarden	2017-05-14	6.25	mD	Sneek	2013-05-29	4.45	Mneo	Harderwijk
2017-05-20	10.50	jpC	Steenwijk	2018-10-06	7.12	mD	Heerenveen	2013-06-07	4.60	Mneo	Groningen
2017-07-08	10.50	jpC	Drachten	slingeren				2013-07-05	4.60	Mneo	Utrecht
2018-05-26	11.50	jpB	Sneek	2016-05-28	11.50	mpA	Leeuwarden	ver			
2018-07-07	14.00	jpB	Steenwijk	2016-09-17	12.50	mpA	Heerenveen	2013-08-31	6.28	Mneo	Amersfoort
2019-04-20	16.50	jpA	Drachten	speer 400				2014-05-25	6.35	Mneo	Drachten
2020-09-12	17.50	jpA	Heerenveen	2017-05-13	10.60	mD	Sneek				
Alicia vd Tempel				vortex							
60				2016-04-16	10.50	mpA	Sneek				
2015-10-03	10.7	mpA	Heerenveen	2016-05-28	17.50	mpA	Leeuwarden				
2016-05-28	10.5	mpA	Leeuwarden	6-kamp							
2016-06-18	10.55	mpA	Heerenveen	2017-05-14	1621	mD	Sneek				

discus 2				100				2021-04-11	5.82	jB	Heerenveen
2013-09-01	27.57	Mneo	Amersfoort	2019-04-06	13.23	jC	Heerenveen	2021-08-28	5.82w	jB	Hoogeveen
2014-07-06	27.98	Mneo	Stadskanaal	2019-04-22	13.14	jC	Amersfoort	discus 1			
2015-05-03	31.76	M	Emmeloord	2019-05-18	12.71	jC	Stadskanaal	2017-04-01	13.34	jD	Steenwijk
2015-07-31	31.84	M	Amsterdam	2019-10-05	12.4	jC	Heerenveen	2018-06-02	24.03	jD	Stadskanaal
kogel 7¼				2020-07-25	12.35	jC	Heerenveen	kogel 2			
2013-08-31	10.42	Mneo	Amersfoort	2020-09-26	12.1	jC	Heerenveen	2014-10-04	4.02	jpB	Heerenveen
2014-05-17	10.50	Mneo	Heerenveen	2021-05-01	11.95	jB	Heerenveen	2015-04-11	4.70	jpA	Leeuwarden
2014-05-21	11.28	Mneo	Sneek	150				2015-06-27	6.70	jpA	Steenwijk
2016-04-09	11.30	M	Heerenveen	2018-04-02	22.05	jD	Amersfoort	2016-04-16	6.70	jpA	Sneek
2016-09-18	12.01	M	Hengelo	2019-04-22	19.93	jC	Amersfoort	2016-06-04	6.70	jpA	Stadskanaal
kogelsl. 7¼				2019-05-25	19.51	jC	Sneek	2016-07-02	7.30	jpA	Drachten
2016-04-24	29.09	M	Grootebroek	2020-07-04	18.6	jC	Heerenveen	2016-10-01	8.18	jpA	Heerenveen
2016-05-14	29.70	M	Heerenveen	200				kogel 3			
2017-04-30	31.56	M	Hoorn	2021-04-11	24.9	jB	Heerenveen	2017-05-14	6.70	jD	Sneek
speer 800				800				2017-05-27	7.11	jD	Stadskanaal
2015-08-30	44.48	M	Stadskanaal	2019-10-05	3:03.0	jC	Heerenveen	2017-10-07	7.77	jD	Heerenveen
werp 3-kamp				1000				kogel 4			
2014-05-21	1515	Mneo	Sneek	2014-10-04	5:17.2	jpB	Heerenveen	2019-10-05	8.49	jC	Heerenveen
10-kamp				2015-06-13	4:50.27	jpA	Heerenveen	kogel 5			
2013-09-01	5413	Mneo	Amersfoort	2015-10-03	4:37.1	jpA	Heerenveen	2021-03-20	8.78	jB	Heerenveen
2014-06-01	5614	Mneo	Gemert	2016-10-01	4:28.2	jpA	Heerenveen	slingeren			
2014-07-06	5699	Mneo	Stadskanaal	2017-05-14	4:19.36	jD	Sneek	2016-09-17	20.50	jpA	Heerenveen
2015-07-31	5710	M	Amsterdam	2017-10-07	4:13.9	jD	Heerenveen	speer 400			
2015-08-30	5740	M	Stadskanaal	2018-10-06	3:50.64	jD	Heerenveen	2017-05-13	18.83	jD	Sneek
Hugo Veenker				60h				vortex			
discus 1				2015-04-11	10.9	jpA	Leeuwarden	2015-04-11	11.00	jpA	Leeuwarden
2018-05-02	23.07	M60	Dronten	2016-04-16	10.2	jpA	Sneek	2015-06-06	12.50	jpA	Sneek
kogel 5				80h 76,2				2015-06-27	15.00	jpA	Steenwijk
2018-05-02	7.70	M60	Dronten	2017-05-14	17.23	jD	Sneek	2015-09-19	16.00	jpA	Heerenveen
kogel 6				2017-05-27	16.95	jD	Stadskanaal	2016-04-16	18.50	jpA	Sneek
2016-10-01	8.59	M55	Heerenveen	2018-04-14	15.72	jD	Sneek	2016-05-28	20.00	jpA	Leeuwarden
speer 600				2018-05-19	14.72	jD	Assen	2016-07-02	20.00	jpA	Drachten
2021-08-27	18.04	M60	Heerenveen	2018-06-09	13.35	jD	Groningen	2016-09-17	21.00	jpA	Heerenveen
werp 3-kamp				100h 83,8				7-kamp			
2021-08-27	791	M60	Heerenveen	2019-04-06	17.25	jC	Heerenveen	2017-05-14	2349	jD	Sneek
Ina Veenstra				2019-05-11	16.87	jC	Heerenveen	Bert Velkers			
3000				2020-07-04	15.1	jC	Heerenveen	800			
2012-10-06	16:20.8	V50	Heerenveen	2020-07-25	15.17	jC	Heerenveen	2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen
Hayco van der Velde				110h 91,4				3000			
5000				2021-03-20	16.4	jB	Heerenveen	2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen
2020-09-26	19:19.0	M40	Heerenveen	2021-05-01	16.59	jB	Heerenveen	5000			
Henri Veldman				hoog				2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen
3000				2015-04-11	1.00	jpA	Leeuwarden	discus 2			
2018-10-06	10:42.22	M55	Heerenveen	2015-06-27	1.00	jpA	Steenwijk	2018-10-06	14.60	M45	Heerenveen
5000				2016-04-16	1.15	jpA	Sneek	2020-09-26	16.01	M45	Heerenveen
2020-09-04	18:00.20	M55	Leeuwarden	2016-06-04	1.20	jpA	Stadskanaal	kogel 7¼			
2020-09-26	17:48.0	M55	Heerenveen	2018-05-12	1.35	jD	Heerenveen	2018-10-06	6.65	M45	Heerenveen
Ziggy Veldman				2019-06-22	1.40	jC	Stadskanaal	speer 800			
40				2019-10-05	1.50	jC	Heerenveen	2018-10-06	21.80	M45	Heerenveen
2014-10-04	7.1	jpB	Heerenveen	2020-09-26	1.60	jC	Heerenveen	werp 3-kamp			
60				hss				2018-10-06	654	M45	Heerenveen
2015-06-06	9.2	jpA	Sneek	2020-09-04	10.31	jC	Leeuwarden	Rick Velkers			
2016-09-17	9.2	jpA	Heerenveen	2021-05-01	11.45	jB	Heerenveen	60			
2016-10-01	9.2	jpA	Heerenveen	2021-09-12	11.52	jB	Amersfoort	2015-06-06	9.6	jpA	Sneek
80				polsver				2015-06-13	9.84	jpA	Heerenveen
2017-04-01	12.33	jD	Steenwijk	2016-04-16	3.80	jpA	Sneek	80			
2017-05-13	12.19	jD	Sneek	2016-07-02	4.20	jpA	Drachten	2016-04-23	12.48w	jD	Assen
2017-05-20	11.84	jD	Heerenveen	ver				2016-10-01	12.1	jD	Heerenveen
2017-09-03	11.52w	jD	Amsterdam	2014-10-04	2.70	jpB	Heerenveen	2017-04-08	11.69	jD	Heerenveen
2018-04-14	11.33	jD	Sneek	2015-06-06	3.30	jpA	Sneek	2017-04-08	11.69	jD	Heerenveen
2018-05-12	11.00	jD	Heerenveen	2015-10-03	3.52	jpA	Heerenveen	2017-05-06	11.38w	jD	Groningen
2018-10-06	10.93	jD	Heerenveen	2016-06-04	3.52	jpA	Stadskanaal	2017-09-03	11.34	jD	Amsterdam
				2016-06-18	3.60	jpA	Heerenveen	2017-10-07	11.0	jD	Heerenveen
				2016-09-17	3.65	jpA	Heerenveen	100			
				2017-04-01	4.02	jD	Steenwijk	2018-04-02	14.53	jC	Amersfoort
				2017-05-13	4.07	jD	Sneek				
				2018-04-02	4.34	jD	Amersfoort				
				2018-04-14	4.60	jD	Sneek				
				2018-05-12	5.02	jD	Heerenveen				
				2019-05-11	5.53w	jC	Heerenveen				
				2021-03-20	5.73	jB	Heerenveen				

2018-04-14	14.36	jC	Sneek	speer 600			2019-06-29	8.6	mpC	Leeuwarden	
2018-05-12	13.73	jC	Heerenveen	2018-04-02	21.14	jC	Amersfoort	2020-06-30	8.2	mpB	Heerenveen
2020-09-26	12.1	jB	Heerenveen	vortex			60h				
150				2015-04-11	19.50	jpA	Leeuwarden	2021-05-22	12.78	mpA	Heerenveen
2016-09-04	23.87	jD	Amsterdam	2015-06-06	19.50	jpA	Sneek	hoog			
2018-05-19	20.79	jC	Assen	2015-06-13	24.44	jpA	Heerenveen	2018-05-26	0.75	mpm	Sneek
2019-04-22	20.11	jC	Amersfoort	2015-06-27	25.50	jpA	Steenwijk	2018-09-15	0.75	mpm	Heerenveen
2019-05-25	19.35	jC	Sneek	2015-09-19	26.00	jpA	Heerenveen	2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk
200				7-kamp			2019-09-14	0.95	mpC	Sneek	
2016-05-14	35.10	jD	Heerenveen	2017-05-14	2893	jD	Sneek	2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen
2019-05-11	27.35	jC	Heerenveen	Tom Velkers			hurkhoog				
2021-04-11	25.5	jB	Heerenveen	100			2018-07-07	0.60	mpm	Steenwijk	
400				2020-09-26	14.6	jC	Heerenveen	2019-04-20	0.75	mpC	Drachten
2019-04-22	1:01.96	jC	Amersfoort	150			2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden	
600				2020-07-02	23.4	jC	Heerenveen	2020-06-30	0.90	mpB	Heerenveen
2017-04-08	1:56.15	jD	Heerenveen	hoog			2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen	
2017-06-24	1:55.54	jD	Stadskanaal	2020-07-02	1.30	jC	Heerenveen	ver			
800				2020-09-26	1.30	jC	Heerenveen	2018-05-26	2.15	mpm	Sneek
2018-04-02	2:36.90	jC	Amersfoort	ver			2018-07-14	2.26	mpm	Heerenveen	
2018-05-12	2:33.75	jC	Heerenveen	2020-09-26	3.79	jC	Heerenveen	2018-10-06	2.52	mpm	Heerenveen
2018-05-19	2:32.66	jC	Assen	kogel 4			2019-09-14	2.75	mpC	Sneek	
2019-04-06	2:23.24	jC	Heerenveen	2020-07-02	5.38	jC	Heerenveen	2020-06-02	2.75	mpB	Heerenveen
2020-09-26	2:22.0	jB	Heerenveen	Elle Veltman			2020-09-12	3.00	mpB	Heerenveen	
1000				800			2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen	
2015-05-16	3:57.11	jpA	Heerenveen	2018-04-14	3:15.27	mC	Sneek	balstoten			
2015-06-13	3:49.57	jpA	Heerenveen	2018-05-19	3:13.80	mC	Assen	2018-05-26	2.90	mpm	Sneek
2015-10-03	3:47.5	jpA	Heerenveen	1000			2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen	
2016-06-25	3:37.27	jD	Emmen	2017-10-07	4:03.4	mC	Heerenveen	2019-05-25	3.40	mpC	Steenwijk
2017-05-14	3:36.43	jD	Sneek	2020-07-02	3:52.8	mB	Heerenveen	2019-09-14	4.00	mpC	Sneek
2017-05-20	3:33.89	jD	Heerenveen	Baudien Venema			2020-09-12	4.70	mpB	Heerenveen	
2017-06-10	3:29.96	jD	Sneek	100			kogel 2				
2017-09-03	3:22.24	jD	Amsterdam	2021-05-01	13.04	mB	Heerenveen	2021-05-06	4.20	mpA	Heerenveen
60h				2021-06-18	12.86	mB	Utrecht	2021-05-22	4.59	mpA	Heerenveen
2015-04-11	10.8	jpA	Leeuwarden	200			slingeren				
80h 76,2				2021-05-22	27.39	mB	Heerenveen	2018-07-07	7.50	mpm	Steenwijk
2017-05-14	16.52	jD	Sneek	2021-06-18	26.82	mB	Utrecht	2019-04-20	12.50	mpC	Drachten
400h 83,8				Jodie Vianen			vortex				
2021-04-11	1:09.1	jB	Heerenveen	40			2018-05-26	8.50	mpm	Sneek	
hoog				2018-07-07	8.3	mpm	Steenwijk	2018-07-14	9.03	mpm	Heerenveen
2015-04-11	1.00	jpA	Leeuwarden	2018-10-06	8.21	mpm	Heerenveen	2019-04-20	11.50	mpC	Drachten
2015-06-13	1.10	jpA	Heerenveen	2019-04-20	7.6	mpC	Drachten	2019-06-29	12.50	mpC	Leeuwarden
2015-06-27	1.10	jpA	Steenwijk	2019-10-05	7.4	mpC	Heerenveen	2019-09-14	12.50	mpC	Sneek
2016-04-09	1.25	jD	Heerenveen	2020-06-02	6.9	mpB	Heerenveen	2020-09-12	15.00	mpB	Heerenveen
2016-10-01	1.25	jD	Heerenveen	60			2021-05-06	16.00	mpA	Heerenveen	
2017-05-06	1.35	jD	Groningen	2018-07-07	8.3	mpm	Steenwijk	Fedde Visser			
2017-05-14	1.35	jD	Sneek	2018-10-06	8.21	mpm	Heerenveen	40			
ver				2019-04-20	7.6	mpC	Drachten	2017-10-07	9.5	jpm	Heerenveen
2015-06-06	3.45	jpA	Sneek	2019-10-05	7.4	mpC	Heerenveen	2018-10-06	8.31	jpm	Heerenveen
2015-06-13	3.65	jpA	Heerenveen	2020-06-02	6.9	mpB	Heerenveen	2019-10-05	7.6	jpC	Heerenveen
2015-10-03	3.73	jpA	Heerenveen	60			2020-09-26	7.6	jpB	Heerenveen	
2016-04-09	3.80	jD	Heerenveen	2021-04-06	10.5	mpA	Heerenveen	60			
2017-04-08	4.16	jD	Heerenveen	2021-05-06	10.1	mpA	Heerenveen	2021-04-06	10.2	jpA	Heerenveen
2017-06-24	4.25	jD	Stadskanaal	600			600				
2018-05-12	4.27	jC	Heerenveen	2018-10-06	2:36.26	mpm	Heerenveen	2017-10-07	3:03.8	jpm	Heerenveen
2018-10-06	4.61	jC	Heerenveen	2019-10-05	2:21.6	mpC	Heerenveen	2018-10-06	2:40.59	jpm	Heerenveen
discus 1				2021-05-22	2:12.33	mpA	Heerenveen	2019-10-05	2:36.0	jpC	Heerenveen
2016-05-21	7.53	jD	Drachten	duur 4'			2020-09-26	2:28.0	jpB	Heerenveen	
2018-10-06	18.99	jC	Heerenveen	2018-05-26	850	mpm	Sneek	duur 4'			
2019-04-06	23.59	jC	Heerenveen	2018-07-07	850	mpm	Steenwijk	2020-09-12	925	jpB	Heerenveen
kogel 2				2019-04-20	925	mpC	Drachten	duur 6'			
2015-04-11	5.70	jpA	Leeuwarden	2019-05-25	925	mpC	Steenwijk	2021-06-05	1250	jpA	Heerenveen
2015-06-27	6.60	jpA	Steenwijk	2019-06-29	950	mpC	Leeuwarden	60h			
kogel 3				2020-09-12	1025	mpB	Heerenveen	2021-05-22	13.77	jpA	Heerenveen
2017-05-14	6.58	jD	Sneek	duur 6'			hoog				
2017-06-10	7.60	jD	Sneek	2021-05-06	1400	mpA	Heerenveen	2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen
2017-10-07	7.63	jD	Heerenveen	40h			2018-09-15	0.80	ipm	Heerenveen	
speer 400				2018-07-07	9.4	mpm	Steenwijk				
2016-04-09	18.49	jD	Heerenveen	2019-04-20	8.8	mpC	Drachten				
2017-05-13	22.95	jD	Sneek								

2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen	Ruben Visser	3000
hurkhoog				40	2018-05-12 10:48.80 M35 Heerenveen
2020-09-12	0.85	jpB	Heerenveen	2017-10-07 7.2 jpB Heerenveen	Pieter Vos
ver				60	discus 1
2017-09-16	1.85	jpm	Heerenveen	2018-05-26 10.8 jpA Sneek	2014-10-04 16.22 M60 Heerenveen
2018-09-15	2.20	jpm	Heerenveen	2018-10-06 10.67 jpA Heerenveen	kogel 5
2018-10-06	2.29	jpm	Heerenveen	2019-09-14 10.4 jpA Sneek	2014-10-04 6.97 M60 Heerenveen
2019-10-05	2.58	jpC	Heerenveen	2019-10-05 10.1 jpA Heerenveen	speer 600
2020-09-12	2.80	jpB	Heerenveen	80	2014-10-04 22.94 M60 Heerenveen
2020-09-26	2.81	jpB	Heerenveen	2020-09-26 13.4 jD Heerenveen	werp 3-kamp
2021-04-06	2.85	jpA	Heerenveen	800	2014-10-04 659 M60 Heerenveen
balstoten				2020-09-26 2:55.0 jD Heerenveen	Féra Fieke de Vries
2017-09-16	2.20	jpm	Heerenveen	1000	60
2018-09-15	3.40	jpm	Heerenveen	2017-10-07 4:20.5 jpB Heerenveen	2015-10-03 9.8 mpA Heerenveen
2020-09-12	4.70	jpB	Heerenveen	2018-07-14 4:11.52 jpA Heerenveen	2016-10-01 9.3 mD Heerenveen
kogel 2				2018-10-06 3:52.61 jpA Heerenveen	80
2021-05-22	4.03	jpA	Heerenveen	2019-10-05 3:52.2 jpA Heerenveen	2018-10-06 12.17 mC Heerenveen
slingeren				2020-07-02 3:46.3 jD Heerenveen	300
2021-06-05	12.00	jpA	Heerenveen	duur 4'	2016-04-09 55.25 mD Heerenveen
vortex				2017-05-20 975 jpB Steenwijk	2017-04-08 53.03 mD Heerenveen
2017-09-16	4.00	jpm	Heerenveen	2019-06-29 1025 jpA Leeuwarden	400
2017-10-07	4.30	jpm	Heerenveen	duur 6'	2018-04-02 1:16.47 mC Amersfoort
2018-09-15	12.00	jpm	Heerenveen	2018-04-21 1400 jpA Drachten	600
				2018-05-26 1450 jpA Sneek	2016-04-09 2:12.49 mD Heerenveen
Jacob Visser				60h	2016-06-05 2:07.27 mD Gemert
100				2018-04-21 12.6 jpA Drachten	2016-10-01 2:00.0 mD Heerenveen
2017-04-08	18.49	M70	Heerenveen	2018-05-26 11.9 jpA Sneek	800
2020-09-26	17.9	M75	Heerenveen	2018-07-07 11.8 jpA Steenwijk	2018-04-02 2:58.69 mC Amersfoort
200				2019-06-29 11.1 jpA Leeuwarden	2018-04-14 2:54.50 mC Sneek
2017-05-20	37.29	M70	Heerenveen	2019-09-14 10.7 jpA Sneek	2018-06-09 2:48.26 mC Groningen
2017-10-07	36.2	M70	Heerenveen	hoog	2018-06-30 2:44.44 mC Groningen
400				2017-05-20 0.85 jpB Steenwijk	2019-04-06 2:40.73 mC Heerenveen
2017-04-08	1:21.68	M70	Heerenveen	2017-09-16 1.00 jpB Heerenveen	1000
800				2018-04-21 1.05 jpA Drachten	2015-10-03 3:55.7 mpA Heerenveen
2017-05-20	3:08.68	M70	Heerenveen	2018-07-07 1.05 jpA Steenwijk	2016-09-04 3:47.94 mD Amsterdam
2020-09-26	3:07.0	M75	Heerenveen	2019-06-29 1.15 jpA Leeuwarden	2018-10-06 3:42.93 mC Heerenveen
1500				ver	60h 76,2
2017-04-08	6:31.87	M70	Heerenveen	2017-05-20 2.60 jpB Steenwijk	2016-06-04 14.09 mD Gemert
3000				2017-09-16 2.60 jpB Heerenveen	1000st
2017-05-20	14:00.11	M70	Heerenveen	2017-10-07 2.72 jpB Heerenveen	2017-09-03 4:07.97 mD Amsterdam
5000				2018-07-14 3.13 jpA Heerenveen	1500st
2011-05-28	22:14.09	M65	Heerenveen	2018-10-06 3.22 jpA Heerenveen	2019-04-22 6:17.39 mC Amersfoort
2020-09-26	24:11.0	M75	Heerenveen	2019-10-05 3.30 jpA Heerenveen	hoog
25000				balstoten	2016-06-05 1.15 mD Gemert
2021-07-10	2:41:12	M75	Heerenveen	2017-05-20 4.30 jpB Steenwijk	2016-10-01 1.15 mD Heerenveen
marathon baan				2017-09-16 5.00 jpB Heerenveen	2017-10-07 1.20 mD Heerenveen
2020-02-22	4:49:29	M75	Steenwijk	kogel 2	2020-09-26 1.25 mB Heerenveen
hoog				2018-04-21 5.40 jpA Drachten	polshoog
2017-10-07	1.10	M70	Heerenveen	2019-10-05 6.22 jpA Heerenveen	2018-05-12 1.65 mC Heerenveen
ver				slingeren	2018-06-09 1.96 mC Groningen
2017-10-07	2.64	M70	Heerenveen	2018-05-26 13.50 jpA Sneek	2019-06-08 2.16 mC Groningen
discus 1				2019-09-14 15.00 jpA Sneek	ver
2017-10-07	18.48	M70	Heerenveen	vortex	2015-10-03 3.14 mpA Heerenveen
kogel 4				2017-05-20 12.50 jpB Steenwijk	2016-06-04 3.18 mD Gemert
2017-10-07	7.68	M70	Heerenveen	2018-04-21 14.00 jpA Drachten	2017-06-24 3.55 mD Stadskanaal
speer 500				2018-05-26 17.50 jpA Sneek	2018-04-02 3.96 mC Amersfoort
2017-10-07	13.07	M70	Heerenveen	2019-06-29 20.00 jpA Leeuwarden	2018-05-12 4.17 mC Heerenveen
werp 3-kamp				Anneke Visser-Bosma	discus ¾
2017-10-07	623	M70	Heerenveen	800	2016-10-01 13.94 mD Heerenveen
				2015-10-03 3:21.9 V35 Heerenveen	2017-10-07 15.39 mD Heerenveen
Martin Jan Visser				Jan Jouke Vos	discus 1
5000				800	2018-04-14 15.37 mC Sneek
2020-09-26	21:04.0	M50	Heerenveen	2019-10-05 2:30.4 M35 Heerenveen	kogel 2
					2015-10-03 5.75 mpA Heerenveen

2016-06-05	6.76	mD	Gemert	2015-04-18	3.59	jD	Assen	Julian Vries			
kogel 3				2015-05-16	3.74	jD	Heerenveen				
2018-10-06	8.08	mC	Heerenveen	2016-04-03	3.88	jD	Steenwijk	80			
2019-04-22	8.42	mC	Amersfoort	2016-04-09	3.93	jD	Heerenveen	2015-04-11	13.22	jD	Heerenveen
speer 400				2016-05-14	4.29	jD	Heerenveen	2015-10-03	12.7	jD	Heerenveen
2016-06-04	11.03	mD	Gemert	2017-04-08	4.45	jC	Heerenveen	2016-04-09	11.92w	jD	Heerenveen
2017-04-08	18.30	mD	Heerenveen	2017-05-13	4.48	jC	Sneek	2016-10-01	11.6	jD	Heerenveen
6-kamp				discus 1				100			
2016-06-05	1636	mD	Gemert	2015-04-04	17.55	jD	Steenwijk	2017-04-08	14.70	jC	Heerenveen
Johan de Vries				2016-04-03	20.77	jD	Steenwijk	2017-05-20	14.09	jC	Heerenveen
				2016-05-14	22.45	jD	Heerenveen	2018-04-02	13.80	jC	Amersfoort
				2016-08-26	29.18	jD	Assen	2018-06-09	13.35	jC	Groningen
				2016-09-04	29.67	jD	Amsterdam	2018-06-30	13.12	jC	Groningen
				2017-05-06	34.54	jC	Groningen	2018-10-06	12.99	jC	Heerenveen
60				2017-05-20	36.33	jC	Heerenveen	150			
2014-08-30	10.7	jpA	Assen	2018-08-26	39.37	jC	Amsterdam	2016-09-04	22.76	jD	Amsterdam
2014-09-13	10.5	jpA	Leeuwarden					2017-07-07	21.32w	jC	Steenwijk
2014-10-04	10.2	jpA	Heerenveen	discus 1½							
80				2019-03-30	32.12	jB	Steenwijk	200			
2015-08-29	12.81	jD	Stadskanaal	kogel 2				2016-05-14	32.81	jD	Heerenveen
2016-07-02	12.04	jD	Stadskanaal	2014-04-12	6.70	jpA	Drachten	2017-05-20	29.64	jC	Heerenveen
2016-10-01	11.4	jD	Heerenveen	2014-06-28	7.50	jpA	Sneek	2019-10-05	26.4	jB	Heerenveen
100				kogel 3				2021-04-11	26.1	jA	Heerenveen
2017-05-13	14.21	jC	Sneek	2015-04-11	6.62	jD	Heerenveen	300			
2017-07-08	13.97	jC	Stadskanaal	2015-05-16	6.75	jD	Heerenveen	2017-04-08	48.64	jC	Heerenveen
2017-10-07	13.6	jC	Heerenveen	2015-08-30	7.65	jD	Stadskanaal	2017-07-07	46.64	jC	Steenwijk
2018-04-28	13.71	jC	Sneek	2015-09-26	8.15	jD	Leeuwarden				
2018-10-06	13.31	jC	Heerenveen	2016-04-09	9.02	jD	Heerenveen	600			
200				2016-05-14	9.65	jD	Heerenveen	2015-04-11	2:19.6	jD	Heerenveen
2019-10-05	27.4	jB	Heerenveen	2016-05-21	10.27	jD	Drachten	2016-04-09	2:05.81	jD	Heerenveen
800				2016-06-11	10.52	jD	Groningen				
2018-10-06	2:48.72	jC	Heerenveen	2016-08-26	11.33	jD	Assen	800			
1000				kogel 4				2017-10-07	2:44.2	jC	Heerenveen
2014-10-04	4:20.9	jpA	Heerenveen	2017-04-01	10.26	jC	Steenwijk	2018-04-02	2:29.19	jC	Amersfoort
2015-08-30	4:16.77	jD	Stadskanaal	2017-05-20	10.65	jC	Heerenveen	2018-06-09	2:25.64	jC	Groningen
2015-10-03	4:07.1	jD	Heerenveen	2018-04-28	11.08	jC	Sneek	1000			
2016-07-03	4:05.39	jD	Stadskanaal	2018-10-06	11.14	jC	Heerenveen	2015-10-03	3:54.6	jD	Heerenveen
2016-10-01	3:59.5	jD	Heerenveen	2018-10-14	11.36	jC	Steenwijk	2016-05-21	3:49.04	jD	Drachten
2018-07-08	3:52.31	jC	Stadskanaal	kogel 5				2016-10-01	3:47.0	jD	Heerenveen
60h				2019-03-30	10.85	jB	Steenwijk	80h 76,2			
2014-04-12	12.0	jpA	Drachten	kogelsl. 4				2016-04-23	16.78w	jD	Assen
2014-06-14	11.6	jpA	Steenwijk	2018-06-09	25.49	jC	Groningen	2016-05-21	15.73	jD	Drachten
2014-06-28	11.6	jpA	Sneek	2018-07-05	28.61	jC	Zwolle	100h 83,8			
80h 76,2				2018-08-25	28.99	jC	Amsterdam	2017-05-27	19.46	jC	Stadskanaal
2015-08-30	17.02	jD	Stadskanaal	speer 400				300h 76,2			
2016-07-03	13.98w	jD	Stadskanaal	2015-04-04	19.32	jD	Steenwijk	2017-06-10	52.71	jC	Sneek
100h 83,8				2016-04-03	22.92	jD	Steenwijk				
2017-04-08	19.65	jC	Heerenveen	2016-04-23	25.50	jD	Assen	hoog			
2017-05-14	16.93	jC	Sneek	2016-10-09	26.68	jD	Steenwijk	2015-04-11	1.15	jD	Heerenveen
2017-07-09	16.77	jC	Stadskanaal	speer 600				2019-10-05	1.60	jB	Heerenveen
2018-04-29	16.32	jC	Sneek	2017-04-08	29.46	jC	Heerenveen	ver			
2018-07-08	16.14	jC	Stadskanaal	2017-05-06	31.32	jC	Groningen	2015-04-11	3.36	jD	Heerenveen
hoog				2017-05-27	31.69	jC	Stadskanaal	2015-10-03	3.69	jD	Heerenveen
2014-04-12	1.00	jpA	Drachten	2018-05-12	33.40	jC	Heerenveen	2016-04-09	3.77	jD	Heerenveen
2014-06-28	1.05	jpA	Sneek	2018-10-14	36.01	jC	Steenwijk	2016-10-01	3.95	jD	Heerenveen
2014-10-04	1.10	jpA	Heerenveen	speer 700				2017-04-08	3.95	jC	Heerenveen
2015-05-16	1.20	jD	Heerenveen	2019-10-05	27.79	jB	Heerenveen	2017-05-20	4.29	jC	Heerenveen
2015-08-30	1.30	jD	Stadskanaal	2019-10-13	32.89	jB	Steenwijk	2018-04-14	4.76	jC	Sneek
2016-04-09	1.35	jD	Heerenveen	vortex				2018-05-19	4.88	jC	Assen
2016-04-23	1.35	jD	Assen	2014-04-12	21.50	jpA	Drachten	2018-06-30	5.07	jC	Groningen
2016-05-21	1.40	jD	Drachten	2014-06-28	24.50	jpA	Sneek	2019-05-11	5.29	jB	Heerenveen
2016-06-11	1.40	jD	Groningen	2014-09-13	28.50	jpA	Leeuwarden	2021-03-20	5.47	jA	Heerenveen
2016-07-03	1.40	jD	Stadskanaal	werp 3-kamp				discus 1			
2016-10-01	1.45	jD	Heerenveen	2015-10-10	871	jD	Steenwijk	2016-10-01	17.49	jD	Heerenveen
2017-04-01	1.50	jC	Steenwijk	2016-10-09	1453	jD	Steenwijk	2018-10-06	20.38	jC	Heerenveen
2017-05-20	1.50	jC	Heerenveen	2017-10-15	1474	jC	Steenwijk	kogel 3			
2017-05-27	1.50	jC	Stadskanaal	2018-10-14	1762	jC	Steenwijk	2015-10-03	5.30	jD	Heerenveen
2018-04-07	1.60	jC	Steenwijk	2019-10-13	1324	jB	Steenwijk	kogel 5			
2018-07-07	1.60	jC	Stadskanaal	7-kamp				2019-10-05	8.12	jB	Heerenveen
2018-10-06	1.65	jC	Heerenveen	2015-08-30	2296	jD	Stadskanaal	speer 600			
ver				2016-07-03	3147	jD	Stadskanaal	2017-10-07	16.64	jC	Heerenveen
2014-06-14	2.80	jpA	Steenwijk	8-kamp				speer 700			
2014-08-30	3.36	jpA	Assen	2017-05-14	3919	jC	Sneek	2019-10-05	24.39	jB	Heerenveen
2014-09-13	3.40	jpA	Leeuwarden	2018-07-08	4307	jC	Stadskanaal				
2015-04-04	3.45	jD	Steenwijk								

Lara de Vries				slingeren				40h			
40				2017-04-08	16.00	jpB	Leeuwarden	2020-06-30	9.1	jpB	Heerenveen
2021-04-06	9.8	mpm	Heerenveen	2017-07-08	16.00	jpB	Drachten	60h			
600				vortex				2021-05-22	15.43	jpA	Heerenveen
2021-05-22	3:22.55	mpm	Heerenveen	2017-04-08	15.00	jpB	Leeuwarden	2021-06-26	13.6	jpA	Leeuwarden
40h				2017-07-08	17.00	jpB	Drachten	hoog			
2021-05-22	12.63	mpm	Heerenveen	2017-09-09	19.60	jpB	Sneek	2021-05-22	0.85	jpA	Heerenveen
hurkhoog				Ilse vd Wal				2021-06-26	0.90	jpA	Leeuwarden
2021-05-06	0.55	mpm	Heerenveen	60				hurkhoog			
ver				2020-06-02	13.1	mpA	Heerenveen	2020-06-30	0.75	jpB	Heerenveen
2021-04-06	1.80	mpm	Heerenveen	2020-09-26	11.9	mpA	Heerenveen	2020-09-12	0.75	jpB	Heerenveen
slingeren				2021-05-06	11.8	mpA	Heerenveen	polsver			
2021-05-06	6.00	mpm	Heerenveen	600				2021-06-26	2.80	jpA	Leeuwarden
vortex				2020-09-26	2:53.0	mpA	Heerenveen	ver			
2021-04-06	3.50	mpm	Heerenveen	duur 6'				2020-06-02	2.30	jpB	Heerenveen
2021-05-06	8.50	mpm	Heerenveen	2021-05-06	1100	mpA	Heerenveen	2020-09-12	2.65	jpB	Heerenveen
				2021-06-05	1175	mpA	Heerenveen	2021-04-06	2.80	jpA	Heerenveen
Thygo de Vries				60h				balstoten			
40				2020-06-30	13.5	mpA	Heerenveen	2020-09-12	4.10	jpB	Heerenveen
2017-04-08	7.4	jpB	Leeuwarden	2021-05-22	13.61	mpA	Heerenveen	kogel 2			
2017-06-24	6.89	jpB	Stadskanaal	hoog				2021-05-22	4.25	jpA	Heerenveen
2017-10-07	6.6	jpB	Heerenveen	2020-06-30	0.95	mpA	Heerenveen	2021-06-26	4.80	jpA	Leeuwarden
60				2021-05-06	1.00	mpA	Heerenveen	slingeren			
2018-03-25	9.82	jpA	Assen	ver				2020-06-30	9.50	jpB	Heerenveen
2018-06-17	9.62	jpA	Soest	2020-06-02	2.15	mpA	Heerenveen	2021-06-05	9.50	jpA	Heerenveen
2018-10-06	9.46	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2.46	mpA	Heerenveen	2021-09-11	13.00	jpA	Drachten
2019-04-07	9.43	jpA	Assen	2021-04-06	2.65	mpA	Heerenveen	vortex			
80				kogel 2				2020-06-02	7.50	jpB	Heerenveen
2021-04-17	11.1	jD	Heerenveen	2020-09-26	3.35	mpA	Heerenveen	2020-09-12	13.50	jpB	Heerenveen
150				2021-05-06	4.00	mpA	Heerenveen	2021-06-26	15.50	jpA	Leeuwarden
2020-07-02	21.6	jD	Heerenveen	2021-05-22	4.06	mpA	Heerenveen	Marja vd Werf-Zoer			
600				slingeren				800			
2019-04-07	1:59.27	jpA	Assen	2020-06-30	11.50	mpA	Heerenveen	2019-10-05	3:37.1	V55	Heerenveen
800				2021-06-05	13.00	mpA	Heerenveen	3000			
2020-09-26	2:35.0	jD	Heerenveen	vortex				2014-10-04	14:21.9	V50	Heerenveen
2021-05-01	2:31.04	jD	Heerenveen	2020-06-02	10.00	mpA	Heerenveen	2018-10-06	14:42.91	V55	Heerenveen
2021-05-22	2:30.98	jD	Heerenveen	Bob vd Weg				2019-10-05	14:32.0	V55	Heerenveen
1000				3000				5000			
2017-06-24	3:41.88	jpB	Stadskanaal	2013-10-05	11:00.1	M45	Heerenveen	2020-09-26	26:12.0	V55	Heerenveen
2018-06-17	3:38.16	jpA	Soest	2014-10-04	10:56.2	M45	Heerenveen	Jimte Wierda			
2018-07-14	3:31.75	jpA	Heerenveen	5000				40			
2020-07-02	3:28.2	jD	Heerenveen	2020-09-26	19:23.0	M50	Heerenveen	2020-06-02	8.7	jpm	Heerenveen
2021-04-17	3:08.3	jD	Heerenveen	25000				2020-09-26	8.5	jpm	Heerenveen
2021-09-12	3:04.70	jD	Amsterdam	2021-07-10	1:51:48	M50	Heerenveen	2021-04-06	8.1	jpC	Heerenveen
duur 4'				50000				600			
2017-04-08	1000	jpB	Leeuwarden	2018-02-17	3:54:49	M45	Steenwijk	2020-09-26	2:53.0	jpm	Heerenveen
2017-07-08	1050	jpB	Drachten	lenskje vd Weg				2021-05-22	2:41.55	jpC	Heerenveen
40h				3000				duur 4'			
2017-04-08	8.3	jpB	Leeuwarden	2012-10-06	15:10.8	V40	Heerenveen	2020-09-12	850	jpm	Heerenveen
2017-07-08	7.6	jpB	Drachten	Finn vd Werf				2021-05-06	875	jpC	Heerenveen
hoog				40				2021-06-05	875	jpC	Heerenveen
2017-06-24	1.05	jpB	Stadskanaal	2020-06-02	8.3	jpB	Heerenveen	40h			
2017-09-09	1.05	jpB	Sneek	2020-09-26	8.3	jpB	Heerenveen	2020-06-30	9.8	jpm	Heerenveen
hurkhoog				60				2021-06-05	9.4	jpC	Heerenveen
2017-04-08	0.85	jpB	Leeuwarden	2021-04-06	12.1	jpA	Heerenveen	hoog			
2017-07-08	1.00	jpB	Drachten	2021-09-11	10.5	jpA	Drachten	2021-06-05	0.75	jpC	Heerenveen
ver				600				2021-09-11	0.80	jpC	Drachten
2017-06-24	3.65	jpB	Stadskanaal	2020-09-26	2:51.0	jpB	Heerenveen	hurkhoog			
2018-06-17	3.78	jpA	Soest	duur 4'				2020-06-30	0.65	jpm	Heerenveen
2018-07-14	3.79	jpA	Heerenveen	2020-09-12	825	jpB	Heerenveen	2021-05-06	0.75	jpC	Heerenveen
2019-04-07	3.89	jpA	Assen	duur 6'				ver			
kogel 2				2021-06-05	1150	jpA	Heerenveen	2020-06-02	2.00	jpm	Heerenveen
2017-06-24	5.72	jpB	Stadskanaal	2021-06-26	1200	jpA	Leeuwarden	2020-09-12	2.20	jpm	Heerenveen
2018-03-25	6.92	jpA	Assen								
2019-04-07	7.24	jpA	Assen								

2021-04-06	2.45	jpC	Heerenveen	Cor Wijnja				balstoten				
2021-05-22	2.54	jpC	Heerenveen		800				2020-09-12	2.60	jpm	Heerenveen
2021-06-05	2.90	jpC	Heerenveen		2014-10-04	3:21.4	M55	Heerenveen	2021-06-05	3.10	jpm	Heerenveen
balstoten					2021-09-11	3.70	jpm	Drachten				
2020-09-12	3.90	jpm	Heerenveen	3000				slingeren				
2021-06-05	4.20	jpC	Heerenveen	2014-10-04	13:29.6	M55	Heerenveen	2021-05-06	4.40	jpm	Heerenveen	
2021-09-11	4.80	jpC	Drachten	Thymo Willemse				2021-06-26	7.00	jpm	Leeuwarden	
slingeren					40				vortex			
2020-06-30	9.00	jpm	Heerenveen		2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden	2020-09-12	5.00	jpm	Heerenveen
2021-05-06	13.00	jpC	Heerenveen		60				2020-09-26	6.68	jpm	Heerenveen
vortex				2020-09-26	11.0	jpA	Heerenveen	Jente Wolters	2021-09-11	10.00	jpm	Drachten
2020-06-02	12.50	jpm	Heerenveen	2021-04-06	10.7	jpA	Heerenveen		60			
2020-09-26	13.66	jpm	Heerenveen	600					2020-09-26	9.7	mD	Heerenveen
2021-05-06	14.50	jpC	Heerenveen	2020-09-26	2:41.0	jpA	Heerenveen		80			
2021-05-22	15.81	jpC	Heerenveen	2021-05-22	2:34.48	jpA	Heerenveen	2021-04-17	12.1	mC	Heerenveen	
2021-09-11	16.50	jpC	Drachten	1000				600				
Ties Wierda				2019-10-05	4:34.1	jpB	Heerenveen	2020-09-26	2:06.0	mD	Heerenveen	
	hoog				duur 4'				800			
	2021-09-11	0.75	jpm	Drachten	2019-06-29	875	jpB	Leeuwarden	2021-04-17	2:40.8	mC	Heerenveen
	ver				40h				ver			
2021-09-11	2.35	jpm	Drachten	2019-06-29	8.2	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	3.13	mD	Heerenveen	
balstoten				60h				speer 400				
2021-09-11	3.70	jpm	Drachten	2021-05-22	13.10	jpA	Heerenveen	2020-09-26	11.01	mD	Heerenveen	
vortex				hoog				Sverre Wolters				
2021-09-11	9.50	jpm	Drachten	2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen		40			
Sybout Wijma				hurkhoog					2018-04-21	7.5	jpC	Drachten
	800				2019-06-29	0.85	jpB		Leeuwarden	2019-06-29	7.5	jpB
	2011-04-20	2:05.03	M	Epe	ver				2019-10-05	7.2	jpB	Heerenveen
	110h 106,7				2019-10-05	2.68	jpB	Heerenveen	60			
2013-06-16	15.86	M	Harderwijk	2020-09-26	3.05	jpA	Heerenveen	2020-06-02	12.4	jpA	Heerenveen	
300h 83,8				kogel 2				2020-09-26	10.3	jpA	Heerenveen	
2011-05-02	40.21	M	Epe	2020-09-26	5.34	jpA	Heerenveen	2021-04-06	9.9	jpA	Heerenveen	
2011-05-02	40.13	M	Epe	2021-05-22	6.45	jpA	Heerenveen	2021-09-11	9.5	jpA	Drachten	
2012-04-29	39.67	M	Epe	slingeren				600				
hoog				2019-06-29	10.50	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	2:25.0	jpA	Heerenveen	
2013-08-31	1.78	M	Amersfoort	vortex				1000				
polshoog				2019-06-29	15.00	jpB	Leeuwarden	2019-10-05	4:25.9	jpB	Heerenveen	
2013-09-01	2.65	M	Amersfoort	2019-10-05	15.51	jpB	Heerenveen	duur 4'				
2014-04-12	2.70	M	Heerenveen	2021-04-06	20.00	jpA	Heerenveen	2018-04-21	850	jpC	Drachten	
2014-06-29	2.70	M	Enschede	Bjarne Wolters				2018-05-26	850	jpC	Sneek	
ver					40				2018-07-07	875	jpC	Steenwijk
2013-06-12	5.99	M	Sneek		2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen	duur 6'			
2013-06-21	6.00	M	Kampen		2021-04-06	7.9	jpm	Heerenveen	2020-09-12	1325	jpA	Heerenveen
2013-07-05	6.08	M	Utrecht	600				2021-06-05	1325	jpA	Heerenveen	
discus 2				2020-09-26	3:32.0	jpm	Heerenveen	2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden	
2012-10-06	23.83	M	Heerenveen	duur 4'				40h				
2013-07-19	25.29	M	Steenwijk	2020-09-12	625	jpm	Heerenveen	2018-04-21	9.5	jpC	Drachten	
2013-09-01	25.63	M	Amersfoort	2021-06-05	725	jpm	Heerenveen	2018-07-07	9.3	jpC	Steenwijk	
2014-05-17	26.82	M	Heerenveen	2021-06-26	750	jpm	Leeuwarden	2019-06-29	8.6	jpB	Leeuwarden	
2014-05-21	28.25	M	Sneek	40h				60h				
kogel 7¼				2021-06-05	11.3	jpm	Heerenveen	2020-06-30	13.2	jpA	Heerenveen	
2012-10-06	9.66	M	Heerenveen	2021-06-26	10.3	jpm	Leeuwarden	2020-09-12	11.9	jpA	Heerenveen	
kogelsl. 7¼				hoog				2021-06-26	11.5	jpA	Leeuwarden	
2015-04-19	23.94	M	Drachten	2021-06-05	0.75	jpm	Heerenveen	hoog				
2016-04-24	25.34	M	Grootebroek	2021-09-11	0.80	jpm	Drachten	2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen	
speer 800				hurkhoog				2018-05-26	0.75	jpC	Sneek	
2012-10-06	39.06	M	Heerenveen	2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen	2018-09-15	0.80	jpC	Heerenveen	
2013-09-01	39.07	M	Amersfoort	2021-06-26	0.65	jpm	Leeuwarden	2019-09-14	0.95	jpB	Sneek	
werp 3-kamp				ver				2020-06-30	1.00	jpA	Heerenveen	
2012-10-06	1237	M	Heerenveen	2020-09-12	1.85	jpm	Heerenveen	2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen	
10-kamp				2020-09-26	2.06	jpm	Heerenveen	2021-06-26	1.10	jpA	Leeuwarden	
2013-09-01	5171	M	Amersfoort	2021-04-06	2.25	jpm	Heerenveen	hurkhoog				
				2021-06-05	2.50	jpm	Heerenveen	2018-04-21	0.75	jpC	Drachten	
								2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk	

2019-06-29	0.80	jpB	Leeuwarden	Pelle vd Woude				2017-05-20	11:37.15	M55	Heerenveen
polsver					40			5000			
2020-09-12	3.10	jpA	Heerenveen	2014-10-04	7.8	jpm	Heerenveen	2013-09-21	19:31.40	M50	Leeuwarden
2021-06-26	3.90	jpA	Leeuwarden	2015-06-13	7.55	jpC	Heerenveen	2017-07-14	20:01.1	M55	Steenwijk
ver				2015-10-03	7.3	jpC	Heerenveen	2019-05-12	19:59.83	M55	Apeldoorn
2017-09-16	2.05	jpm	Heerenveen	2016-10-01	6.9	jpB	Heerenveen	10000			
2018-05-26	2.50	jpC	Sneek	60				2011-07-15	42:45.5	M50	Steenwijk
2018-09-15	2.50	jpC	Heerenveen	2017-10-07	10.6	jpA	Heerenveen	2017-07-07	42:07.52	M55	Steenwijk
2019-09-14	2.80	jpB	Sneek	2018-10-06	9.47	jpA	Heerenveen	ver			
2019-10-05	2.89	jpB	Heerenveen	600				2019-10-05	2.07	M55	Heerenveen
2020-09-26	3.26	jpA	Heerenveen	2014-10-04	3:03.1	jpm	Heerenveen	kogel 6			
2021-06-05	3.35	jpA	Heerenveen	2015-06-13	2:30.28	jpC	Heerenveen	2019-10-05	5.12	M55	Heerenveen
balstoten				2015-10-03	2:25.0	jpC	Heerenveen	speer 700			
2017-09-16	2.50	jpm	Heerenveen	1000				2019-10-05	13.73	M55	Heerenveen
2018-05-26	3.80	jpC	Sneek	2016-10-01	4:34.5	jpB	Heerenveen	Ruth Zijlstra			
2019-09-14	5.20	jpB	Sneek	2018-10-06	4:03.15	jpA	Heerenveen	40			
kogel 2				hurkhoog				2013-05-18	7.52	mpC	Stadskanaal
2020-09-12	4.90	jpA	Heerenveen	2015-09-19	1.00	jpC	Heerenveen	2014-05-31	7.45	mpB	Stadskanaal
2020-09-26	5.86	jpA	Heerenveen	polshoog				2014-10-04	7.1	mpB	Heerenveen
2021-05-06	6.20	jpA	Heerenveen	2019-05-11	1.66	JD	Heerenveen	60			
2021-06-26	6.20	jpA	Leeuwarden	2020-07-25	1.86	JD	Heerenveen	2015-06-06	10.3	mpA	Sneek
slingeren				2021-05-01	2.06	JC	Heerenveen	2015-09-19	10.1	mpA	Heerenveen
2018-04-21	8.50	jpC	Drachten	2021-05-22	2.07	JC	Heerenveen	2016-06-04	10.07	mpA	Stadskanaal
2018-07-07	8.50	jpC	Steenwijk	ver				2016-06-18	9.96	mpA	Heerenveen
2019-06-29	10.00	jpB	Leeuwarden	2014-10-04	2.33	jpm	Heerenveen	2016-10-01	9.4	mpA	Heerenveen
2020-06-30	12.50	jpA	Heerenveen	2015-06-13	2.70	jpC	Heerenveen	2017-04-08	9.61	mD	Heerenveen
2021-06-05	17.50	jpA	Heerenveen	2015-09-19	2.75	jpC	Heerenveen	2017-09-03	9.40	mD	Amsterdam
vortex				2015-10-03	3.18	jpC	Heerenveen	2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen
2017-09-16	7.50	jpm	Heerenveen	2016-10-01	3.28	jpB	Heerenveen	2018-05-12	9.01	mD	Heerenveen
2018-04-21	11.50	jpC	Drachten	2017-10-07	3.29	jpA	Heerenveen	2018-06-02	8.90	mD	Stadskanaal
2018-05-26	13.00	jpC	Sneek	2018-10-06	3.75	jpA	Heerenveen	80			
2018-09-15	13.00	jpC	Heerenveen	balstoten				2019-04-06	11.50	mC	Heerenveen
2019-06-29	13.00	jpB	Leeuwarden	2015-09-19	4.30	jpC	Heerenveen	2019-05-18	11.57	mC	Stadskanaal
2019-09-14	17.00	jpB	Sneek	balwerpen 135				2019-06-22	11.55	mC	Stadskanaal
2019-10-05	17.95	jpB	Heerenveen	2014-10-04	6.49	jpm	Heerenveen	2020-07-25	11.43w	mB	Heerenveen
2020-09-12	19.50	jpA	Heerenveen	kogel 2				100			
2021-04-06	19.00	jpA	Heerenveen	2017-10-07	5.22	jpA	Heerenveen	2020-09-26	14.1	mB	Heerenveen
2021-05-06	24.00	jpA	Heerenveen	2018-10-06	6.51	jpA	Heerenveen	2021-05-01	14.08	mB	Heerenveen
Berber vd Woude				vortex				150			
60				2015-06-13	10.22	jpC	Heerenveen	2018-04-02	22.19	mD	Amersfoort
2014-10-04	11.5	mpA	Heerenveen	2015-09-19	14.50	jpC	Heerenveen	2018-07-13	21.40	mD	Steenwijk
2015-06-13	11.69	mpA	Heerenveen	2016-10-01	21.46	jpB	Heerenveen	2019-07-05	21.12	mC	Steenwijk
2015-10-03	11.2	mpA	Heerenveen	Saher Yousef				200			
2016-10-01	10.1	mD	Heerenveen	3000				2019-04-28	28.67	mC	Epe
600				2018-10-06	10:24.06	M50	Heerenveen	300			
2016-10-01	2:29.2	mD	Heerenveen	5000				2018-07-13	48.91	mD	Steenwijk
1000				2018-06-10	17:27.00	M50	Apeldoorn	2019-07-05	45.66	mC	Steenwijk
2014-10-04	5:11.2	mpA	Heerenveen	Harm Zijlstra				400			
2015-06-13	5:02.93	mpA	Heerenveen	100				2019-04-22	1:05.61	mC	Amersfoort
2015-10-03	4:53.0	mpA	Heerenveen	2020-07-25	17.32	M55	Heerenveen	2021-05-01	1:05.43	mB	Heerenveen
2017-10-07	4:40.8	mD	Heerenveen	200				600			
hoog				2019-10-05	34.8	M55	Heerenveen	2013-05-18	2:43.06	mpC	Stadskanaal
2015-06-13	0.90	mpA	Heerenveen	2020-07-25	34.39w	M55	Heerenveen	2013-10-05	2:28.0	mpC	Heerenveen
ver				400				2017-05-14	1:58.97	mD	Sneek
2014-10-04	2.57	mpA	Heerenveen	2019-04-07	1:14.36	M55	Amersfoort	2018-06-02	1:54.45	mD	Stadskanaal
2015-06-13	2.75	mpA	Heerenveen	800				2019-05-18	1:48.87	mC	Stadskanaal
2015-10-03	2.88	mpA	Heerenveen	2018-06-10	2:48.32	M55	Apeldoorn	800			
2016-10-01	2.90	mD	Heerenveen	2019-05-11	2:43.46	M55	Heerenveen	2018-04-02	2:40.13	mD	Amersfoort
2017-10-07	2.95	mD	Heerenveen	1500				2019-04-06	2:36.39	mC	Heerenveen
kogel 2				2011-05-28	5:26.52	M50	Heerenveen	2019-04-28	2:34.98	mC	Epe
2014-10-04	3.72	mpA	Heerenveen	2016-04-09	5:14.61	M50	Heerenveen	2019-05-11	2:34.74	mC	Heerenveen
2015-10-03	4.04	mpA	Heerenveen	2019-04-07	5:29.88	M55	Amersfoort	2019-05-25	2:34.24	mC	Sneek
2016-10-01	5.06	mD	Heerenveen	3000				2019-06-22	2:30.17	mC	Stadskanaal
2017-10-07	5.91	mD	Heerenveen	2013-10-05	11:04.8	M50	Heerenveen	1000			
vortex								2014-05-31	4:29.91	mpB	Stadskanaal
2015-06-13	8.31	mpA	Heerenveen					2015-06-13	4:26.67	mpA	Heerenveen
								2016-06-18	4:12.74	mpA	Heerenveen

2016-10-01	4:03.4	mpA	Heerenveen
2017-05-06	3:54.71	mD	Groningen
2018-04-14	3:28.46	mD	Sneek
2018-05-19	3:25.67	mD	Assen
duur 6'			
2016-04-16	1275	mpA	Sneek
2016-07-02	1275	mpA	Drachten
40h			
2013-06-15	8.2	mpC	Steenwijk
2014-04-12	8.1	mpB	Drachten
2014-06-28	8.1	mpB	Sneek
60h			
2015-06-06	11.4	mpA	Sneek
2016-05-28	11.1	mpA	Leeuwarden
2016-07-02	10.9	mpA	Drachten
60h 76,2			
2017-05-06	13.57	mD	Groningen
2017-05-13	12.83	mD	Sneek
2017-07-08	12.82	mD	Stadskanaal
hoog			
2013-05-18	0.90	mpC	Stadskanaal
2014-05-31	1.05	mpB	Stadskanaal
2015-06-13	1.20	mpA	Heerenveen
2015-06-27	1.20	mpA	Steenwijk
2016-04-16	1.25	mpA	Sneek
2016-06-04	1.25	mpA	Stadskanaal
2016-06-18	1.25	mpA	Heerenveen
2016-07-02	1.25	mpA	Drachten
2017-04-08	1.30	mD	Heerenveen
2017-06-24	1.30	mD	Stadskanaal
hurkhoog			
2013-06-01	0.65	mpC	Heerenveen
2013-06-15	0.75	mpC	Steenwijk
2013-09-14	0.80	mpC	Sneek
2014-04-12	0.95	mpB	Drachten
2014-06-14	1.05	mpB	Steenwijk
polsver			
2016-04-16	3.90	mpA	Sneek
2016-07-02	4.00	mpA	Drachten
ver			
2013-05-18	2.45	mpC	Stadskanaal
2013-06-01	2.50	mpC	Heerenveen
2013-09-14	2.80	mpC	Sneek
2014-05-31	3.20	mpB	Stadskanaal
2014-08-30	3.38	mpB	Assen
2015-06-06	3.60	mpA	Sneek
2016-05-28	3.64	mpA	Leeuwarden
2016-06-04	3.77	mpA	Stadskanaal
2016-10-01	3.91	mpA	Heerenveen
2017-05-14	4.03	mD	Sneek
2018-04-14	4.20	mD	Sneek
2018-06-02	4.32	mD	Stadskanaal
2018-06-09	4.44	mD	Groningen
balstoten			
2013-06-01	3.80	mpC	Heerenveen
2013-09-14	4.00	mpC	Sneek
2014-06-14	4.90	mpB	Steenwijk
2014-09-13	5.70	mpB	Leeuwarden
balwerpen 135			
2013-05-18	7.07	mpC	Stadskanaal
2013-10-05	11.35	mpC	Heerenveen
kogel 2			
2014-05-31	3.53	mpB	Stadskanaal
2014-08-30	4.71	mpB	Assen
2014-10-04	4.90	mpB	Heerenveen
2015-06-27	5.50	mpA	Steenwijk
2016-04-16	5.50	mpA	Sneek
2016-07-02	6.20	mpA	Drachten
2016-10-01	6.29	mpA	Heerenveen
2017-05-14	6.35	mD	Sneek
2017-07-09	6.96	mD	Stadskanaal
2017-10-07	7.35	mD	Heerenveen
2018-10-06	8.57	mD	Heerenveen

slingeren			
2016-05-28	17.00	mpA	Leeuwarden
speer 400			
2017-05-13	14.65	mD	Sneek
vortex			
2013-06-01	7.00	mpC	Heerenveen
2013-06-15	11.50	mpC	Steenwijk
2013-09-14	11.50	mpC	Sneek
2014-04-12	13.00	mpB	Drachten
2015-06-27	14.50	mpA	Steenwijk
2016-04-16	15.50	mpA	Sneek
6-kamp			
2017-05-14	2127	mD	Sneek

Timotej Zoetendal

40			
2017-10-07	7.7	jpC	Heerenveen
2018-07-14	7.57	jpB	Heerenveen
2018-10-06	7.24	jpB	Heerenveen
60			
2019-10-05	9.7	jpA	Heerenveen
80			
2021-04-17	13.0	jD	Heerenveen
2021-05-01	12.96	jD	Heerenveen
150			
2021-05-01	25.35	jD	Heerenveen
600			
2017-10-07	2:20.2	jpC	Heerenveen
2018-07-14	2:16.12	jpB	Heerenveen
1000			
2018-10-06	4:23.17	jpB	Heerenveen
2019-10-05	4:13.9	jpA	Heerenveen
60h			
2020-06-30	13.7	jpA	Heerenveen
hoog			
2017-09-16	0.90	jpC	Heerenveen
2018-07-14	0.95	jpB	Heerenveen
2020-06-30	1.15	jpA	Heerenveen
ver			
2017-09-16	2.60	jpC	Heerenveen
2017-10-07	2.61	jpC	Heerenveen
2018-10-06	3.01	jpB	Heerenveen
2020-09-26	3.20	jpA	Heerenveen
2021-04-17	3.50	jD	Heerenveen
balstoten			
2017-09-16	5.00	jpC	Heerenveen
kogel 2			
2018-07-14	4.79	jpB	Heerenveen
2020-09-26	6.33	jpA	Heerenveen
kogel 3			
2021-04-17	5.36	jD	Heerenveen
2021-05-22	5.37	jD	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	14.50	jpA	Heerenveen
speer 400			
2021-04-17	11.30	jD	Heerenveen
2021-05-22	16.60	jD	Heerenveen
vortex			
2017-09-16	11.00	jpC	Heerenveen
2017-10-07	13.44	jpC	Heerenveen
2018-10-06	17.35	jpB	Heerenveen