

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

## Beste jaarprestaties vanaf het outdoor seizoen 2011

### Bijgewerkt t/m 2022

#### Hayat Askar

40	2014-10-04	7.6	V U10	Heerenveen
60	2015-06-06	10.1	V U12	Sneek
	2016-05-28	9.7	V U12	Leeuwarden
	2017-06-10	10.13	V U14	Sneek
	2018-10-06	9.55	V U14	Heerenveen
80	2019-10-05	12.0	V U16	Heerenveen
600	2017-04-08	2:14.45	V U14	Heerenveen
	2018-10-06	2:15.79	V U14	Heerenveen
	2019-10-05	2:02.1	V U16	Heerenveen
1000	2014-10-04	4:25.8	V U10	Heerenveen
	2015-10-03	4:45.3	V U12	Heerenveen
	2016-10-01	4:16.2	V U12	Heerenveen
duur 6'	2016-05-28	1275	V U12	Leeuwarden
60h	2015-04-11	12.2	V U12	Leeuwarden
	2016-09-17	11.6	V U12	Heerenveen
60h 76,2	2017-05-06	14.61	V U14	Groningen
hoog	2015-06-27	1.00	V U12	Steenwijk
	2016-04-16	1.20	V U12	Sneek
	2017-04-08	1.20	V U14	Heerenveen
	2018-10-06	1.30	V U14	Heerenveen
	2019-06-22	1.30	V U16	Stadskanaal
	2020-07-02	1.25	V U16	Heerenveen
	2021-04-11	1.25	V U18	Heerenveen
polsver	2016-07-02	4.10	V U12	Drachten
ver	2014-10-04	2.43	V U10	Heerenveen
	2015-10-03	3.16	V U12	Heerenveen
	2016-09-17	3.35	V U12	Heerenveen
	2017-04-08	3.53	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	4.02	V U16	Heerenveen
	2021-05-22	3.79	V U18	Heerenveen
discus ¾	2018-09-02	18.15	V U14	Amsterdam
discus 1	2019-04-28	19.66	V U16	Epe
kogel 2	2014-10-04	4.75	V U10	Heerenveen
	2015-10-03	6.09	V U12	Heerenveen
	2016-04-16	6.60	V U12	Sneek
	2017-10-07	8.12	V U14	Heerenveen
	2018-05-12	9.36	V U14	Heerenveen
kogel 3	2019-04-06	8.30	V U16	Heerenveen
	2020-07-02	8.78	V U16	Heerenveen
	2020-09-26	9.11	V U16	Heerenveen
	2021-05-22	9.09	V U18	Heerenveen
	2022-05-15	9.29	V U18	Zwolle

slingeren	2016-05-28	18.50	V U12	Leeuwarden
speer 400	2017-05-27	15.32	V U14	Stadskanaal
	2018-05-12	18,45	V U14	Heerenveen
vortex	2015-06-27	18.50	V U12	Steenwijk
	2016-05-28	25.50	V U12	Leeuwarden

#### Jula van Aurich

40	2022-10-01	8.3	V U9	Heerenveen
600	2022-10-01	2:52.0	V U9	Heerenveen
ver	2022-10-01	2.35	V U9	Heerenveen
vortex	2022-10-01	10.00	V U9	Heerenveen

#### Mariam Azouz

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

#### Sara Azouz

60	2019-10-05	10.3	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	9.5	V U14	Heerenveen
80	2021-10-02	11.53	V U16	Heerenveen
150	2021-10-02	21.56	V U16	Heerenveen
600	2019-10-05	2:33.4	V U14	Heerenveen
	2020-09-26	2:02.0	V U14	Heerenveen
800	2021-05-22	2:40.90	V U16	Heerenveen
ver	2019-10-05	2.75	V U14	Heerenveen

2020-09-26	3.43	V U14	Heerenveen
2021-04-17	4.04	V U16	Heerenveen

#### Sedra Azouz

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

#### Kick Bakker

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

#### Christiaan Balk

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

#### Luuk Beenen

40	2022-10-01	8.8	M U9	Heerenveen
600	2022-10-01	2:46.0	M U9	Heerenveen
hoog	2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen
ver	2022-10-01	2.45	M U9	Heerenveen
balstoten	2022-09-10	3.60	M U9	Heerenveen
vortex	2022-09-10	11.50	M U9	Heerenveen

<b>Amarins Beijaard</b>				2021-10-08	17.33	V40	Best	300			
60				2022-07-01	14.45	V45	Best	2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk
2018-10-06	9.81	V U14	Heerenveen	400h 76,2				2022-08-26	50.76	V55	Grootebroek
2019-10-05	9.4	V U14	Heerenveen	2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo	400			
600				2022-05-21	1:14.81	V45	Heerenveen	2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek
2018-10-06	2:12.02	V U14	Heerenveen	hoog				2022-04-24	1:10.50	V55	Emmen
2019-10-05	2:12.6	V U14	Heerenveen	2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen	800			
2020-09-26	2:03.0	V U16	Heerenveen	2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal	2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen
1000				2020-10-09	1.30	V40	Drachten	2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn
2018-06-30	3:52.20	V U14	Groningen	2021-10-08	1.36	V40	Best	2019-03-30	2:44.24	V55	Steenwijk
duur 6'				2022-10-01	1.35	V45	Heerenveen	2020-07-25	2:41.99	V55	Heerenveen
2017-07-08	1425	V U12	Drachten	ver				2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard
60h				2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen	2022-05-29	2:39.65	V55	Harderwijk
2017-07-08	12.0	V U12	Drachten	2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen	1000			
hoog				2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen	2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo
2017-07-08	0.95	V U12	Drachten	2021-09-19	4.69	V40	Hengelo	1500			
2019-10-05	1.25	V U14	Heerenveen	2022-05-01	4.71	V45	Heerenveen	2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen
2020-09-26	1.25	V U16	Heerenveen	discus 1				2022-09-18	5:37.70	V55	Vught
polsver				2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk	mijl			
2017-07-08	3.30	V U12	Drachten	2020-08-28	22.96	V40	Heerenveen	2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk
ver				kogel 4				3000			
2018-04-14	3.11w	V U14	Sneek	2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen	2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen
kogel 2				2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden	2022-06-19	12:46.50	V55	Ede
2017-07-08	4.10	V U12	Drachten	2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek	5000			
2018-10-06	5.35	V U14	Heerenveen	2021-09-08	9.11	V40	Hengelo	2021-10-02	21:25.11	V55	Heerenveen
speer 400				2022-04-30	9.32	V45	Heerenveen				
2019-10-05	12.54	V U14	Heerenveen	speer 600				<b>Anke Binnema</b>			
speer 500				2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk	40			
2020-09-26	14.07	V U16	Heerenveen	2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen	2011-07-16	7.38	V U9	Hoogeveen
vortex				2021-10-02	28.36	V40	Heerenveen	2012-06-16	7.11	V U10	Stadskanaal
2017-07-08	10.50	V U12	Drachten	2022-10-01	27.18	V45	Heerenveen	60			
<b>Jikke vd Berg</b>				werp 3-kamp				2013-09-01	9.85	V U12	Emmeloord
3000				2019-10-05	1337	V40	Heerenveen	2014-05-31	9.73	V U12	Stadskanaal
2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn	2019-10-13	1430	V40	Steenwijk	2015-04-18	9.31	V U14	Assen
5000				2020-08-28	1392	V40	Heerenveen	2016-10-01	8.5	V U14	Heerenveen
2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen	7-kamp				80			
<b>Linda vd Berg</b>				2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal	2017-06-24	11.14	V U16	Stadskanaal
80				2021-10-09	3886	V40	Best	2018-10-06	11.49	V U16	Heerenveen
2019-05-08	12.21	V40	Kampen	2022-05-01	4720	V45	Heerenveen	100			
100				<b>Romé de Best</b>				2022-10-01	14.7	V U20	Heerenveen
2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk	100				150			
2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek	2022-05-21	14.18	V U20	Heerenveen	2016-07-08	22.11	V U14	Steenwijk
2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk	200				2017-07-08	21.32	V U16	Stadskanaal
2022-04-02	14.43w	V45	Steenwijk	2022-06-04	28.01	V U20	Emmeloord	2018-05-20	21.83	V U16	Amstelveen
150				800				200			
2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek	2022-06-05	2:50.18	V U20	Emmeloord	2015-05-16	32.13	V U14	Heerenveen
2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk	100h 83,8				2019-10-05	30.1	V U18	Heerenveen
2022-06-24	21.09	V45	Steenwijk	2022-06-04	16.55	V U20	Emmeloord	2021-10-02	29.33w	V U20	Heerenveen
200				hoog				2022-10-01	29.8	V U20	Heerenveen
2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen	2022-06-04	1.47	V U20	Emmeloord	300			
2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal	ver				2016-04-09	49.51	V U14	Heerenveen
2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek	2022-06-18	5.10	V U20	Amsterdam	400			
2021-10-02	28.32	V40	Heerenveen	kogel 4				2018-04-02	1:13.86	V U16	Amersfoort
2022-07-01	28.47	V45	Best	2022-04-30	10.07	V U20	Heerenveen	600			
300				speer 600				2011-06-25	2:16.1	V U9	Heerenveen
2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk	2022-05-01	27.63	V U20	Heerenveen	2013-09-01	2:13.66	V U12	Emmeloord
2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen	7-kamp				2015-08-30	1:58.21	V U14	Stadskanaal
2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk	2022-06-05	3718	V U20	Emmeloord	2016-07-03	1:52.00	V U14	Stadskanaal
2022-04-02	47.9	V45	Steenwijk	<b>Betty Bijker-Bangma</b>				2017-07-09	1:50.43	V U16	Stadskanaal
400				100				2018-07-08	2:03.66	V U16	Stadskanaal
2021-09-18	1:05.57	V40	Hengelo	2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn	800			
2022-05-28	1:06.07	V45	Harderwijk	2020-09-26	15.9	V55	Heerenveen	2021-10-10	3:02.39	V U20	Best
800				2022-04-09	15.79w	V55	Harderwijk	1000			
2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen	150				2012-06-05	3:55.6	V U10	Heerenveen
2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal	2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk	2013-05-18	3:54.17	V U12	Stadskanaal
2020-09-26	2:49.0	V40	Heerenveen	2022-08-26	23.85	V55	Grootebroek	2014-10-04	3:53.1	V U12	Heerenveen
2021-10-09	2:36.09	V40	Best	200				60h			
2022-05-01	2:39.11	V45	Heerenveen	2018-05-13	32.59	V55	Emmen	2013-06-01	11.1	V U12	Heerenveen
80h 76,2				2022-05-21	31.24	V55	Heerenveen	2014-06-14	10.5	V U12	Steenwijk
2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal					60h 76,2			
								2015-08-29	12.13	V U14	Stadskanaal
								2016-07-02	10.13	V U14	Stadskanaal

80h 76,2				speer 500				2021-04-11	1.30	V U18	Heerenveen
2017-05-14	12.81	V U16	Sneek	2017-06-10	24.49	V U16	Sneek	hurkhoog			
2018-05-12	13.39	V U16	Heerenveen	2018-10-14	28.19	V U16	Steenwijk	2013-09-14	0.85	V U9	Sneek
100h 76,2				2019-05-11	25.56	V U18	Heerenveen	2014-09-13	1.00	V U10	Leeuwarden
2019-10-05	17.2	V U18	Heerenveen	2020-09-26	29.29	V U18	Heerenveen	hss			
100h 83,8				speer 600				2021-04-11	9.43	V U18	Heerenveen
2021-10-09	18.22	V U20	Best	2021-10-10	27.10	V U20	Best	polshoog			
300h 76,2				2022-04-10	28.19	V U20	Drachten	2017-06-03	1.75	V U14	Groningen
2016-05-22	53.06	V U14	Epe	vortex				2018-05-12	1.95	V U14	Heerenveen
2017-06-10	49.08	V U16	Sneek	2013-08-31	26.57	V U12	Emmeloord	polsver			
2018-06-30	51.29	V U16	Groningen	2014-09-13	28.50	V U12	Leeuwarden	2016-07-02	4.40	V U12	Drachten
400h 76,2				sprint 2-kamp				ver			
2021-05-01	1:14.12	V U20	Heerenveen	2022-10-01	849	V U20	Heerenveen	2011-05-14	2.44	V U8	Sneek
hoog				werp 3-kamp				2012-07-03	2.65	V U8	Leeuwarden
2011-05-24	1.05	V U9	Grou	2015-10-10	1065	V U14	Steenwijk	2013-09-14	2.80	V U9	Sneek
2012-06-16	1.20	V U10	Stadskanaal	2017-10-15	1044	V U16	Steenwijk	2014-08-30	3.17	V U10	Assen
2013-09-01	1.25	V U12	Emmeloord	2018-10-14	1293	V U16	Steenwijk	2015-10-03	3.43	V U12	Heerenveen
2014-05-31	1.30	V U12	Stadskanaal	6-kamp				2016-10-01	3.83	V U12	Heerenveen
2015-10-03	1.40	V U14	Heerenveen	2015-08-30	2525	V U14	Stadskanaal	2017-05-14	4.02	V U14	Sneek
2016-09-17	1.50	V U14	Zoetermeer	2016-06-05	3041	V U14	Gemert	2018-07-07	4.55	V U14	Stadskanaal
2017-06-10	1.55	V U16	Sneek	7-kamp				2019-05-05	4.23w	V U16	Sneek
2018-10-06	1.45	V U16	Heerenveen	2017-07-09	3562	V U16	Stadskanaal	2020-08-01	4.51	V U16	Amstelveen
2019-06-23	1.50	V U18	Drachten	2018-07-08	3256	V U16	Stadskanaal	2021-05-01	4.37	V U18	Heerenveen
2021-10-09	1.46	V U20	Best	2021-10-10	3074	V U20	Best	balstoten			
hss				<b>Jildou Binnema</b>				2011-05-14	2.90	V U8	Sneek
2021-04-11	9.05	V U20	Heerenveen	40				2012-07-07	3.92	V U8	Heerenveen
polshoog				2011-10-01	8.2	V U8	Heerenveen	2013-09-14	4.40	V U9	Sneek
2017-06-03	1.95	V U16	Groningen	2013-05-18	7.68	V U9	Stadskanaal	2014-09-13	5.50	V U10	Leeuwarden
2018-05-12	1.95	V U16	Heerenveen	2014-06-28	7.0	V U10	Sneek	balwerpen 135			
ver				60				2011-06-21	8.95	V U8	Sneek
2011-06-25	3.29	V U9	Heerenveen	2015-10-03	9.9	V U12	Heerenveen	2011-10-01	12.75	V U8	Heerenveen
2012-07-03	3.49	V U10	Leeuwarden	2016-10-01	9.2	V U12	Heerenveen	2013-10-05	20.66	V U9	Heerenveen
2013-10-05	3.91	V U12	Heerenveen	2017-10-07	9.0	V U14	Heerenveen	discus ¾			
2014-08-30	4.15	V U12	Assen	2018-10-06	9.03	V U14	Heerenveen	2017-05-06	18.87	V U14	Groningen
2015-08-30	4.20	V U14	Stadskanaal	80				2018-10-14	27.12	V U14	Steenwijk
2016-05-01	4.42	V U14	Sneek	2019-10-05	11.8	V U16	Heerenveen	discus 1			
2017-05-06	4.68w	V U16	Groningen	150				2019-08-30	26.71	V U16	Heerenveen
2018-05-12	4.39	V U16	Heerenveen	2018-04-02	23.07	V U14	Amersfoort	2020-08-28	28.25	V U16	Apeldoorn
2019-03-30	4.42	V U18	Steenwijk	2019-05-04	23.77	V U16	Sneek	2021-05-22	29.69	V U18	Heerenveen
2020-09-26	4.85	V U18	Heerenveen	2020-07-02	22.2	V U16	Heerenveen	2022-06-24	30.26	V U18	Steenwijk
2021-10-10	4.16	V U20	Best	600				kogel 2			
2022-04-02	4.48	V U20	Steenwijk	2011-06-25	2:52.0	V U8	Heerenveen	2014-10-04	4.41	V U10	Heerenveen
balstoten				2012-07-07	2:36.0	V U8	Heerenveen	2015-09-26	6.48	V U12	Leeuwarden
2011-06-25	4.20	V U9	Heerenveen	2013-05-18	2:41.57	V U9	Stadskanaal	2016-10-01	7.23	V U12	Heerenveen
balwerpen 135				2017-05-14	2:06.52	V U14	Sneek	2017-07-09	9.29	V U14	Stadskanaal
2011-06-07	20.50	V U9	Heerenveen	2018-07-08	2:01.53	V U14	Stadskanaal	2018-10-14	10.48	V U14	Steenwijk
2012-07-07	20.00	V U10	Heerenveen	2019-10-05	2:08.2	V U16	Heerenveen	kogel 3			
balwerpen 180				1000				2019-03-30	9.56	V U16	Steenwijk
2013-05-11	19.88	V U12	Hoogeveen	2014-10-04	4:40.8	V U10	Heerenveen	2020-09-19	10.97	V U16	Grootebroek
2014-10-04	25.01	V U12	Heerenveen	2015-10-03	4:22.8	V U12	Heerenveen	2021-08-27	10.50	V U18	Heerenveen
discus ¾				2016-10-01	3:58.3	V U12	Heerenveen	2022-04-02	10.34	V U18	Steenwijk
2015-10-10	17.88	V U14	Steenwijk	duur 6'				kogel sl. 3			
2016-06-11	23.80	V U14	Groningen	2016-07-02	1275	V U12	Drachten	2022-09-04	30.07	V U18	Groningen
discus 1				40h				slingeren			
2017-10-15	19.29	V U16	Steenwijk	2013-04-13	8.3	V U9	Drachten	2016-09-17	21.50	V U12	Heerenveen
2018-10-14	22.59	V U16	Steenwijk	2014-04-12	7.8	V U10	Drachten	speer 400			
2022-05-15	22.52	V U20	Zwolle	60h				2017-09-03	27.15	V U14	Amsterdam
kogel 2				2015-04-11	10.9	V U12	Leeuwarden	2018-09-02	33.30	V U14	Amsterdam
2012-06-16	5.18	V U10	Stadskanaal	2016-09-17	11.0	V U12	Heerenveen	speer 500			
2013-05-18	5.43	V U12	Stadskanaal	60h 76,2				2019-08-30	31.67	V U16	Heerenveen
2014-08-30	6.70	V U12	Assen	2017-07-08	11.40	V U14	Stadskanaal	2020-09-26	35.60	V U16	Heerenveen
2015-10-10	8.45	V U14	Steenwijk	2018-07-07	11.07w	V U14	Stadskanaal	2021-03-20	36.23	V U18	Heerenveen
2016-06-05	9.05	V U14	Gemert	80h 76,2				2022-05-21	38.08	V U18	Heerenveen
kogel 3				2019-05-04	15.21	V U16	Sneek	vortex			
2017-10-15	8.21	V U16	Steenwijk	hoog				2013-06-15	16.50	V U9	Steenwijk
2018-10-14	8.98	V U16	Steenwijk	2011-05-24	0.70	V U8	Grou	2014-04-12	17.00	V U10	Drachten
2019-06-23	10.40	V U18	Drachten	2012-06-09	0.90	V U8	Steenwijk	2015-06-27	21.50	V U12	Steenwijk
2020-09-19	10.01	V U18	Grootebroek	2014-05-31	1.00	V U10	Stadskanaal	2016-06-18	29.41	V U12	Heerenveen
kogel 4				2015-06-13	1.10	V U12	Heerenveen	werp 3-kamp			
2021-10-09	8.96	V U20	Best	2016-06-04	1.25	V U12	Stadskanaal	2017-10-15	1085	V U14	Steenwijk
2022-05-21	9.15	V U20	Heerenveen	2017-07-09	1.35	V U14	Stadskanaal	2018-10-14	1464	V U14	Steenwijk
speer 400				2018-10-06	1.40	V U14	Heerenveen	2019-08-30	1365	V U16	Heerenveen
2015-10-03	22.19	V U14	Heerenveen	2019-10-05	1.45	V U16	Heerenveen	2020-08-14	1384	V U16	Deventer
2016-09-17	24.04	V U14	Zoetermeer	2020-07-04	1.30	V U16	Heerenveen	2021-10-10	1585	V U18	Steenwijk
								2022-10-08	1705	V U18	Steenwijk

6-kamp			
2017-07-09	2592	V U14	Stadskanaal
2018-07-08	2965	V U14	Stadskanaal
2019-05-05	2541	V U16	Sneek

### Steijn Blaauw

40			
2020-09-26	11.0	M U10	Heerenveen

600			
2020-09-26	3:40.0	M U10	Heerenveen

ver			
2020-09-26	1.87	M U10	Heerenveen

vortex			
2020-09-26	5.49	M U10	Heerenveen

### Lisa Bodewes

40			
2016-10-01	7.4	V U9	Heerenveen
2017-10-07	7.4	V U10	Heerenveen

60			
2018-05-26	9.8	V U12	Sneek
2019-09-14	9.2	V U12	Sneek
2020-09-26	9.7	V U14	Heerenveen

150			
2020-09-19	24.19	V U14	Grootebroek

600			
2016-10-01	2:27.2	V U9	Heerenveen
2021-07-03	2:10.54	V U14	Assen

800			
2021-05-22	3:13.57	V U14	Heerenveen

1000			
2017-10-07	4:32.3	V U10	Heerenveen
2018-10-06	4:15.56	V U12	Heerenveen

duur 4'			
2016-07-02	900	V U9	Drachten
2017-07-08	875	V U10	Drachten
2019-06-29	900	V U12	Leeuwarden

duur 6'			
2018-07-07	1250	V U12	Steenwijk
2019-05-25	1350	V U12	Steenwijk

40h			
2016-07-02	8.4	V U9	Drachten
2017-07-08	7.9	V U10	Drachten

60h			
2018-07-07	11.0	V U12	Steenwijk
2019-09-14	10.0	V U12	Sneek

hoog			
2016-09-17	0.90	V U9	Heerenveen
2017-09-16	1.00	V U10	Heerenveen
2018-04-21	1.05	V U12	Drachten
2019-04-20	1.15	V U12	Drachten
2020-09-26	1.25	V U14	Heerenveen
2021-04-17	1.30	V U14	Heerenveen

hurkhoog			
2016-05-28	0.95	V U9	Leeuwarden
2017-07-08	0.85	V U10	Drachten

polshoog			
2021-10-02	2.23	V U14	Heerenveen
2022-05-01	2.02	V U16	Heerenveen

polsver			
2018-07-07	3.85	V U12	Steenwijk
2019-06-29	4.55	V U12	Leeuwarden

ver			
2016-09-17	3.10	V U9	Heerenveen
2017-10-07	3.17	V U10	Heerenveen
2018-10-06	3.42	V U12	Heerenveen
2019-09-14	3.20	V U12	Sneek
2020-09-26	3.71	V U14	Heerenveen
2021-07-03	4.08	V U14	Assen

balstoten			
2016-09-17	5.00	V U9	Heerenveen
2017-09-16	4.90	V U10	Heerenveen

kogel 2			
2018-07-07	5.10	V U12	Steenwijk
2019-06-29	5.60	V U12	Leeuwarden

slingeren			
2016-07-02	13.50	V U9	Drachten
2017-07-08	13.00	V U10	Drachten
2018-09-15	14.50	V U12	Heerenveen
2019-09-14	15.00	V U12	Sneek

vortex			
2016-07-02	13.50	V U9	Drachten
2017-10-07	17.99	V U10	Heerenveen
2018-05-26	17.00	V U12	Sneek
2019-04-20	18.00	V U12	Drachten

### Ype Boelens

5000			
2020-09-04	22:16.52	M55	Leeuwarden

### Benthe de Boer

40h			
2022-04-07	10.8	V U8	Heerenveen

hoog			
2022-09-10	0.80	V U8	Heerenveen

ver			
2022-09-10	2.25	V U8	Heerenveen

balstoten			
2022-09-10	3.00	V U8	Heerenveen

vortex			
2022-09-10	8.00	V U8	Heerenveen

### Keano de Boer

60			
2021-04-06	12.7	M U12	Heerenveen

ver			
2021-04-06	1.40	M U12	Heerenveen

vortex			
2021-04-06	6.00	M U12	Heerenveen

### Robert de Boer

kogel 7¼			
2022-06-19	8.17	M45	Ede

### Yara de Boer

200			
2022-04-30	32.99	V U18	Heerenveen

800			
2022-05-01	3:08.61	V U18	Heerenveen

100h 76,2			
2022-04-30	18.62	V U18	Heerenveen

hoog			
2022-04-10	1.45	V U18	Drachten

ver			
2022-05-01	4.11	V U18	Heerenveen

kogel 3			
2022-04-30	8.95	V U18	Heerenveen

speer 500			
2022-05-01	22.06	V U18	Heerenveen

7-kamp			
2022-05-01	2674	V U18	Heerenveen

### Marrit Bontekoe

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

1000			
2019-10-05	4:13.0	V U12	Heerenveen

hoog			
2020-07-02	1.25	V U14	Heerenveen

ver			
2019-10-05	3.33	V U12	Heerenveen
2021-10-02	3.48	V U14	Heerenveen

discus ¾			
2021-10-02	13.29	V U14	Heerenveen

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

speer 400			
2021-05-22	14.62	V U14	Heerenveen

### Sophia Boomsma

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

600			
2021-05-22	2:23.10	V U9	Heerenveen
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen

duur 4'			
2021-05-06	850	V U9	Heerenveen

40h			
2020-06-30	10.0	V U8	Heerenveen
2021-05-22	8.48	V U9	Heerenveen

hoog			
2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen

hurkhoog			
2020-06-30	0.80	V U8	Heerenveen
2021-05-06	0.85	V U9	Heerenveen

ver			
2021-10-02	3.36	V U9	Heerenveen
2022-10-01	3.20	V U10	Heerenveen

balstoten			
2022-09-10	5.10	V U10	Heerenveen

slingeren			
2020-06-30	9.00	V U8	Heerenveen
2021-05-06	9.50	V U9	Heerenveen

vortex			
2021-10-02	15.91	V U9	Heerenveen
2022-09-10	15.00	V U10	Heerenveen

### Aafje Boorsma

40			
2016-07-02	7.8	V U8	Drachten
2017-07-08	7.5	V U9	Drachten
2018-07-07	7.2	V U10	Steenwijk

60			
2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen
2020-09-26	9.9	V U12	Heerenveen
2021-10-02	9.27	V U14	Heerenveen
2022-05-14	9.44	V U14	Emmen

150			
2021-10-02	22.94	V U14	Heerenveen

600			
2016-10-01	2:57.9	V U8	Heerenveen
2017-10-07	2:31.5	V U9	Heerenveen
2018-07-14	2:27.95	V U10	Heerenveen
2020-09-26	2:22.0	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1:58.53	V U14	Heerenveen

1000			
2018-10-06	4:34.23	V U10	Heerenveen
2019-10-05	4:10.1	V U12	Heerenveen

duur 4'			
2016-07-02	775	V U8	Drachten
2017-07-08	825	V U9	Drachten
2018-07-07	975	V U10	Steenwijk
2019-06-29	875	V U12	Leeuwarden

duur 6'			
2020-09-12	1000	V U12	Heerenveen

40h			
2016-07-02	9.1	V U8	Drachten
2017-07-08	9.3	V U9	Drachten
2018-07-07	8.0	V U10	Steenwijk



polsver						
2022-06-25	2.95	V U12	Drachten			
ver						
2019-10-05	2.29	V U8	Heerenveen			
2020-09-26	2.43	V U9	Heerenveen			
2021-10-02	2.96	V U10	Heerenveen			
2022-09-10	2.95	V U12	Heerenveen			
balstoten						
2020-09-12	4.10	V U9	Heerenveen			
kogel 2						
2022-10-01	4.71	V U12	Heerenveen			
slingeren						
2020-06-30	6.50	V U9	Heerenveen			
2021-05-06	6.50	V U10	Heerenveen			
2022-05-21	12.00	V U12	Steenwijk			
vortex						
2019-10-05	6.05	V U8	Heerenveen			
2020-09-12	9.00	V U9	Heerenveen			
2021-10-02	10.49	V U10	Heerenveen			
2022-06-25	13.50	V U12	Drachten			

### Leon Bouma

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

### Eva Brandsma-Vlak

100						
2022-10-01	16.4	V40	Heerenveen			
200						
2022-10-01	36.1	V40	Heerenveen			
800						
2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen			
2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen			
3000						
2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen			
2019-05-11	14:29.36	V40	Heerenveen			
sprint 2-kamp						
2022-10-01	516	V40	Heerenveen			

### Kai vd Broek

40						
2021-10-02	9.35w	M U8	Heerenveen			
600						
2021-10-02	2:56.36	M U8	Heerenveen			
ver						
2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen			
vortex						
2021-10-02	7.28	M U8	Heerenveen			

### Kyra Brouwer

800						
2019-05-10	2:44.54	V U16	Hoogeveen			
2021-05-22	2:40.39	V U18	Heerenveen			
1500						
2021-05-22	5:26.82	V U18	Heerenveen			
3000						
2021-08-13	11:28.33	V U18	Heerhugowaard			
5000						
2020-09-04	20:09.28	V U18	Leeuwarden			
400h 76,2						
2020-07-25	1:19.77	V U18	Heerenveen			

hoog						
2019-05-11	1.30	V U16	Heerenveen			
2020-07-25	1.28	V U18	Heerenveen			
2021-04-11	1.30	V U18	Heerenveen			

### Marije Brouwer

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

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

### Marvens Bruinsma

100						
2015-10-03	12.7	M U16	Heerenveen			
2016-10-01	11.9	M U16	Heerenveen			
2017-06-18	12.02	M U18	Harderwijk			
2018-05-12	12.01	M U18	Heerenveen			
2019-06-08	13.47	M U20	Groningen			
200						
2017-07-02	24.73	M U18	Vught			
300						
2015-04-11	43.82	M U16	Heerenveen			
2018-04-07	40.34	M U18	Steenwijk			

hoog						
2017-05-28	1.60	M U18	Drachten			
hss						
2017-06-18	12.12	M U18	Harderwijk			
ver						
2016-05-14	5.81	M U16	Heerenveen			
2017-05-28	5.97	M U18	Drachten			
2018-05-12	5.82	M U18	Heerenveen			
2019-03-30	5.86	M U20	Steenwijk			
discus 1½						
2019-10-13	26.51	M U20	Steenwijk			
kogel 6						
2019-10-13	10.56	M U20	Steenwijk			
kogel 7¼						
2021-10-02	9.45	M U23	Heerenveen			
speer 600						
2016-10-01	29.62	M U16	Heerenveen			
speer 800						
2019-10-05	34.49	M U20	Heerenveen			
2021-10-02	28.71	M U23	Heerenveen			
sprint 2-kamp						
2017-05-14	1121	M U18	Emmeloord			
werp 3-kamp						
2019-10-13	1221	M U20	Steenwijk			

### Eline Buitendijk

40						
2019-10-05	7.1	V U10	Heerenveen			
60						
2020-06-02	9.6	V U12	Heerenveen			
2021-09-11	9.4	V U12	Drachten			
600						
2021-10-02	2:09.20	V U12	Heerenveen			
2022-05-21	2:11.39	V U14	Heerenveen			
1000						
2019-10-05	4:13.2	V U10	Heerenveen			
duur 4'						
2019-06-29	925	V U10	Leeuwarden			
duur 6'						
2020-09-12	1375	V U12	Heerenveen			
2021-06-05	1425	V U12	Heerenveen			
40h						
2019-06-29	8.0	V U10	Leeuwarden			
60h						
2020-09-12	11.5	V U12	Heerenveen			
2021-09-11	12.1	V U12	Drachten			
hoog						
2019-05-25	1.10	V U10	Steenwijk			
2020-09-12	1.10	V U12	Heerenveen			
2021-05-06	1.25	V U12	Heerenveen			
hurkhoog						
2019-06-29	0.90	V U10	Leeuwarden			
polsver						
2020-09-12	3.80	V U12	Heerenveen			
ver						
2019-10-05	3.05	V U10	Heerenveen			
2020-06-02	2.60	V U12	Heerenveen			
2021-10-02	3.64	V U12	Heerenveen			
balstoten						
2019-05-25	5.30	V U10	Steenwijk			
kogel 2						
2020-09-12	5.30	V U12	Heerenveen			
2021-10-02	6.54	V U12	Heerenveen			
slingeren						
2019-04-20	12.50	V U10	Drachten			
2021-06-05	17.00	V U12	Heerenveen			
vortex						
2019-10-05	14.88	V U10	Heerenveen			
2020-09-12	16.50	V U12	Heerenveen			
2021-04-06	17.00	V U12	Heerenveen			

### Jurre Buitendijk

40						
2020-06-02	9.3	M U8	Heerenveen			
2021-10-02	8.33	M U8	Heerenveen			
2022-10-01	8.0	M U9	Heerenveen			
600						
2021-10-02	2:27.07	M U8	Heerenveen			
2022-10-01	2:25.0	M U9	Heerenveen			
duur 4'						
2020-09-12	875	M U8	Heerenveen			
2021-05-06	825	M U8	Heerenveen			
2022-05-21	975	M U9	Steenwijk			
40h						
2021-05-22	12.04	M U8	Heerenveen			
2022-04-07	9.5	M U9	Heerenveen			
hoog						
2022-09-10	0.85	M U9	Heerenveen			
hurkhoog						
2020-09-12	0.50	M U8	Heerenveen			
2021-05-06	0.50	M U8	Heerenveen			
ver						
2020-09-12	1.65	M U8	Heerenveen			
2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen			
2022-05-21	2.55	M U9	Steenwijk			



duur 4'				
2016-05-28	925	V U10	Leeuwarden	
duur 6'				
2017-07-08	1375	V U12	Drachten	
40h				
2015-04-11	8.6	V U9	Leeuwarden	
2016-04-16	8.3	V U10	Sneek	
60h				
2017-05-20	11.3	V U12	Steenwijk	
2018-04-21	11.0	V U12	Drachten	
60h 76,2				
2019-06-22	13.11	V U14	Stadskanaal	
80h 76,2				
2021-04-17	13.5	V U16	Heerenveen	
2022-04-30	13.72	V U16	Heerenveen	
hoog				
2016-06-18	1.00	V U10	Heerenveen	
2017-07-08	1.10	V U12	Drachten	
2018-04-21	1.15	V U12	Drachten	
2020-10-08	1.40	V U14	Drachten	
2021-05-22	1.35	V U16	Heerenveen	
2022-04-30	1.40	V U16	Heerenveen	
hurkhoog				
2014-09-13	0.85	V U8	Leeuwarden	
2015-09-19	0.95	V U9	Heerenveen	
2016-05-28	0.95	V U10	Leeuwarden	
polsver				
2017-04-08	3.55	V U12	Leeuwarden	
2018-04-21	4.00	V U12	Drachten	
ver				
2014-10-04	2.48	V U8	Heerenveen	
2015-10-03	2.90	V U9	Heerenveen	
2016-09-17	3.55	V U10	Heerenveen	
2017-10-07	3.65	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	3.73	V U12	Heerenveen	
2019-04-06	3.60	V U14	Heerenveen	
2021-08-28	4.67	V U16	Amsterdam	
2022-05-21	4.82	V U16	Heerenveen	
balstoten				
2014-09-13	3.00	V U8	Leeuwarden	
2015-09-19	3.90	V U9	Heerenveen	
2016-09-17	4.70	V U10	Heerenveen	
balwerpen 135				
2014-10-04	9.87	V U8	Heerenveen	
discus 1				
2022-05-14	20.36	V U16	Emmen	
kogel 2				
2017-10-07	4.61	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	6.19	V U12	Heerenveen	
2019-10-05	7.04	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	9.66	V U14	Heerenveen	
kogel 3				
2021-03-20	8.29	V U16	Heerenveen	
2022-06-10	9.19	V U16	Ede	
slingeren				
2016-04-16	12.00	V U10	Sneek	
2017-05-20	14.00	V U12	Steenwijk	
2018-05-26	15.50	V U12	Sneek	
speer 500				
2021-05-23	22.03	V U16	Heerenveen	
2022-05-01	21.21	V U16	Heerenveen	
vortex				
2014-09-13	7.00	V U8	Leeuwarden	
2015-10-03	14.01	V U9	Heerenveen	
2016-10-01	17.30	V U10	Heerenveen	
2017-09-16	17.00	V U12	Heerenveen	
2018-09-15	19.50	V U12	Heerenveen	
2022-06-10	28.44	V U16	Ede	
sprint 2-kamp				
2022-10-01	1107	V U16	Heerenveen	
7-kamp				
2021-05-23	3242	V U16	Heerenveen	
2022-05-01	2993	V U16	Heerenveen	

### Nora Diallo

40				
2022-06-25	7.3	V U10	Drachten	
600				
2022-10-01	2:40.0	V U10	Heerenveen	
duur 4'				
2022-06-25	800	V U10	Drachten	
40h				
2022-06-25	8.4	V U10	Drachten	
hoog				
2022-09-10	0.90	V U10	Heerenveen	
hurkhoog				
2022-06-25	0.80	V U10	Drachten	
ver				
2022-10-01	2.40	V U10	Heerenveen	
balstoten				
2022-09-10	4.20	V U10	Heerenveen	
slingeren				
2022-06-25	9.00	V U10	Drachten	
vortex				
2022-10-01	12.00	V U10	Heerenveen	
Jelte Dijkstra				
40				
2017-04-08	8.0	M U9	Leeuwarden	
2018-10-06	8.31	M U10	Heerenveen	
60				
2019-10-05	11.3	M U12	Heerenveen	
2020-09-26	11.4	M U12	Heerenveen	
600				
2017-10-07	2:47.3	M U9	Heerenveen	
2020-09-26	2:24.0	M U12	Heerenveen	
1000				
2018-10-06	4:28.38	M U10	Heerenveen	
2019-10-05	4:29.6	M U12	Heerenveen	
duur 4'				
2017-07-08	850	M U9	Drachten	
2018-05-26	875	M U10	Sneek	
2019-06-29	825	M U12	Leeuwarden	
duur 6'				
2019-04-20	1225	M U12	Drachten	
2020-09-12	1275	M U12	Heerenveen	
40h				
2017-07-08	9.6	M U9	Drachten	
2018-07-07	8.8	M U10	Steenwijk	
60h				
2019-09-14	11.5	M U12	Sneek	
2020-09-12	11.0	M U12	Heerenveen	
hoog				
2017-09-16	0.85	M U9	Heerenveen	
2018-09-15	0.95	M U10	Heerenveen	
2019-06-29	1.05	M U12	Leeuwarden	
2020-06-30	1.15	M U12	Heerenveen	
2021-10-02	1.20	M U14	Heerenveen	
hurkhoog				
2017-07-08	0.75	M U9	Drachten	
2018-04-21	0.80	M U10	Drachten	
polsver				
2019-04-20	3.25	M U12	Drachten	
2020-09-12	2.70	M U12	Heerenveen	
ver				
2017-10-07	2.35	M U9	Heerenveen	
2018-10-06	2.58	M U10	Heerenveen	
2019-10-05	2.73	M U12	Heerenveen	
2020-09-26	2.95	M U12	Heerenveen	
2021-04-17	3.11	M U14	Heerenveen	
2022-05-21	3.37	M U14	Heerenveen	
balstoten				
2017-05-20	4.10	M U9	Steenwijk	
2018-09-15	5.00	M U10	Heerenveen	

kogel 2				
2018-07-14	3.34	M U10	Heerenveen	
2019-06-29	4.70	M U12	Leeuwarden	
2020-09-12	6.00	M U12	Heerenveen	
kogel 3				
2022-10-01	5.70	M U14	Heerenveen	
slingeren				
2017-07-08	10.00	M U9	Drachten	
2018-07-07	11.00	M U10	Steenwijk	
2019-05-25	12.00	M U12	Steenwijk	
2020-06-30	15.00	M U12	Heerenveen	
speer 400				
2021-04-17	13.50	M U14	Heerenveen	
2022-05-21	14.75	M U14	Heerenveen	
vortex				
2017-07-08	9.50	M U9	Drachten	
2018-10-06	13.18	M U10	Heerenveen	
2019-04-20	15.50	M U12	Drachten	
2020-09-12	18.00	M U12	Heerenveen	
Wybren Dijkstra				
40				
2014-06-28	8.8	M U9	Sneek	
2015-04-11	8.4	M U10	Leeuwarden	
60				
2016-10-01	11.6	M U12	Heerenveen	
2017-09-16	11.8	M U12	Heerenveen	
80				
2018-10-06	15.78	M U14	Heerenveen	
100				
2021-10-02	16.21w	M U16	Heerenveen	
200				
2018-05-12	42.54	M U14	Heerenveen	
600				
2014-10-04	3:03.6	M U9	Heerenveen	
800				
2021-10-02	2:58.64	M U16	Heerenveen	
2022-05-21	2:45.05	M U18	Heerenveen	
1000				
2015-10-03	4:48.6	M U10	Heerenveen	
2016-10-01	4:24.0	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	4:47.9	M U12	Heerenveen	
2018-06-30	4:24.97	M U14	Groningen	
2019-04-06	5:07.48	M U14	Heerenveen	
2020-07-02	4:40.6	M U16	Heerenveen	
3000				
2022-04-10	13:58.23	M U18	Drachten	
duur 6'				
2016-05-28	1125	M U12	Leeuwarden	
2017-07-08	1225	M U12	Drachten	
40h				
2014-06-28	9.9	M U9	Sneek	
2015-04-11	9.5	M U10	Leeuwarden	
60h				
2016-09-17	13.0	M U12	Heerenveen	
2017-07-08	13.2	M U12	Drachten	
hoog				
2015-06-13	0.80	M U10	Heerenveen	
2016-06-18	0.90	M U12	Heerenveen	
2017-07-08	0.95	M U12	Drachten	
2018-10-06	0.80	M U14	Heerenveen	
2020-07-02	1.10	M U16	Heerenveen	
2021-05-01	1.15	M U16	Heerenveen	
hurkhoog				
2014-09-13	0.70	M U9	Leeuwarden	
2015-09-19	0.90	M U10	Heerenveen	
polsver				
2016-04-16	3.30	M U12	Sneek	
2017-07-08	3.25	M U12	Drachten	
ver				
2014-09-13	2.20	M U9	Leeuwarden	
2015-10-03	2.45	M U10	Heerenveen	
2016-09-17	2.60	M U12	Heerenveen	
2017-10-07	2.52	M U12	Heerenveen	



2018-05-12	2.29	M U14	Heerenveen	300				werp 3-kamp			
2021-05-01	3.21	M U16	Heerenveen	2019-07-05	41.71	M	Steenwijk	2021-08-27	1792	M U18	Heerenveen
balstoten				400				10-kamp			
2014-09-13	3.40	M U9	Leeuwarden	2019-05-11	59.42	M	Heerenveen	2021-10-10	6400	M U18	Best
2015-09-19	5.40	M U10	Heerenveen	2022-04-24	1:01.91	M35	Emmen	2022-05-01	6233	M U20	Heerenveen
balwerpen 135				800				<b>Edwin Eijgelaar</b>			
2014-10-04	10.16	M U9	Heerenveen	2018-02-06	2:26.0	M	Den Burg	5000			
discus 1				2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen	2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen
2018-06-30	11.83	M U14	Groningen	2021-10-02	2:29.80	M35	Heerenveen	<b>Jan Elsinga</b>			
2019-06-22	12.05	M U14	Stadskanaal	5000				40			
2020-09-26	18.35	M U16	Heerenveen	2022-06-19	21:05.77	M35	Ede	2015-10-03	6.8	M U10	Heerenveen
2021-06-19	23.74	M U16	Leeuwarden	<b>Jordi Dommerholt</b>				60			
discus 1½				1500				2016-04-03	10.03	M U12	Assen
2022-06-12	21.26	M U18	Assen	2022-09-16	4:18.78	M	Wageningen	2017-04-02	9.39	M U12	Assen
kogel 2				3000				80			
2015-09-26	3.99	M U10	Leeuwarden	2022-07-23	9:18.80	M	Eindhoven	2018-10-06	12.01	M U14	Heerenveen
2016-10-01	4.65	M U12	Heerenveen	5000				2019-07-06	11.41	M U14	Stadskanaal
2017-10-07	5.43	M U12	Heerenveen	2022-08-19	16:31.73	M	Wageningen	100			
kogel 3				<b>Jesse van Doorn</b>				2021-04-17	14.1	M U16	Heerenveen
2018-05-12	5.26	M U14	Heerenveen	40				800			
2019-04-06	5.72	M U14	Heerenveen	2021-10-02	8.32	M U9	Heerenveen	2021-06-19	2:29.65	M U16	Leeuwarden
kogel 4				600				1000			
2020-09-26	6.62	M U16	Heerenveen	2021-10-02	2:53.46	M U9	Heerenveen	2015-10-03	3:46.8	M U10	Heerenveen
2021-06-19	7.70	M U16	Leeuwarden	ver				2016-10-01	3:51.3	M U12	Heerenveen
kogel 5				2021-10-02	2.66	M U9	Heerenveen	2017-06-24	3:36.81	M U12	Stadskanaal
2022-06-12	8.98	M U18	Assen	vortex				2018-06-30	3:30.48	M U14	Groningen
slingeren				2021-10-02	13.38	M U9	Heerenveen	2019-09-01	3:18.03	M U14	Amsterdam
2016-09-17	15.50	M U12	Heerenveen	<b>Tjalle-Durk van der Eems</b>				duur 6'			
2017-05-20	15.00	M U12	Steenwijk	100				2016-07-02	1450	M U12	Drachten
speer 400				2021-10-02	11.75w	M U18	Heerenveen	2017-05-20	1550	M U12	Steenwijk
2018-10-06	16.99	M U14	Heerenveen	2022-04-30	12.20	M U20	Heerenveen	40h			
2019-06-22	17.55	M U14	Stadskanaal	200				2015-06-27	7.9	M U10	Steenwijk
speer 600				2021-04-11	24.8	M U18	Heerenveen	60h			
2020-09-26	19.32	M U16	Heerenveen	400				2016-07-02	11.5	M U12	Drachten
2021-10-02	28.47	M U16	Heerenveen	2021-10-09	53.09	M U18	Best	2017-05-20	10.7	M U12	Steenwijk
speer 700				2022-04-30	54.07	M U20	Heerenveen	80h 76,2			
2022-10-01	28.43	M U18	Heerenveen	800				2018-05-19	16.21	M U14	Assen
vortex				2022-04-10	2:10.64	M U20	Drachten	2019-07-07	16.13	M U14	Stadskanaal
2014-06-28	10.00	M U9	Sneek	1500				hoog			
2015-09-19	18.50	M U10	Heerenveen	2021-10-10	4:32.02	M U18	Best	2015-06-13	0.90	M U10	Heerenveen
2016-09-17	24.00	M U12	Heerenveen	2022-05-01	4:30.66	M U20	Heerenveen	2016-04-16	1.15	M U12	Sneek
2017-09-16	25.50	M U12	Heerenveen	110h 91,4				2017-09-09	1.25	M U12	Sneek
<b>Janine Does</b>				2021-05-01	15.77	M U18	Heerenveen	2018-06-02	1.25	M U14	Stadskanaal
800				110h 99,1				2019-07-07	1.35	M U14	Stadskanaal
2018-10-06	3:31.38	V45	Heerenveen	2022-05-01	16.04	M U20	Heerenveen	hurkhoog			
2021-10-02	3:17.34	V45	Heerenveen	hoog				2015-09-19	1.10	M U10	Heerenveen
3000				2021-09-04	1.88	M U18	Assendelft	polsver			
2018-10-06	14:18.42	V45	Heerenveen	2022-04-30	1.81	M U20	Heerenveen	2016-04-16	4.10	M U12	Sneek
discus 1				polshoog				2017-04-08	4.50	M U12	Leeuwarden
2018-10-06	11.52	V45	Heerenveen	2021-10-02	3.23	M U18	Heerenveen	ver			
2020-09-26	10.95	V45	Heerenveen	2022-05-01	3.50	M U20	Heerenveen	2015-10-03	3.22	M U10	Heerenveen
2021-10-02	10.70	V45	Heerenveen	ver				2016-04-03	3.56	M U12	Assen
kogel 4				2021-10-09	6.44	M U18	Best	2017-10-07	3.90	M U12	Heerenveen
2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen	2022-04-30	6.50	M U20	Heerenveen	2018-06-30	4.11	M U14	Groningen
2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen	discus 1½				2019-10-05	4.32	M U14	Heerenveen
2021-10-02	4.61	V45	Heerenveen	2021-05-23	39.44	M U18	Heerenveen	balstoten			
speer 600				discus 1¾				2015-09-19	7.20	M U10	Heerenveen
2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen	2022-05-01	33.49	M U20	Heerenveen	discus 1			
2020-09-26	8.44	V45	Heerenveen	kogel 5				2021-10-02	23.12	M U16	Heerenveen
2021-10-02	9.57	V45	Heerenveen	2021-07-04	13.39	M U18	Dongen	kogel 2			
werp 3-kamp				kogel 6				2015-09-26	5.50	M U10	Leeuwarden
2018-10-06	521	V45	Heerenveen	2022-04-30	12.03	M U20	Heerenveen	2016-10-01	6.44	M U12	Heerenveen
<b>Pieter Dogger</b>				speer 700				2017-10-07	7.24	M U12	Heerenveen
150				2021-09-05	53.75	M U18	Assendelft	kogel 3			
2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	speer 800				2018-10-06	6.99	M U14	Heerenveen
200				2022-04-10	51.97	M U20	Drachten	2019-10-05	7.53	M U14	Heerenveen
2019-07-12	26.72	M	Utrecht					kogel 4			
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen					2021-10-02	9.25	M U16	Heerenveen
2021-09-19	26.85	M35	Hengelo					slingeren			
2022-04-24	26.95	M35	Emmen					2016-09-17	17.50	M U12	Heerenveen

2017-05-20 19.00 M U12 Steenwijk  
speer 400  
2019-07-06 15.97 M U14 Stadskanaal  
vortex  
2015-09-19 17.00 M U10 Heerenveen  
2016-09-17 19.00 M U12 Heerenveen  
2017-05-20 17.50 M U12 Steenwijk  
7-kamp  
2019-07-07 2920 M U14 Stadskanaal

#### Andres Faber

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

#### Lisanne Faber

5000  
2020-09-26 22:33.0 V U23 Heerenveen

#### Simone Falkena

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

kogel 4  
2011-05-08 8.44 V Assen  
2013-10-05 8.54 V Heerenveen  
2022-04-24 8.17 V40 Emmen  
speer 600  
2013-10-05 27.39 V Heerenveen  
2014-06-29 27.36 V Enschede  
2022-06-19 23.15 V40 Ede  
werp 3-kamp  
2013-10-05 1492 V Heerenveen

#### Siska Folkertsma

200  
2017-10-07 35.9 V50 Heerenveen  
2018-10-06 37.76 V55 Heerenveen  
800  
2014-10-04 3:25.6 V50 Heerenveen  
2017-10-07 3:30.0 V50 Heerenveen  
2018-10-06 3:49.42 V55 Heerenveen  
hoog  
2018-10-06 1.20 V55 Heerenveen  
ver  
2017-10-07 2.86 V50 Heerenveen  
discus 1  
2018-10-06 21.72 V55 Heerenveen  
2019-08-30 20.18 V55 Heerenveen  
2020-09-26 20.42 V55 Heerenveen  
kogel 3  
2017-10-07 7.11 V50 Heerenveen  
2018-10-06 7.55 V55 Heerenveen  
2019-05-12 7.74 V55 Apeldoorn  
2020-09-26 7.34 V55 Heerenveen  
kogelsl. 3  
2018-06-10 15.73 V55 Apeldoorn  
2019-05-12 15.47 V55 Apeldoorn  
speer 500  
2017-10-07 16.77 V50 Heerenveen  
2018-10-06 18.58 V55 Heerenveen  
2019-08-30 13.80 V55 Heerenveen  
2020-09-26 17.58 V55 Heerenveen  
werp 3-kamp  
2018-10-06 1561 V55 Heerenveen  
2019-08-30 1338 V55 Heerenveen

#### Sybre van Gelder

800  
2022-06-11 2:32.99 M U16 Heerenveen  
discus 1  
2022-06-11 30.81 M U16 Heerenveen  
kogel 4  
2022-06-11 11.21 M U16 Heerenveen

#### Quinten Geleynse

100  
2022-07-02 13.16 M U18 Best  
400  
2022-07-02 1:02.59 M U18 Best  
1500  
2022-07-03 5:23.66 M U18 Best  
110h 91,4  
2022-06-06 19.28 M U18 Amstelveen  
hoog  
2022-07-02 1.55 M U18 Best  
polshoog  
2022-09-04 2.72 M U18 Groningen  
ver  
2022-07-02 5.37 M U18 Best  
discus 1½  
2022-09-04 29.86 M U18 Groningen  
kogel 5  
2022-05-21 9.76 M U18 Heerenveen

speer 700  
2022-07-03 27.22 M U18 Best  
10-kamp  
2022-07-03 3859 M U18 Best

#### Annamarijn van Ginneken

100  
2021-10-02 14.27 V U18 Heerenveen  
2022-06-12 13.95 V U18 Assen  
100h 76,2  
2021-05-01 17.47 V U18 Heerenveen  
400h 76,2  
2021-05-01 1:18.51 V U18 Heerenveen  
hoog  
2021-10-02 1.40 V U18 Heerenveen  
2022-06-12 1.55 V U18 Assen  
ver  
2021-10-02 4.07 V U18 Heerenveen  
2022-05-21 3.94 V U18 Heerenveen  
speer 500  
2022-05-21 21.39 V U18 Heerenveen

#### Thijmen Groenendal

60  
2020-09-26 10.1 M U12 Heerenveen  
2021-10-02 9.51 M U12 Heerenveen  
80  
2022-04-09 12.22w M U14 Emmeloord  
150  
2022-10-01 24.0 M U14 Heerenveen  
600  
2020-09-26 2:00.0 M U12 Heerenveen  
2021-10-02 1:53.87 M U12 Heerenveen  
2022-10-01 1:50.0 M U14 Heerenveen  
1000  
2021-09-04 3:30.51 M U12 Hoogeveen  
2022-04-09 3:12.83 M U14 Emmeloord  
duur 6'  
2021-06-26 1675 M U12 Leeuwarden  
60h  
2020-06-30 12.1 M U12 Heerenveen  
2021-06-05 10.7 M U12 Heerenveen  
hoog  
2020-06-30 0.95 M U12 Heerenveen  
2021-05-06 1.10 M U12 Heerenveen  
polsver  
2021-06-26 4.55 M U12 Leeuwarden  
ver  
2020-09-26 3.46 M U12 Heerenveen  
2021-06-05 3.75 M U12 Heerenveen  
2022-06-11 3.90 M U14 Heerenveen  
kogel 2  
2020-09-26 5.37 M U12 Heerenveen  
2021-06-26 7.70 M U12 Leeuwarden  
kogel 3  
2022-10-01 5.70 M U14 Heerenveen  
slingeren  
2020-06-30 16.50 M U12 Heerenveen  
2021-06-05 19.50 M U12 Heerenveen  
speer 400  
2022-10-01 15.71 M U14 Heerenveen  
vortex  
2020-06-02 21.00 M U12 Heerenveen  
2021-06-26 29.00 M U12 Leeuwarden  
sprint 2-kamp  
2022-10-01 683 M U14 Heerenveen

#### Doutzen Groenendijk

60  
2021-06-05 10.4 V U12 Heerenveen

600				
2021-05-22	2:33.55	V U12	Heerenveen	
duur 6'				
2021-06-26	1300	V U12	Leeuwarden	
60h				
2021-06-26	10.8	V U12	Leeuwarden	
2022-04-07	11.2	V U12	Heerenveen	
hoog				
2021-06-26	1.05	V U12	Leeuwarden	
polsver				
2021-06-26	2.65	V U12	Leeuwarden	
ver				
2021-06-05	2.55	V U12	Heerenveen	
2022-04-07	2.90	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2021-06-26	4.20	V U12	Leeuwarden	
slingeren				
2021-06-05	12.00	V U12	Heerenveen	
vortex				
2021-06-26	10.00	V U12	Leeuwarden	
2022-04-07	10.50	V U12	Heerenveen	

#### Famke Groenendijk

60				
2020-09-26	11.2	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	11.03	V U12	Heerenveen	
2022-05-21	10.51	V U14	Heerenveen	
600				
2020-09-26	2:40.0	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	2:29.36	V U12	Heerenveen	
duur 6'				
2020-09-12	1150	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	1300	V U12	Leeuwarden	
60h				
2020-09-12	12.6	V U12	Heerenveen	
2021-06-05	12.3	V U12	Heerenveen	
hoog				
2020-09-12	1.00	V U12	Heerenveen	
2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen	
2022-05-21	1.00	V U14	Heerenveen	
polsver				
2020-09-12	3.75	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	3.25	V U12	Leeuwarden	
ver				
2020-09-26	2.83	V U12	Heerenveen	
2021-10-02	2.91	V U12	Heerenveen	
kogel 2				
2020-09-12	5.20	V U12	Heerenveen	
2021-06-26	5.20	V U12	Leeuwarden	
2022-10-01	5.76	V U14	Heerenveen	
slingeren				
2020-06-30	12.00	V U12	Heerenveen	
2021-06-05	15.00	V U12	Heerenveen	
speer 400				
2022-10-01	13.40	V U14	Heerenveen	
vortex				
2020-06-02	12.50	V U12	Heerenveen	
2021-04-06	13.00	V U12	Heerenveen	
Rixt de Grouw				
100				
2021-04-11	15.9	V U18	Heerenveen	
hoog				
2020-09-26	1.20	V U18	Heerenveen	
2021-04-11	1.25	V U18	Heerenveen	
ver				
2020-09-26	3.72	V U18	Heerenveen	
speer 500				
2020-09-26	23.33	V U18	Heerenveen	
2021-04-11	22.17	V U18	Heerenveen	

#### Eline de Haan

100				
2020-09-26	15.6	V U23	Heerenveen	
2022-04-02	15.16w	V	Steenwijk	
300				
2022-04-02	51.4	V	Steenwijk	
800				
2020-09-26	3:06.0	V U23	Heerenveen	

#### Elisabeth de Haan

40				
2015-06-27	7.0	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	6.7	V U10	Drachten	
60				
2017-05-20	9.2	V U12	Steenwijk	
2018-10-06	8.66	V U12	Heerenveen	
2019-04-06	8.41	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	8.4	V U14	Heerenveen	
80				
2021-05-01	10.72	V U16	Heerenveen	
150				
2019-09-01	20.84	V U14	Amsterdam	
2020-07-02	20.4	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	19.85	V U16	Heerenveen	
200				
2019-05-11	29.54	V U14	Heerenveen	
2021-05-01	27.03	V U16	Heerenveen	
600				
2019-10-05	1:59.5	V U14	Heerenveen	
1000				
2017-10-07	4:18.0	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	4:00.12	V U12	Heerenveen	
duur 4'				
2016-07-02	925	V U10	Drachten	
duur 6'				
2017-04-08	1325	V U12	Leeuwarden	
2018-05-26	1350	V U12	Sneek	
40h				
2015-06-27	7.2	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	7.3	V U10	Drachten	
60h				
2017-05-20	10.7	V U12	Steenwijk	
2018-05-26	10.7	V U12	Sneek	
60h 76,2				
2019-05-25	10.86	V U14	Sneek	
2020-07-25	10.39	V U14	Heerenveen	
80h 76,2				
2021-04-17	14.7	V U16	Heerenveen	
hoog				
2016-09-17	1.15	V U10	Heerenveen	
2017-04-08	1.20	V U12	Leeuwarden	
2018-07-14	1.40	V U12	Heerenveen	
2019-05-25	1.45	V U14	Sneek	
2020-07-02	1.45	V U14	Heerenveen	
hurkhoog				
2015-09-19	1.00	V U9	Heerenveen	
2016-05-28	1.10	V U10	Leeuwarden	
polsver				
2017-04-08	4.00	V U12	Leeuwarden	
2018-04-21	4.25	V U12	Drachten	
ver				
2015-09-19	2.60	V U9	Heerenveen	
2016-05-28	3.40	V U10	Leeuwarden	
2016-09-17	3.80	V U10	Heerenveen	
2017-10-07	4.00	V U12	Heerenveen	
2018-10-06	4.61	V U12	Heerenveen	
2019-06-22	4.88	V U14	Stadskanaal	
2020-07-25	4.94	V U14	Heerenveen	
2021-10-02	5.25	V U16	Heerenveen	
balstoten				
2015-09-19	5.30	V U9	Heerenveen	
2016-09-17	6.70	V U10	Heerenveen	

#### kogel 2

2017-10-07	5.32	V U12	Heerenveen	
2018-04-21	6.40	V U12	Drachten	
2020-07-02	8.85	V U14	Heerenveen	
slingeren				
2016-07-02	15.50	V U10	Drachten	
2017-09-16	16.00	V U12	Heerenveen	
2018-09-15	18.00	V U12	Heerenveen	
speer 400				
2019-10-05	17.66	V U14	Heerenveen	
2020-09-26	17.20	V U14	Heerenveen	
vortex				
2015-06-27	17.50	V U9	Steenwijk	
2016-07-02	17.50	V U10	Drachten	
2017-09-16	17.00	V U12	Leeuwarden	
2018-05-26	19.00	V U12	Sneek	

#### Gerwin de Haan

80				
2011-07-05	12.2	M U14	Leeuwarden	
2012-07-07	11.81	M U14	Stadskanaal	
100				
2013-08-31	13.23	M U16	Emmeloord	
2014-10-04	12.2	M U16	Heerenveen	
2015-07-04	12.49	M U18	Best	
2016-07-09	12.04w	M U18	Emmeloord	
2017-07-08	11.75	M U20	Stadskanaal	
2018-04-28	12.10	M U20	Sneek	
2021-04-02	11.61w	M U23	Bolivar (USA)	
150				
2013-07-19	19.9	M U16	Steenwijk	
2014-07-18	19.1	M U16	Steenwijk	
2015-07-10	18.63	M U18	Steenwijk	
200				
2015-10-03	25.7	M U18	Heerenveen	
2016-10-01	24.8	M U18	Heerenveen	
2018-05-12	24.43	M U20	Heerenveen	
300				
2018-04-07	38.21	M U20	Steenwijk	
400				
2015-07-04	57.43	M U18	Best	
2016-05-14	54.82	M U18	Alphen a/d Rijn	
2017-07-08	52.88	M U20	Stadskanaal	
800				
2013-10-05	2:44.5	M U16	Heerenveen	
2014-10-04	2:40.7	M U16	Heerenveen	
2015-10-03	2:22.4	M U18	Heerenveen	
2016-10-01	2:29.9	M U18	Heerenveen	
1000				
2011-10-01	3:38.9	M U14	Heerenveen	
2012-05-18	3:38.29	M U14	Emmeloord	
2013-09-01	3:18.39	M U16	Emmeloord	
2014-09-21	3:19.00	M U16	Tilburg	
1500				
2015-08-30	5:10.29	M U18	Stadskanaal	
2016-05-15	5:04.81	M U18	Alphen a/d Rijn	
2017-05-14	4:59.35	M U20	Emmeloord	
2018-07-13	4:45.55	M U20	Utrecht	
80h 76,2				
2011-05-22	17.01	M U14	Emmeloord	
2012-07-08	14.93	M U14	Stadskanaal	
100h 83,8				
2013-09-01	16.53	M U16	Emmeloord	
2014-05-10	15.18	M U16	Drachten	
110h 91,4				
2015-10-03	16.1	M U18	Heerenveen	
2016-06-11	15.20	M U18	Groningen	
110h 99,1				
2017-07-09	15.81	M U20	Stadskanaal	
2018-05-12	15.67	M U20	Heerenveen	
110h 106,7				
2021-03-20	15.95	M U23	Owensboro (USA)	
300h 76,2				
2013-04-06	50.40	M U16	Steenwijk	
2014-04-27	45.92	M U16	Epe	



duur 4'				ver				40h			
2022-05-21	875	V U9	Steenwijk	2018-10-06	3.06	M65	Heerenveen	2022-06-25	8.6	V U10	Drachten
40h				discus 1				hoog			
2022-06-25	9.7	V U9	Drachten	2018-10-06	24.90	M65	Heerenveen	2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen
hoog				2019-10-05	25.38	M65	Heerenveen	hurkhoog			
2022-05-21	0.75	V U9	Steenwijk	kogel 5				2022-06-25	0.90	V U10	Drachten
hurkhoog				2018-10-06	6.94	M65	Heerenveen	ver			
2022-06-25	0.65	V U9	Drachten	2019-10-05	7.11	M65	Heerenveen	2021-10-02	2.42	V U9	Heerenveen
ver				speer 600				2022-05-21	2.65	V U10	Steenwijk
2022-05-21	2.30	V U9	Steenwijk	2018-10-06	19.35	M65	Heerenveen	balstoten			
balstoten				2019-10-05	17.99	M65	Heerenveen	2022-05-21	4.80	V U10	Steenwijk
2022-09-10	3.50	V U9	Heerenveen	werp 3-kamp				slingeren			
slingeren				2018-10-06	934	M65	Heerenveen	2022-04-23	12.50	V U10	Leeuwarden
2022-06-25	9.50	V U9	Drachten	2019-10-05	925	M65	Heerenveen	vortex			
vortex				<b>Sarah Hartsema</b>				2021-10-02	9.66	V U9	Heerenveen
2022-09-10	8.50	V U9	Heerenveen	40				2022-05-21	10.50	V U10	Steenwijk
<b>Linde Hamer</b>				2022-06-25	7.8	V U9	Drachten	<b>Jan vd Heide</b>			
40				600				100			
2020-06-02	7.6	V U10	Heerenveen	2022-10-01	2:47.0	V U9	Heerenveen	2011-10-01	15.4	M60	Heerenveen
60				duur 4'				2012-10-06	15.6	M60	Heerenveen
2021-10-02	11.59w	V U12	Heerenveen	2022-05-21	825	V U9	Steenwijk	2020-09-26	17.1	M65	Heerenveen
2022-09-10	12.9	V U12	Heerenveen	40h				2022-10-01	16.6	M70	Heerenveen
600				2022-04-07	9.4	V U9	Heerenveen	200			
2020-09-26	2:39.0	V U10	Heerenveen	hoog				2017-10-07	34.4	M65	Heerenveen
2021-10-02	2:44.49	V U12	Heerenveen	2022-09-10	0.80	V U9	Heerenveen	2018-10-06	37.44	M65	Heerenveen
duur 4'				hurkhoog				2022-06-19	35.14	M70	Ede
2020-09-12	850	V U10	Heerenveen	2022-06-25	0.75	V U9	Drachten	400			
duur 6'				ver				2018-05-13	1:36.64	M65	Emmen
2021-06-05	1100	V U12	Heerenveen	2022-04-07	3.00	V U9	Heerenveen	800			
2022-06-25	875	V U12	Drachten	balstoten				2011-10-01	2:42.8	M60	Heerenveen
60h				2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen	2012-10-06	2:50.5	M60	Heerenveen
2021-09-11	15.4	V U12	Drachten	slingeren				2017-10-07	3:09.0	M65	Heerenveen
2022-06-25	14.5	V U12	Drachten	2022-06-25	9.50	V U9	Drachten	2018-10-06	3:19.17	M65	Heerenveen
hoog				vortex				1500			
2021-05-22	1.00	V U12	Heerenveen	2022-09-10	11.00	V U9	Heerenveen	2018-05-13	6:43.86	M65	Emmen
2022-06-25	1.05	V U12	Drachten	<b>Thijs Hartsema</b>				3000			
hurkhoog				60				2013-10-05	12:14.3	M60	Heerenveen
2020-09-12	0.75	V U10	Heerenveen	2022-09-10	10.9	M U12	Heerenveen	hoog			
polsver				600				2018-10-06	1.00	M65	Heerenveen
2022-06-25	2.80	V U12	Drachten	2022-10-01	2:52.0	M U12	Heerenveen	ver			
ver				duur 6'				2011-10-01	3.57	M60	Heerenveen
2020-09-26	2.77	V U10	Heerenveen	2022-05-21	1225	M U12	Steenwijk	2012-10-06	3.19	M60	Heerenveen
2021-06-05	2.40	V U12	Heerenveen	60h				2017-10-07	3.32	M65	Heerenveen
2022-09-10	2.45	V U12	Heerenveen	2022-04-07	13.1	M U12	Heerenveen	2018-10-06	2.94	M65	Heerenveen
balstoten				hoog				2020-09-26	3.27	M65	Heerenveen
2020-09-12	4.90	V U10	Heerenveen	2022-10-01	1.00	M U12	Heerenveen	discus 1			
kogel 2				polsver				2017-10-07	20.10	M65	Heerenveen
2021-10-02	5.76	V U12	Heerenveen	2022-06-25	3.30	M U12	Drachten	2018-10-06	20.20	M65	Heerenveen
2022-06-25	6.00	V U12	Drachten	ver				2020-09-26	22.50	M65	Heerenveen
slingeren				2022-05-21	2.70	M U12	Steenwijk	kogel 4			
2021-09-11	13.00	V U12	Drachten	kogel 2				2022-10-01	6.74	M70	Heerenveen
2022-09-10	13.50	V U12	Heerenveen	2022-10-01	5.24	M U12	Heerenveen	kogel 5			
vortex				slingeren				2017-10-07	6.95	M65	Heerenveen
2020-06-02	14.50	V U10	Heerenveen	2022-05-21	15.50	M U12	Steenwijk	2018-10-06	6.70	M65	Heerenveen
2021-09-11	16.50	V U12	Drachten	vortex				kogelsl.			
2022-06-25	17.00	V U12	Drachten	2022-04-07	18.50	M U12	Heerenveen	2022-06-19	16.77	M70	Ede
<b>Rudy Hartog</b>				<b>Isa van Heeswijk</b>				speer 500			
100				40				2022-10-01	23.32	M70	Heerenveen
2020-07-25	15.92	M65	Heerenveen	2021-10-02	8.58w	V U9	Heerenveen	speer 600			
200				2022-04-23	7.6	V U10	Leeuwarden	2011-10-01	23.53	M60	Heerenveen
2018-10-06	33.51	M65	Heerenveen	600				2012-10-06	24.30	M60	Heerenveen
2019-10-05	33.3	M65	Heerenveen	duur 4'				2017-10-07	20.08	M65	Heerenveen
2020-07-25	32.70w	M65	Heerenveen	2022-06-25	800	V U10	Drachten	2018-10-06	21.72	M65	Heerenveen
800				sprint 2-kamp				werp 3-kamp			
2019-10-05	4:15.7	M65	Heerenveen	2022-10-01	734	M70	Heerenveen	2017-10-07	816	M65	Heerenveen
hoog				werp 3-kamp				2018-10-06	837	M65	Heerenveen
2018-10-06	1.20	M65	Heerenveen	duur 4'							
2019-10-05	1.10	M65	Heerenveen	2022-06-25	800	V U10	Drachten				

<b>Lenneke vd Heide</b>				600				speer 600			
100				2022-10-01	2:30.0	V U12	Heerenveen	2017-10-15	33.69	M U16	Steenwijk
2011-10-01	14.7	V	Heerenveen	60h				2018-10-06	38.90	M U16	Heerenveen
800				2022-04-07	12.7	V U12	Heerenveen	speer 700			
2011-10-01	2:51.1	V	Heerenveen	hoog				2018-10-14	36.07	M U16	Steenwijk
2015-04-19	2:46.07	V35	Drachten	2022-10-01	0.90	V U12	Heerenveen	2019-04-13	38.80	M U18	Haaksbergen
1500				ver				speer 800			
2015-06-07	5:29.28	V35	Harderwijk	2022-04-07	2.30	V U12	Heerenveen	2022-05-07	50.96	M U20	Clinton (USA)
3000				kogel 2				werp 3-kamp			
2014-05-25	11:28.23	V35	Drachten	2022-10-01	5.67	V U12	Heerenveen	2017-10-15	1447	M U16	Steenwijk
2015-04-19	11:53.08	V35	Drachten	vortex				2018-10-14	1288	M U16	Steenwijk
ver				2022-04-07	10.50	V U12	Heerenveen	8-kamp			
2011-10-01	3.90	V	Heerenveen	<b>Rutger Hoekstra</b>				2017-07-09	4678	M U16	Stadskanaal
discus 1				100				2018-07-08	5361	M U16	Stadskanaal
2011-10-01	21.84	V	Heerenveen	2017-06-24	12.92w	M U16	Stadskanaal	<b>Steijn Hoen</b>			
2012-10-06	18.06	V	Heerenveen	2018-09-22	12.57	M U16	Zoetermeer	40h			
kogel 4				2019-04-13	13.44	M U18	Haaksbergen	2022-04-07	8.8	M U10	Heerenveen
2012-10-06	6.84	V	Heerenveen	2021-04-11	12.4	M U20	Heerenveen	ver			
speer 600				200				2022-04-07	2.20	M U10	Heerenveen
2012-10-06	15.87	V	Heerenveen	2018-05-12	26.32	M U16	Heerenveen	vortex			
werp 3-kamp				300				2022-04-07	14.00	M U10	Heerenveen
2012-10-06	926	V	Heerenveen	2018-07-13	41.36	M U16	Steenwijk	<b>Lars van Hoeven</b>			
<b>Mirthe vd Heide</b>				2019-03-30	41.07	M U18	Steenwijk	80			
60				400				2011-05-14	11.18	M U14	Assen
2021-10-02	11.22	V U12	Heerenveen	2018-04-02	1:01.96	M U16	Amersfoort	2012-05-17	10.62	M U14	Emmeloord
600				800				100			
2021-10-02	3:33.51	V U12	Heerenveen	2017-10-07	2:36.9	M U16	Heerenveen	2012-09-28	13.27	M U14	Papenburg (Dui)
ver				2018-10-06	2:27.07	M U16	Heerenveen	2013-09-21	12.23	M U16	Leeuwarden
2021-10-02	2.87	V U12	Heerenveen	1000				2014-06-20	11.71	M U16	Utrecht
kogel 2				2017-06-05	3:17.94	M U16	Amstelveen	2015-04-19	11.81	M U18	Drachten
2021-10-02	6.02	V U12	Heerenveen	2018-05-21	3:06.55	M U16	Amstelveen	2016-04-09	11.67	M U18	Heerenveen
<b>Inge Helder</b>				100h 83,8				2017-04-01	11.56	M U20	Steenwijk
3000				2017-07-09	16.10	M U16	Stadskanaal	150			
2014-10-04	15:03.9	V55	Heerenveen	2018-07-08	14.71	M U16	Stadskanaal	2011-07-15	20.4	M U14	Steenwijk
<b>Steijn Hendriksen</b>				110h 91,4				2012-06-08	20.27	M U14	Hoogeveen
40				2019-04-13	18.89	M U18	Haaksbergen	2013-07-19	18.1	M U16	Steenwijk
2022-04-23	8.0	M U10	Leeuwarden	110h 99,1				2014-08-08	17.57	M U16	Utrecht
1000				2021-05-01	15.70	M U20	Heerenveen	2015-07-10	17.01	M U18	Steenwijk
2022-09-03	3:55.45	M U10	Groningen	300h 76,2				2016-05-07	17.60	M U18	Lisse
duur 4'				2017-08-27	48.62	M U16	Amsterdam	200			
2022-05-21	975	M U10	Steenwijk	2018-06-30	45.05	M U16	Groningen	2013-05-11	25.98	M U16	Heerenveen
40h				hoog				2014-06-20	23.11	M U16	Utrecht
2022-04-23	8.1	M U10	Leeuwarden	2017-05-27	1.70	M U16	Stadskanaal	2015-05-16	23.12	M U18	Hoorn
hoog				2018-07-07	1.80	M U16	Stadskanaal	2016-07-09	22.99	M U18	Emmeloord
2022-09-10	0.95	M U10	Heerenveen	2019-08-09	1.81	M U18	Utrecht	2017-05-28	22.66	M U20	Drachten
hurkhoog				2020-09-12	1.90	M U18	Amersfoort	2018-07-06	23.08	M U20	Wageningen
2022-04-23	0.85	M U10	Leeuwarden	2021-06-13	1.84	M U20	Amersfoort	300			
ver				2022-03-05	1.90	M U20	Clinton (USA)	2011-07-15	45.3	M U14	Steenwijk
2022-09-10	2.30	M U10	Heerenveen	hss				2012-06-08	45.20	M U14	Hoogeveen
balstoten				2018-08-25	12.10	M U16	Amsterdam	2013-07-19	39.0	M U16	Steenwijk
2022-09-10	4.50	M U10	Heerenveen	polshoog				2014-08-30	36.28	M U16	Amsterdam
slingeren				2017-06-03	2.35	M U16	Groningen	2015-07-10	36.07	M U18	Steenwijk
2022-04-23	8.00	M U10	Leeuwarden	2018-05-12	2.75	M U16	Heerenveen	2016-05-07	35.88	M U18	Lisse
vortex				2020-07-25	3.41	M U18	Heerenveen	2017-04-01	36.28	M U20	Steenwijk
2022-05-21	14.50	M U10	Steenwijk	2021-05-01	3.36	M U20	Heerenveen	400			
<b>Ilona Hoeksma</b>				ver				2013-09-07	54.41	M U16	Zwolle
5000				2017-05-20	5.14	M U16	Heerenveen	2014-07-06	49.85	M U16	Amsterdam
2020-09-26	21:08.0	V	Heerenveen	2018-09-22	5.54	M U16	Zoetermeer	2015-06-28	49.98	M U18	Breda
<b>Lia Hoekstra</b>				2019-04-13	5.58	M U18	Haaksbergen	2016-05-28	50.06	M U18	Oordegem (Bel)
60				2020-07-04	6.02	M U18	Heerenveen	2017-05-28	49.39	M U20	Drachten
2022-10-01	10.5	V U12	Heerenveen	2021-05-01	6.07	M U20	Heerenveen	2018-07-28	48.30	M U20	Ninove (Bel)
<b>discus 1</b>				discus 1½				2021-07-21	48.21	M U23	Ertvelde (Bel)
				2017-05-14	32.78	M U16	Sneek	600			
				2018-06-02	38.34	M U16	Stadskanaal	2017-04-08	1:22.20	M U20	Heerenveen
				discus 1½				2018-05-13	1:18.72	M U20	Pliezhausen (Dui)
				2019-06-30	33.28	M U18	Alphen a/d Rijn	800			
				kogel 4				2012-08-17	2:17.67	M U14	Rotterdam
				2017-10-15	9.19	M U16	Steenwijk	2013-07-05	2:05.30	M U16	Utrecht
				2018-07-13	10.56	M U16	Steenwijk	2014-06-07	1:59.58	M U16	Groningen
				kogel 5				2015-04-19	2:00.01	M U18	Drachten
				2019-06-08	10.85	M U18	Groningen	2016-07-30	1:56.03	M U18	Leuven (Bel)
								2017-06-17	1:53.62	M U20	Leiden
								2018-06-08	1:50.18	M U20	Nijmegen
								2020-09-06	1:51.16	M U23	Heusden (Bel)



vortex  
2015-10-03 12.14 M U10 Heerenveen  
2016-09-17 12.50 M U12 Heerenveen

### **Britt Huisman**

40  
2016-10-01 7.2 V U9 Heerenveen  
2017-07-08 7.3 V U10 Drachten

60  
2018-10-06 9.86 V U12 Heerenveen  
2019-10-05 9.2 V U12 Heerenveen  
2020-09-26 9.4 V U14 Heerenveen  
2021-10-02 8.78 V U14 Heerenveen

80  
2022-06-18 11.17 V U16 Stadskanaal

150  
2021-10-02 20.75 V U14 Heerenveen

300  
2021-07-09 46.87 V U14 Steenwijk  
2022-08-28 42.66 V U16 Amsterdam

600  
2016-10-01 2:26.8 V U9 Heerenveen  
2021-10-10 1:54.16 V U14 Best

1000  
2018-10-06 4:09.11 V U12 Heerenveen  
2019-10-05 4:02.1 V U12 Heerenveen

duur 4'  
2016-07-02 925 V U9 Drachten  
2017-07-08 925 V U10 Drachten  
2019-06-29 975 V U12 Leeuwarden

duur 6'  
2018-07-07 1375 V U12 Steenwijk

40h  
2016-07-02 8.0 V U9 Drachten  
2017-07-08 7.5 V U10 Drachten

60h  
2018-07-07 10.5 V U12 Steenwijk  
2019-06-29 10.2 V U12 Leeuwarden

60h 76,2  
2021-04-17 10.6 V U14 Heerenveen

80h 76,2  
2022-09-17 13.24 V U16 Rotterdam

300h 76,2  
2022-06-11 49.41 V U16 Heerenveen

hoog  
2016-09-17 0.95 V U9 Heerenveen  
2017-09-16 1.00 V U10 Heerenveen  
2018-07-14 1.15 V U12 Heerenveen  
2019-06-29 1.30 V U12 Leeuwarden  
2020-09-26 1.35 V U14 Heerenveen  
2021-10-09 1.51 V U14 Best  
2022-07-09 1.55 V U16 Hoorn

hurkhoog  
2016-05-28 0.95 V U9 Leeuwarden  
2017-07-08 0.90 V U10 Drachten

polsver  
2018-07-07 3.85 V U12 Steenwijk  
2019-06-29 5.00 V U12 Leeuwarden

ver  
2016-06-18 3.23 V U9 Heerenveen  
2017-09-16 3.20 V U10 Heerenveen  
2018-10-06 3.75 V U12 Heerenveen  
2019-10-05 3.88 V U12 Heerenveen  
2020-09-26 3.91 V U14 Heerenveen  
2021-10-02 4.72 V U14 Heerenveen  
2022-05-14 4.78 V U16 Heerenveen

balstoten  
2016-09-17 4.70 V U9 Heerenveen  
2017-09-16 4.50 V U10 Heerenveen

kogel 2  
2018-07-07 5.70 V U12 Steenwijk  
2019-10-05 6.53 V U12 Heerenveen  
2021-10-10 7.64 V U14 Best

slingeren  
2016-07-02 12.00 V U9 Drachten  
2017-04-08 14.00 V U10 Leeuwarden  
2018-09-15 13.50 V U12 Heerenveen

speer 400  
2021-10-09 17.44 V U14 Best

vortex  
2016-07-02 13.00 V U9 Drachten  
2017-04-08 16.50 V U10 Leeuwarden  
2018-07-07 16.50 V U12 Steenwijk  
2019-06-29 24.50 V U12 Leeuwarden

7-kamp  
2021-10-10 2843 V U14 Best

### **Ilse Huisman**

40  
2020-09-26 7.3 V U10 Heerenveen

50  
2019-10-05 7.6 V U9 Heerenveen

60  
2021-04-06 10.2 V U12 Heerenveen  
2022-05-21 9.6 V U12 Steenwijk

600  
2019-10-05 2:31.9 V U9 Heerenveen  
2020-09-26 2:29.0 V U10 Heerenveen  
2022-10-01 2:24.0 V U12 Heerenveen

duur 4'  
2019-06-29 875 V U9 Leeuwarden  
2020-09-12 900 V U10 Heerenveen

duur 6'  
2022-06-25 1300 V U12 Drachten

40h  
2019-06-29 8.3 V U9 Leeuwarden

60h  
2022-09-10 11.3 V U12 Heerenveen

hoog  
2019-05-25 0.95 V U9 Steenwijk  
2022-06-25 1.25 V U12 Drachten

hurkhoog  
2019-06-29 0.80 V U9 Leeuwarden  
2020-09-12 0.95 V U10 Heerenveen

polsver  
2022-06-25 3.70 V U12 Drachten

ver  
2019-10-05 3.12 V U9 Heerenveen  
2020-09-26 3.03 V U10 Heerenveen  
2021-04-06 3.45 V U12 Heerenveen  
2022-09-10 3.45 V U12 Heerenveen

balstoten  
2019-05-25 4.10 V U9 Steenwijk  
2020-09-12 4.70 V U10 Heerenveen

kogel 2  
2022-10-01 6.19 V U12 Heerenveen

slingeren  
2019-06-29 9.00 V U9 Leeuwarden  
2022-09-10 14.00 V U12 Heerenveen

vortex  
2019-10-05 12.16 V U9 Heerenveen  
2020-09-12 12.00 V U10 Heerenveen  
2021-04-06 15.50 V U12 Heerenveen  
2022-06-25 14.00 V U12 Drachten

### **Julian Huisman**

60  
2022-05-21 11.0 M U12 Steenwijk

duur 6'  
2022-06-25 1250 M U12 Drachten

60h  
2022-06-25 12.4 M U12 Drachten

hoog  
2022-06-25 0.90 M U12 Drachten

polsver  
2022-06-25 2.80 M U12 Drachten

ver  
2022-05-21 2.80 M U12 Steenwijk

kogel 2  
2022-06-25 5.00 M U12 Drachten

slingeren  
2022-05-21 11.00 M U12 Steenwijk

vortex  
2022-06-25 15.50 M U12 Drachten

### **Meike Huistra**

40  
2015-06-13 7.49 V U8 Heerenveen  
2016-10-01 6.9 V U9 Heerenveen  
2017-10-07 6.9 V U10 Heerenveen

60  
2018-03-25 9.88 V U12 Assen  
2019-10-05 9.2 V U12 Heerenveen  
2020-09-06 8.89 V U14 Barendrecht  
2021-06-27 8.55 V U14 Hoofddorp

80  
2022-10-01 10.8 V U16 Heerenveen

100  
2021-07-04 13.90 V U14 Dongen  
2022-06-10 13.56 V U16 Ede

150  
2020-09-19 22.17 V U14 Grootebroek  
2021-10-02 20.57 V U14 Heerenveen  
2022-09-10 20.10 V U16 Zoetermeer

600  
2015-10-03 2:27.1 V U8 Heerenveen  
2016-06-18 2:18.20 V U9 Heerenveen  
2019-04-07 2:14.29 V U12 Assen  
2019-05-17 2:13.05 V U12 Amsterdam  
2020-07-25 2:01.93 V U14 Heerenveen  
2021-09-12 1:49.27 V U14 Zoetermeer  
2022-09-11 1:50.59 V U16 Zoetermeer

1000  
2017-10-07 4:12.7 V U10 Heerenveen  
2018-10-06 3:56.15 V U12 Heerenveen  
2019-10-05 3:51.2 V U12 Heerenveen

duur 4'  
2016-07-02 950 V U9 Drachten  
2017-07-08 950 V U10 Drachten

duur 6'  
2018-07-07 1400 V U12 Steenwijk

40h  
2016-07-02 7.7 V U9 Drachten  
2017-07-08 7.6 V U10 Drachten

60h  
2018-07-07 10.9 V U12 Steenwijk

60h 76,2  
2020-09-06 11.39 V U14 Barendrecht  
2021-07-03 9.85 V U14 Assen

80h 76,2  
2022-05-26 11.79w V U16 Gorinchem

hoog  
2016-09-17 1.10 V U9 Heerenveen  
2017-09-09 1.20 V U10 Sneek  
2018-09-01 1.30 V U12 Deventer  
2019-07-06 1.30 V U12 Emmeloord  
2020-09-26 1.50 V U14 Heerenveen  
2021-10-09 1.61 V U14 Best  
2021-06-27 1.55 V U16 Hoofddorp  
2022-09-17 1.65 V U16 Rotterdam

hurkhoog  
2015-09-19 0.95 V U8 Heerenveen  
2016-07-02 0.90 V U9 Drachten  
2017-07-08 0.95 V U10 Drachten

polsver  
2018-07-07 3.95 V U12 Steenwijk



ver				2018-10-06	4:14.33	M U14	Heerenveen	2021-06-05	12.8	V U12	Heerenveen
2015-10-03	3.07	V U8	Heerenveen	2019-10-05	4:14.1	M U14	Heerenveen	hoog			
2016-10-01	3.50	V U9	Heerenveen	duur 6'				2020-06-30	1.00	V U12	Heerenveen
2017-10-07	3.64	V U10	Heerenveen	2016-05-28	1350	M U12	Leeuwarden	2021-05-06	1.00	V U12	Heerenveen
2018-06-17	4.04	V U12	Soest	2017-07-08	1400	M U12	Drachten	2022-06-11	1.05	V U14	Heerenveen
2019-10-05	4.12	V U12	Heerenveen	40h				polsver			
2020-09-26	4.79	V U14	Heerenveen	2015-04-11	8.3	M U10	Leeuwarden	2020-09-12	2.55	V U12	Heerenveen
2021-08-28	4.97	V U14	Papendrecht	60h				ver			
2022-09-17	5.25	V U16	Rotterdam	2016-05-28	11.7	M U12	Leeuwarden	2019-10-05	2.60	V U10	Heerenveen
balstoten				2017-09-16	10.9	M U12	Heerenveen	2020-09-26	2.86	V U12	Heerenveen
2015-09-19	4.30	V U8	Heerenveen	hoog				2021-06-05	2.55	V U12	Heerenveen
2016-09-17	5.90	V U9	Heerenveen	2016-06-18	1.15	M U12	Heerenveen	2022-05-21	2.95	V U14	Heerenveen
2017-09-16	6.70	V U10	Heerenveen	2017-04-08	1.15	M U12	Leeuwarden	kogel 2			
discus ¾				2018-06-30	1.25	M U14	Groningen	2020-09-12	5.00	V U12	Heerenveen
2021-10-02	29.90	V U14	Heerenveen	2020-07-25	1.40	M U16	Heerenveen	2021-05-06	5.00	V U12	Heerenveen
discus 1				2021-10-02	1.50	M U16	Heerenveen	2022-10-01	6.46	V U14	Heerenveen
2022-06-24	25.59	V U16	Steenwijk	hurkhoog				slingeren			
kogel 2				2015-06-27	0.80	M U10	Steenwijk	2020-06-30	12.00	V U12	Heerenveen
2018-09-01	6.75	V U12	Deventer	polsver				2021-06-05	17.00	V U12	Heerenveen
2019-10-05	8.13	V U12	Heerenveen	2016-07-02	4.40	M U12	Drachten	speer 400			
2020-07-25	10.03	V U14	Heerenveen	2017-04-08	4.80	M U12	Leeuwarden	2022-10-01	11.90	V U14	Heerenveen
2021-09-12	13.32	V U14	Zoetermeer	ver				vortex			
kogel 3				2014-10-04	3.01	M U9	Heerenveen	2019-10-05	11.14	V U10	Heerenveen
2022-05-14	11.54	V U16	Emmen	2015-10-03	3.24	M U10	Heerenveen	2020-09-12	11.50	V U12	Heerenveen
slingeren				2016-10-01	3.55	M U12	Heerenveen	2021-05-06	17.00	V U12	Heerenveen
2016-07-02	13.50	V U9	Drachten	2017-10-07	3.88	M U12	Heerenveen	<b>Oukubay Huruy</b>			
2017-07-08	14.00	V U10	Drachten	2018-04-07	3.80w	M U14	Steenwijk	800			
2019-05-17	19.00	V U12	Amsterdam	2019-05-11	4.01w	M U14	Heerenveen	2020-07-25	2:15.40	M	Heerenveen
speer 400				2020-09-26	4.37	M U16	Heerenveen	3000			
2020-09-26	27.78	V U14	Heerenveen	2021-04-17	4.24	M U16	Heerenveen	2017-05-20	10:13.19	M	Heerenveen
2021-07-03	33.40	V U14	Assen	balwerpen 135				5000			
speer 500				2014-10-04	14.11	M U9	Heerenveen	2020-09-04	16:04.94	M	Leeuwarden
2022-07-09	31.86	V U16	Hoorn	discus 1				<b>Mark Jansen</b>			
vortex				2018-04-07	11.87	M U14	Steenwijk	25000			
2015-10-03	12.60	V U8	Heerenveen	2019-05-25	14.58	M U14	Sneek	2021-07-10	1:55:11	M45	Heerenveen
2016-10-01	18.15	V U9	Heerenveen	2021-10-02	17.83	M U16	Heerenveen	<b>Ronnie Jeeninga</b>			
2017-09-09	20.40	V U10	Sneek	kogel 2				100			
2018-07-07	23.50	V U12	Steenwijk	2015-09-26	4.01	M U10	Leeuwarden	2019-05-12	14.74	M40	Apeldoorn
2019-05-26	27.62	V U12	Soest	2016-09-24	5.90	M U12	Leeuwarden	800			
2022-06-10	41.13	V U16	Ede	2017-10-07	6.00	M U12	Heerenveen	2012-06-10	2:13.78	M35	Terneuzen
werp 3-kamp				kogel 4				2013-05-15	2:15.10	M35	Groningen
2022-10-08	1370	V U16	Steenwijk	2020-07-02	6.02	M U16	Heerenveen	2019-10-05	2:25.6	M40	Heerenveen
5-kamp				2021-05-22	7.02	M U16	Heerenveen	2021-10-02	3:02.57	M45	Heerenveen
2019-07-06	2534	V U12	Emmeloord	kogel 5				2022-10-01	2:41.5	M45	Heerenveen
6-kamp				2022-10-01	8.31	M U18	Heerenveen	1500			
2021-09-12	3618	V U14	Zoetermeer	slingeren				2013-06-08	4:31.42	M35	Epe
7-kamp				2016-09-17	15.50	M U12	Heerenveen	2019-04-07	5:08.34	M40	Amersfoort
2022-09-11	4198	V U16	Zoetermeer	2017-05-20	20.50	M U12	Steenwijk	hoog			
<b>Morris Hulsmann</b>				spee 400				2019-04-07	1.25	M40	Amersfoort
40				2018-06-30	16.57	M U14	Groningen	<b>Tim Jeeninga</b>			
2014-10-04	7.5	M U9	Heerenveen	2019-04-06	17.07	M U14	Heerenveen	60			
2015-06-27	7.1	M U10	Steenwijk	spee 600				2018-09-15	10.7	M U12	Heerenveen
60				2021-05-01	18.91	M U16	Heerenveen	2019-10-05	10.4	M U12	Heerenveen
2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen	vortex				80			
2017-10-07	9.3	M U12	Heerenveen	2015-06-27	14.50	M U10	Steenwijk	2021-06-19	13.17	M U14	Leeuwarden
80				2016-09-17	22.00	M U12	Heerenveen	150			
2018-10-06	12.33	M U14	Heerenveen	2017-04-08	22.00	M U12	Leeuwarden	2020-07-02	27.0	M U14	Heerenveen
2019-10-05	11.5	M U14	Heerenveen	<b>Anne Hulzebos</b>				800			
100				40				2021-10-02	3:07.93	M U14	Heerenveen
2020-09-26	14.4	M U16	Heerenveen	2019-10-05	8.4	V U10	Heerenveen	2022-10-01	2:40.7	M U16	Heerenveen
2021-10-02	13.76w	M U16	Heerenveen	60				1000			
2022-10-01	13.5	M U18	Heerenveen	2020-06-02	11.3	V U12	Heerenveen	2018-07-14	4:13.52	M U12	Heerenveen
150				2021-05-06	11.3	V U12	Heerenveen	2019-10-05	3:54.7	M U12	Heerenveen
2020-07-02	23.4	M U16	Heerenveen	2022-05-21	10.98	V U14	Heerenveen	duur 4'			
200				600				2019-06-29	925	M U12	Leeuwarden
2019-05-11	35.91	M U14	Heerenveen	2020-09-26	2:46.0	V U12	Heerenveen	duur 6'			
600				2021-05-22	2:49.71	V U12	Heerenveen	2018-04-21	1250	M U12	Drachten
2014-10-04	2:43.6	M U9	Heerenveen	duur 6'							
1000				2020-09-12	1125	V U12	Heerenveen				
2015-10-03	4:22.5	M U10	Heerenveen	2021-06-05	1175	V U12	Heerenveen				
2016-10-01	4:05.7	M U12	Heerenveen	60h							
2017-10-07	4:13.0	M U12	Heerenveen	2020-09-12	12.7	V U12	Heerenveen				

2019-05-25	1350	M U12	Steenwijk	60				<b>Harmen Jorritsma</b>				
60h				2020-09-26	10.4	M U12	Heerenveen	800				
2018-05-26	12.9	M U12	Sneek	80				2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen	
2019-09-14	11.5	M U12	Sneek	2021-05-22	13.29	M U14	Heerenveen	2018-10-06	2:46.86	M50	Heerenveen	
hoog				600				3000				
2018-04-21	1.05	M U12	Drachten	2015-06-13	2:55.74	M U8	Heerenveen	2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen	
2019-06-29	1.05	M U12	Leeuwarden	2017-10-07	2:30.5	M U9	Heerenveen	2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen	
2020-09-26	1.30	M U14	Heerenveen	2020-09-26	2:17.0	M U12	Heerenveen					
2022-05-21	1.20	M U16	Heerenveen	2022-05-14	1:52.68	M U14	Emmen					
polsver				800				<b>Erik Sjoerd Kan</b>				
2018-04-21	3.25	M U12	Drachten	2021-05-22	3:07.97	M U14	Heerenveen	100				
2019-06-29	3.55	M U12	Leeuwarden	1000				2011-10-01	12.7	M	Heerenveen	
ver				2021-04-17	3:59.0	M U14	Heerenveen	800				
2018-07-14	2.97	M U12	Heerenveen	2022-06-11	3:25.78	M U14	Heerenveen	2011-10-01	3:29.2	M	Heerenveen	
2019-10-05	2.96	M U12	Heerenveen	duur 4'				<b>Rienk Kan</b>				
kogel 2				2016-07-02	925	M U8	Drachten	100				
2018-07-14	5.04	M U12	Heerenveen	2017-07-08	925	M U9	Drachten	2011-10-01	12.4	M U20	Heerenveen	
2019-06-29	5.60	M U12	Leeuwarden	2018-04-21	925	M U10	Drachten	2012-06-24	12.27	M U20	Drachten	
kogel 3				40h				2013-06-14	12.25	M U23	Utrecht	
2020-07-02	5.45	M U14	Heerenveen	2016-07-02	8.5	M U8	Drachten	2014-10-04	11.8	M U23	Heerenveen	
slingeren				2017-07-08	9.1	M U9	Drachten	2015-06-12	11.99	M U23	Wageningen	
2018-05-26	13.50	M U12	Sneek	2018-07-07	7.5	M U10	Steenwijk	2016-05-16	11.79w	M	Tilburg	
2019-05-25	15.00	M U12	Steenwijk	hoog				2017-09-23	12.14	M	Amersfoort	
speer 400				2016-09-17	0.85	M U8	Heerenveen	150				
2020-09-26	12.66	M U14	Heerenveen	2017-05-20	0.85	M U9	Steenwijk	2014-08-08	18.07	M U23	Utrecht	
2021-06-19	16.37	M U14	Leeuwarden	hurkhoog				200				
speer 600				2016-05-28	0.85	M U8	Leeuwarden	2012-07-06	24.60	M U20	Alkmaar	
2022-10-01	22.99	M U16	Heerenveen	2017-07-08	0.65	M U9	Drachten	2013-05-11	23.91	M U23	Heerenveen	
vortex				2018-04-21	0.75	M U10	Drachten	2014-05-17	23.97	M U23	Heerenveen	
2018-05-26	17.50	M U12	Sneek	ver				2015-10-03	23.6	M U23	Heerenveen	
2019-06-29	21.00	M U12	Leeuwarden	2015-10-03	2.35	M U8	Heerenveen	2016-10-01	24.0	M	Heerenveen	
<b>Jorrick de Jong</b>				2016-05-28	3.25	M U8	Leeuwarden	2017-10-07	25.1	M	Heerenveen	
60				2017-10-07	2.44	M U9	Heerenveen	300				
2021-10-02	10.21	M U12	Heerenveen	2020-09-26	3.01	M U12	Heerenveen	2014-08-08	39.32	M U23	Utrecht	
2022-09-10	9.6	M U12	Heerenveen	2022-05-14	4.10	M U14	Emmen	400				
600				balstoten				2011-06-24	58.52	M U20	Groningen	
2021-10-02	2:20.62	M U12	Heerenveen	2016-09-17	4.50	M U8	Heerenveen	2014-05-04	53.87	M U23	Grootebroek	
2022-10-01	2:22.0	M U12	Heerenveen	2017-05-20	4.80	M U9	Steenwijk	2015-05-08	53.99	M U23	Utrecht	
60h				kogel 2				2016-06-04	54.75	M	Gemert	
2022-09-10	10.5	M U12	Heerenveen	2020-09-26	6.88	M U12	Heerenveen	2017-07-08	58.76	M	Stadskanaal	
hoog				kogel 3				800				
2022-10-01	1.10	M U12	Heerenveen	2021-04-17	6.89	M U14	Heerenveen	2011-10-01	2:32.0	M U20	Heerenveen	
ver				2022-06-11	8.98	M U14	Heerenveen	2012-10-06	2:47.3	M U20	Heerenveen	
2021-10-02	3.01	M U12	Heerenveen	slingeren				2013-10-05	2:24.7	M U23	Heerenveen	
2022-04-07	3.30	M U12	Heerenveen	2016-07-02	12.00	M U8	Drachten	2014-10-04	2:21.3	M U23	Heerenveen	
kogel 2				2017-07-08	15.00	M U9	Drachten	2015-06-12	2:11.44	M U23	Wageningen	
2021-10-02	5.40	M U12	Heerenveen	2018-04-21	13.50	M U10	Drachten	2016-10-01	2:29.6	M	Heerenveen	
2022-10-01	6.26	M U12	Heerenveen	speer 400				2017-10-07	2:39.0	M	Heerenveen	
slingeren				2021-04-17	16.46	M U14	Heerenveen	1500				
2022-09-10	16.50	M U12	Heerenveen	2022-04-09	16.78	M U14	Emmeloord	2015-07-31	4:54.38	M U23	Amsterdam	
vortex				vortex				2016-06-05	5:13.72	M	Gemert	
2022-09-10	24.50	M U12	Heerenveen	2015-10-03	12.05	M U8	Heerenveen	2017-07-09	5:27.45	M	Stadskanaal	
<b>Mia de Jong</b>				2016-05-28	11.00	M U8	Leeuwarden	110h 106,7				
40				2017-05-20	12.50	M U9	Steenwijk	2014-05-09	18.85	M U23	Utrecht	
2022-10-01	8.4	V U9	Heerenveen	2018-04-21	16.50	M U10	Drachten	2015-07-31	17.62	M U23	Amsterdam	
600				2020-06-02	22.50	M U12	Heerenveen	2016-06-05	18.06	M	Gemert	
2022-10-01	2:53.0	V U9	Heerenveen	<b>Jan Sytze Jonker</b>				2017-07-09	18.56	M	Stadskanaal	
ver				1500				2018-04-22	19.41	M	Assen	
2022-10-01	2.35	V U9	Heerenveen	2013-04-13	4:28.49	M	Heerenveen	hoog				
vortex				3000				2011-10-01	1.70	M U20	Heerenveen	
2022-10-01	7.50	V U9	Heerenveen	2013-04-17	9:33.8	M	Sneek	2012-05-20	1.75	M U20	Harderwijk	
<b>Cas Jonker</b>				5000				2014-05-31	1.66	M U23	Gemert	
40				2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	2015-08-29	1.77	M U23	Stadskanaal	
2015-06-13	9.42	M U8	Heerenveen	<b>Wietze Jonker</b>				2016-06-04	1.78	M	Gemert	
2016-07-02	7.8	M U8	Drachten	5000				2017-07-08	1.70	M	Stadskanaal	
2017-07-08	7.7	M U9	Drachten	2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	2018-04-22	1.70	M	Assen	
2018-04-21	7.4	M U10	Drachten	25000				hss				
				2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	2011-07-10	13.17	M U20	Alphen a/d Rijn	
								2012-06-03	13.32	M U20	Breda	
								2013-07-20	13.84w	M U23	Amsterdam	
								2014-05-04	13.15	M U23	Grootebroek	
								2015-05-25	14.04	M U23	Tilburg	
								2016-06-26	13.62w	M	Harderwijk	
								2017-06-18	13.12	M	Harderwijk	
								2018-07-01	13.06	M	Harderwijk	

polshoog				600				2018-09-15	17.00	V U12	Heerenveen
2015-08-30	2.60	M U23	Stadskanaal	2014-10-04	2:22.4	V U8	Heerenveen	speer 400			
2016-06-05	2.60	M	Gemert	2015-10-03	2:17.3	V U9	Heerenveen	2019-05-11	12.02	V U14	Heerenveen
2017-07-09	2.50	M	Stadskanaal	2019-10-05	2:04.0	V U14	Heerenveen	2020-09-26	18.50	V U14	Heerenveen
ver				2020-09-26	1:55.0	V U14	Heerenveen	speer 500			
2011-04-02	6.06	M U20	Steenwijk	2021-10-02	1:53.07	V U16	Heerenveen	2021-06-19	20.53	V U16	Leeuwarden
2012-04-25	6.18w	M U20	Kampen	2022-07-09	1:46.27	V U16	Hoorn	2022-07-09	26.60	V U16	Hoorn
2013-06-02	6.05	M U23	Drachten	800				vortex			
2014-10-04	6.11	M U23	Heerenveen	2020-09-19	2:52.56	V U14	Grootebroek	2014-06-28	11.00	V U8	Sneek
2015-05-16	6.82w	M U23	Heerenveen	2021-08-28	2:40.32	V U16	Amsterdam	2015-10-03	15.09	V U9	Heerenveen
2016-05-16	6.78w	M	Tilburg	2022-04-09	2:34.86	V U16	Emmeloord	2016-10-01	14.04	V U10	Heerenveen
2017-04-08	6.31	M	Heerenveen	1000				2017-07-08	14.50	V U12	Drachten
2018-09-09	6.07	M	Grootebroek	2016-10-01	4:00.6	V U10	Heerenveen	2018-07-07	22.00	V U12	Steenwijk
discus 1¼				2017-10-07	3:59.4	V U12	Heerenveen	2022-06-10	31.08	V U16	Ede
2012-10-06	32.20	M U20	Heerenveen	2018-10-06	3:50.19	V U12	Heerenveen	7-kamp			
discus 2				1500				2021-10-10	2854	V U16	Best
2013-10-05	26.88	M U23	Heerenveen	2022-09-17	5:33.80	V U16	Rotterdam	2022-05-01	2986	V U16	Heerenveen
2015-07-05	33.87	M U23	Best	duur 4'				<b>Joost Kemme</b>			
2016-05-06	32.87	M	Rijssen	2016-07-02	950	V U10	Drachten	40			
2017-09-23	32.28	M	Amersfoort	2017-07-08	1450	V U12	Drachten	2022-04-23	7.9	M U10	Leeuwarden
2018-07-01	31.87	M	Harderwijk	40h				duur 4'			
kogel 7¼				2014-04-12	8.2	V U8	Drachten	2022-05-21	850	M U10	Steenwijk
2013-06-16	9.26	M U23	Harderwijk	2016-07-02	8.2	V U10	Drachten	40h			
2014-05-21	9.13	M U23	Sneek	60h				2022-04-23	10.4	M U10	Leeuwarden
2015-10-03	10.45	M U23	Heerenveen	2017-07-08	11.7	V U12	Drachten	hoog			
2016-05-29	10.41	M	Emmeloord	2018-07-07	11.4	V U12	Steenwijk	2022-05-21	0.80	M U10	Steenwijk
2017-09-23	9.69	M	Amersfoort	80h 76,2				hurkhoog			
2018-04-22	10.01	M	Assen	2021-10-09	15.58	V U16	Best	2022-04-23	0.65	M U10	Leeuwarden
speer 800				2022-04-30	15.12	V U16	Heerenveen	ver			
2011-10-01	37.81	M U20	Heerenveen	hoog				2022-05-21	2.20	M U10	Steenwijk
2014-10-04	41.19	M U23	Heerenveen	2014-08-30	0.80	V U8	Assen	balstoten			
2015-07-31	47.24	M U23	Amsterdam	2016-09-17	0.95	V U10	Heerenveen	2022-05-21	4.60	M U10	Steenwijk
2016-06-05	44.21	M	Gemert	2017-07-08	1.05	V U12	Drachten	slingeren			
2017-09-23	48.04	M	Amersfoort	2018-07-14	1.10	V U12	Heerenveen	2022-04-23	11.00	M U10	Leeuwarden
2018-05-27	47.32	M	Drachten	2019-10-05	1.25	V U14	Heerenveen	vortex			
sprint 2-kamp				2021-10-02	1.25	V U16	Heerenveen	2022-09-10	13.00	M U10	Heerenveen
2012-05-12	1035	M U20	Heerenveen	2022-04-30	1.10	V U16	Heerenveen	<b>Bram Kielman</b>			
werp 3-kamp				hurkhoog				1500			
2014-05-21	1367	M U23	Sneek	2014-09-13	0.75	V U8	Leeuwarden	2021-08-06	4:05.02	M	Utrecht
2015-06-05	1484	M U23	Steenwijk	2015-09-19	0.90	V U9	Heerenveen	<b>Fylèn Kirindongo</b>			
10-kamp				polswer				hoog			
2015-07-05	5329	M U23	Best	2017-07-08	3.45	V U12	Drachten	2021-09-11	0.85	V U8	Drachten
2016-06-05	5285	M	Gemert	2018-04-21	3.45	V U12	Drachten	ver			
2017-07-09	4728	M	Stadskanaal	ver				2021-09-11	2.65	V U8	Drachten
discus 2				2014-08-30	2.52	V U8	Assen	balstoten			
2014-06-29	30.44	M U23	Enschede	2015-10-03	2.83	V U9	Heerenveen	2021-09-11	2.90	V U8	Drachten
<b>Roelof Kedde</b>				2016-10-01	3.02	V U10	Heerenveen	vortex			
25000				2017-10-07	3.22	V U12	Heerenveen	2021-09-11	9.50	V U8	Drachten
2021-07-10	2:22:51	M65	Heerenveen	2018-10-06	3.76	V U12	Heerenveen	<b>Fylèn Kirindongo</b>			
<b>Norah Keijzer</b>				2019-06-22	3.58	V U14	Stadskanaal	40			
40				2020-07-25	3.91	V U14	Heerenveen	2022-04-23	7.3	V U9	Leeuwarden
2014-06-28	7.6	V U8	Sneek	2021-07-03	4.13	V U16	Assen	600			
2015-06-13	7.75	V U9	Heerenveen	2022-06-10	4.11	V U16	Ede	2022-10-01	3:22.0	V U9	Heerenveen
2016-10-01	7.2	V U10	Heerenveen	balstoten				duur 4'			
60				2014-09-13	3.40	V U8	Leeuwarden	2022-05-21	750	V U9	Steenwijk
2017-10-07	10.4	V U12	Heerenveen	2015-09-19	4.30	V U9	Heerenveen	40h			
2018-10-06	9.94	V U12	Heerenveen	2016-09-17	4.50	V U10	Heerenveen	2022-04-23	9.0	V U9	Leeuwarden
2019-10-05	9.5	V U14	Heerenveen	balwerpen 135				hoog			
80				2014-08-30	11.68	V U8	Assen	2022-09-10	0.85	V U9	Heerenveen
2021-06-19	12.18	V U16	Leeuwarden	discus ¾				hurkhoog			
100				2019-04-06	12.41	V U14	Heerenveen	2022-04-23	0.75	V U9	Leeuwarden
2022-06-10	14.06w	V U16	Ede	discus 1				ver			
150				2021-05-22	18.89	V U16	Heerenveen	2022-10-01	2.45	V U9	Heerenveen
2020-07-04	22.6	V U14	Heerenveen	2022-09-04	21.63	V U16	Groningen	<b>Fylèn Kirindongo</b>			
2021-10-02	21.72	V U16	Heerenveen	kogel 2				40			
2022-04-30	21.75	V U16	Heerenveen	2017-04-08	5.00	V U12	Leeuwarden	2022-04-23	7.3	V U9	Leeuwarden
200				2018-06-02	6.28	V U12	Stadskanaal	600			
2019-05-11	33.97	V U14	Heerenveen	2019-10-05	7.81	V U14	Heerenveen	2022-10-01	3:22.0	V U9	Heerenveen
2021-05-01	29.75	V U16	Heerenveen	kogel 3				duur 4'			
300				2021-08-28	9.05	V U16	Amsterdam	2022-05-21	750	V U9	Steenwijk
2020-07-04	50.0	V U14	Heerenveen	2022-06-10	9.85	V U16	Ede	40h			
2021-07-09	48.25	V U16	Steenwijk	slingeren				2022-04-23	9.0	V U9	Leeuwarden
2022-06-24	45.28	V U16	Steenwijk	2016-07-02	12.50	V U10	Drachten	hoog			



ver				2016-10-01	1.15	V U14	Heerenveen	hurkhoog				
2021-09-04	3.30	V U12	Hoogeveen	hurkhoog				2019-06-29	0.95	M U9	Leeuwarden	
2022-09-10	3.30	V U12	Heerenveen	2013-09-14	1.10	V U10	Sneek	2020-09-12	0.85	M U10	Heerenveen	
kogel 2				polshoog				polsver				
2021-10-02	5.24	V U12	Heerenveen	2018-06-09	2.26	V U16	Groningen	2022-06-25	4.25	M U12	Drachten	
2022-10-01	7.47	V U12	Heerenveen	2019-04-28	2.10	V U16	Epe	ver				
slingeren				2020-07-25	2.41	V U18	Heerenveen	2019-09-14	3.25	M U9	Sneek	
2022-05-21	14.00	V U12	Steenwijk	2021-09-15	2.40	V U18	Dronten	2020-09-26	3.39	M U10	Heerenveen	
vortex				2022-06-23	2.50	V U20	Hengelo	2021-10-02	3.85	M U12	Heerenveen	
2022-09-10	18.00	V U12	Heerenveen	ver				2022-09-03	4.01	M U12	Groningen	
<b>Marcel Kortekaas</b>				2011-05-14	2.35	V U8	Sneek	balstoten				
100				2012-07-07	2.58	V U9	Heerenveen	2019-09-14	5.80	M U9	Sneek	
2014-10-04	16.2	M55	Heerenveen	2013-10-05	2.83	V U10	Heerenveen	2020-09-12	5.40	M U10	Heerenveen	
800				2014-06-14	2.50	V U12	Steenwijk	kogel 2				
2014-10-04	3:00.1	M55	Heerenveen	2015-10-03	3.16	V U12	Heerenveen	2021-10-02	6.69	M U12	Heerenveen	
ver				2017-10-07	3.80	V U14	Heerenveen	2022-10-01	6.61	M U12	Heerenveen	
2014-10-04	2.99	M55	Heerenveen	2018-10-06	3.65	V U16	Heerenveen	slingeren				
discus 1½				2019-05-11	3.82w	V U16	Heerenveen	2019-06-29	15.00	M U9	Leeuwarden	
2014-10-04	14.31	M55	Heerenveen	balstoten				2020-06-30	11.50	M U10	Heerenveen	
kogel 6				2011-05-14	3.48	V U8	Sneek	2021-06-05	18.00	M U12	Heerenveen	
2014-10-04	5.82	M55	Heerenveen	2012-06-09	4.02	V U9	Steenwijk	2022-09-10	17.00	M U12	Heerenveen	
<b>Annemarijn Kraak</b>				2013-09-14	4.80	V U10	Sneek	vortex				
100				balwerpen 135				2019-09-14	24.50	M U9	Sneek	
2020-09-26	14.3	V U18	Heerenveen	2011-06-25	15.76	V U8	Heerenveen	2020-09-26	28.84	M U10	Heerenveen	
2021-10-02	14.40	V U18	Heerenveen	2012-07-07	16.00	V U9	Heerenveen	2021-05-06	33.50	M U12	Heerenveen	
200				discus ¾				2022-06-25	36.50	M U12	Drachten	
2021-10-02	30.27	V U18	Heerenveen	2016-10-01	14.55	V U14	Heerenveen	<b>Max Kroon</b>				
ver				2017-10-07	18.96	V U14	Heerenveen	60				
2020-09-26	4.26	V U18	Heerenveen	discus 1				2018-10-06	9.52	M U12	Heerenveen	
2021-05-22	4.48	V U18	Heerenveen	2018-06-09	18.26	V U16	Groningen	80				
discus 1				2019-04-28	19.47	V U16	Epe	2019-10-05	11.7	M U14	Heerenveen	
2021-05-22	20.81	V U18	Heerenveen	kogel 2				2020-07-25	11.24	M U14	Heerenveen	
<b>Maaïke Kramer</b>				2013-10-05	4.25	V U10	Heerenveen	100				
40				2014-06-28	5.40	V U12	Sneek	2021-10-02	13.39w	M U16	Heerenveen	
2011-10-01	8.5	V U8	Heerenveen	2015-10-03	5.44	V U12	Heerenveen	2022-10-01	12.5	M U16	Heerenveen	
2012-05-12	8.30	V U9	Hoogeveen	2016-06-25	6.03	V U14	Emmen	150				
2013-04-13	7.2	V U10	Drachten	kogel 3				2019-09-01	22.31	M U14	Amsterdam	
60				2018-06-30	7.15	V U16	Groningen	2020-09-19	21.68	M U14	Grootebroek	
2014-10-04	11.0	V U12	Heerenveen	2020-07-25	8.14	V U18	Heerenveen	2021-10-02	19.97	M U16	Heerenveen	
2015-10-03	10.6	V U12	Heerenveen	speer 400				200				
2016-10-01	9.7	V U14	Heerenveen	2016-04-09	10.34	V U14	Heerenveen	2021-05-01	27.97	M U16	Heerenveen	
2017-05-06	10.00	V U14	Groningen	vortex				2022-10-01	25.5	M U16	Heerenveen	
80				2013-06-15	14.50	V U10	Steenwijk	1000				
2018-10-06	12.59	V U16	Heerenveen	2014-04-12	17.50	V U12	Drachten	2018-10-06	3:42.47	M U12	Heerenveen	
200				2015-06-27	15.50	V U12	Steenwijk	2019-05-25	3:36.62	M U14	Sneek	
2017-05-20	34.89	V U14	Heerenveen	<b>Folkert Krol</b>				80h 76,2				
600				40				2019-05-25	16.69	M U14	Sneek	
2011-07-16	2:42.87	V U8	Hoogeveen	2019-10-05	6.9	M U9	Heerenveen	2020-07-25	14.30	M U14	Heerenveen	
2012-04-14	2:32.3	V U9	Heerenveen	2020-06-02	6.7	M U10	Heerenveen	100h 83,8				
2016-04-09	2:17.92	V U14	Heerenveen	60				2021-07-03	18.48	M U16	Assen	
2017-10-07	2:14.5	V U14	Heerenveen	2021-09-11	9.0	M U12	Drachten	2022-05-14	16.22	M U16	Emmen	
800				2022-09-03	9.10	M U12	Groningen	300h 76,2				
2018-05-12	3:12.13	V U16	Heerenveen	600				2022-06-11	48.20	M U16	Heerenveen	
1000				2019-10-05	2:20.9	M U9	Heerenveen	ver				
2013-10-05	4:21.3	V U10	Heerenveen	2020-09-26	2:14.0	M U10	Heerenveen	2018-10-06	3.85	M U12	Heerenveen	
2014-10-04	4:17.9	V U12	Heerenveen	2021-10-02	1:58.96	M U12	Heerenveen	2019-09-01	4.05	M U14	Amsterdam	
2015-10-03	4:11.2	V U12	Heerenveen	2022-10-01	2:00.0	M U12	Heerenveen	2020-07-25	4.79	M U14	Heerenveen	
2016-04-23	4:16.57	V U14	Assen	duur 4'				2021-04-17	5.24	M U16	Heerenveen	
2017-06-10	3:51.05	V U14	Sneek	2019-06-29	975	M U9	Leeuwarden	2022-04-09	5.11	M U16	Emmeloord	
40h				2020-09-12	1025	M U10	Heerenveen	kogel 2				
2013-04-13	8.5	V U10	Drachten	duur 6'				2018-10-06	5.84	M U12	Heerenveen	
60h				2021-06-05	1525	M U12	Heerenveen	kogel 3				
2014-06-28	12.4	V U12	Sneek	2022-06-25	1550	M U12	Drachten	2019-10-05	6.32	M U14	Heerenveen	
2015-04-11	10.9	V U12	Leeuwarden	40h				2020-09-26	6.82	M U14	Heerenveen	
hoog				2019-06-29	7.9	M U9	Leeuwarden	speer 600				
2012-06-09	0.90	V U9	Steenwijk	2020-06-30	8.0	M U10	Heerenveen	2022-05-21	25.60	M U16	Heerenveen	
2014-06-28	1.05	V U12	Sneek	60h				sprint 2-kamp				
2015-06-27	1.00	V U12	Steenwijk	2021-06-05	10.8	M U12	Heerenveen	2022-10-01	933	M U16	Heerenveen	
				2022-09-10	9.3	M U12	Heerenveen					
				hoog								
				2019-09-14	1.00	M U9	Sneek					
				2021-05-06	1.15	M U12	Heerenveen					
				2022-10-01	1.25	M U12	Heerenveen					

**Liam de Lang**

40					
2016-10-01	8.2	M U8	Heerenveen		
2017-09-09	7.80	M U8	Sneek		
2018-10-06	7.04	M U9	Heerenveen		
2019-10-05	6.7	M U10	Heerenveen		
60					
2020-09-26	9.8	M U12	Heerenveen		
2021-09-11	8.9	M U12	Drachten		
80					
2022-04-30	12.40	M U14	Heerenveen		
600					
2016-10-01	2:57.8	M U8	Heerenveen		
2017-09-09	2:43.68	M U8	Sneek		
2018-10-06	2:29.12	M U9	Heerenveen		
2019-09-22	2:17.82	M U10	Edam		
2020-09-26	2:16.0	M U12	Heerenveen		
2021-05-22	2:16.64	M U12	Heerenveen		
800					
2021-07-04	3:09.14	M U12	Dongen		
1000					
2019-05-18	4:26.05	M U10	Stadskanaal		
2022-05-01	4:07.90	M U14	Heerenveen		
duur 4'					
2017-05-20	850	M U8	Steenwijk		
2018-07-07	875	M U9	Steenwijk		
2019-05-25	900	M U10	Steenwijk		
duur 6'					
2020-09-12	1275	M U12	Heerenveen		
2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden		
40h					
2017-07-08	9.0	M U8	Drachten		
2018-04-21	7.7	M U9	Drachten		
2019-04-20	7.5	M U10	Drachten		
60h					
2020-09-12	10.7	M U12	Heerenveen		
2021-09-11	10.4	M U12	Drachten		
80h 76,2					
2022-04-09	14.15	M U14	Emmeloord		
hoog					
2017-09-16	0.90	M U8	Heerenveen		
2018-09-15	1.05	M U9	Heerenveen		
2019-09-14	1.25	M U10	Sneek		
2020-09-12	1.35	M U12	Heerenveen		
2021-05-06	1.40	M U12	Heerenveen		
2022-06-11	1.55	M U14	Heerenveen		
hurkhoog					
2017-07-08	0.80	M U8	Drachten		
2018-07-07	0.95	M U9	Steenwijk		
2019-06-29	1.10	M U10	Leeuwarden		
polsver					
2020-09-12	3.00	M U12	Heerenveen		
2021-06-26	4.65	M U12	Leeuwarden		
ver					
2016-10-01	2.21	M U8	Heerenveen		
2017-09-16	2.80	M U8	Heerenveen		
2018-09-15	3.65	M U9	Heerenveen		
2019-10-05	3.78	M U10	Heerenveen		
2020-09-26	3.98	M U12	Heerenveen		
2021-06-05	4.15	M U12	Heerenveen		
2022-04-09	4.24	M U14	Emmeloord		
balstoten					
2017-09-16	4.60	M U8	Heerenveen		
2018-09-15	6.10	M U9	Heerenveen		
2019-09-14	7.50	M U10	Sneek		
balwerpen 135					
2017-06-24	19.75	M U8	Stadskanaal		
2018-06-02	25,34	M U9	Stadskanaal		
discus 1					
2022-04-02	20.32	M U14	Steenwijk		
kogel 2					
2019-09-22	6.55	M U10	Edam		
2020-09-12	7.60	M U12	Heerenveen		
2021-09-04	7.73	M U12	Hoogeveen		

**kogel 3**

2022-10-01	7.19	M U14	Heerenveen		
slingeren					
2017-07-08	10.50	M U8	Drachten		
2018-07-07	16.00	M U9	Steenwijk		
2019-04-20	18.00	M U10	Drachten		
2020-06-30	20.50	M U12	Heerenveen		
2021-06-05	25.00	M U12	Heerenveen		
speer 400					
2022-10-01	26.85	M U14	Heerenveen		
vortex					
2016-10-01	14.00	M U8	Heerenveen		
2017-07-08	18.00	M U8	Drachten		
2018-10-06	23.78	M U9	Heerenveen		
2019-09-14	29.50	M U10	Sneek		
2020-06-02	30.00	M U12	Heerenveen		
2021-06-26	36.50	M U12	Leeuwarden		
7-kamp					
2022-05-01	2827	M U14	Heerenveen		
<b>Joris de Lange</b>					
40					
2018-07-07	9.7	M U9	Steenwijk		
2019-04-20	7.8	M U10	Drachten		
60					
2020-09-26	11.7	M U12	Heerenveen		
2021-04-06	10.8	M U12	Heerenveen		
600					
2020-09-26	3:29.0	M U12	Heerenveen		
2021-05-22	2:34.66	M U12	Heerenveen		
duur 4'					
2018-05-26	750	M U9	Sneek		
2019-05-25	775	M U10	Steenwijk		
duur 6'					
2020-09-12	1250	M U12	Heerenveen		
40h					
2018-07-07	10.0	M U9	Steenwijk		
2019-04-20	8.7	M U10	Drachten		
60h					
2020-09-12	13.3	M U12	Heerenveen		
2021-05-22	12.55	M U12	Heerenveen		
hoog					
2018-09-15	0.85	M U9	Heerenveen		
2019-05-25	1.05	M U10	Steenwijk		
2020-09-12	1.10	M U12	Heerenveen		
2021-05-22	1.05	M U12	Heerenveen		
hurkhoog					
2018-07-07	0.75	M U9	Steenwijk		
2019-04-20	0.95	M U10	Drachten		
polsver					
2020-09-12	2.70	M U12	Heerenveen		
ver					
2018-09-15	2.80	M U9	Heerenveen		
2019-05-25	2.90	M U10	Steenwijk		
2020-09-26	2.73	M U12	Heerenveen		
2021-04-06	3.15	M U12	Heerenveen		
balstoten					
2018-09-15	4.80	M U9	Heerenveen		
2019-05-25	4.60	M U10	Steenwijk		
kogel 2					
2020-09-12	5.60	M U12	Heerenveen		
2021-05-22	5.60	M U12	Heerenveen		
slingeren					
2018-07-07	12.00	M U9	Steenwijk		
2019-04-20	12.50	M U10	Drachten		
vortex					
2018-09-15	14.50	M U9	Heerenveen		
2019-04-20	14.00	M U10	Drachten		
2020-09-12	22.50	M U12	Heerenveen		
2021-04-06	24.50	M U12	Heerenveen		

**Afke Ligthart**

hoog					
2022-04-13	1.25	V U23	Dronten		
ver					
2022-05-21	3.51	V U23	Heerenveen		
kogel 4					
2022-10-01	8.02	V U23	Heerenveen		
speer 600					
2022-04-13	19.19	V U23	Dronten		
<b>Mathijs vd Lindt</b>					
40					
2022-04-23	9.4	M U9	Leeuwarden		
duur 4'					
2022-05-21	550	M U9	Steenwijk		
40h					
2022-04-23	12.2	M U9	Leeuwarden		
hoog					
2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen		
hurkhoog					
2022-04-23	0.55	M U9	Leeuwarden		
ver					
2022-09-10	1.70	M U9	Heerenveen		
balstoten					
2022-05-21	3.10	M U9	Steenwijk		
slingeren					
2022-04-23	9.50	M U9	Leeuwarden		
vortex					
2022-05-21	8.00	M U9	Steenwijk		
<b>Iris Linnebank</b>					
40					
2016-07-02	7.9	V U9	Drachten		
2017-10-07	6.9	V U10	Heerenveen		
60					
2018-10-06	10.48	V U12	Heerenveen		
2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen		
150					
2021-05-22	25.32	V U14	Heerenveen		
600					
2016-10-01	2:29.1	V U9	Heerenveen		
2020-09-26	2:11.0	V U14	Heerenveen		
1000					
2017-09-09	4:26.33	V U10	Sneek		
2018-10-06	4:02.95	V U12	Heerenveen		
2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen		
duur 4'					
2016-07-02	950	V U9	Drachten		
2017-07-08	925	V U10	Drachten		
duur 6'					
2018-07-07	1325	V U12	Steenwijk		
2019-04-20	1375	V U12	Drachten		
40h					
2016-07-02	9.4	V U9	Drachten		
2017-07-08	8.7	V U10	Drachten		
60h					
2018-09-15	12.6	V U12	Heerenveen		
2019-09-14	11.0	V U12	Sneek		
hoog					
2017-05-20	0.95	V U10	Steenwijk		
2018-07-07	1.00	V U12	Steenwijk		
2019-04-20	1.10	V U12	Drachten		
hurkhoog					
2016-07-02	0.75	V U9	Drachten		
2017-07-08	0.75	V U10	Drachten		
polsver					
2018-07-07	3.70	V U12	Steenwijk		
2019-04-20	3.60	V U12	Drachten		

ver				2015-10-03	3.38	M U10	Heerenveen	speer 400			
2016-10-01	2.84	V U9	Heerenveen	2016-09-17	3.55	M U12	Heerenveen	2018-10-14	18.80	M U14	Steenwijk
2017-09-09	2.99	V U10	Sneek	2017-10-07	3.70	M U12	Heerenveen	speer 600			
2018-10-06	3.20	V U12	Heerenveen	2018-10-06	3.76	M U14	Heerenveen	2021-10-02	33.61	M U16	Heerenveen
2019-10-05	3.38	V U12	Heerenveen	2019-10-05	3.99	M U14	Heerenveen	vortex			
2021-10-02	3.43	V U14	Heerenveen	2020-09-26	4.03	M U16	Heerenveen	2015-10-03	25.38	M U10	Heerenveen
balstoten				balstoten				2016-09-17	29.50	M U12	Heerenveen
2016-09-24	5.18	V U9	Leeuwarden	2014-09-13	5.20	M U9	Leeuwarden	2017-09-09	33.20	M U12	Sneek
2017-05-20	5.10	V U10	Steenwijk	2015-09-19	6.70	M U10	Heerenveen	werp 3-kamp			
kogel 2				balwerpen 135				2018-10-14	920	M U14	Steenwijk
2018-10-06	5.04	V U12	Heerenveen	2014-10-04	16.54	M U9	Heerenveen	<b>Florian Marks</b>			
2019-10-05	6.10	V U12	Heerenveen	kogel 2				40			
2020-09-26	6.16	V U14	Heerenveen	2015-09-26	4.65	M U10	Leeuwarden	2021-04-06	8.7	M U8	Heerenveen
2021-10-02	7.24	V U14	Heerenveen	2016-09-24	6.27	M U12	Leeuwarden	2022-04-23	8.0	M U9	Leeuwarden
slingeren				2017-04-08	6.60	M U12	Leeuwarden	600			
2016-07-02	9.00	V U9	Drachten	kogel 3				2021-10-02	3:05.97	M U8	Heerenveen
2017-07-08	11.00	V U10	Drachten	2018-10-06	5.61	M U14	Heerenveen	duur 4'			
2018-05-26	12.50	V U12	Sneek	2019-05-25	6.22	M U14	Sneek	2022-04-23	725	M U9	Leeuwarden
2019-05-25	16.00	V U12	Steenwijk	kogel 4				40h			
vortex				2020-09-26	6.04	M U16	Heerenveen	2022-06-25	9.0	M U9	Drachten
2016-07-02	16.00	V U9	Drachten	slingeren				hoog			
2017-04-08	16.00	V U10	Leeuwarden	2016-09-17	17.00	M U12	Heerenveen	2021-09-11	0.75	M U8	Drachten
2018-09-15	15.00	V U12	Heerenveen	2017-05-20	20.00	M U12	Steenwijk	2022-05-21	0.85	M U9	Steenwijk
2019-09-14	19.50	V U12	Sneek	vortex				hurkhoog			
<b>Jens Linnebank</b>				2014-06-14	11.00	M U9	Steenwijk	2022-06-25	0.75	M U9	Drachten
40				2015-09-19	20.50	M U10	Heerenveen	ver			
2014-10-04	7.4	M U9	Heerenveen	2016-07-02	22.50	M U12	Drachten	2021-09-11	2.40	M U8	Drachten
2015-09-26	7.39	M U10	Leeuwarden	2017-05-20	21.50	M U12	Steenwijk	2022-09-10	2.50	M U9	Heerenveen
60				<b>Thom vd Mark</b>				balstoten			
2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen	40				2021-09-11	3.50	M U8	Drachten
2017-10-07	9.6	M U12	Heerenveen	2015-10-03	7.8	M U10	Heerenveen	2022-05-21	4.10	M U9	Steenwijk
80				60				2022-09-10	4.90	M U9	Heerenveen
2018-10-06	12.17	M U14	Heerenveen	2016-10-01	11.1	M U12	Heerenveen	slingeren			
2019-10-05	11.8	M U14	Heerenveen	2017-10-07	10.3	M U12	Heerenveen	2022-04-23	14.50	M U9	Leeuwarden
100				80				vortex			
2020-09-26	14.5	M U16	Heerenveen	2018-10-06	13.68	M U14	Heerenveen	2021-10-02	14.85	M U8	Heerenveen
150				1000				2022-04-23	17.50	M U9	Leeuwarden
2020-07-02	22.4	M U16	Heerenveen	2015-10-03	4:31.1	M U10	Heerenveen	<b>Fenna vd Meer</b>			
200				2016-06-18	4:17.41	M U12	Heerenveen	40			
2019-05-11	32.99	M U14	Heerenveen	2017-09-09	4:04.39	M U12	Sneek	2018-10-06	8.09	V U8	Heerenveen
600				2018-10-06	4:09.65	M U14	Heerenveen	2019-10-05	7.3	V U8	Heerenveen
2014-10-04	2:28.2	M U9	Heerenveen	duur 6'				2020-06-02	7.1	V U9	Heerenveen
1000				2016-07-02	1375	M U12	Drachten	60			
2015-10-03	4:17.2	M U10	Heerenveen	2017-05-20	1325	M U12	Steenwijk	2022-09-10	9.2	V U12	Heerenveen
2016-10-01	4:02.0	M U12	Heerenveen	60h				600			
2017-09-09	4:03.98	M U12	Sneek	2016-09-17	11.8	M U12	Heerenveen	2018-10-06	2:35.07	V U8	Heerenveen
2018-10-06	3:46.28	M U14	Heerenveen	2017-07-08	11.8	M U12	Drachten	2019-10-05	2:20.4	V U8	Heerenveen
2019-04-06	3:46.10	M U14	Heerenveen	hoog				2020-09-26	2:16.0	V U9	Heerenveen
duur 6'				2016-07-02	0.95	M U12	Drachten	duur 4'			
2016-05-28	1350	M U12	Leeuwarden	2017-07-08	1.20	M U12	Drachten	2018-07-07	875	V U8	Steenwijk
2017-07-08	1400	M U12	Drachten	2018-10-06	1.30	M U14	Heerenveen	2019-06-29	925	V U8	Leeuwarden
40h				polsver				2020-09-12	1000	V U9	Heerenveen
2014-06-28	8.0	M U9	Sneek	2016-07-02	3.85	M U12	Drachten	duur 6'			
2015-06-27	8.2	M U10	Steenwijk	2017-07-08	4.00	M U12	Drachten	2022-04-23	1375	V U12	Leeuwarden
60h				ver				40h			
2016-09-17	10.9	M U12	Heerenveen	2015-10-03	2.87	M U10	Heerenveen	2018-07-07	9.1	V U8	Steenwijk
2017-09-16	10.3	M U12	Heerenveen	2016-06-18	3.15	M U12	Heerenveen	2019-06-29	8.0	V U8	Leeuwarden
80h 76,2				2017-04-02	3.31	M U12	Assen	2020-06-30	7.9	V U9	Heerenveen
2019-05-25	15.83	M U14	Sneek	discus 1				60h			
hoog				2018-10-14	15.57	M U14	Steenwijk	2022-09-10	11.4	V U12	Heerenveen
2015-06-13	1.05	M U10	Heerenveen	2021-10-02	29.26	M U16	Heerenveen	hoog			
2016-07-02	1.20	M U12	Drachten	kogel 2				2018-09-15	0.80	V U8	Heerenveen
2017-09-09	1.30	M U12	Sneek	2016-07-02	7.30	M U12	Drachten	2019-05-25	0.95	V U8	Steenwijk
2018-04-14	1.22	M U14	Sneek	2017-07-08	7.10	M U12	Drachten	2022-06-25	1.20	V U12	Drachten
hurkhoog				kogel 3				hurkhoog			
2014-06-14	0.90	M U9	Steenwijk	2018-10-06	7.66	M U14	Heerenveen	2018-07-07	0.70	V U8	Steenwijk
2015-09-19	1.15	M U10	Heerenveen	kogel 4				2019-06-29	0.85	V U8	Leeuwarden
polsver				2021-10-02	10.76	M U16	Heerenveen	2020-09-12	0.85	V U9	Heerenveen
2016-07-02	3.90	M U12	Drachten	slingeren				ver			
2017-04-08	4.25	M U12	Leeuwarden	2016-05-28	17.50	M U12	Leeuwarden	2014-09-13	3.15	M U9	Leeuwarden
ver				2017-05-20	20.00	M U12	Steenwijk				

<b>polsver</b>				<b>ver</b>			<b>Lennert Naeff</b>				
2022-06-25	4.20	V U12	Drachten	2017-10-07	3.21	V50	Heerenveen	40			
<b>ver</b>				<b>kogel 3</b>			2011-07-16 7.49 M U10 Hoogeveen				
2018-10-06	2.61	V U8	Heerenveen	2017-10-07	5.24	V50	Heerenveen	50			
2019-10-05	2.90	V U8	Heerenveen	<b>speer 500</b>			2017-06-14 7.24 M U16 Poitiers (Fra)				
2020-09-26	3.12	V U9	Heerenveen	2017-10-07	11.18	V50	Heerenveen	60			
2022-09-10	3.35	V U12	Heerenveen	<b>Sietse vd Mei</b>			2012-07-07 9.9 M U12 Heerenveen				
<b>balstoten</b>				<b>100</b>			2013-05-18 10.11 M U12 Stadskanaal				
2018-09-15	3.20	V U8	Heerenveen	2014-10-04	16.4	M55	Heerenveen	80			
2019-09-14	4.80	V U8	Sneek	<b>800</b>			2014-05-24 12.26 M U14 Assen				
2020-09-12	5.10	V U9	Heerenveen	2014-10-04	3:03.7	M55	Heerenveen	2015-05-24	12.09	M U14	Amstelveen
<b>kogel 2</b>				<b>ver</b>			100				
2022-04-23	5.30	V U12	Leeuwarden	2014-10-04	3.23	M55	Heerenveen	2016-07-02	14.57	M U16	Stadskanaal
<b>slingeren</b>				<b>speer 700</b>			2017-07-08 13.49 M U16 Stadskanaal				
2018-07-07	6.50	V U8	Steenwijk	2014-10-04	18.68	M55	Heerenveen	2018-05-26	12.72	M U18	Loudun (Fra)
2019-06-29	12.50	V U8	Leeuwarden	<b>Mila Meibos</b>			2019-06-01 12.71 M U18 Talence (Fra)				
2020-06-30	8.50	V U9	Heerenveen	<b>60</b>			2014-05-17 32.02 M U14 Heerenveen				
2022-09-10	14.00	V U12	Heerenveen	2021-10-02	10.37	V U12	Heerenveen	300			
<b>vortex</b>				<b>2022-05-21</b>			2015-04-11 50.23 M U14 Heerenveen				
2018-04-21	11.00	V U8	Drachten	2021-10-02	2:15.85	V U12	Heerenveen	400			
2019-09-14	14.50	V U8	Sneek	2022-05-21	2:19.70	V U14	Heerenveen	2018-05-12	1:05.99	M U18	La Rochelle (Fra)
2020-09-12	15.00	V U9	Heerenveen	<b>hoog</b>			2019-05-11 1:00.29 M U18 Cérizay (Fra)				
2022-06-25	18.00	V U12	Drachten	2022-05-21	1.20	V U14	Heerenveen	800			
<b>Siem vd Meer</b>				<b>ver</b>			2014-04-21 3:00.05 M U14 Dronten				
<b>40</b>				<b>kogel 2</b>			1000				
2019-10-05	7.7	M U9	Heerenveen	2021-10-02	3.41	V U12	Heerenveen	2011-06-07	4:10.2	M U10	Heerenveen
2020-09-26	7.9	M U10	Heerenveen	2022-05-21	3.34w	V U14	Heerenveen	2012-07-07	4:00.8	M U12	Heerenveen
<b>60</b>				<b>discus 1</b>			2013-10-05 3:58.3 M U12 Heerenveen				
2021-09-11	10.6	M U12	Drachten	2016-05-21	11.69	M U14	Drachten	2014-06-15	3:53.64	M U14	Dronten
2022-10-01	10.9	M U12	Heerenveen	2017-06-10	12.30	M U14	Sneek	2015-08-30	3:58.02	M U14	Stadskanaal
<b>600</b>				<b>Dylan Meijer</b>			2016-05-16 10.4 M U12 Heerenveen				
2019-10-05	2:21.2	M U9	Heerenveen	2016-05-21	12.23w	M U14	Drachten	2012-07-07	4:00.8	M U12	Heerenveen
2020-09-26	2:42.0	M U10	Heerenveen	<b>ver</b>			2013-10-05 3:58.3 M U12 Heerenveen				
2021-10-02	2:25.26	M U12	Heerenveen	2017-06-10	3.72	M U14	Sneek	2014-06-15	3:53.64	M U14	Dronten
2022-10-01	2:52.0	M U12	Heerenveen	2017-06-10	12.30	M U14	Sneek	2015-08-30	3:58.02	M U14	Stadskanaal
<b>duur 4'</b>				<b>Dean Meindertsma</b>			2016-05-16 10.4 M U12 Heerenveen				
2020-09-12	750	M U10	Heerenveen	2017-09-16	10.4	M U12	Heerenveen	2016-05-16	10.4	M U12	Heerenveen
<b>duur 6'</b>				<b>60</b>			2018-05-26 1100 M U12 Sneek				
2021-05-06	1150	M U12	Heerenveen	2018-10-06	10.63	M U12	Heerenveen	2017-05-20	12.7	M U12	Steenwijk
<b>40h</b>				<b>duur 6'</b>			2018-05-26 1100 M U12 Sneek				
2020-06-30	8.8	M U10	Heerenveen	2017-05-20	1225	M U12	Steenwijk	2017-05-20	12.7	M U12	Steenwijk
<b>60h</b>				<b>60h</b>			2018-05-26 13.0 M U12 Sneek				
2021-09-11	13.6	M U12	Drachten	2017-05-20	1100	M U12	Sneek	2017-05-20	2.70	M U12	Steenwijk
<b>hoog</b>				<b>ver</b>			2018-05-26 3.15 M U12 Sneek				
2021-05-06	0.90	M U12	Heerenveen	2017-05-20	2.70	M U12	Steenwijk	2017-05-20	2.70	M U12	Steenwijk
2022-10-01	0.95	M U12	Heerenveen	2018-05-26	3.15	M U12	Sneek	2018-05-26	3.15	M U12	Sneek
<b>hurkhoog</b>				<b>kogel 2</b>			2018-10-06 5.67 M U12 Heerenveen				
2020-06-30	0.70	M U10	Heerenveen	2021-05-06	4.00	M U12	Heerenveen	2017-09-16	17.00	M U12	Heerenveen
2020-09-12	0.80	M U10	Heerenveen	2022-10-01	4.96	M U12	Heerenveen	2018-05-26	17.00	M U12	Sneek
<b>ver</b>				<b>slingeren</b>			2020-06-30 8.50 M U10 Heerenveen				
2019-10-05	2.38	M U9	Heerenveen	2021-09-11	13.00	M U12	Drachten	2021-09-11	13.00	M U12	Drachten
2020-09-26	2.64	M U10	Heerenveen	<b>vortex</b>			2019-10-05 10.46 M U9 Heerenveen				
2021-10-02	2.89	M U12	Heerenveen	2020-09-26	15.63	M U10	Heerenveen	2020-09-26	15.63	M U10	Heerenveen
<b>balstoten</b>				<b>2021-05-06</b>			2021-05-06 12.00 M U12 Heerenveen				
2020-09-12	4.50	M U10	Heerenveen	<b>Bea vd Mei</b>			2012-06-11 2.20 M U16 Groningen				
<b>kogel 2</b>				<b>200</b>			2018-07-01 3.30 M U18 Brive-la-Gaillarde				
2021-05-06	4.00	M U12	Heerenveen	2017-10-07	35.4	V50	Heerenveen	2019-06-29	4.15	M U18	Alphen a/d Rijn
2022-10-01	4.96	M U12	Heerenveen	<b>800</b>			2020-08-29 3.60 M U20 Poitiers (Fra)				
<b>slingeren</b>				<b>2017-10-07</b>			2011-05-24 3.35 M U10 Grou				
2020-06-30	8.50	M U10	Heerenveen	2017-10-07	3:10.6	V50	Heerenveen	2012-06-09	3.45	M U12	Steenwijk
2021-09-11	13.00	M U12	Drachten	<b>Thea Mooij</b>			2013-06-23 3.57 M U12 Soest				
<b>vortex</b>				<b>100</b>			2014-05-31 3.97 M U14 Stadskanaal				
2019-10-05	10.46	M U9	Heerenveen	2014-10-04	19.1	V50	Heerenveen	2015-08-23	4.42	M U14	Amsterdam
2020-09-26	15.63	M U10	Heerenveen	<b>ver</b>			2016-04-09 4.45 M U16 Heerenveen				
2021-05-06	12.00	M U12	Heerenveen	2014-10-04	2.22	V50	Heerenveen				



2017-06-14	4.78	M U16	Poitiers (Fra)	kogel 2				vortex				
2018-05-12	4.97	M U18	La Rochelle (Fra)	2021-10-02	3.93	V U12	Heerenveen	2019-06-29	23.00	M U12	Leeuwarden	
2019-06-01	6.16	M U18	Talence (Fra)	2022-06-25	5.30	V U12	Drachten					
<b>balwerpen 135</b>				<b>slingeren</b>				<b>Siebert Nutma</b>				
2011-06-07	26.00	M U10	Heerenveen	2021-09-11	14.00	V U12	Drachten	800				
<b>balwerpen 180</b>				<b>vortex</b>				2022-09-04 2:06.29 M U23 Groningen				
2012-06-19	30.17	M U12	Sneek	2021-09-11	9.00	V U12	Drachten	<b>Marrit Oosterbaan</b>				
2013-10-05	28.74	M U12	Heerenveen	2022-06-25	13.00	V U12	Drachten	<b>hoog</b>				
<b>discus 1</b>				<b>Stefan de Nekker</b>				2022-07-08 1.40 V U23 Hoorn				
2014-05-21	17.46	M U14	Sneek	800				<b>kogel 4</b>				
2015-06-21	22.45	M U14	Emmen	2020-09-26	2:20.0	M	Heerenveen	2022-10-01 8.90 V U23 Heerenveen				
2016-05-14	23.11	M U16	Heerenveen	2021-10-02	2:20.80	M	Heerenveen	<b>speer 600</b>				
2017-07-09	23.15	M U16	Stadskanaal	3000				2022-10-01 31.82 V U23 Heerenveen				
<b>discus 1½</b>				<b>5000</b>				<b>Jilke Oswald</b>				
2018-01-28	24.46	M U18	Angoulême (Fra)	2019-10-05	9:38.4	M	Heerenveen	100				
2019-06-02	36.14	M U18	Talence (Fra)	2020-09-18	9:15.1	M	Hoogeveen	2021-10-02 12.93w M U18 Heerenveen				
<b>kogel 2</b>				<b>5000</b>				2022-04-10 12.90 M U18 Drachten				
2011-06-21	5.89	M U10	Sneek	2019-08-30	17:17.05	M	Utrecht	400				
2012-07-03	6.55	M U12	Leeuwarden	2020-09-04	16:18.67	M	Leeuwarden	2021-05-01 1:04.71 M U18 Heerenveen				
2013-05-11	6.99	M U12	Hoogeveen	2021-06-13	17:09.12	M	Amersfoort	2022-06-12 1:01.05 M U18 Assen				
<b>kogel 3</b>				<b>Martijn Nota</b>				400h 83,8				
2014-05-21	6.82	M U14	Sneek	5000				2022-06-17 1:05.92 M U18 Amsterdam				
2015-08-30	8.17	M U14	Stadskanaal	2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen	<b>ver</b>				
<b>kogel 4</b>				<b>Sverre Nota</b>				2021-04-11 5.26 M U18 Heerenveen				
2016-04-03	8.31	M U16	Steenwijk	60				2022-06-12 5.59 M U18 Assen				
2017-04-01	8.70	M U16	Migné-Auxances (Fra)	2019-10-05	9.3	M U12	Heerenveen	<b>kogel 5</b>				
<b>kogel 5</b>				<b>80</b>				2021-03-20 7.38 M U18 Heerenveen				
2018-05-12	8.62	M U18	La Rochelle (Fra)	2021-10-02	11.40w	M U14	Heerenveen	2022-10-01 9.98 M U18 Heerenveen				
2019-05-11	11.20	M U18	Cérizay (Fra)	100				<b>speer 700</b>				
<b>speer 400</b>				<b>100</b>				2022-10-01 31.67 M U18 Heerenveen				
2014-09-07	29.84	M U14	Amsterdam	2022-06-11	13.95	M U16	Heerenveen	<b>Klaas Peereboom</b>				
2015-04-11	31.53	M U14	Heerenveen	150				<b>discus 1</b>				
<b>speer 600</b>				<b>150</b>				2018-10-06 18.33 M65 Heerenveen				
2016-10-15	31.52	M U16	Neuville-de-Poitou	2020-07-02	25.1	M U14	Heerenveen	2019-08-30 19.03 M65 Heerenveen				
2017-06-02	35.11	M U16	Chasseneuil-sur-B.	1000				2020-08-28 20.70 M65 Heerenveen				
<b>speer 700</b>				<b>1000</b>				2021-07-09 19.82 M65 Steenwijk				
2018-04-21	41.07	M U18	Poitiers (Fra)	2019-10-05	3:51.9	M U12	Heerenveen	2022-04-24 20.16 M65 Emmen				
2019-05-12	40.36	M U18	Cérizay (Fra)	<b>duur 4'</b>				<b>kogel 5</b>				
<b>speer 800</b>				<b>2019-06-29 975 M U12 Leeuwarden</b>				2018-10-06 7.97 M65 Heerenveen				
2020-08-14	43.99	M U20	Cerizay (Fra)	<b>duur 6'</b>				2019-05-12 7.09 M65 Apeldoorn				
2022-05-08	33.99	M U23	Limoges (Fra)	2019-05-25	1400	M U12	Steenwijk	2020-09-26 7.53 M65 Heerenveen				
<b>werp 3-kamp</b>				<b>60h</b>				2021-07-09 7.33 M65 Steenwijk				
2014-05-21	1017	M U14	Sneek	2019-09-14	10.6	M U12	Sneek	<b>speer 600</b>				
2015-10-10	1120	M U14	Steenwijk	80h 76,2				2018-10-06 19.53 M65 Heerenveen				
<b>7-kamp</b>				<b>80h 76,2</b>				2019-08-30 17.90 M65 Heerenveen				
2014-06-15	2430	M U14	Dronten	2021-07-03	15.08	M U14	Assen	2020-08-28 17.55 M65 Heerenveen				
2015-08-30	2851	M U14	Stadskanaal	<b>hoog</b>				2021-10-02 18.01 M65 Heerenveen				
<b>8-kamp</b>				<b>2019-06-29 1.20 M U12 Leeuwarden</b>				<b>werp 3-kamp</b>				
2016-06-05	3311	M U16	Gemert	2020-09-26	1.30	M U14	Heerenveen	2018-10-06 849 M65 Heerenveen				
2017-07-09	3940	M U16	Stadskanaal	2021-03-20	1.40	M U14	Heerenveen	2019-08-30 730 M65 Heerenveen				
<b>10-kamp</b>				<b>2022-06-11 1.55 M U16 Heerenveen</b>				2020-08-28 754 M65 Heerenveen				
2018-05-13	3496	M U18	La Rochelle (Fra)	<b>polshoog</b>				<b>Jeroen Persson</b>				
2019-06-02	5209	M U18	Talence (Fra)	2021-09-12	2.40	M U14	Amsterdam	100				
<b>Iris Nanninga</b>				<b>2022-05-01 2.62 M U16 Heerenveen</b>				2022-08-13 11.16 M U18 Mölndal (Zwe)				
60				<b>polsver</b>				200				
2021-09-11	10.0	V U12	Drachten	2019-06-29	4.45	M U12	Leeuwarden	2022-09-04 21.79 M U18 Helsinki (Fin)				
<b>600</b>				<b>ver</b>				400				
2021-10-02	2:33.60	V U12	Heerenveen	2019-10-05	3.48	M U12	Heerenveen	2022-08-27 48.50 M U18 Sollentuna (Zwe)				
<b>duur 6'</b>				<b>2020-09-26 4.11 M U14 Heerenveen</b>				<b>Jeroen Piek</b>				
2022-06-25	1275	V U12	Drachten	2021-04-17	3.59	M U14	Heerenveen	60				
<b>60h</b>				<b>2021-07-03 4.51 M U14 Assen</b>				2019-08-25 7.26 M Alkmaar				
2021-09-11	12.6	V U12	Drachten	2022-05-21	4.67	M U16	Heerenveen	100				
2022-06-25	12.0	V U12	Drachten	<b>kogel 2</b>				2011-07-30 10.94w M U23 Amsterdam				
<b>hoog</b>				<b>2019-10-05 6.85 M U12 Heerenveen</b>				2012-04-22 11.34 M Ede				
2022-06-25	1.15	V U12	Drachten	<b>kogel 3</b>				2016-08-14 10.99w M Alkmaar				
<b>polsver</b>				<b>2020-09-26 7.11 M U14 Heerenveen</b>				2018-09-09 11.17 M Grootebroek				
2022-06-25	3.40	V U12	Drachten	2021-03-20	7.52	M U14	Heerenveen	2019-07-06 11.14 M Woerden				
<b>ver</b>				<b>kogel 4</b>								
2021-10-02	2.95	V U12	Heerenveen	2022-04-09	8.23	M U16	Emmeloord					
2022-04-07	2.90	V U12	Heerenveen	<b>slingeren</b>								
				2019-09-14	17.00	M U12	Sneek					

2021-10-02	11.25w	M	Heerenveen	vortex			60				
2022-06-11	11.32	M	Leiden	2015-10-03	14.74	V U9	Heerenveen	2017-10-07	10.0	V U12	Heerenveen
150				2018-09-15	16.50	V U10	Heerenveen	2018-10-06	9.81	V U12	Heerenveen
2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk	2019-06-29	24.50	V U12	Leeuwarden	2019-10-05	9.2	V U14	Heerenveen
2019-08-09	16.80	M	Utrecht					2020-07-25	9.21	V U14	Heerenveen
2022-06-24	17.14	M	Steenwijk	<b>Eric Portema</b>				80			
200				discus 2				2022-09-04	10.92	V U16	Groningen
2016-08-14	22.32	M	Alkmaar	2011-10-09	27.23	M	Steenwijk	2022-09-17	10.81w	V U16	Rotterdam
2019-07-06	22.68	M	Woerden	2013-10-05	28.81	M	Heerenveen	100			
2021-07-10	23.59	M	Epe	2015-09-05	25.58	M	Groningen	2022-06-10	13.39	V U16	Ede
300				2016-05-13	24.21	M	Apeldoorn	150			
2019-08-09	37.38	M	Utrecht	kogel 7¼				2020-07-02	22.9	V U14	Heerenveen
kogel 7¼				2011-06-05	11.45	M	Assen	2021-10-02	20.23	V U16	Heerenveen
2012-05-20	11.70	M U23	Harderwijk	2012-05-20	10.53	M	Harderwijk	2022-06-24	19.83	V U16	Steenwijk
sprint 2-kamp				2013-04-21	11.39	M	Grootebroek	200			
2016-08-13	1714	M	Alkmaar	2014-05-25	11.25	M	Drachten	2019-05-11	33.22	V U14	Heerenveen
2021-09-18	1349	M	Delfzijl	2015-05-03	10.19	M	Emmeloord	2021-05-01	28.49	V U16	Heerenveen
<b>Nina Poltavets</b>				2016-05-13	9.00	M	Apeldoorn	300			
40h				kogelsl. 7¼				2022-06-24	46.02	V U16	Steenwijk
2022-04-07	9.3	V U9	Heerenveen	2013-04-21	18.75	M	Grootebroek	400			
ver				2014-05-04	20.88	M	Grootebroek	2019-05-05	1:14.16	V U14	Sneek
2022-04-07	1.70	V U9	Heerenveen	speer 800				600			
vortex				2011-10-09	46.88	M	Steenwijk	2019-05-05	2:06.33	V U14	Sneek
2022-04-07	8.00	V U9	Heerenveen	2012-05-17	49.52	M	Hengelo	2020-09-26	1:52.0	V U14	Heerenveen
<b>Norah Pont</b>				2013-05-09	51.48	M	Groningen	2021-05-23	1:48.04	V U16	Heerenveen
40				2014-06-29	50.58	M	Enschede	2022-05-21	1:48.20	V U16	Heerenveen
2015-10-03	7.8	V U9	Heerenveen	2015-06-07	47.09	M	Harderwijk	800			
2018-04-21	6.8	V U10	Drachten	2016-05-29	46.18	M	Emmeloord	2020-09-19	2:47.24	V U14	Grootebroek
60				2017-05-28	42.58	M	Drachten	2021-06-19	2:32.40	V U16	Leeuwarden
2019-05-25	9.5	V U12	Steenwijk	werp 3-kamp				2022-04-10	2:37.99	V U16	Drachten
2021-07-03	8.46	V U14	Assen	2011-10-09	1463	M	Steenwijk	1000			
2022-07-09	8.61	V U14	Hoorn	2013-10-05	1593	M	Heerenveen	2016-10-01	3:56.0	V U10	Heerenveen
150				2016-05-13	1251	M	Apeldoorn	2017-06-24	3:43.95	V U12	Stadskanaal
2021-09-12	20.88w	V U14	Amsterdam	<b>Jasper Post</b>				2018-06-02	3:43.11	V U12	Stadskanaal
2022-09-04	20.64	V U14	Amsterdam	40				2019-04-06	3:35.53	V U14	Heerenveen
600				2018-10-06	8.95	M U8	Heerenveen	1500			
2015-10-03	2:31.8	V U9	Heerenveen	600				2021-07-03	6:01.52	V U16	Assen
duur 4'				2018-10-06	2:57:28	M U8	Heerenveen	duur 4'			
2018-05-26	1050	V U10	Sneek	ver				2016-07-02	975	V U10	Drachten
2019-06-29	975	V U12	Leeuwarden	2018-10-06	2.10	M U8	Heerenveen	duur 6'			
duur 6'				kogel 2				2017-07-08	1450	V U12	Drachten
2019-05-25	1425	V U12	Steenwijk	2021-05-06	4.10	M U12	Heerenveen	2018-04-21	1500	V U12	Drachten
40h				vortex				40h			
2018-04-21	7.5	V U10	Drachten	2018-10-06	8.89	M U8	Heerenveen	2016-07-02	8.7	V U10	Drachten
60h				2021-05-06	14.00	M U12	Heerenveen	60h			
2019-09-14	10.8	V U12	Sneek	<b>Gearard Posthumus</b>				2017-09-16	12.3	V U12	Heerenveen
60h 76,2				5000				2018-09-15	12.1	V U12	Heerenveen
2021-09-12	10.20	V U14	Amsterdam	2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	60h 76,2			
2022-07-09	9.89	V U14	Hoorn	<b>Anita Postma</b>				2019-05-25	13.32	V U14	Sneek
hoog				80				80h 76,2			
2018-09-15	1.05	V U10	Heerenveen	2022-10-01	11.8	V U16	Heerenveen	2021-10-09	14.08	V U16	Best
2019-06-29	1.20	V U12	Leeuwarden	150				2022-04-30	13.97	V U16	Heerenveen
2021-05-22	1.35	V U14	Heerenveen	2022-10-01	23.0	V U16	Heerenveen	300h 76,2			
hurkhoog				hoog				2022-06-11	51.95	V U16	Heerenveen
2018-04-21	0.85	V U10	Drachten	2022-10-01	1.35	V U16	Heerenveen	hoog			
polsver				ver				2016-09-17	1.00	V U10	Heerenveen
2019-04-20	4.25	V U12	Drachten	2022-10-01	3.62	V U16	Heerenveen	2017-09-09	1.15	V U12	Sneek
ver				sprint 2-kamp				2018-07-07	1.20	V U12	Steenwijk
2015-10-03	2.21	V U9	Heerenveen	2022-10-01	826	V U16	Heerenveen	2019-10-05	1.30	V U14	Heerenveen
2018-09-15	3.20	V U10	Heerenveen	<b>Patrick Postma</b>				2020-09-26	1.40	V U14	Heerenveen
2019-05-25	3.45	V U12	Steenwijk	3000				2021-10-02	1.45	V U16	Heerenveen
balstoten				2019-03-30	10:14.41	M	Steenwijk	2022-06-11	1.50	V U16	Heerenveen
2018-09-15	5.60	V U10	Heerenveen	5000				hurkhoog			
kogel 2				2012-06-24	18:26.80	M U23	Drachten	2016-07-02	0.75	V U10	Drachten
2018-03-25	4.56	V U10	Assen	<b>Sanne Pultrum</b>				polsver			
2019-04-20	6.30	V U12	Drachten	40				2017-07-08	3.65	V U12	Drachten
slingeren				2016-10-01	7.0	V U10	Heerenveen	2018-07-07	4.05	V U12	Steenwijk
2018-04-21	10.00	V U10	Drachten					ver			
2019-05-25	14.50	V U12	Steenwijk					2016-10-01	3.01	V U10	Heerenveen
								2017-10-07	3.39	V U12	Heerenveen
								2018-10-06	3.60	V U12	Heerenveen
								2019-05-05	3.63w	V U14	Sneek
								2021-10-10	4.50	V U16	Best

2022-06-10	4.22	V U16	Ede	60			2020-06-30	15.50	V U12	Heerenveen	
balstoten				2019-10-05	9.9	V U12	Heerenveen				
2016-09-17	5.00	V U10	Heerenveen	2020-06-02	10.0	V U12	Heerenveen	speer 400			
				2021-04-17	9.4	V U14	Heerenveen	2022-10-01	20.76	V U14	Heerenveen
discus ¾				100				vortex			
2019-03-30	10.10	V U14	Steenwijk	2021-07-09	15.38	V U14	Steenwijk	2015-09-19	4.50	V U8	Heerenveen
kogel 2				600				2016-10-01	11.20	V U8	Heerenveen
2017-10-07	5.30	V U12	Heerenveen	2016-10-01	2:44.1	V U8	Heerenveen	2017-09-09	12.60	V U9	Sneek
2018-10-06	6.62	V U12	Heerenveen	2017-10-07	2:19.9	V U9	Heerenveen	2018-10-06	14.07	V U10	Heerenveen
2019-10-05	7.77	V U14	Heerenveen	2019-04-07	2:19.90	V U12	Assen	2019-06-29	21.50	V U12	Leeuwarden
2020-07-02	8.45	V U14	Heerenveen	1000				2020-09-12	21.00	V U12	Heerenveen
kogel 3				2018-10-06	4:29.34	V U10	Heerenveen	<b>Stef Rijkema</b>			
2021-10-10	7.80	V U16	Best	2019-10-05	4:11.0	V U12	Heerenveen	60			
2022-06-10	8.66	V U16	Ede	duur 4'				2020-09-26	8.4	M U9	Heerenveen
slingeren				2016-07-02	875	V U8	Drachten	600			
2016-07-02	11.50	V U10	Drachten	2017-05-20	900	V U9	Steenwijk	2020-09-26	2:48.0	M U9	Heerenveen
2017-05-20	14.50	V U12	Steenwijk	2018-05-26	950	V U10	Sneek	duur 4'			
2018-09-15	16.00	V U12	Heerenveen	2019-06-29	925	V U12	Leeuwarden	2021-06-05	950	M U10	Heerenveen
speer 400				duur 6'				40h			
2019-03-30	9.53	V U14	Steenwijk	2019-05-25	1325	V U12	Steenwijk	2020-06-30	9.6	M U9	Heerenveen
speer 500				40h				2021-06-05	8.2	M U10	Heerenveen
2021-10-02	16.88	V U16	Heerenveen	2016-07-02	9.5	V U8	Drachten	hoog			
2022-05-01	19.31	V U16	Heerenveen	2017-07-08	8.8	V U9	Drachten	2021-06-05	0.95	M U10	Heerenveen
vortex				2018-07-07	7.5	V U10	Steenwijk	hurkhoog			
2016-07-02	12.00	V U10	Drachten	60h				2020-06-30	0.75	M U9	Heerenveen
2017-07-08	14.00	V U12	Drachten	2019-06-29	10.8	V U12	Leeuwarden	ver			
2018-09-15	18.00	V U12	Heerenveen	2020-09-12	10.4	V U12	Heerenveen	2020-09-26	2.82	M U9	Heerenveen
2022-06-10	28.76	V U16	Ede	60h 76,2				2021-06-05	3.25	M U10	Heerenveen
sprint 2-kamp				2021-07-03	12.62	V U14	Assen	balstoten			
2022-10-01	1068	V U16	Heerenveen	2022-06-11	13.03	V U14	Heerenveen	2021-06-05	4.80	M U10	Heerenveen
6-kamp				300h 76,2				slingeren			
2019-05-05	1767	V U14	Sneek	2022-05-21	1:01.52	V U14	Heerenveen	2020-06-30	9.50	M U9	Heerenveen
7-kamp				hoog				vortex			
2021-05-23	3321	V U16	Heerenveen	2016-09-17	0.85	V U8	Heerenveen	2020-09-26	16.18	M U9	Heerenveen
2022-05-01	3461	V U16	Heerenveen	2017-09-16	0.90	V U9	Heerenveen	<b>Nynke Rijpma</b>			
<b>Finn Richardson</b>				2018-09-15	1.10	V U10	Heerenveen	80			
40				2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden	2020-09-26	10.9	V U16	Heerenveen
2020-09-26	8.9	M U8	Heerenveen	2020-06-30	1.10	V U12	Heerenveen	2021-04-17	11.1	V U16	Heerenveen
2021-05-06	8.4	M U8	Heerenveen	2022-10-01	1.15	V U14	Heerenveen	150			
600				hurkhoog				2021-09-12	21.05	V U16	Zoetermeer
2020-09-26	3:18.0	M U8	Heerenveen	2015-09-19	0.65	V U8	Heerenveen	2022-08-05	20.22	V U18	Utrecht
2021-05-22	2:53.80	M U8	Heerenveen	2016-07-02	0.75	V U8	Drachten	200			
duur 4'				2017-07-08	0.80	V U9	Drachten	2021-05-01	29.10	V U16	Heerenveen
2020-09-12	750	M U8	Heerenveen	2018-07-07	0.90	V U10	Steenwijk	2022-10-01	27.5	V U18	Heerenveen
2021-06-05	825	M U8	Heerenveen	polsver				300			
40h				2019-06-29	4.05	V U12	Leeuwarden	2020-09-19	49.89	V U16	Grootebroek
2021-06-05	8.9	M U8	Heerenveen	2020-09-12	3.30	V U12	Heerenveen	2022-04-02	47.9	V U18	Steenwijk
hoog				ver				400			
2021-06-05	0.70	M U8	Heerenveen	2015-09-19	1.55	V U8	Heerenveen	2022-06-18	1:05.40	V U18	Amsterdam
hurkhoog				2016-10-01	2.96	V U8	Heerenveen	600			
2020-06-30	0.70	M U8	Heerenveen	2017-09-09	2.97	V U9	Sneek	2020-07-25	1:57.69	V U16	Heerenveen
2021-05-06	0.70	M U8	Heerenveen	2018-09-15	3.30	V U10	Heerenveen	2021-05-23	1:58.17	V U16	Heerenveen
ver				2019-04-07	3.33	V U12	Assen	80h 76,2			
2020-09-26	2.32	M U8	Heerenveen	2020-06-02	3.50	V U12	Heerenveen	2020-07-25	15.24	V U16	Heerenveen
2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen	2021-04-17	3.93	V U14	Heerenveen	2021-09-11	13.70	V U16	Zoetermeer
balstoten				2022-04-02	3.76	V U14	Steenwijk	300h 76,2			
2020-09-12	4.30	M U8	Heerenveen	balstoten				2020-07-04	52.6	V U16	Heerenveen
2021-06-05	4.70	M U8	Heerenveen	2015-09-19	2.20	V U8	Heerenveen	2021-05-01	51.83	V U16	Heerenveen
slingeren				2016-09-17	3.60	V U8	Heerenveen	400h 76,2			
2020-06-30	3.00	M U8	Heerenveen	2017-09-16	4.70	V U9	Heerenveen	2021-04-11	1:15.7	V U16	Heerenveen
2021-05-06	12.00	M U8	Heerenveen	2018-09-15	5.50	V U10	Heerenveen	2022-06-17	1:13.63	V U18	Amsterdam
vortex				balwerpen 180				hoog			
2020-09-26	11.54	M U8	Heerenveen	2017-06-24	11.30	V U9	Stadskanaal	2020-09-26	1.45	V U16	Heerenveen
2021-05-06	13.00	M U8	Heerenveen	discus ¾				2021-09-11	1.40	V U16	Zoetermeer
<b>Lois Richardson</b>				2022-04-02	16.92	V U14	Steenwijk	hss			
40				kogel 2				2021-04-11	9.74	V U16	Heerenveen
2016-10-01	7.5	V U8	Heerenveen	2018-07-14	3.98	V U10	Heerenveen	2021-08-29	10.35	V U16	Amsterdam
2017-09-02	7.66	V U9	Deventer	2019-04-20	5.40	V U12	Drachten	2022-06-18	10.34	V U18	Amsterdam
2018-10-06	7.21	V U10	Heerenveen	2020-09-12	6.40	V U12	Heerenveen	ver			
				2022-10-01	7.35	V U14	Heerenveen	2020-09-26	4.91	V U16	Heerenveen
				slingeren							
				2016-07-02	9.00	V U8	Drachten				
				2017-07-08	11.00	V U9	Drachten				
				2018-07-07	13.50	V U10	Steenwijk				
				2019-09-14	15.50	V U12	Sneek				

2021-05-23 5.17 V U16 Heerenveen  
2022-05-21 4.87 V U18 Heerenveen

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

speer 500  
2021-05-23 23.82 V U16 Heerenveen

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

#### Teade Rispens

3000  
2014-10-04 11:19.2 M Heerenveen

#### Sem van Rooijen

60  
2020-08-23 7.37w M U18 Alkmaar

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

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

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

400  
2021-05-01 55.10 M U20 Heerenveen

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

ver  
2021-03-20 5.56 M U20 Heerenveen

#### Franck ter Schure

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

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

duur 4'  
2020-09-12 850 M U9 Heerenveen  
2021-06-05 875 M U10 Heerenveen

40h  
2020-06-30 9.2 M U9 Heerenveen  
2021-06-05 8.7 M U10 Heerenveen

hoog  
2019-09-14 0.65 M U8 Sneek  
2021-06-05 0.85 M U10 Heerenveen

hurkhoog  
2020-06-30 0.75 M U9 Heerenveen

ver  
2019-09-14 2.15 M U8 Sneek  
2020-09-26 2.80 M U9 Heerenveen  
2021-06-05 3.00 M U10 Heerenveen

balstoten  
2019-09-14 4.20 M U8 Sneek  
2020-09-12 4.70 M U9 Heerenveen  
2021-06-05 5.40 M U10 Heerenveen

slingeren  
2020-06-30 10.50 M U9 Heerenveen  
2021-05-06 11.50 M U10 Heerenveen

vortex  
2019-09-14 13.00 M U8 Sneek  
2020-09-26 14.84 M U9 Heerenveen  
2021-10-02 21.88 M U10 Heerenveen

#### Lars Seijsemer

40  
2020-06-02 9.0 M U10 Heerenveen

60  
2021-04-06 12.8 M U12 Heerenveen

ver  
2020-06-02 2.05 M U10 Heerenveen  
2021-04-06 2.00 M U12 Heerenveen

kogel 2  
2021-05-06 3.80 M U12 Heerenveen

vortex  
2020-06-02 9.00 M U10 Heerenveen  
2021-04-06 10.00 M U12 Heerenveen

#### Milou Sieperda

60  
2020-09-19 9.31 V U14 Grootebroek

80  
2021-06-27 11.50 V U16 Hoofddorp  
2022-09-17 11.39w V U16 Rotterdam

150  
2021-07-10 21.82 V U16 Delft  
2022-07-02 22.21 V U16 Delft

600  
2020-09-13 2:12.19 V U14 Zoetermeer  
2021-10-10 1:59.49 V U16 Best  
2022-07-03 2:01.17 V U16 Delft

60h 106,7  
2020-09-12 11.08w V U14 Zoetermeer

80h 76,2  
2021-07-10 14.22 V U16 Delft  
2022-07-02 14.34 V U16 Delft

hoog  
2020-09-26 1.50 V U14 Heerenveen  
2021-10-09 1.61 V U16 Best  
2022-05-14 1.60 V U16 Emmen

ver  
2020-09-26 4.58 V U14 Heerenveen  
2021-06-27 4.63 V U16 Hoofddorp  
2021-07-04 4.67 V U16 Dongen  
2022-05-21 5.06w V U16 Heerenveen

discus ¾  
2020-09-19 21.61 V U14 Grootebroek

discus 1  
2021-04-17 24.53 V U16 Heerenveen  
2022-06-18 29.04 V U16 Stadskanaal

kogel 2  
2020-09-13 12.15 V U14 Zoetermeer

kogel 3  
2021-08-28 10.79 V U16 Amsterdam  
2022-04-23 10.89 V U16 Almere

speer 400  
2020-09-06 31.18 V U14 Heerenveen

speer 500  
2021-08-29 32.30 V U16 Amsterdam  
2022-04-23 32.57 V U16 Almere

werp 3-kamp  
2022-10-08 1414 V U16 Steenwijk

6-kamp  
2020-09-13 2367 V U14 Zoetermeer

7-kamp  
2021-07-11 3562 V U16 Delft  
2022-07-03 3529 V U16 Delft

#### Noortje Sieperda

100h 76,2  
2021-07-04 17.90 V U18 Dongen  
2022-05-15 19.15 V U18 Zwolle

400h 76,2  
2021-04-11 1:21.7 V U18 Heerenveen

ver  
2021-05-22 4.35 V U18 Heerenveen

discus 1  
2021-07-09 22.12 V U18 Steenwijk

kogel 3  
2021-09-15 9.17 V U18 Dronten  
2022-05-15 9.33 V U18 Zwolle

speer 500  
2021-09-15 22.10 V U18 Dronten

#### Jolanda Smedinga

100  
2011-05-28 15.26w V45 Heerenveen  
2012-06-09 15.63 V45 Terneuzen  
2018-05-12 16.55 V50 Heerenveen  
2020-08-23 16.79w V55 Alkmaar  
2021-09-18 16.41 V55 Hengelo  
2022-04-22 16.41 V55 Utrecht

150  
2011-07-15 23.2 V45 Steenwijk  
2018-07-13 26.02 V50 Steenwijk  
2019-07-05 24.86w V50 Steenwijk  
2022-06-24 24.70 V55 Steenwijk

200  
2011-08-19 32.60 V45 Den Haag  
2012-06-10 32.30 V45 Terneuzen  
2018-06-09 35.07 V50 Groningen  
2019-05-19 35.05 V50 Gouda  
2021-09-19 34.77 V55 Hengelo  
2022-05-21 33.88 V55 Heerenveen

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

400  
2011-06-24 1:11.87 V45 Groningen  
2012-09-08 1.13.64 V45 Zwolle  
2018-05-13 1:23.02 V50 Emmen  
2019-05-18 1:21.44 V50 Gouda  
2020-08-07 1:21.99 V50 Utrecht  
2021-09-18 1:18.26 V55 Hengelo  
2022-05-28 1:19.63 V55 Harderwijk

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

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

speer 500  
2022-10-01 14.90 V55 Heerenveen

speer 600  
2011-10-01 14.45 V45 Heerenveen

sprint 2-kamp  
2012-05-12 421 V45 Heerenveen  
2022-10-01 1032 V55 Heerenveen

#### Henri Spieksma

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

#### Melvin vd Staaij

60  
2022-09-10 11.0 M U12 Heerenveen

60h  
2022-09-10 13.7 M U12 Heerenveen

ver  
2022-09-10 2.55 M U12 Heerenveen

slingeren  
2022-09-10 8.50 M U12 Heerenveen

vortex  
2022-09-10 13.50 M U12 Heerenveen

**Jordi Stam**

1500  
2011-04-09 4:43.3 M U18 Heerenveen

3000  
2011-04-20 10:02.4 M U18 Sneek  
2013-05-24 9:58.87 M U20 Utrecht

5000  
2012-04-22 17:27.87 M U18 Ede  
2020-09-26 17:59.0 M Heerenveen  
2022-04-02 17:51.70 M Steenwijk

ver  
2020-09-26 4.21 M Heerenveen

**Arie vd Steen**

100000  
2018-02-17 10:28:54 M50 Steenwijk  
2019-02-23 9:45:15 M50 Steenwijk

6-uurloop  
2019-12-29 31200 M55 Almere

**Daan Stegeman**

40  
2018-10-06 7.77 M U10 Heerenveen

60  
2019-10-05 10.4 M U12 Heerenveen  
2020-09-26 10.0 M U12 Heerenveen

80  
2021-10-02 12.82w M U14 Heerenveen

600  
2020-09-26 2:29.0 M U12 Heerenveen

1000  
2018-10-06 4:16.41 M U10 Heerenveen  
2019-10-05 4:51.1 M U12 Heerenveen

duur 4'  
2018-04-21 775 M U10 Drachten

40h  
2018-04-21 8.7 M U10 Drachten

hoog  
2021-04-17 1.10 M U14 Heerenveen  
2022-10-01 1.20 M U14 Heerenveen

hurkhoog  
2018-04-21 0.80 M U10 Drachten

ver  
2018-10-06 2.88 M U10 Heerenveen  
2019-10-05 3.20 M U12 Heerenveen  
2020-09-26 3.16 M U12 Heerenveen  
2021-10-02 3.29 M U14 Heerenveen  
2022-10-01 3.15 M U14 Heerenveen

kogel 2  
2019-10-05 5.10 M U12 Heerenveen  
2020-09-26 5.74 M U12 Heerenveen

kogel 3  
2022-10-01 6.60 M U14 Heerenveen

slingeren  
2018-04-21 11.50 M U10 Drachten

speer 400  
2021-10-02 14.69 M U14 Heerenveen  
2022-10-01 13.17 M U14 Heerenveen

vortex  
2018-10-06 15.06 M U10 Heerenveen  
2020-06-02 18.50 M U12 Heerenveen

**Floris Swart**

800  
2020-09-26 2:23.0 M U16 Heerenveen

2021-10-02 2:22.85 M U18 Heerenveen  
2022-05-21 2:24.75 M U18 Heerenveen

1500  
2021-05-22 5:14.63 M U18 Heerenveen

3000  
2021-04-11 11:21.9 M U18 Heerenveen

**Sasha Tarlavina**

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

**Hessel Teijema**

40  
2016-10-01 8.7 M U8 Heerenveen  
2017-10-07 8.4 M U9 Heerenveen  
2018-10-06 7.91 M U10 Heerenveen

60  
2019-10-05 10.7 M U12 Heerenveen

80  
2022-10-01 14.1 M U14 Heerenveen

150  
2021-05-01 27.55 M U14 Heerenveen  
2022-10-01 28.5 M U14 Heerenveen

600  
2016-10-01 2:51.1 M U8 Heerenveen  
2017-10-07 2:41.0 M U9 Heerenveen  
2018-07-14 2:33.88 M U10 Heerenveen  
2022-10-01 2:23.0 M U14 Heerenveen

800  
2021-05-01 3:35.41 M U14 Heerenveen

1000  
2018-10-06 4:22.10 M U10 Heerenveen  
2019-10-05 4:37.0 M U12 Heerenveen

duur 4'  
2017-07-08 850 M U9 Drachten  
2018-05-26 875 M U10 Sneek  
2019-06-29 825 M U12 Leeuwarden

duur 6'  
2019-04-20 1225 M U12 Drachten  
2020-09-12 1250 M U12 Heerenveen

40h  
2017-07-08 9.8 M U9 Drachten  
2018-07-07 9.6 M U10 Steenwijk

60h  
2019-04-20 13.0 M U12 Drachten

60h  
2020-09-12 12.4 M U12 Heerenveen

hoog  
2017-09-16 0.80 M U9 Heerenveen  
2018-07-14 0.95 M U10 Heerenveen  
2019-06-29 1.00 M U12 Leeuwarden  
2020-09-12 1.00 M U12 Heerenveen

hurkhoog  
2017-07-08 0.70 M U9 Drachten  
2018-07-07 0.80 M U10 Steenwijk

polsver  
2019-06-29 3.45 M U12 Leeuwarden  
2020-09-12 3.15 M U12 Heerenveen

ver  
2016-10-01 2.19 M U8 Heerenveen  
2017-09-16 2.30 M U9 Heerenveen  
2018-09-15 2.70 M U10 Heerenveen  
2021-10-02 3.10 M U14 Heerenveen

balstoten  
2017-09-16 4.20 M U9 Heerenveen  
2018-09-15 4.80 M U10 Heerenveen

kogel 2  
2018-07-14 4.06 M U10 Heerenveen  
2019-10-05 5.19 M U12 Heerenveen  
2020-09-12 5.90 M U12 Heerenveen

kogel 3  
2022-10-01 6.25 M U14 Heerenveen

slingeren  
2017-07-08 8.00 M U9 Drachten  
2018-07-07 11.00 M U10 Steenwijk  
2020-06-30 15.00 M U12 Heerenveen

speer 400  
2021-04-17 13.17 M U14 Heerenveen  
2022-06-11 12.45 M U14 Heerenveen

vortex  
2016-10-01 8.26 M U8 Heerenveen  
2017-07-08 10.50 M U9 Drachten  
2018-07-07 14.00 M U10 Steenwijk  
2019-04-20 16.50 M U12 Drachten  
2020-09-12 17.50 M U12 Heerenveen

sprint 2-kamp  
2022-10-01 66 M U14 Heerenveen

**Alicia vd Tempel**

60  
2015-10-03 10.7 V U12 Heerenveen  
2016-10-01 10.3 V U12 Heerenveen  
2017-05-06 9.83 V U14 Groningen  
2018-10-06 9.71 V U14 Heerenveen

150  
2017-07-07 24.50w V U14 Steenwijk

200  
2017-05-20 34.13 V U14 Heerenveen

300  
2017-07-07 55.77 V U14 Steenwijk

600  
2017-05-14 2:10.95 V U14 Sneek  
2018-10-06 2:16.88 V U14 Heerenveen

1000  
2015-10-03 4:40.2 V U12 Heerenveen  
2016-10-01 4:23.9 V U12 Heerenveen  
2017-06-10 4:10.87 V U14 Sneek  
2018-06-09 3:58.83 V U14 Groningen

duur 6'  
2016-07-02 1275 V U12 Drachten

60h  
2016-05-28 12.3 V U12 Leeuwarden

60h 76,2  
2017-06-10 13.19 V U14 Sneek  
2018-05-19 13.23 V U14 Assen

hoog  
2016-07-02 1.10 V U12 Drachten  
2017-05-20 1.20 V U14 Heerenveen  
2018-10-06 1.30 V U14 Heerenveen  
2019-04-28 1.30 V U16 Epe

polshoog  
2017-06-03 1.75 V U14 Groningen  
2018-05-12 1.95 V U14 Heerenveen  
2019-06-08 1.96 V U16 Groenlo  
2020-07-25 2.26 V U16 Heerenveen  
2021-10-02 2.33 V U18 Heerenveen  
2022-09-04 2.82 V U18 Groningen

polsver  
2016-04-16 4.00 V U12 Sneek

ver  
2015-10-03 3.12 V U12 Heerenveen  
2016-06-18 3.33 V U12 Heerenveen  
2017-05-20 3.44 V U14 Heerenveen

kogel 2  
2015-10-03 4.12 V U12 Heerenveen  
2016-10-01 4.35 V U12 Heerenveen  
2017-05-14 6.25 V U14 Sneek  
2018-10-06 7.12 V U14 Heerenveen

slingeren  
2016-09-17 12.50 V U12 Heerenveen

speer 400  
2017-05-13 10.60 V U14 Sneek

vortex  
2016-05-28 17.50 V U12 Leeuwarden

6-kamp 2017-05-14	1621	V U14	Sneek	2014-07-06 2015-08-30	4.50 M 4.40 M	Stadskanaal Stadskanaal	2018-10-06	10.93	M U14	Heerenveen
<b>Indy Terzic</b>				ver			100			
60				2013-08-31	6.28	M U23 Amersfoort	2019-10-05	12.4	M U16	Heerenveen
2021-10-02	10.68	V U12	Heerenveen	2014-05-25	6.35	M U23 Drachten	2020-09-26	12.1	M U16	Heerenveen
2022-05-21	9.97	V U14	Heerenveen	discus 2			2021-05-01	11.95	M U18	Heerenveen
600				2013-09-01	27.57	M U23 Amersfoort	2022-06-12	11.69	M U18	Assen
2021-10-02	2:29.50	V U12	Heerenveen	2014-07-06	27.98	M U23 Stadskanaal	150			
hoog				2015-07-31	31.84	M Amsterdam	2018-04-02	22.05	M U14	Amersfoort
2022-05-21	1.00	V U14	Heerenveen	2017-06-18	31.40	M Harderwijk	2019-05-25	19.51	M U16	Sneek
ver				kogel 7¼			2020-07-04	18.6	M U16	Heerenveen
2021-10-02	3.16	V U12	Heerenveen	2013-08-31	10.42	M U23 Amersfoort	2021-04-11	24.9	M U18	Heerenveen
2022-05-21	3.57	V U14	Heerenveen	2014-05-21	11.28	M U23 Sneek	2022-06-19	24.04	M U18	Amsterdam
kogel 2				2015-08-29	11.27	M Stadskanaal	800			
2021-10-02	3.78	V U12	Heerenveen	2016-09-18	12.01	M Hengelo	2019-10-05	3:03.0	M U16	Heerenveen
<b>Rebecca Ugen</b>				2017-06-18	11.31	M Harderwijk	1000			
60				2018-05-27	11.35	M Drachten	2014-10-04	5:17.2	M U10	Heerenveen
2019-10-05	10.6	V U14	Heerenveen	kogelsl. 7¼			2015-10-03	4:37.1	M U12	Heerenveen
1000				2016-05-14	29.70	M Heerenveen	2016-10-01	4:28.2	M U12	Heerenveen
2019-10-05	4:52.0	V U14	Heerenveen	2017-04-30	31.56	M Hoorn	2017-10-07	4:13.9	M U14	Heerenveen
hoog				speer 800			2018-10-06	3:50.64	M U14	Heerenveen
2020-07-02	1.20	V U14	Heerenveen	2013-09-01	40.68	M Amersfoort	duur 6'			
2021-05-22	1.15	V U16	Heerenveen	2014-10-04	44.27	M Heerenveen	2016-07-02	1200	M U12	Drachten
ver				2015-08-30	44.48	M Stadskanaal	60h			
2019-10-05	3.17	V U14	Heerenveen	werp 3-kamp			2015-04-11	10.9	M U12	Leeuwarden
2021-10-02	3.16	V U16	Heerenveen	2014-05-21	1515	M U23 Sneek	2016-04-16	10.2	M U12	Sneek
discus 1				10-kamp			80h 76,2			
2021-10-02	12.02	V U16	Heerenveen	2013-09-01	5413	M U23 Amersfoort	2017-05-27	16.95	M U14	Stadskanaal
kogel 2				2014-07-06	5699	M U23 Stadskanaal	2018-06-09	13.35	M U14	Groningen
2019-10-05	4.65	V U14	Heerenveen	2015-08-30	5740	M Stadskanaal	100h 83,8			
2020-07-02	5.58	V U14	Heerenveen	<b>Hugo Veenker</b>			2019-05-11	16.87	M U16	Heerenveen
speer 500				discus 1			2020-07-25	15.17	M U16	Heerenveen
2021-05-22	14.59	V U16	Heerenveen	2018-05-02	23.07	M60 Dronten	110h 91,4			
<b>Dennis Veenker</b>				2021-08-27	22.12	M60 Heerenveen	2021-05-01	16.59	M U18	Heerenveen
100				kogel 5			2022-06-12	15.73	M U18	Assen
2013-08-31	11.83	M U23	Amersfoort	2018-05-02	7.70	M60 Dronten	hoog			
2014-05-25	11.64	M U23	Drachten	2021-08-27	6.66	M60 Heerenveen	2015-06-27	1.00	M U12	Steenwijk
2015-06-07	11.54w	M	Harderwijk	kogel 6			2016-06-04	1.20	M U12	Stadskanaal
2016-04-09	11.24	M	Heerenveen	2016-10-01	8.59	M55 Heerenveen	2017-05-14	1.15	M U14	Sneek
2017-05-28	11.42w	M	Drachten	speer 600			2018-05-12	1.35	M U14	Heerenveen
2018-07-01	11.94	M	Harderwijk	2021-08-27	18.04	M60 Heerenveen	2019-10-05	1.50	M U16	Heerenveen
150				werp 3-kamp			2020-09-26	1.60	M U16	Heerenveen
2015-07-10	17.33	M	Steenwijk	2021-08-27	791	M60 Heerenveen	2022-10-01	1.70	M U18	Heerenveen
200				<b>Ina Veenstra</b>			hss			
2014-05-17	24.06	M U23	Heerenveen	3000			2020-09-04	10.31	M U16	Leeuwarden
2016-10-01	23.6	M	Heerenveen	2012-10-06	16:20.8	V50 Heerenveen	2021-09-12	11.52	M U18	Amersfoort
400				<b>Hayco van der Velde</b>			2022-06-19	13.30	M U18	Amsterdam
2014-05-31	57.45	M U23	Gemert	5000			polsver			
2013-08-31	59.28	M	Amersfoort	2020-09-26	19:19.0	M40 Heerenveen	2016-07-02	4.20	M U12	Drachten
2015-07-30	55.73	M	Amsterdam	<b>Jayden vd Velde</b>			ver			
800				800			2014-10-04	2.70	M U10	Heerenveen
2013-10-05	2:39.3	M	Heerenveen	2022-05-21	2:50.94	M U14 Heerenveen	2015-10-03	3.52	M U12	Heerenveen
2016-10-01	2:43.8	M	Heerenveen	<b>Henri Veldman</b>			2016-09-17	3.65	M U12	Heerenveen
1500				3000			2017-05-13	4.07	M U14	Sneek
2013-09-01	5:41.30	M	Amersfoort	2018-10-06	10:42.22	M55 Heerenveen	2018-05-12	5.02	M U14	Heerenveen
2014-06-01	5:18.97	M	Gemert	5000			2019-05-11	5.53w	M U16	Heerenveen
2015-07-31	5:29.19	M	Amsterdam	2020-09-26	17:48.0	M55 Heerenveen	2020-09-19	5.46	M U16	Grootebroek
110h 106,7				<b>Ziggy Veldman</b>			2021-08-28	5.82w	M U18	Hoogeveen
2013-09-01	16.23	M U23	Amersfoort	40			2022-06-12	6.42	M U18	Assen
2014-07-06	15.85	M U23	Stadskanaal	2014-10-04	7.1	M U10 Heerenveen	discus 1			
2015-06-07	15.67	M	Harderwijk	60			2017-04-01	13.34	M U14	Steenwijk
2016-04-24	15.66w	M	Grootebroek	2015-06-06	9.2	M U12 Sneek	2018-06-02	24.03	M U14	Stadskanaal
hoog				2016-10-01	9.2	M U12 Heerenveen	2019-05-18	21.62	M U16	Stadskanaal
2013-08-31	1.60	M	Amersfoort	80			kogel 2			
2014-07-05	1.65	M	Stadskanaal	2017-09-03	11.52w	M U14 Amsterdam	2014-10-04	4.02	M U10	Heerenveen
2015-08-29	1.71	M	Stadskanaal	<b>polshoog</b>			2015-06-27	6.70	M U12	Steenwijk
2016-10-01	1.60	M	Heerenveen	2013-07-05	4.60	M U23 Utrecht	2016-10-01	8.18	M U12	Heerenveen

slingeren				80h 76,2				kogel 2			
2016-09-17	20.50	M U12	Heerenveen	2022-06-04	13.66	V U16	Emmeloord	2021-10-02	4.81	V U12	Heerenveen
speer 400				300h 76,2				2022-04-23	5.40	V U12	Leeuwarden
2017-05-13	18.83	M U14	Sneek	2022-08-27	49.68	V U16	Amsterdam	slingeren			
speer 700				400h 76,2				2018-07-07	7.50	V U8	Steenwijk
2022-10-01	30.05	M U18	Heerenveen	2022-04-10	1:12.33	V U16	Drachten	2019-04-20	12.50	V U9	Drachten
vortex				hoog				2020-06-30	8.50	V U10	Heerenveen
2015-09-19	16.00	M U12	Heerenveen	2022-07-09	1.50	V U16	Hoorn	2022-05-21	15.50	V U12	Steenwijk
2016-09-17	21.00	M U12	Heerenveen	ver				vortex			
7-kamp				2022-06-05	4.78w	V U16	Emmeloord	2018-07-14	9.03	V U8	Heerenveen
2017-05-14	2349	M U14	Sneek	discus 1				2019-09-14	12.50	V U9	Sneek
<b>Bert Velkers</b>				2022-06-24	23.87	V U16	Steenwijk	2020-09-12	15.00	V U10	Heerenveen
800				kogel 3				2021-05-06	16.00	V U12	Heerenveen
2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen	2022-08-27	11.81	V U16	Amsterdam	2022-04-23	16.50	V U12	Leeuwarden
2021-10-02	2:57.86	M50	Heerenveen	speer 500				<b>Fedde Visser</b>			
2022-10-01	2:51.7	M50	Heerenveen	2022-05-21	29.80	V U16	Heerenveen	40			
3000				vortex				2017-10-07	9.5	M U8	Heerenveen
2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen	2022-06-10	42.39	V U16	Ede	2018-10-06	8.31	M U8	Heerenveen
5000				werp 3-kamp				2019-10-05	7.6	M U9	Heerenveen
2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen	2022-10-08	1327	V U16	Steenwijk	2020-09-26	7.6	M U10	Heerenveen
discus 1½				7-kamp				60			
2021-10-02	19.51	M50	Heerenveen	2022-06-05	3864	V U16	Emmeloord	2021-04-06	10.2	M U12	Heerenveen
discus 2				<b>Jodie Vianen</b>				600			
2018-10-06	14.60	M45	Heerenveen	40				2017-10-07	3:03.8	M U8	Heerenveen
2020-09-26	16.01	M45	Heerenveen	2018-10-06	8.21	V U8	Heerenveen	2018-10-06	2:40.59	M U8	Heerenveen
kogel 6				2019-10-05	7.4	V U9	Heerenveen	2019-10-05	2:36.0	M U9	Heerenveen
2021-10-02	6.95	M50	Heerenveen	2020-06-02	6.9	V U10	Heerenveen	2020-09-26	2:28.0	M U10	Heerenveen
kogel 7¼				60				2021-05-22	2:39.66	M U12	Heerenveen
2018-10-06	6.65	M45	Heerenveen	2021-10-02	10.20w	V U12	Heerenveen	duur 4'			
speer 700				2022-10-01	9.6	V U12	Heerenveen	2020-09-12	925	M U10	Heerenveen
2021-10-02	19.07	M50	Heerenveen	600				duur 6'			
speer 800				2018-10-06	2:36.26	V U8	Heerenveen	2021-06-05	1250	M U12	Heerenveen
2018-10-06	21.80	M45	Heerenveen	2019-10-05	2:21.6	V U9	Heerenveen	60h			
2020-09-26	20.66	M45	Heerenveen	2021-10-02	2:05.29	V U12	Heerenveen	2021-05-22	13.77	M U12	Heerenveen
werp 3-kamp				2022-10-01	2:11.0	V U12	Heerenveen	hoog			
2018-10-06	654	M45	Heerenveen	duur 4'				2017-09-16	0.70	M U8	Heerenveen
<b>Tom Velkers</b>				2018-07-07	850	V U8	Steenwijk	2018-09-15	0.80	M U8	Heerenveen
100				2019-06-29	950	V U9	Leeuwarden	2021-05-22	1.00	M U12	Heerenveen
2020-09-26	14.6	M U16	Heerenveen	2020-09-12	1025	V U10	Heerenveen	hurkhoog			
2021-10-02	13.95w	M U16	Heerenveen	duur 6'				2020-09-12	0.85	M U10	Heerenveen
2022-10-01	13.9	M U18	Heerenveen	2021-05-06	1400	V U12	Heerenveen	ver			
150				2022-04-23	1475	V U12	Leeuwarden	2017-09-16	1.85	M U8	Heerenveen
2020-07-02	23.4	M U16	Heerenveen	40h				2018-10-06	2.29	M U8	Heerenveen
hoog				2018-07-07	9.4	V U8	Steenwijk	2019-10-05	2.58	M U9	Heerenveen
2020-09-26	1.30	M U16	Heerenveen	2019-06-29	8.6	V U9	Leeuwarden	2020-09-26	2.81	M U10	Heerenveen
2021-10-02	1.35	M U16	Heerenveen	2020-06-30	8.2	V U10	Heerenveen	2021-04-06	2.85	M U12	Heerenveen
ver				60h				balstoten			
2020-09-26	3.79	M U16	Heerenveen	2021-05-22	12.78	V U12	Heerenveen	2017-09-16	2.20	M U8	Heerenveen
2021-10-02	4.24	M U16	Heerenveen	2022-09-10	10.6	V U12	Heerenveen	2018-09-15	3.40	M U8	Heerenveen
2022-10-01	4.70	M U18	Heerenveen	hoog				2020-09-12	4.70	M U10	Heerenveen
kogel 4				2018-09-15	0.75	V U8	Heerenveen	kogel 2			
2020-07-02	5.38	M U16	Heerenveen	2019-09-14	0.95	V U9	Sneek	2021-05-22	4.03	M U12	Heerenveen
<b>Marit Versfeld</b>				2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen	slingeren			
80				2022-04-23	1.20	V U12	Leeuwarden	2021-06-05	12.00	M U12	Heerenveen
2022-04-09	11.01	V U16	Emmeloord	hurkhoog				vortex			
100				2018-07-07	0.60	V U8	Steenwijk	2017-10-07	4.30	M U8	Heerenveen
2022-06-10	13.86	V U16	Ede	2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden	2018-09-15	12.00	M U8	Heerenveen
150				2020-09-12	0.90	V U10	Heerenveen	2019-10-05	6.83	M U9	Heerenveen
2022-05-14	20.81	V U16	Emmen	polsver				2020-09-12	10.50	M U10	Heerenveen
300				2022-04-23	2.95	V U12	Leeuwarden	2021-04-06	9.00	M U12	Heerenveen
2022-08-28	45.47	V U16	Amsterdam	ver				<b>Jacob Visser</b>			
600				2018-10-06	2.52	V U8	Heerenveen	100			
2022-06-05	1:47.64	V U16	Emmeloord	2019-09-14	2.75	V U9	Sneek	2017-04-08	18.49	M70	Heerenveen
1500				2020-09-12	3.00	V U10	Heerenveen	2020-09-26	17.9	M75	Heerenveen
2022-05-15	5:25.91	V U16	Zwolle	2021-04-06	3.15	V U12	Heerenveen	200			
				2022-05-21	3.45	V U12	Steenwijk	2017-10-07	36.2	M70	Heerenveen
				balstoten				400			
				2018-09-15	3.40	V U8	Heerenveen	2017-04-08	1:21.68	M70	Heerenveen
				2019-09-14	4.00	V U9	Sneek	800			
				2020-09-12	4.70	V U10	Heerenveen	2017-05-20	3:08.68	M70	Heerenveen
								2020-09-26	3:07.0	M75	Heerenveen

1500				balstoten				60h 76,2			
2017-04-08	6:31.87	M70	Heerenveen	2017-09-16	5.00	M U10	Heerenveen	2016-06-04	14.09	V U14	Gemert
3000				kogel 2				1000st			
2017-05-20	14:00.11	M70	Heerenveen	2018-04-21	5.40	M U12	Drachten	2017-09-03	4:07.97	V U14	Amsterdam
5000				2019-10-05	6.22	M U12	Heerenveen	1500st			
2011-05-28	22:14.09	M65	Heerenveen	slingeren				2019-04-22	6:17.39	V U16	Amersfoort
2020-09-26	24:11.0	M75	Heerenveen	2018-05-26	13.50	M U12	Sneek	hoog			
25000				2019-09-14	15.00	M U12	Sneek	2016-10-01	1.15	V U14	Heerenveen
2021-07-10	2:41:12	M75	Heerenveen	vortex				2017-10-07	1.20	V U14	Heerenveen
marathon baan				2017-05-20	12.50	M U10	Steenwijk	2020-09-26	1.25	V U18	Heerenveen
2020-02-22	4:49:29	M75	Steenwijk	2018-05-26	17.50	M U12	Sneek	polshoog			
hoog				2019-06-29	20.00	M U12	Leeuwarden	2018-06-09	1.96	V U16	Groningen
2017-10-07	1.10	M70	Heerenveen	sprint 2-kamp				2019-06-08	2.16	V U16	Groningen
2017-10-07	2.64	M70	Heerenveen	2022-10-01	50	M U16	Heerenveen	ver			
discus 1				<b>Anneke Visser-Bosma</b>				2015-10-03	3.14	V U12	Heerenveen
2017-10-07	18.48	M70	Heerenveen	800				2016-06-04	3.18	V U14	Gemert
kogel 4				2015-10-03	3:21.9	V35	Heerenveen	2017-06-24	3.55	V U14	Stadskanaal
2017-10-07	7.68	M70	Heerenveen	<b>Jan Jouke Vos</b>				2018-05-12	4.17	V U16	Heerenveen
speer 500				800				2020-09-26	4.09	V U18	Heerenveen
2017-10-07	13.07	M70	Heerenveen	2012-10-06	2:19.9	M	Heerenveen	discus ¾			
werp 3-kamp				2014-08-24	2:21.01	M	Newcastle (GBr)	2016-10-01	13.94	V U14	Heerenveen
2017-10-07	623	M70	Heerenveen	2019-10-05	2:30.4	M35	Heerenveen	2017-10-07	15.39	V U14	Heerenveen
<b>Martin Jan Visser</b>				3000				discus 1			
5000				2011-07-17	9:22.02	M	Utrecht	2018-04-14	15.37	V U16	Sneek
2020-09-26	21:04.0	M50	Heerenveen	2012-10-06	9:59.0	M	Heerenveen	kogel 2			
<b>Ruben Visser</b>				2014-10-04	10:16.0	M	Heerenveen	2015-10-03	5.75	V U12	Heerenveen
40				2018-05-12	10:48.80	M35	Heerenveen	2016-06-05	6.76	V U14	Gemert
2017-10-07	7.2	M U10	Heerenveen	5000				kogel 3			
60				2011-06-26	16:13.44	M	Emmen	2018-10-06	8.08	V U16	Heerenveen
2018-10-06	10.67	M U12	Heerenveen	2012-04-22	16:27.26	M	Ede	2019-04-22	8.42	V U16	Amersfoort
2019-10-05	10.1	M U12	Heerenveen	2013-04-21	16:54.49	M	Grootebroek	2020-09-26	8.39	V U18	Heerenveen
80				3000st				speer 400			
2020-09-26	13.4	M U14	Heerenveen	2011-06-15	10:02.00	M	Wageningen	2016-06-04	11.03	V U14	Gemert
100				2012-05-20	10:20.92	M	Harderwijk	2017-04-08	18.30	V U14	Heerenveen
2022-10-01	15.9	M U16	Heerenveen	2013-06-02	10:40.18	M	Drachten	6-kamp			
200				<b>Pieter Vos</b>				2016-06-05	1636	V U14	Gemert
2022-10-01	32.7	M U16	Heerenveen	discus 1				<b>Lara de Vries</b>			
800				2014-10-04	16.22	M60	Heerenveen	40			
2020-09-26	2:55.0	M U14	Heerenveen	kogel 5				2021-10-02	9.41w	V U8	Heerenveen
2021-10-02	2:56.19	M U14	Heerenveen	2014-10-04	6.97	M60	Heerenveen	2022-04-23	8.5	V U9	Leeuwarden
2022-06-11	2:50.27	M U16	Heerenveen	speer 600				600			
1000				2014-10-04	22.94	M60	Heerenveen	2021-10-02	3:12.36	V U8	Heerenveen
2017-10-07	4:20.5	M U10	Heerenveen	werp 3-kamp				2022-10-01	3:00.0	V U9	Heerenveen
2018-10-06	3:52.61	M U12	Heerenveen	2014-10-04	659	M60	Heerenveen	duur 4'			
2019-10-05	3:52.2	M U12	Heerenveen	<b>Féra Fieke de Vries</b>				2022-05-21	750	V U9	Steenwijk
2020-07-02	3:46.3	M U14	Heerenveen	60				40h			
2022-04-02	4:08.21	M U16	Steenwijk	2015-10-03	9.8	V U12	Heerenveen	2021-05-22	12.63	V U8	Heerenveen
duur 4'				2016-10-01	9.3	V U14	Heerenveen	2022-06-25	10.4	V U9	Drachten
2017-05-20	975	M U10	Steenwijk	2017-10-07	9.6	V U14	Heerenveen	hoog			
2019-06-29	1025	M U12	Leeuwarden	80				2022-09-10	0.75	V U9	Heerenveen
duur 6'				2018-10-06	12.17	V U16	Heerenveen	hurkhoog			
2018-05-26	1450	M U12	Sneek	300				2021-05-06	0.55	V U8	Heerenveen
60h				2016-04-09	55.25	V U14	Heerenveen	2022-04-23	0.70	V U9	Leeuwarden
2018-07-07	11.8	M U12	Steenwijk	2017-04-08	53.03	V U14	Heerenveen	ver			
2019-09-14	10.7	M U12	Sneek	400				2021-04-06	1.80	V U8	Heerenveen
hoog				2018-04-02	1:16.47	V U16	Amersfoort	2022-09-10	2.15	V U9	Heerenveen
2017-09-16	1.00	M U10	Heerenveen	600				balstoten			
2018-07-07	1.05	M U12	Steenwijk	2016-10-01	2:00.0	V U14	Heerenveen	2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen
2019-06-29	1.15	M U12	Leeuwarden	2017-04-08	2:05.18	V U14	Heerenveen	slingeren			
2022-06-11	1.15	M U16	Heerenveen	800				2021-05-06	6.00	V U8	Heerenveen
polsver				2018-06-30	2:44.44	V U16	Groningen	2022-04-23	9.50	V U9	Leeuwarden
2018-07-07	3.95	M U12	Steenwijk	2019-04-06	2:40.73	V U16	Heerenveen	vortex			
2019-06-29	3.95	M U12	Leeuwarden	1000				2021-05-06	8.50	V U8	Heerenveen
ver				2015-10-03	3:55.7	V U12	Heerenveen	2022-09-10	8.00	V U9	Heerenveen
2017-10-07	2.72	M U10	Heerenveen	2016-09-04	3:47.94	V U14	Amsterdam	<b>Ilse vd Wal</b>			
2018-10-06	3.22	M U12	Heerenveen	2017-06-10	3:49.03	V U14	Sneek	60			
2019-10-05	3.30	M U12	Heerenveen	2018-10-06	3:42.93	V U16	Heerenveen	2020-09-26	11.9	V U12	Heerenveen
								2021-10-02	11.69w	V U12	Heerenveen



600  
2020-09-26 2:53.0 V U12 Heerenveen  
2021-10-02 2:53.44 V U12 Heerenveen

duur 6'  
2021-06-05 1175 V U12 Heerenveen

60h  
2020-06-30 13.5 V U12 Heerenveen  
2021-05-22 13.61 V U12 Heerenveen

hoog  
2020-06-30 0.95 V U12 Heerenveen  
2021-05-06 1.00 V U12 Heerenveen

ver  
2020-09-26 2.46 V U12 Heerenveen  
2021-04-06 2.65 V U12 Heerenveen

kogel 2  
2020-09-26 3.35 V U12 Heerenveen  
2021-10-02 4.16 V U12 Heerenveen

slingeren  
2020-06-30 11.50 V U12 Heerenveen  
2021-06-05 13.00 V U12 Heerenveen

vortex  
2020-06-02 10.00 V U12 Heerenveen  
2021-04-06 9.00 V U12 Heerenveen

#### Bob vd Weg

3000  
2013-10-05 11:00.1 M45 Heerenveen  
2014-10-04 10:56.2 M45 Heerenveen  
2016-10-01 11:09.1 M45 Heerenveen

5000  
2020-09-26 19:23.0 M50 Heerenveen  
2021-10-02 19:47.27 M50 Heerenveen

25000  
2021-07-10 1:51:48 M50 Heerenveen

50000  
2018-02-17 3:54:49 M45 Steenwijk

#### Ienskje vd Weg

3000  
2012-10-06 15:10.8 V40 Heerenveen

#### Finn vd Werf

40  
2020-09-26 8.3 M U10 Heerenveen

60  
2021-09-11 10.5 M U12 Drachten

600  
2020-09-26 2:51.0 M U10 Heerenveen  
2021-10-02 2:45.35 M U12 Heerenveen

duur 4'  
2020-09-12 825 M U10 Heerenveen

duur 6'  
2021-06-26 1200 M U12 Leeuwarden

40h  
2020-06-30 9.1 M U10 Heerenveen

60h  
2021-06-26 13.6 M U12 Leeuwarden  
2022-04-07 16.0 M U12 Heerenveen

hoog  
2021-06-26 0.90 M U12 Leeuwarden

hurkhoog  
2020-09-12 0.75 M U10 Heerenveen

polsver  
2021-06-26 2.80 M U12 Leeuwarden

ver  
2020-09-12 2.65 M U10 Heerenveen  
2021-04-06 2.80 M U12 Heerenveen  
2022-04-07 2.65 M U12 Heerenveen

balstoten  
2020-09-12 4.10 M U10 Heerenveen

kogel 2  
2021-10-02 5.08 M U12 Heerenveen

slingeren  
2020-06-30 9.50 M U10 Heerenveen  
2021-09-11 13.00 M U12 Drachten

vortex  
2020-09-12 13.50 M U10 Heerenveen  
2021-06-26 15.50 M U12 Leeuwarden  
2022-04-07 15.00 M U12 Heerenveen

#### Jouke vd Werff

60  
2022-09-10 9.6 M U12 Heerenveen

600  
2022-10-01 2:17.0 M U12 Heerenveen

60h  
2022-09-10 10.8 M U12 Heerenveen

hoog  
2022-10-01 1.00 M U12 Heerenveen

ver  
2022-04-07 3.45 M U12 Heerenveen

kogel 2  
2022-10-01 6.99 M U12 Heerenveen

slingeren  
2022-09-10 16.50 M U12 Heerenveen

vortex  
2022-09-10 22.50 M U12 Heerenveen

#### Marja vd Werf-Zoer

800  
2019-10-05 3:37.1 V55 Heerenveen

3000  
2014-10-04 14:21.9 V50 Heerenveen  
2017-10-07 14:52.5 V50 Heerenveen  
2018-10-06 14:42.91 V55 Heerenveen  
2019-10-05 14:32.0 V55 Heerenveen

5000  
2020-09-26 26:12.0 V55 Heerenveen  
2021-10-02 26:16.91 V55 Heerenveen

#### Tom Westendorp

40  
2022-06-25 7.7 M U9 Drachten

duur 4'  
2022-06-25 875 M U9 Drachten

40h  
2022-06-25 8.5 M U9 Drachten

hoog  
2022-09-10 0.85 M U9 Heerenveen

hurkhoog  
2022-06-25 0.70 M U9 Drachten

ver  
2022-04-07 2.40 M U9 Heerenveen

balstoten  
2022-09-10 5.10 M U9 Heerenveen

slingeren  
2022-06-25 13.00 M U9 Drachten

vortex  
2022-06-25 18.50 M U9 Drachten

#### Jimte Wierda

40  
2020-09-26 8.5 M U8 Heerenveen  
2021-10-02 8.09 M U9 Heerenveen  
2022-04-23 7.5 M U10 Leeuwarden

600  
2020-09-26 2:53.0 M U8 Heerenveen  
2021-10-02 2:35.21 M U9 Heerenveen  
2022-10-01 2:25.0 M U10 Heerenveen

duur 4'  
2020-09-12 850 M U8 Heerenveen  
2021-06-05 875 M U9 Heerenveen  
2022-05-21 925 M U10 Steenwijk

40h  
2020-06-30 9.8 M U8 Heerenveen  
2021-06-05 9.4 M U9 Heerenveen  
2022-04-23 8.3 M U10 Leeuwarden

hoog  
2021-09-11 0.80 M U9 Drachten  
2022-09-10 0.95 M U10 Heerenveen

hurkhoog  
2020-06-30 0.65 M U8 Heerenveen  
2021-05-06 0.75 M U9 Heerenveen  
2022-06-25 0.80 M U10 Drachten

ver  
2020-09-12 2.20 M U8 Heerenveen  
2021-06-05 2.90 M U9 Heerenveen  
2022-10-01 2.85 M U10 Heerenveen

balstoten  
2020-09-12 3.90 M U8 Heerenveen  
2021-09-11 4.80 M U9 Drachten  
2022-09-10 6.60 M U10 Heerenveen

slingeren  
2020-06-30 9.00 M U8 Heerenveen  
2021-05-06 13.00 M U9 Heerenveen  
2022-04-23 16.50 M U10 Leeuwarden

vortex  
2020-09-26 13.66 M U8 Heerenveen  
2021-09-11 16.50 M U9 Drachten  
2022-09-10 19.50 M U10 Heerenveen

#### Ties Wierda

40  
2021-10-02 8.19 M U8 Heerenveen  
2022-06-25 7.7 M U8 Drachten

600  
2021-10-02 2:48.35 M U8 Heerenveen  
2022-10-01 2:37.0 M U8 Heerenveen

duur 4'  
2022-06-25 850 M U8 Drachten

40h  
2022-06-25 8.0 M U8 Drachten

hoog  
2021-09-11 0.75 M U8 Drachten  
2022-09-10 0.80 M U8 Heerenveen

hurkhoog  
2022-06-25 0.65 M U8 Drachten

ver  
2021-10-02 2.46 M U8 Heerenveen  
2022-10-01 2.60 M U8 Heerenveen

balstoten  
2021-09-11 3.70 M U8 Drachten  
2022-09-10 4.50 M U8 Heerenveen

slingeren  
2022-06-25 12.00 M U8 Drachten

vortex  
2021-10-02 12.74 M U8 Heerenveen  
2022-10-01 16.50 M U8 Heerenveen

#### Sybout Wijma

100  
2011-05-25 12.15 M Heerde  
2012-04-22 11.71 M Ede  
2013-08-31 12.14 M Amersfoort  
2014-10-04 11.9 M Heerenveen

200  
2011-05-08 24.42 M Ede  
2012-07-06 23.98 M Alkmaar  
2014-05-04 25.41 M Grootebroek  
2015-10-03 26.8 M Heerenveen  
2016-10-01 28.5 M Heerenveen

400				600				hurkhoog			
2011-06-26	54.03	M	Emmen	2022-10-01	2:43.0	V U8	Heerenveen	2020-09-12	0.60	M U8	Heerenveen
2012-05-12	53.99	M	Heerenveen	hoog				2021-06-26	0.65	M U8	Leeuwarden
2013-04-21	55.45	M	Grootebroek	2022-09-10	0.85	V U8	Heerenveen	2022-06-25	0.70	M U9	Drachten
2014-05-31	56.55	M	Gemert	ver				ver			
800				2022-09-10	2.40	V U8	Heerenveen	2020-09-26	2.06	M U8	Heerenveen
2011-04-20	2:05.03	M	Epe	balstoten				2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen
2014-10-04	2:15.2	M	Heerenveen	2022-09-10	3.70	V U8	Heerenveen	2022-09-10	2.65	M U9	Heerenveen
2015-10-03	2:27.3	M	Heerenveen	vortex				balstoten			
2016-10-01	2:41.0	M	Heerenveen	2022-09-10	9.50	V U8	Heerenveen	2020-09-12	2.60	M U8	Heerenveen
2017-10-07	2:35.9	M	Heerenveen	Cor Wijnja				2021-09-11	3.70	M U8	Drachten
1500				800				2022-09-10	5.30	M U9	Heerenveen
2013-09-01	4:56.54	M	Amersfoort	2014-10-04	3:21.4	M55	Heerenveen	slingeren			
2014-06-01	4:45.02	M	Gemert	3000				2021-06-26	7.00	M U8	Leeuwarden
2015-05-29	5:04.94	M	Utrecht	2014-10-04	13:29.6	M55	Heerenveen	2022-06-25	13.00	M U9	Drachten
110h 106,7				Thymo Willemse				vortex			
2012-07-20	16.43	M	Wageningen	40				2020-09-26	6.68	M U8	Heerenveen
2013-06-16	15.86	M	Harderwijk	2019-06-29	7.6	M U10	Leeuwarden	2021-09-11	10.00	M U8	Drachten
2014-05-04	16.04	M	Grootebroek	60				2022-09-10	12.50	M U9	Heerenveen
2015-10-03	17.0	M	Heerenveen	2020-09-26	11.0	M U12	Heerenveen	Jente Wolters			
2017-06-18	17.08	M	Harderwijk	2021-10-02	10.74	M U12	Heerenveen	60			
200h				600				2020-09-26	9.7	V U14	Heerenveen
2012-07-06	25.73	M	Alkmaar	2020-09-26	2:41.0	M U12	Heerenveen	80			
300h 83,8				2021-10-02	2:30.67	M U12	Heerenveen	2021-10-02	12.13	V U16	Heerenveen
2011-05-02	40.13	M	Epe	1000				2022-04-09	11.71	V U16	Emmeloord
2012-04-29	39.67	M	Epe	2019-10-05	4:34.1	M U10	Heerenveen	600			
2014-04-16	43.1	M	Sneek	duur 4'				2020-09-26	2:06.0	V U14	Heerenveen
400h 91,4				2019-06-29	875	M U10	Leeuwarden	2021-10-02	1:53.99	V U16	Heerenveen
2011-07-17	56.77	M	Utrecht	40h				2022-06-18	1:44.72	V U16	Stadskanaal
2012-05-25	56.05	M	Utrecht	2019-06-29	8.2	M U10	Leeuwarden	800			
2013-05-09	58.48	M	Groningen	60h				2021-04-17	2:40.8	V U16	Heerenveen
2014-05-25	58.56	M	Drachten	2021-05-22	13.10	M U12	Heerenveen	2022-08-27	2:30.36	V U16	Amsterdam
2015-05-03	1:00.47	M	Emmeloord	hoog				1500			
2018-05-27	1:02.82	M	Drachten	2021-05-22	1.00	M U12	Heerenveen	2022-05-14	5:24.64	V U16	Emmen
hoog				hurkhoog				3000			
2013-08-31	1.78	M	Amersfoort	2019-06-29	0.85	M U10	Leeuwarden	2022-04-10	12:14.80	V U16	Drachten
2014-10-04	1.75	M	Heerenveen	ver				ver			
2015-10-03	1.70	M	Heerenveen	2019-10-05	2.68	M U10	Heerenveen	2020-09-26	3.13	V U14	Heerenveen
2016-10-01	1.70	M	Heerenveen	2020-09-26	3.05	M U12	Heerenveen	2022-05-21	3.73	V U16	Heerenveen
2017-10-07	1.65	M	Heerenveen	2021-10-02	3.13	M U12	Heerenveen	speer 400			
polshoog				kogel 2				2020-09-26	11.01	V U14	Heerenveen
2013-09-01	2.65	M	Amersfoort	2020-09-26	5.34	M U12	Heerenveen	Sverre Wolters			
2014-06-29	2.70	M	Enschede	2021-05-22	6.45	M U12	Heerenveen	40			
ver				slingeren				2018-04-21	7.5	M U9	Drachten
2013-07-05	6.08	M	Utrecht	2019-06-29	10.50	M U10	Leeuwarden	2019-10-05	7.2	M U10	Heerenveen
2014-05-09	5.65	M	Utrecht	vortex				60			
2015-10-03	5.61	M	Heerenveen	2019-10-05	15.51	M U10	Heerenveen	2020-09-26	10.3	M U12	Heerenveen
2016-10-01	5.36	M	Heerenveen	2021-04-06	20.00	M U12	Heerenveen	2021-09-11	9.5	M U12	Drachten
discus 2				Bjarne Wolters				80			
2012-10-06	23.83	M	Heerenveen	40				2022-10-01	13.1	M U14	Heerenveen
2013-09-01	25.63	M	Amersfoort	2020-09-26	9.3	M U8	Heerenveen	150			
2014-05-21	28.25	M	Sneek	2021-10-02	8.08	M U8	Heerenveen	2022-10-01	25.1	M U14	Heerenveen
kogel 7½				2022-06-25	7.8	M U9	Drachten	600			
2012-10-06	9.66	M	Heerenveen	600				2020-09-26	2:25.0	M U12	Heerenveen
2013-08-31	9.10	M	Amersfoort	2020-09-26	3:32.0	M U8	Heerenveen	2021-10-02	2:14.63	M U12	Heerenveen
2014-05-31	8.90	M	Gemert	2021-10-02	2:50.79	M U8	Heerenveen	1000			
2015-10-03	8.70	M	Heerenveen	2022-10-01	2:51.0	M U9	Heerenveen	2019-10-05	4:25.9	M U10	Heerenveen
kogelsl. 7½				duur 4'				duur 4'			
2015-04-19	23.94	M	Drachten	2020-09-12	625	M U8	Heerenveen	2018-07-07	875	M U9	Steenwijk
2016-04-24	25.34	M	Grootebroek	2021-06-26	750	M U8	Leeuwarden	2019-06-29	850	M U10	Leeuwarden
speer 800				2022-06-25	775	M U9	Drachten	duur 6'			
2012-10-06	39.06	M	Heerenveen	40h				2020-09-12	1325	M U12	Heerenveen
2013-09-01	39.07	M	Amersfoort	2021-06-26	10.3	M U8	Leeuwarden	2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden
2014-05-21	36.30	M	Sneek	2022-06-25	8.8	M U9	Drachten	40h			
2015-10-03	32.64	M	Heerenveen	2021-06-26	10.3	M U8	Leeuwarden	2018-07-07	9.3	M U9	Steenwijk
werp 3-kamp				2022-06-25	8.8	M U9	Drachten	2019-06-29	8.6	M U10	Leeuwarden
2012-10-06	1237	M	Heerenveen	hoog				60h			
2014-05-21	1235	M	Sneek	2021-09-11	0.80	M U8	Drachten	2020-09-12	11.9	M U12	Heerenveen
10-kamp				2022-09-10	0.80	M U9	Heerenveen	2021-06-26	11.5	M U12	Leeuwarden
2013-09-01	5171	M	Amersfoort	Fenne Wijngaarden							
2014-06-01	5019	M	Gemert	40							
2022-10-01	8.6	V U8	Heerenveen	2022-10-01	8.6	V U8	Heerenveen				



1000  
2018-10-06 4:23.17 M U10 Heerenveen  
2019-10-05 4:13.9 M U12 Heerenveen

60h  
2020-06-30 13.7 M U12 Heerenveen

hoog  
2017-09-16 0.90 M U9 Heerenveen  
2018-07-14 0.95 M U10 Heerenveen  
2020-06-30 1.15 M U12 Heerenveen  
2021-04-17 1.10 M U14 Heerenveen

ver  
2017-10-07 2.61 M U9 Heerenveen  
2018-10-06 3.01 M U10 Heerenveen  
2020-09-26 3.20 M U12 Heerenveen  
2021-04-17 3.50 M U14 Heerenveen

balstoten  
2017-09-16 5.00 M U9 Heerenveen

kogel 2  
2018-07-14 4.79 M U10 Heerenveen  
2020-09-26 6.33 M U12 Heerenveen

kogel 3  
2021-05-22 5.37 M U14 Heerenveen  
2022-10-01 6.96 M U14 Heerenveen

slingeren  
2020-06-30 14.50 M U12 Heerenveen

speer 400  
2021-05-22 16.60 M U14 Heerenveen  
2022-04-09 15.82 M U14 Emmeloord

vortex  
2017-10-07 13.44 M U9 Heerenveen  
2018-10-06 17.35 M U10 Heerenveen  
2020-06-02 16.50 M U12 Heerenveen

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

#### **Josli Zwikker**

100  
2022-08-28 11.84 M U16 Amsterdam

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

200  
2022-10-01 24.5 M U16 Heerenveen

ver  
2022-06-11 5.20 M U16 Heerenveen

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