

Jaaroverzicht indoor en cross

2019



Masters voor hun 50 meter (indoor Heerenveen). Kleine foto: Elisabeth de Haan Nederlands kampioen op de 60m.

Inleiding

Heerenveen, 16 april 2019,

Hierbij het overzicht van het indoorseizoen, lopend van 1 oktober 2018 t/m 31 maart 2019. Verbeteringen en aanvullingen op dit overzicht graag melden via email (HarmZijlstra@outlook.com). Omdat het crosseizoen parallel loopt met het indoorseizoen, is er ook weer aandacht voor de cross. Zie hiervoor het hoofdstuk 'Kampioenschappen'. Omdat de cross zich wat minder laat vangen in cijfers, is het overzicht hiervan uiteraard beperkt.

Er is in dit overzicht geen onderscheid gemaakt tussen hand- en elektronische tijden op de sprintnummers (t/m 400 meter). Alleen de beste prestatie is opgenomen, met verrekening van de standaard bijtellingen voor de handtijden. Soms liggen de beste hand- en elektronische tijd dicht bij elkaar (met of zonder correctie). Dan heb ik ze alle twee opgenomen (maar niet in de ranglijsten).

Ook voor de clubrecords wordt geen 'dubbele boekhouding' bijgehouden voor hand- en elektronische sprintprestaties. De 'beste' tijd is het clubrecord, waarbij handtijden ter vergelijking een correctie krijgen van +0,24 (t/m 300 meter) of +0,14 (400m). Een record van 8,0 seconden over 60 meter is dus gelijkwaardig aan een elektronisch gemeten tijd van 8,24 seconden. In de praktijk vallen de verschillen vaak wat groter uit dan 0,24 seconden.

Inhoud:

Aantallen prestaties per locatie	3
Aantallen prestaties per categorie	3
Aantallen prestaties per nummer	4
Kampioenschappen	5
Verbeterde en nieuwe clubrecords	8
Aantal verbeterde clubrecords per atleet	9
Totaal aantal actieve clubrecords per atleet	9
Prestaties per categorie / atleet	10
Ranglijsten	16

Versiebeheer:

1.0 2019-04-16 Eerste versie

Prestaties per locatie

Wanneer en waar werden de jaarprestaties geleverd (aantallen)

2018-11-10	Utrecht	8
2018-11-24	Heerde	1
2018-12-08	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	3
2018-12-09	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2
2018-12-15	Utrecht	3
2018-12-16	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	1
2018-12-23	Apeldoorn	10
2018-12-28	Dronten	3
2018-12-30	Amsterdam	1
2019-01-06	Apeldoorn	7
2019-01-12	Dordrecht	1
2019-01-13	Stadskanaal	3
2019-01-19	Apeldoorn	11
2019-01-20	Apeldoorn	7
2019-01-20	Assendelft	1
2019-01-26	Apeldoorn	2
2019-02-02	Drachten	71
2019-02-02	Apeldoorn	4
2019-02-02	Zoetermeer	3
2019-02-03	Apeldoorn	2
2019-02-09	Bordeaux (Fra)	2
2019-02-09	Gent (Bel)	1
2019-02-10	Apeldoorn	2
2019-03-03	Apeldoorn	30
2019-03-09	Steenwijk	22
2019-03-16	Heerenveen	197
2019-03-16	Steenwijk	1

Prestaties per categorie

In welke categorie werden de jaarprestaties geleverd (aantallen / aantal atleten)

mpm	4	1	Totalen van voorgaande 10 jaren:		
mpC	18	5	2009	303	90
mpB	8	2	2010	314	88
mpA	65	14	2011	285	77
mD	43	7	2012	286	70
mC	54	11	2013	333	82
mB	12	3	2014	348	78
mA	1	1	2015	387	84
V40	12	2	2016	419	101
rpm	4	1	2017	455	97
rpC	13	3	2018	512	101
rpB	24	4			
rpA	44	12			
rD	45	8			
rC	19	3			
rB	23	3			
Mneo	3	2			
M	4	1			
M70	3	1			
Totaal	399	84			

Prestaties per nummer

Op welke nummers werden de jaarprestaties geleverd

hoog	64
kogel	64
60	61
40	47
50	35
sprint 2-kamp	32
ver	23
balstoten	16
600	13
hurkhoog	13
60h	8
1000	5
30	3
800	3
200	3
7-kamp	2
400	2
polshoog	2
hss	1
vortex	1
sprint 3-kamp	1

Kampioenschappen

Clubkampioenschappen indoor

1	Fenna vd Meer	mpm	meerkamp	883	Heerenveen	2019-03-16
1	Ilse Huisman	mpC	meerkamp	869	Heerenveen	2019-03-16
1	Eline Buitendijk	mpB	meerkamp	930	Heerenveen	2019-03-16
1	Norah Pont	mpA 1	meerkamp	1339	Heerenveen	2019-03-16
1	Meike Huistra	mpA 2	meerkamp	1540	Heerenveen	2019-03-16
1	Elisabeth de Haan	mD	meerkamp	2175	Heerenveen	2019-03-16
1	Kim Otten	mC	meerkamp	2033	Heerenveen	2019-03-16
1	Anke Binnema	mB	meerkamp	2171	Heerenveen	2019-03-16
1	Liam Buitendijk	jpm	meerkamp	546	Heerenveen	2019-03-16
1	Folkert Oege Krol	jpC	meerkamp	1032	Heerenveen	2019-03-16
1	Liam de Lang	jpB	meerkamp	1274	Heerenveen	2019-03-16
1	Thygo de Vries	jpA 2	meerkamp	1511	Heerenveen	2019-03-16
1	Ties ter Schure	jpA 1	meerkamp	1109	Heerenveen	2019-03-16
1	Jan Elsinga	jD	meerkamp	1904	Heerenveen	2019-03-16
1	Hugo Stegeman	jC	meerkamp	2932	Heerenveen	2019-03-16
1	Johan de Vries	jB	meerkamp	1679	Heerenveen	2019-03-16
1	Linda vd Berg	V V40	meerkamp	1553	Heerenveen	2019-03-16

Faber Sport Wintercompetitie eindstand

1	Fenna vd Meer	mpm	cross	40	2019
1	Bernice Ritsema	mpC	cross	40	2019
1	Eline Buitendijk	mpB	cross	40	2019
1	Sjoerd vd Meer	mpB	cross	40	2019
1	Claudette Ritsema	mpA	cross	40	2019
1	Sanne Pultrum	mD	cross	33	2019
1	Ruth Zijlstra	mC	cross	20	2019
1	Liam Buitendijk	jpm	cross	36	2019
1	Timo Bouma	jpC	cross	40	2019
1	Thygo de Vries	jpA	cross	40	2019
1	Jan Elsinga	jD	cross	40	2019
1	Rutger Berends	jC	cross	20	2019
1	Féra Fieke de Vries	V kort	cross	780	2019
1	Suzanne van Gelder	V lang	cross	742	2019
3	Yvonne Knijn	V lang	cross	706	2019
1	Jan Sytze Jonker	M lang	cross	785	2019
2	Tsjerk Dijkema	M lang	cross	783	2019
2	Jarno vd Weg	M kort	cross	751	2019
3	Jacob vd Galiën	M kort	cross	746	2019

Friese Kampioenschappen cross

1	Sanne Pultrum	mD	cross	Sneek	2018-12-09
1	Brecht Frensel	mB	cross	Sneek	2018-12-09
1	Thygo de Vries	jpA	cross	Sneek	2018-12-09
2	Ilya Nauta	jD	cross	Sneek	2018-12-09
1	Jacob vd Galiën	jB	cross	Sneek	2018-12-09
1	Bram Kielman	M kort	cross	Sneek	2018-12-09

Nationale CD indoor

34	Marianne Diallo	mD 1	60	9.29	Apeldoorn	2019-01-19
series 1	Elisabeth de Haan	mD 1	60	8.42	Apeldoorn	2019-01-19
½ fin. 1	Elisabeth de Haan	mD 1	60	8.43	Apeldoorn	2019-01-19
fin. 1	Elisabeth de Haan	mD 1	60	8.56	Apeldoorn	2019-01-19
29	Jan Elsinga	jD 2	60	9.18	Apeldoorn	2019-01-19

43	Max Kroon	jD	1	60	9.49	Apeldoorn	2019-01-19
46	Mart Bijker	jD	1	60	9.53	Apeldoorn	2019-01-19
10	Sanne Pultrum	mD	1	600	1:57.88	Apeldoorn	2019-01-19
19	Jan Elsinga	jD	2	600	1:57.20	Apeldoorn	2019-01-19
29	Max Kroon	jD	1	1000	3:43.24	Apeldoorn	2019-01-19
3	Mart Bijker	jD	1	1000	3:18.06	Apeldoorn	2019-01-19
21	Sanne Pultrum	mD	1	hoog	1.25	Apeldoorn	2019-01-19
kwal. 2	Elisabeth de Haan	mD	1	ver	4.25	Apeldoorn	2019-01-19
fin. 2	Elisabeth de Haan	mD	1	ver	4.60	Apeldoorn	2019-01-19
24	Jan Elsinga	jD	2	ver	4.07	Apeldoorn	2019-01-19
35	Max Kroon	jD	1	ver	3.64	Apeldoorn	2019-01-19
41	Marit Staal	mC	2	60	9.00	Apeldoorn	2019-01-20
48	Rick Velkers	jC	2	60	8.42	Apeldoorn	2019-01-20
series 22	Ziggy Veldman	jC	1	60	8.29	Apeldoorn	2019-01-20
½ fin. 19	Ziggy Veldman	jC	1	60	8.39	Apeldoorn	2019-01-20
27	Rick Velkers	jC	2	800	2:32.11	Apeldoorn	2019-01-20
41	Jildou Binnema	mC	1	60h	11.25	Apeldoorn	2019-01-20
44	Nanou Hofmann	mC	1	60h	11.37	Apeldoorn	2019-01-20
19	Jildou Binnema	mC	1	ver	4.40	Apeldoorn	2019-01-20
34	Nanou Hofmann	mC	1	ver	4.00	Apeldoorn	2019-01-20
39	Marit Staal	mC	2	ver	4.04	Apeldoorn	2019-01-20
kwal. 8	Ziggy Veldman	jC	1	ver	5.14	Apeldoorn	2019-01-20
fin. 8	Ziggy Veldman	jC	1	ver	5.15	Apeldoorn	2019-01-20
27	Jildou Binnema	mC	1	kogel	8.03	Apeldoorn	2019-01-20
40	Nanou Hofmann	mC	1	kogel	7.50	Apeldoorn	2019-01-20

Nationale crossen

11	Brecht Frensel	mB		cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
17	Andrea Deelstra	V		cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
4	Olaf Jan Bosscher	jB		cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
46	Jacob vd Galiën	jB		cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
20	Lars van Hoeven	jA	Mneo	cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
46	Hugo Jan Bosscher	jA		cross	Hilvarenbeek	2018-11-25
5	Brecht Frensel	mB		cross	Amstelveen	2018-12-16
4	Andrea Deelstra	V		cross	Soest	2018-12-31
36	Jacob vd Galiën	jB		cross	Soest	2018-12-31
71	Tsjerk Dijkstra	M	Mneo	cross	Soest	2018-12-31
6	Olaf Jan Bosscher	jB		cross	Kerkrade	2019-01-20
26	Hugo Jan Bosscher	jA		cross	Kerkrade	2019-01-20
8	Brecht Frensel	mB		cross	Breda	2019-01-27
2	Olaf Jan Bosscher	jB		cross	Breda	2019-01-27
23	Hugo Jan Bosscher	jA		cross	Breda	2019-01-27

Nationale Pupillen Indoor

15	Meike Huistra	mpA	2	meerkamp	2021	Apeldoorn	2019-03-03
17	Ellemeike Visser	mpA	2	meerkamp	2013	Apeldoorn	2019-03-03
2	Norah Pont	mpA	1	meerkamp	1886	Apeldoorn	2019-03-03
27	Loïs Richardson	mpA	1	meerkamp	1465	Apeldoorn	2019-03-03
29	Aafje Boorsma	mpA	1	meerkamp	1442	Apeldoorn	2019-03-03
44	Britt Huisman	mpA	2	meerkamp	1758	Apeldoorn	2019-03-03
48	Merle Sterkenburgh	mpA	1	meerkamp	1242	Apeldoorn	2019-03-03
20	Liam de Lang	jpB		meerkamp	1574	Apeldoorn	2019-03-03
45	Sverre Wolters	jpB		meerkamp	1180	Apeldoorn	2019-03-03
16	Thygo de Vries	jpA	2	meerkamp	2095	Apeldoorn	2019-03-03

Nederlandse kampioenschappen cross

28	Eddy Elsinga	M45		cross	Kraggenburg	2019-02-23
9	Henri Veldman	M55		cross	Kraggenburg	2019-02-23

32 Robin Nijholt	V	kort	cross	Kraggenburg	2019-02-24
4 Andrea Deelstra	V		cross	Kraggenburg	2019-02-24
41 Jacob vd Galiën	jB		cross	Kraggenburg	2019-02-24
21 Bram Kielman	M	kort	cross	Kraggenburg	2019-02-24

Nederlandse Kampioenschappen indoor

15 Rutger Hoekstra	jB		7-kamp	3925 Apeldoorn	2019-02-03
7 Rutger Hoekstra	jB		hoog	1.86 Apeldoorn	2019-02-10
6 Rutger Hoekstra	jB		hss	12.09 Apeldoorn	2019-02-10
series 17 Jeroen Piek	M		60	7.09 Apeldoorn	2019-02-16
½ fin. 19 Jeroen Piek	M		60	7.13 Apeldoorn	2019-02-16
series 6 Lars van Hoeven	M		800	1:52.25 Apeldoorn	2019-02-16

Noordelijke Kampioenschappen cross

1 Thygo de Vries	jpA		cross	Appelscha	2018-12-24
------------------	-----	--	-------	-----------	------------

Regionale crossen

1 Brecht Frensel	V	kort	cross	Oranjewoud	2018-10-13
2 Suzanne van Gelder	V		cross	Oranjewoud	2018-10-13
3 Jikke vd Berg	V		cross	Oranjewoud	2018-10-13
1 Jarno vd Weg	M	kort	cross	Oranjewoud	2018-10-13
1 Jan Sytze Jonker	M		cross	Oranjewoud	2018-10-13
2 Sil de Jong	M	kort	cross	Oranjewoud	2018-10-13
3 Tsjerk Dijkstra	M		cross	Oranjewoud	2018-10-13
2 Brecht Frensel	mC		cross	Dwingeloo	2018-10-27
3 Eline de Haan	mA		cross	Dwingeloo	2018-10-27
1 Andrea Deelstra	V		cross	Dwingeloo	2018-10-27
3 Betty Bijker-Bangma	V45	V55	cross	Dwingeloo	2018-10-27
1 Mart Bijker	jpA		cross	Dwingeloo	2018-10-27
2 Thygo de Vries	jpA		cross	Dwingeloo	2018-10-27
1 Lars van Hoeven	JA		cross	Dwingeloo	2018-10-27
2 Lars van Hoeven	M	kort	cross	Helmond	2018-11-11
1 Claudette Ritsema	M-9		cross	Punthorst	2018-11-17
2 Bernice Ritsema	M-7		cross	Punthorst	2018-11-17
3 Henri Veldman	M50	M55	cross	Norg	2018-11-24
1 Féra Fieke de Vries	V	kort	cross	Mildam	2018-12-01
2 Marije vd Kooij	V		cross	Mildam	2018-12-01
3 Suzanne van Gelder	V		cross	Mildam	2018-12-01
1 Jan Sytze Jonker	M		cross	Mildam	2018-12-01
2 Tsjerk Dijkstra	M	Mneo	cross	Leek	2018-12-01
2 Oukubay Huruy	M		cross	Mildam	2018-12-01
3 Jordi Dommerholt	M	kort	cross	Mildam	2018-12-01
1 Andrea Deelstra	V		cross	Kraggenburg	2018-12-08
1 Foske Bouma	mpA		cross	Tuk	2018-12-22
1 Tieme Bouma	jpC		cross	Tuk	2018-12-22
1 Suzanne van Gelder	V		cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
1 Féra Fieke de Vries	V	kort	cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
3 Yvonne Knijn	V		cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
1 Jacob vd Galiën	M	kort	cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
1 Richie Azambo	M		cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
2 Marcel Swart	M	kort	cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
2 Oukubay Huruy	M		cross	St. Nicolaasga	2019-01-05
3 Tsjerk Dijkstra	M		cross	St. Nicolaasga	2019-01-05

Clubrecords

Verbeterde en nieuwe records

jB	Rutger Hoekstra <i>Gerwin de Haan</i>	10.42	2013-12-20	hss	12.09	Zoetermeer	2018-12-15
mD	Elisabeth de Haan <i>Rikst Slot</i>	8.46	2015-01-17	60	8.42	Apeldoorn	2019-01-19
M	Jeroen Piek <i>Paul Dijkstra</i>	7.02	1986-02-09	60	7.01	Apeldoorn	2019-01-26
M	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(Mneo) 1:51.90	2018-02-11	800	1:51.46	Apeldoorn	2019-01-26
mpm	Fenna vd Meer <i>Fenna vd Meer</i>	0.75	2018-02-03	hurkhoog	0.85	Drachten	2019-02-02
jpB	Liam de Lang <i>Thygo de Vries</i>	0.95	2017-02-04	hurkhoog	1.05	Drachten	2019-02-02
mpm	Fenna vd Meer <i>Rosanna Everts</i>	4.00	2018-02-03	balstoten	4.10	Drachten	2019-02-02
jpB	Liam de Lang <i>Thygo de Vries</i>	6.70	2017-02-04	balstoten	7.30	Drachten	2019-02-02
mpA	Ellemeike Visser <i>Sanne Pultrum</i>	2:05.48	2018-03-11	600	2:00.30	Apeldoorn	2019-03-03
V35	Linda vd Berg <i>Marja de Wit</i>	(V40) 3.47	1998-03-07	ver	3.66	Steenwijk	2019-03-09
V40	Linda vd Berg <i>Marja de Wit</i>	3.47	1998-03-07	ver	3.66	Steenwijk	2019-03-09
V35	Laura vd Akker <i>Akkie Marinus</i>	(V40) 8.26	1989-03-19	kogel	8.65	Steenwijk	2019-03-09
V40	Laura vd Akker <i>Akkie Marinus</i>	8.26	1989-03-19	kogel	8.65	Steenwijk	2019-03-09
mD	Elisabeth de Haan <i>Marrit Nederhoed</i>	7.42	1999-01-23	50	7.37	Heerenveen	2019-03-16
jC	Hugo Stegeman <i>Lars van Hoeven</i>	6.74	2013-12-20	50	6.74	Heerenveen	2019-03-16
M70	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			50	9.19	Heerenveen	2019-03-16
V40	Linda vd Berg <i>Jolanda Smedinga</i>	9.54	2011-03-18	60	9.53	Heerenveen	2019-03-16
M70	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			60	10.89	Heerenveen	2019-03-16
mpm	Fenna vd Meer <i>Amarins de Jong</i>	0.85	2013-03-09	hoog	0.85	Heerenveen	2019-03-16
V40	Linda vd Berg <i>Marja de Wit</i>	1.20	1997-03-15	hoog	1.25	Heerenveen	2019-03-16
mpm	Fenna vd Meer <i>Fenna vd Meer</i>	4.10	2019-02-02	balstoten	4.18	Heerenveen	2019-03-16
V35	Laura vd Akker <i>Laura vd Akker</i>	(V40) 8.65	2019-03-09	kogel	8.87	Heerenveen	2019-03-16
V40	Laura vd Akker <i>Laura vd Akker</i>	8.65	2019-03-09	kogel	8.87	Heerenveen	2019-03-16

In totaal 23 verbeterde en nieuwe clubrecords

In de voorgaande 10 jaren:

2009	9
2010	15
2011	21
2012	12
2013	15
2014	31
2015	28

2016	34
2017	17
2018	52

Aantal verbeterde indoor clubrecords per atleet

Linda vd Berg	4
Fenna vd Meer	4
Laura vd Akker	4
Liam de Lang	2
Elisabeth de Haan	2
Wieger Klijnstra	2
Ellemeike Visser	1
Rutger Hoekstra	1
Hugo Stegeman	1
Lars van Hoeven	1
Jeroen Piek	1

Totaal aantal actieve indoor clubrecords per atleet (2 of meer)

Wieger Klijnstra	30
Marja de Wit	21
Kristel Bottinga	16
Lars van Hoeven	14
Eldert Wijkstra	13
Rody de Wolff	11
Joke de Jong	10
Jolanda Smedinga	9
Liam de Lang	9
Simone Falkena	8
Rikst Slot	8
Gerwin de Haan	7
Cobi de Boer	7
Elisabeth de Haan	6
Brechje Kaastra	6
Mart Sijtsema	6
Paul Aldershof	6
Fiona van Es	6
Yoah Kirindongo	5

Jaap Scholten	5
Auke Siûk Nutma	5
Reinier Bouma	5
Franne Anema	4
Linda Swart	4
Marga Wiegman	4
Jan Jelle Koerts	4
Marrit Nederhoed	4
Linda vd Berg	4
Vera van Aurich	4
Joram Smits	4
Bram Kielman	3
Dennis Veenker	3
Hans Lolkema	3
Feico Jansma	3
Ilya Nauta	3
Henk Heidema	3
Martine Metsemakers	3
Rienk Kan	3
Fenna vd Meer	3
Meike Huistra	3
Ronny Hoekstra	2
Joris de Wit	2
Anniek de Jong	2
Arjen van Gelderen	2
Fenna Bodewes	2
Rianne Hospes	2
Laura vd Akker	2
Lois Richardson	2
Kevin Damstra	2
Hugo Kerkhof	2
Anne-Karlijn Mos	2
Marian Zandberg	2
Sabrina Cruden	2
Paul Dijkstra	2
Siert Wolters	2
Amarins de Jong	2

Prestaties per categorie

categorie mpm

Fenna vd Meer

40	7.7	Drachten	2019-02-02
40	7.94	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.85	cr Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.85	cr Drachten	2019-02-02
balstoten	4.18	cr Heerenveen	2019-03-16

categorie mpC

Fenna Bodewes

40	8.0	Drachten	2019-02-02
40	8.18	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.75	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.80	Drachten	2019-02-02
balstoten	4.10	Drachten	2019-02-02

Ilse Huisman

40	7.99	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.90	Heerenveen	2019-03-16
balstoten	3.64	Heerenveen	2019-03-16

Yara Lanza

40	8.10	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.85	Heerenveen	2019-03-16
balstoten	3.53	Heerenveen	2019-03-16

Bernice Ritsema

40	8.4	Drachten	2019-02-02
40	8.44	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.55	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.60	Drachten	2019-02-02
balstoten	3.10	Drachten	2019-02-02

Jodie Vianen

40	8.20	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.90	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.80	Drachten	2019-02-02
balstoten	3.70	Drachten	2019-02-02

categorie mpB

Eline Buitendijk

40	7.2	Drachten	2019-02-02
hoog	0.90	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.85	Drachten	2019-02-02
balstoten	4.70	Drachten	2019-02-02
kogel 2	3.36	Heerenveen	2019-03-16

Isabelle Meijer

40	7.7	Drachten	2019-02-02
hurkhoog	0.85	Drachten	2019-02-02
balstoten	5.20	Drachten	2019-02-02

categorie mpA

Lisa Bodewes

40	7.4	Drachten	2019-02-02
60	10.72	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.20	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.30	Drachten	2019-02-02

Aafje Boorsma

60	10.30	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:28.06	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.10	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	4.74	Heerenveen	2019-03-16

Foske Bouma

40	7.7	Drachten	2019-02-02
60	11.00	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.05	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	4.90	Drachten	2019-02-02

Britt Huisman

40	6.9	Drachten	2019-02-02
60	9.90	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:13.34	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.20	Heerenveen	2019-03-16
ver	3.82	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	5.47	Apeldoorn	2019-03-03

Meike Huistra

40	6.7	Drachten	2019-02-02
60	9.23	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:08.59	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.30	Heerenveen	2019-03-16
ver	4.16	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	6.97	Apeldoorn	2019-03-03

Manoa de Jong

40	6.8	Drachten	2019-02-02
60	10.01	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.20	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2	5.59	Heerenveen	2019-03-16

Iris Linnebank

40	7.5	Drachten	2019-02-02
60	10.99	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.05	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	6.10	Heerenveen	2019-03-16

Norah Pont

40	6.9	Drachten	2019-02-02
60	9.56	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:08.02	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.20	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	6.00	Apeldoorn	2019-03-03

Lois Richardson

40	7.4	Drachten	2019-02-02
40	7.42	Steenwijk	2019-03-09
60	10.34	Heerenveen	2019-03-16
600	2:26.50	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.10	Apeldoorn	2019-03-03
ver	3.02	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2	5.70	Drachten	2019-02-02

Claudette Ritsema

60	9.94	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.85	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	4.17	Heerenveen	2019-03-16

Solène Ritsema

40	7.2	Drachten	2019-02-02
60	10.48	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.10	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	4.90	Drachten	2019-02-02

Merle Sterkenburgh

40	7.4	Drachten	2019-02-02
60	10.72	Heerenveen	2019-03-16
600	2:30.14	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.00	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	4.60	Drachten	2019-02-02

Ellemeike Visser

40	6.3	Drachten	2019-02-02
60	9.29	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:00.30	cr Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.15	Drachten	2019-02-02
ver	4.03	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	5.60	Drachten	2019-02-02

Anniek Wiersum

40	7.3	Drachten	2019-02-02
60	10.76	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.00	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	3.61	Heerenveen	2019-03-16

categorie **mD****Janne Rikst Boorsma**

40	7.1	Drachten	2019-02-02
50	8.85	Heerenveen	2019-03-16
60	10.25	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.30	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	6.68	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	678	Heerenveen	2019-03-16

Marianne Diallo

40	6.63	Steenwijk	2019-03-09
50	7.96	Steenwijk	2019-03-09
60	9.29	Apeldoorn	2019-01-19
hoog	1.15	Heerenveen	2019-03-16
ver	3.44	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2	6.39	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1040	Steenwijk	2019-03-09

Elisabeth de Haan

50	7.37	cr Heerenveen	2019-03-16
60	8.42	cr Apeldoorn	2019-01-19
hoog	1.40	Heerenveen	2019-03-16
ver	4.60	Apeldoorn	2019-01-19
kogel 2	7.15	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1260	Heerenveen	2019-03-16

Norah Keijzer

50	8.67	Heerenveen	2019-03-16
60	10.18	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	6.99	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	719	Heerenveen	2019-03-16

Kyla Koops

40	6.7	Drachten	2019-02-02
50	8.42	Heerenveen	2019-03-16
60	10.04	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.30	Drachten	2019-02-02
kogel 2	7.20	Drachten	2019-02-02
sprint 2-kamp	785	Heerenveen	2019-03-16

Sanne Pultrum

30	5.49	Heerde	2018-11-24
40	6.8	Drachten	2019-02-02
40	6.84	Steenwijk	2019-03-09
50	8.22	Steenwijk	2019-03-09
60	9.72	Heerenveen	2019-03-16
600	1:57.88	Apeldoorn	2019-01-19
hoog	1.25	Heerenveen	2019-03-16
ver	3.25	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2	7.31	Drachten	2019-02-02
sprint 2-kamp	937	Steenwijk	2019-03-09

Sian Smit

50	8.40	Heerenveen	2019-03-16
60	9.93	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.05	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	6.65	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	805	Heerenveen	2019-03-16

categorie **mC****Hayat Askar**

50	8.39	Heerenveen	2019-03-16
60	9.63	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.25	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	8.48	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	855	Heerenveen	2019-03-16

Jildou Binnema

40	6.64	Steenwijk	2019-03-09
50	8.02	Heerenveen	2019-03-16
60	9.18	Utrecht	2018-11-10
60h	11.08	Dordrecht	2019-01-12
hoog	1.35	Heerenveen	2019-03-16
ver	4.46	Utrecht	2018-11-10
kogel 3	9.96	Steenwijk	2019-03-09
sprint 2-kamp	1001	Steenwijk	2019-03-09

Lisanne de Haan

40	7.39	Steenwijk	2019-03-09
50	8.58	Heerenveen	2019-03-16
60	10.00	Heerenveen	2019-03-16
ver	3.61	Steenwijk	2019-03-09
kogel 3	7.60	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	762	Heerenveen	2019-03-16

Nanou Hofmann				Sabrina Cruden			
50	8.17	Heerenveen	2019-03-16	60	8.61	Amsterdam	2018-12-30
60	9.33	Utrecht	2018-12-15	60h	9.48	Apeldoorn	2018-12-23
60h	11.37	Apeldoorn	2019-01-20	ver	4.82	Apeldoorn	2018-12-23
hoog	1.30	Utrecht	2018-12-15	kogel 3	10.87	Apeldoorn	2018-12-23
ver	4.09	Utrecht	2018-11-10	Kahlan Veen			
kogel 3	7.70	Utrecht	2018-12-15	ver	4.55	Apeldoorn	2018-12-23
sprint 2-kamp	931	Heerenveen	2019-03-16	kogel 3	11.48	Apeldoorn	2018-12-23
Wendy Leenstra				categorie mA			
50	8.10	Heerenveen	2019-03-16	Terri Talan			
sprint 2-kamp	474	Heerenveen	2019-03-16	kogel 4	9.43	Heerenveen	2019-03-16
Kim Otten				categorie V40			
50	7.67	Heerenveen	2019-03-16	Laura vd Akker			
60	8.75	Heerenveen	2019-03-16	40	7.11	Steenwijk	2019-03-09
kogel 3	7.76	Heerenveen	2019-03-16	50	8.42	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1163	Heerenveen	2019-03-16	60	9.78	Heerenveen	2019-03-16
Marit Staal				kogel 4	8.87	cr Heerenveen	2019-03-16
60	9.00	Apeldoorn	2019-01-20	sprint 2-kamp	642	Heerenveen	2019-03-16
200	30.66	Apeldoorn	2019-01-06	Linda vd Berg			
ver	4.04	Apeldoorn	2019-01-20	40	6.94	Steenwijk	2019-03-09
Alicia vd Tempel				50	8.13	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.30	Heerenveen	2019-03-16	60	9.53	cr Heerenveen	2019-03-16
Leia vd Tempel				hoog	1.25	cr Heerenveen	2019-03-16
50	7.59	Heerenveen	2019-03-16	ver	3.66	cr Steenwijk	2019-03-09
60	8.77	Heerenveen	2019-03-16	kogel 4	7.07	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.20	Heerenveen	2019-03-16	sprint 2-kamp	763	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	7.13	Heerenveen	2019-03-16	categorie jpm			
sprint 2-kamp	1176	Heerenveen	2019-03-16	Liam Buitendijk			
Féra Fieke de Vries				40	8.0	Drachten	2019-02-02
50	8.16	Heerenveen	2019-03-16	hoog	0.65	Heerenveen	2019-03-16
60	9.63	Heerenveen	2019-03-16	hurkhoog	0.60	Drachten	2019-02-02
kogel 3	8.06	Heerenveen	2019-03-16	balstoten	3.34	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	899	Heerenveen	2019-03-16	categorie jpC			
Ruth Zijlstra				Tieme Bouma			
40	6.47	Steenwijk	2019-03-09	40	8.3	Drachten	2019-02-02
50	7.65	Heerenveen	2019-03-16	40	8.44	Heerenveen	2019-03-16
60	8.78	Apeldoorn	2019-01-06	hoog	0.90	Heerenveen	2019-03-16
800	2:42.52	Apeldoorn	2018-12-23	hurkhoog	0.75	Drachten	2019-02-02
1000	3:21.22	Apeldoorn	2019-01-06	balstoten	4.50	Drachten	2019-02-02
hoog	1.35	Heerenveen	2019-03-16	Timo Bouma			
ver	4.12	Apeldoorn	2018-12-23	40	8.1	Drachten	2019-02-02
kogel 3	7.42	Heerenveen	2019-03-16	50	10.14	Utrecht	2018-11-10
sprint 2-kamp	1135	Steenwijk	2019-03-16	hurkhoog	0.75	Drachten	2019-02-02
categorie mB				ver	2.60	Utrecht	2018-11-10
Anke Binnema				balstoten	4.20	Drachten	2019-02-02
50	7.91	Heerenveen	2019-03-16	vortex	7.88	Utrecht	2018-11-10
60	9.09	Heerenveen	2019-03-16				
60h	10.85	Apeldoorn	2019-01-06				
hoog	1.50	Heerenveen	2019-03-16				
kogel 3	9.14	Heerenveen	2019-03-16				
sprint 2-kamp	915	Heerenveen	2019-03-16				

Folkert Oege Krol

40	7.57	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.90	Heerenveen	2019-03-16
balstoten	4.81	Heerenveen	2019-03-16

categorie **jpB****Tijs Dijkstra**

40	8.2	Drachten	2019-02-02
hurkhoog	0.85	Drachten	2019-02-02
balstoten	5.30	Drachten	2019-02-02

Liam de Lang

30	5.74	Dronten	2018-12-28
40	6.9	Drachten	2019-02-02
50	8.91	Utrecht	2018-11-10
600	2:27.14	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.15	Utrecht	2018-11-10
hurkhoog	1.05	cr Drachten	2019-02-02
ver	3.47	Apeldoorn	2019-03-03
balstoten	7.30	cr Drachten	2019-02-02
kogel 2	5.82	Dronten	2018-12-28

Sjoerd vd Meer

40	7.27	Heerenveen	2019-03-16
40	7.6	Drachten	2019-02-02
hoog	1.05	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.95	Drachten	2019-02-02
balstoten	6.60	Drachten	2019-02-02
kogel 2	5.31	Heerenveen	2019-03-16

Sverre Wolters

40	7.77	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:33.09	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	0.75	Heerenveen	2019-03-16
hurkhoog	0.75	Drachten	2019-02-02
balstoten	5.00	Drachten	2019-02-02
kogel 2	3.08	Heerenveen	2019-03-16

categorie **jpA****Niels Dijkstra**

60	10.44	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.15	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.84	Heerenveen	2019-03-16

Jelte Dijkstra

60	11.43	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.00	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	4.07	Heerenveen	2019-03-16

Mees Hiemstra

40	7.3	Drachten	2019-02-02
60	10.18	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.00	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.90	Drachten	2019-02-02

Yoran de Jager

60	10.98	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.10	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	6.16	Heerenveen	2019-03-16

Tim Jeeninga

40	7.7	Drachten	2019-02-02
60	10.97	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.00	Drachten	2019-02-02
kogel 2	6.23	Heerenveen	2019-03-16

Noah Mosselaar

40	8.6	Drachten	2019-02-02
60	11.54	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.95	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.40	Drachten	2019-02-02

Ties ter Schure

40	7.6	Drachten	2019-02-02
40	7.74	Steenwijk	2019-03-09
60	11.08	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.10	Drachten	2019-02-02
ver	2.88	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2	6.20	Drachten	2019-02-02

Daan Stegeman

60	10.49	Heerenveen	2019-03-16
hoog	0.95	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.30	Heerenveen	2019-03-16

Hessel Teijema

40	7.8	Drachten	2019-02-02
hoog	0.95	Drachten	2019-02-02
kogel 2	4.30	Drachten	2019-02-02

Ruben Visser

40	7.4	Drachten	2019-02-02
60	10.64	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.15	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.30	Drachten	2019-02-02

Thygo de Vries

60	9.22	Apeldoorn	2019-03-03
600	2:07.70	Apeldoorn	2019-03-03
hoog	1.25	Apeldoorn	2019-03-03
kogel 2	7.90	Apeldoorn	2019-03-03

Timotej Zoetendal

40	7.3	Drachten	2019-02-02
60	10.25	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.00	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	4.80	Drachten	2019-02-02

categorie **JD****Mart Bijker**

50	8.48	Stadskanaal	2019-01-13
60	9.53	Apeldoorn	2019-01-19
600	1:59.76	Stadskanaal	2019-01-13
1000	3:18.06	Apeldoorn	2019-01-19
sprint 2-kamp	792	Stadskanaal	2019-01-13

Wybren Dijkstra

50	10.29	Heerenveen	2019-03-16
60	12.08	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	5.31	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	243	Heerenveen	2019-03-16

Jan Elsinga

50	7.77	Heerenveen	2019-03-16
60	9.18	Apeldoorn	2019-01-19
600	1:57.20	Apeldoorn	2019-01-19
hoog	1.30	Heerenveen	2019-03-16
ver	4.07	Apeldoorn	2019-01-19
kogel 3	7.36	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1056	Heerenveen	2019-03-16

Morris Hulsman

50	8.24	Heerenveen	2019-03-16
60	9.68	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.25	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	5.90	Heerenveen	2019-03-16

Max Kroon

50	8.01	Heerenveen	2019-03-16
60	9.34	Heerenveen	2019-03-16
1000	3:43.24	Apeldoorn	2019-01-19
hoog	1.15	Heerenveen	2019-03-16
ver	3.64	Apeldoorn	2019-01-19
kogel 3	6.46	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	975	Heerenveen	2019-03-16

Jens Linnebank

50	8.21	Heerenveen	2019-03-16
60	9.61	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.25	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	5.87	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	892	Heerenveen	2019-03-16

Dean Meindertsm

50	8.86	Heerenveen	2019-03-16
60	10.10	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.10	Heerenveen	2019-03-16
kogel 3	5.09	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	698	Heerenveen	2019-03-16

Ilya Nauta

30	5.15	Dronten	2018-12-28
40	6.3	Drachten	2019-02-02
50	7.99	Heerenveen	2019-03-16
60	9.07	Apeldoorn	2019-01-06
60h	11.91	Apeldoorn	2019-01-06
hoog	1.25	Drachten	2019-02-02
kogel 3	6.57	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	983	Heerenveen	2019-03-16

categorie **jC****Hugo Stegeman**

50	6.74	cr Heerenveen	2019-03-16
60	7.87	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.70	Heerenveen	2019-03-16
kogel 4	10.78	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1594	Heerenveen	2019-03-16

Ziggy Veldman

50	7.32	Heerenveen	2019-03-16
60	8.29	Apeldoorn	2019-01-20
200	29.42	Apeldoorn	2019-01-06
60h	10.13	Apeldoorn	2018-12-23
hoog	1.45	Heerenveen	2019-03-16
ver	5.15	Apeldoorn	2019-01-20
kogel 4	7.09	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1297	Heerenveen	2019-03-16

Rick Velkers

50	7.33	Heerenveen	2019-03-16
60	8.42	Apeldoorn	2019-01-20
200	27.85	Apeldoorn	2018-12-23
400	1:06.56	Apeldoorn	2018-12-23
800	2:32.11	Apeldoorn	2019-01-20
sprint 2-kamp	1293	Heerenveen	2019-03-16

categorie **jB****Rutger Hoekstra**

60	7.96	Apeldoorn	2019-02-02
1000	3:03.94	Apeldoorn	2019-02-03
60h	9.03	Assendelft	2019-01-20
hoog	1.86	Apeldoorn	2019-02-10
hss	12.09	cr Apeldoorn	2019-02-10
polshoog	2.93	Apeldoorn	2019-02-02
ver	5.68	Apeldoorn	2019-02-02
kogel 5	10.49	Apeldoorn	2019-02-02
sprint 2-kamp	421	Heerenveen	2019-03-16
7-kamp	3925	Apeldoorn	2019-02-03

Lennert Naeff

60	8.13	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-08
1000	3:24.71	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-09
60h	10.08	Bordeaux (Fra)	2019-02-09
hoog	1.73	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-08
polshoog	3.80	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-16
ver	5.53	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-08
kogel 5	11.73	Bordeaux (Fra)	2019-02-09
7-kamp	3466	Vouneuil-sous-Biard	2018-12-09

Johan de Vries

50	7.36	Heerenveen	2019-03-16
60	8.59	Heerenveen	2019-03-16
hoog	1.60	Heerenveen	2019-03-16
kogel 5	10.39	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	698	Heerenveen	2019-03-16

categorie **Mneo****Gerwin de Haan**

kogel 7½	11.35	Heerenveen	2019-03-16
----------	-------	------------	------------

Lars van Hoeven

400	49.32	Gent (Bel)	2019-02-09
800	1:51.46	cr Apeldoorn	2019-01-26

categorie **M**

Jeroen Piek

40	5.19		Zoetermeer	2019-02-02
50	6.18		Zoetermeer	2019-02-02
60	7.01	cr	Apeldoorn	2019-01-26
sprint 3-kamp	2394		Zoetermeer	2019-02-02

categorie **M70**

Wieger Klijnstra

50	9.19	cr	Heerenveen	2019-03-16
60	10.89	cr	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	0		Heerenveen	2019-03-16

Ranglijsten

hoog

1.86	Rutger Hoekstra	jB	2019-02-10
1.73	Lennert Naeff	jB	2018-12-08
1.70	Hugo Stegeman	jC	2019-03-16
1.60	Johan de Vries	jB	2019-03-16
1.50	Anke Binnema	mB	2019-03-16
1.45	Ziggy Veldman	jC	2019-03-16
1.40	Elisabeth de Haan	mD	2019-03-16
1.35	Jildou Binnema	mC	2019-03-16
1.35	Ruth Zijlstra	mC	2019-03-16
1.30	Nanou Hofmann	mC	2018-12-15
1.30	Kyla Koops	mD	2019-02-02
1.30	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-03-16
1.30	Jan Elsinga	jD	2019-03-16
1.30	Meike Huistra	mpA	2019-03-16
1.30	Alicia vd Tempel	mC	2019-03-16
1.25	Ilya Nauta	jD	2019-02-02
1.25	Thygo de Vries	jpA	2019-03-03
1.25	Hayat Askar	mC	2019-03-16
1.25	Linda vd Berg	V40	2019-03-16
1.25	Morris Hulsman	jD	2019-03-16
1.25	Jens Linnebank	jD	2019-03-16
1.25	Sanne Pultrum	mD	2019-03-16
1.20	Norah Pont	mpA	2019-03-03
1.20	Manoa de Jong	mpA	2019-03-09
1.20	Lisa Bodewes	mpA	2019-03-16
1.20	Britt Huisman	mpA	2019-03-16
1.20	Leia vd Tempel	mC	2019-03-16
1.15	Liam de Lang	jpB	2018-11-10
1.15	Ellemeike Visser	mpA	2019-02-02
1.15	Marianne Diallo	mD	2019-03-16
1.15	Niels Dijkstra	jpA	2019-03-16
1.15	Max Kroon	jD	2019-03-16
1.15	Ruben Visser	jpA	2019-03-16
1.10	Ties ter Schure	jpA	2019-02-02
1.10	Aafje Boorsma	mpA	2019-03-03
1.10	Lois Richardson	mpA	2019-03-03
1.10	Yoran de Jager	jpA	2019-03-16
1.10	Dean Meindersma	jD	2019-03-16
1.10	Solène Ritsema	mpA	2019-03-16
1.05	Foske Bouma	mpA	2019-03-16
1.05	Iris Linnebank	mpA	2019-03-16
1.05	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-03-16
1.05	Sian Smit	mD	2019-03-16
1.00	Tim Jeeninga	jpA	2019-02-02
1.00	Merle Sterkenburgh	mpA	2019-03-03
1.00	Jelte Dijkstra	jpA	2019-03-16
1.00	Mees Hiemstra	jpA	2019-03-16
1.00	Anniek Wiersum	mpA	2019-03-16
1.00	Timotej Zoetendal	jpA	2019-03-16
0.95	Hessel Teijema	jpA	2019-02-02
0.95	Noah Mosselaar	jpA	2019-03-16
0.95	Daan Stegeman	jpA	2019-03-16
0.90	Tieme Bouma	jpC	2019-03-16
0.90	Eline Buitendijk	mpB	2019-03-16
0.90	Ilse Huisman	mpC	2019-03-16
0.90	Folkert Oege Krol	jpC	2019-03-16
0.90	Jodie Vianen	mpC	2019-03-16
0.85	Yara Lanza	mpC	2019-03-16
0.85	Fenna vd Meer	mpm	2019-03-16

0.85	Claudette Ritsema	mpA	2019-03-16
0.75	Fenna Bodewes	mpC	2019-03-16
0.75	Sverre Wolters	jpB	2019-03-16
0.65	Liam Buitendijk	jpm	2019-03-16
0.55	Bernice Ritsema	mpC	2019-03-16

hurkhoog

1.05	Liam de Lang	jpB	2019-02-02
0.95	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-02-02
0.85	Eline Buitendijk	mpB	2019-02-02
0.85	Tijs Dijkstra	jpB	2019-02-02
0.85	Fenna vd Meer	mpm	2019-02-02
0.85	Isabelle Meijer	mpB	2019-02-02
0.80	Fenna Bodewes	mpC	2019-02-02
0.80	Jodie Vianen	mpC	2019-02-02
0.75	Tieme Bouma	jpC	2019-02-02
0.75	Timo Bouma	jpC	2019-02-02
0.75	Sverre Wolters	jpB	2019-02-02
0.60	Liam Buitendijk	jpm	2019-02-02
0.60	Bernice Ritsema	mpC	2019-02-02

hss

12.09	Rutger Hoekstra	jB	2019-02-10
-------	-----------------	----	------------

polshoog

3.80	Lennert Naeff	jB	2018-12-16
2.93	Rutger Hoekstra	jB	2019-02-02

ver

5.68	Rutger Hoekstra	jB	2019-02-02
5.53	Lennert Naeff	jB	2018-12-08
5.15	Ziggy Veldman	jC	2019-01-20
4.82	Sabrina Cruden	mB	2018-12-23
4.60	Elisabeth de Haan	mD	2019-01-19
4.55	Kahlan Veen	mB	2018-12-23
4.46	Jildou Binnema	mC	2018-11-10
4.16	Meike Huistra	mpA	2019-03-03
4.12	Ruth Zijlstra	mC	2018-12-23
4.09	Nanou Hofmann	mC	2018-11-10
4.07	Jan Elsinga	jD	2019-01-19
4.04	Marit Staal	mC	2019-01-20
4.03	Ellemeike Visser	mpA	2019-03-03
3.82	Britt Huisman	mpA	2019-03-03
3.66	Linda vd Berg	V40	2019-03-09
3.64	Max Kroon	jD	2019-01-19
3.61	Lisanne de Haan	mC	2019-03-09
3.47	Liam de Lang	jpB	2019-03-03
3.44	Marianne Diallo	mD	2019-03-09
3.25	Sanne Pultrum	mD	2019-03-09
3.02	Lois Richardson	mpA	2019-03-09
2.88	Ties ter Schure	jpA	2019-03-09
2.60	Timo Bouma	jpC	2018-11-10

balstoten

7.30	Liam de Lang	jpB	2019-02-02
6.60	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-02-02
5.30	Tijs Dijkstra	jpB	2019-02-02
5.20	Isabelle Meijer	mpB	2019-02-02
5.00	Sverre Wolters	jpB	2019-02-02
4.81	Folkert Oege Krol	jpC	2019-03-16
4.70	Eline Buitendijk	mpB	2019-02-02
4.50	Tieme Bouma	jpC	2019-02-02
4.20	Timo Bouma	jpC	2019-02-02
4.18	Fenna vd Meer	mpm	2019-03-16
4.10	Fenna Bodewes	mpC	2019-02-02

3.70	Jodie Vianen	mpC	2019-02-02	4.60	Merle Sterkenburgh	mpA	2019-02-02
3.64	Ilse Huisman	mpC	2019-03-16	4.30	Hessel Teijema	jpA	2019-02-02
3.53	Yara Lanza	mpC	2019-03-16	4.17	Claudette Ritsema	mpA	2019-03-16
3.34	Liam Buitendijk	jpm	2019-03-16	4.07	Jelte Dijkstra	jpA	2019-03-16
3.10	Bernice Ritsema	mpC	2019-02-02	3.61	Anniek Wiersum	mpA	2019-03-16
				3.36	Eline Buitendijk	mpB	2019-03-16
				3.08	Sverre Wolters	jpB	2019-03-16
kogel				vortex			
11.73	Lennert Naeff	jb	2019-02-09	7.88	Timo Bouma	jpC	2018-11-10
11.48	Kahlan Veen	mB	2018-12-23				
11.35	Gerwin de Haan	Mneo	2019-03-16	sprint 2-kamp			
10.87	Sabrina Cruden	mB	2018-12-23	1594	Hugo Stegeman	jc	2019-03-16
10.78	Hugo Stegeman	jc	2019-03-16	1297	Ziggy Veldman	jc	2019-03-16
10.49	Rutger Hoekstra	jb	2019-02-02	1293	Rick Velkers	jc	2019-03-16
10.39	Johan de Vries	jb	2019-03-16	1260	Elisabeth de Haan	mD	2019-03-16
9.96	Jildou Binnema	mC	2019-03-09	1176	Leia vd Tempel	mC	2019-03-16
9.43	Terri Talan	mA	2019-03-16	1163	Kim Otten	mC	2019-03-16
9.14	Anke Binnema	mB	2019-03-16	1135	Ruth Zijlstra	mC	2019-03-16
8.87	Laura vd Akker	V40	2019-03-16	1056	Jan Elsinga	jd	2019-03-16
8.48	Hayat Askar	mC	2019-03-16	1040	Marianne Diallo	mD	2019-03-09
8.06	Féra Fieke de Vries	mC	2019-03-16	1001	Jildou Binnema	mC	2019-03-09
7.90	Thygo de Vries	jpA	2019-03-03	983	Ilya Nauta	jd	2019-03-16
7.76	Kim Otten	mC	2019-03-16	975	Max Kroon	jd	2019-03-16
7.70	Nanou Hofmann	mC	2018-12-15	937	Sanne Pultrum	mD	2019-03-09
7.60	Lisanne de Haan	mC	2019-03-16	931	Nanou Hofmann	mC	2019-03-16
7.42	Ruth Zijlstra	mC	2019-03-16	915	Anke Binnema	mB	2019-03-16
7.36	Jan Elsinga	jd	2019-03-16	899	Féra Fieke de Vries	mC	2019-03-16
7.31	Sanne Pultrum	mD	2019-02-02	892	Jens Linnebank	jd	2019-03-16
7.20	Kyla Koops	mD	2019-02-02	855	Hayat Askar	mC	2019-03-16
7.15	Elisabeth de Haan	mD	2019-03-16	805	Sian Smit	mD	2019-03-16
7.13	Leia vd Tempel	mC	2019-03-16	792	Mart Bijker	jd	2019-01-13
7.09	Ziggy Veldman	jc	2019-03-16	785	Kyla Koops	mD	2019-03-16
7.07	Linda vd Berg	V40	2019-03-16	763	Linda vd Berg	V40	2019-03-16
6.99	Norah Keijzer	mD	2019-03-16	762	Lisanne de Haan	mC	2019-03-16
6.97	Meike Huistra	mpA	2019-03-03	719	Norah Keijzer	mD	2019-03-16
6.68	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-03-16	698	Dean Meindersma	jd	2019-03-16
6.65	Sian Smit	mD	2019-03-16	698	Johan de Vries	jb	2019-03-16
6.57	Ilya Nauta	jd	2019-03-16	678	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-03-16
6.46	Max Kroon	jd	2019-03-16	642	Laura vd Akker	V40	2019-03-16
6.39	Marianne Diallo	mD	2019-03-16	474	Wendy Leenstra	mC	2019-03-16
6.23	Tim Jeeninga	jpA	2019-03-16	421	Rutger Hoekstra	jb	2019-03-16
6.20	Ties ter Schure	jpA	2019-02-02	243	Wybren Dijkstra	jd	2019-03-16
6.16	Yoran de Jager	jpA	2019-03-16	0	Wieger Klijnstra	M70	2019-03-16
6.10	Iris Linnebank	mpA	2019-03-16				
6.00	Norah Pont	mpA	2019-03-03	sprint 3-kamp			
5.90	Mees Hiemstra	jpA	2019-02-02	2394	Jeroen Piek	M	2019-02-02
5.90	Morris Hulsman	jd	2019-03-16	7-kamp			
5.87	Jens Linnebank	jd	2019-03-16	3925	Rutger Hoekstra	jb	2019-02-03
5.84	Niels Dijkma	jpA	2019-03-16	3466	Lennert Naeff	jb	2018-12-09
5.82	Liam de Lang	jpB	2018-12-28	30			
5.70	Lois Richardson	mpA	2019-02-02	5.15	Ilya Nauta	jd	2018-12-28
5.60	Ellemeike Visser	mpA	2019-02-02	5.49	Sanne Pultrum	mD	2018-11-24
5.59	Manoa de Jong	mpA	2019-03-16	5.74	Liam de Lang	jpB	2018-12-28
5.47	Britt Huisman	mpA	2019-03-03	40			
5.40	Noah Mosselaar	jpA	2019-02-02	5.19	Jeroen Piek	M	2019-02-02
5.31	Wybren Dijkstra	jd	2019-03-16	6.47	Ruth Zijlstra	mC	2019-03-09
5.31	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-03-16	6.3	Ilya Nauta	jd	2019-02-02
5.30	Lisa Bodewes	mpA	2019-02-02	6.3	Ellemeike Visser	mpA	2019-02-02
5.30	Ruben Visser	jpA	2019-02-02	6.63	Marianne Diallo	mD	2019-03-09
5.30	Daan Stegeman	jpA	2019-03-16	6.64	Jildou Binnema	mC	2019-03-09
5.09	Dean Meindersma	jd	2019-03-16	6.84	Sanne Pultrum	mD	2019-03-09
4.90	Foske Bouma	mpA	2019-02-02				
4.90	Solène Ritsema	mpA	2019-02-02				
4.80	Timotej Zoetendal	jpA	2019-02-02				
4.74	Aafje Boorsma	mpA	2019-03-16				

6.7	Meike Huistra	mpA	2019-02-02	8.21	Jens Linnebank	jD	2019-03-16
6.7	Kyla Koops	mD	2019-02-02	8.22	Sanne Pultrum	mD	2019-03-09
6.94	Linda vd Berg	V40	2019-03-09	8.24	Morris Hulsman	jD	2019-03-16
6.8	Manoa de Jong	mpA	2019-02-02	8.39	Hayat Askar	mC	2019-03-16
7.11	Laura vd Akker	V40	2019-03-09	8.40	Sian Smit	mD	2019-03-16
6.9	Britt Huisman	mpA	2019-02-02	8.42	Laura vd Akker	V40	2019-03-16
6.9	Liam de Lang	jpB	2019-02-02	8.42	Kyla Koops	mD	2019-03-16
6.9	Norah Pont	mpA	2019-02-02	8.48	Mart Bijker	jD	2019-01-13
7.27	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-03-16	8.58	Lisanne de Haan	mC	2019-03-16
7.1	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-02-02	8.67	Norah Keijzer	mD	2019-03-16
7.39	Lisanne de Haan	mC	2019-03-09	8.85	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-03-16
7.42	Lois Richardson	mpA	2019-03-09	8.86	Dean Meindertsm	jD	2019-03-16
7.2	Eline Buitendijk	mpB	2019-02-02	8.91	Liam de Lang	jpB	2018-11-10
7.2	Solène Ritsema	mpA	2019-02-02	9.19	Wieger Klijnstra	M70	2019-03-16
7.3	Mees Hiemstra	jpA	2019-02-02	10.14	Timo Bouma	jpC	2018-11-10
7.3	Anniek Wiersum	mpA	2019-02-02	10.29	Wybren Dijkstra	jD	2019-03-16
7.3	Timotej Zoetendal	jpA	2019-02-02				
7.57	Folkert Oege Krol	jpC	2019-03-16				
7.4	Lisa Bodewes	mpA	2019-02-02				
7.4	Merle Sterkenburgh	mpA	2019-02-02				
7.4	Ruben Visser	jpA	2019-02-02				
7.5	Iris Linnebank	mpA	2019-02-02				
7.74	Ties ter Schure	jpA	2019-03-09				
7.77	Sverre Wolters	jpB	2019-03-03				
7.6	Sjoerd vd Meer	jpB	2019-02-02				
7.7	Foske Bouma	mpA	2019-02-02				
7.7	Tim Jeeninga	jpA	2019-02-02				
7.7	Isabelle Meijer	mpB	2019-02-02				
7.94	Fenna vd Meer	mpm	2019-03-16				
7.99	Ilse Huisman	mpC	2019-03-16				
7.8	Hessel Teijema	jpA	2019-02-02				
8.10	Yara Lanza	mpC	2019-03-16				
8.18	Fenna Bodewes	mpC	2019-03-16				
8.20	Jodie Vianen	mpC	2019-03-16				
8.0	Liam Buitendijk	jpm	2019-02-02				
8.1	Timo Bouma	jpC	2019-02-02				
8.2	Tijs Dijkstra	jpB	2019-02-02				
8.44	Tieme Bouma	jpC	2019-03-16				
8.44	Bernice Ritsema	mpC	2019-03-16				
8.6	Noah Mosselaar	jpA	2019-02-02				

50

6.18	Jeroen Piek	M	2019-02-02
6.74	Hugo Stegeman	jC	2019-03-16
7.32	Ziggy Veldman	jC	2019-03-16
7.33	Rick Velkers	jC	2019-03-16
7.36	Johan de Vries	JB	2019-03-16
7.37	Elisabeth de Haan	mD	2019-03-16
7.59	Leia vd Tempel	mC	2019-03-16
7.65	Ruth Zijlstra	mC	2019-03-16
7.67	Kim Otten	mC	2019-03-16
7.77	Jan Elsinga	jD	2019-03-16
7.91	Anke Binnema	mB	2019-03-16
7.96	Marianne Diallo	mD	2019-03-09
7.99	Ilya Nauta	jD	2019-03-16
8.01	Max Kroon	jD	2019-03-16
8.02	Jildou Binnema	mC	2019-03-16
8.10	Wendy Leenstra	mC	2019-03-16
8.13	Linda vd Berg	V40	2019-03-16
8.16	Féra Fieke de Vries	mC	2019-03-16
8.17	Nanou Hofmann	mC	2019-03-16

60

7.01	Jeroen Piek	M	2019-01-26
7.87	Hugo Stegeman	jC	2019-03-16
7.96	Rutger Hoekstra	JB	2019-02-02
8.13	Lennert Naeff	JB	2018-12-08
8.29	Ziggy Veldman	jC	2019-01-20
8.42	Elisabeth de Haan	mD	2019-01-19
8.42	Rick Velkers	jC	2019-01-20
8.59	Johan de Vries	JB	2019-03-16
8.61	Sabrina Cruden	mB	2018-12-30
8.75	Kim Otten	mC	2019-03-16
8.77	Leia vd Tempel	mC	2019-03-16
8.78	Ruth Zijlstra	mC	2019-01-06
9.00	Marit Staal	mC	2019-01-20
9.07	Ilya Nauta	jD	2019-01-06
9.09	Anke Binnema	mB	2019-03-16
9.18	Jildou Binnema	mC	2018-11-10
9.18	Jan Elsinga	jD	2019-01-19
9.22	Thygo de Vries	jpA	2019-03-03
9.23	Meike Huistra	mpA	2019-03-03
9.29	Marianne Diallo	mD	2019-01-19
9.29	Ellemeike Visser	mpA	2019-03-03
9.33	Nanou Hofmann	mC	2018-12-15
9.34	Max Kroon	jD	2019-03-16
9.53	Mart Bijker	jD	2019-01-19
9.53	Linda vd Berg	V40	2019-03-16
9.56	Norah Pont	mpA	2019-03-03
9.61	Jens Linnebank	jD	2019-03-16
9.63	Hayat Askar	mC	2019-03-16
9.63	Féra Fieke de Vries	mC	2019-03-16
9.68	Morris Hulsman	jD	2019-03-16
9.72	Sanne Pultrum	mD	2019-03-16
9.78	Laura vd Akker	V40	2019-03-16
9.90	Britt Huisman	mpA	2019-03-03
9.93	Sian Smit	mD	2019-03-16
9.94	Claudette Ritsema	mpA	2019-03-16
10.00	Lisanne de Haan	mC	2019-03-16
10.01	Manoa de Jong	mpA	2019-03-16
10.04	Kyla Koops	mD	2019-03-16
10.10	Dean Meindertsm	jD	2019-03-16
10.18	Mees Hiemstra	jpA	2019-03-16
10.18	Norah Keijzer	mD	2019-03-16
10.25	Janne Rikst Boorsma	mD	2019-03-16
10.25	Timotej Zoetendal	jpA	2019-03-16

10.30	Aafje Boorsma	mpA	2019-03-03
10.34	Loïs Richardson	mpA	2019-03-16
10.44	Niels Dijkma	jpA	2019-03-16
10.48	Solène Ritsema	mpA	2019-03-16
10.49	Daan Stegeman	jpA	2019-03-16
10.64	Ruben Visser	jpA	2019-03-16
10.72	Lisa Bodewes	mpA	2019-03-16
10.72	Merle Sterkenburgh	mpA	2019-03-16
10.76	Anniek Wiersum	mpA	2019-03-16
10.89	Wieger Klijnstra	M70	2019-03-16
10.97	Tim Jeeninga	jpA	2019-03-16
10.98	Yoran de Jager	jpA	2019-03-16
10.99	Iris Linnebank	mpA	2019-03-16
11.00	Foske Bouma	mpA	2019-03-16
11.08	Ties ter Schure	jpA	2019-03-16
11.43	Jelte Dijkstra	jpA	2019-03-16
11.54	Noah Mosselaar	jpA	2019-03-16
12.08	Wybren Dijkstra	jD	2019-03-16

11.91 Ilya Nauta jD 2019-01-06

200

27.85	Rick Velkers	jC	2018-12-23
29.42	Ziggy Veldman	jC	2019-01-06
30.66	Marit Staal	mC	2019-01-06

400

49.32	Lars van Hoeven	Mneo	2019-02-09
1:06.56	Rick Velkers	jC	2018-12-23

600

1:57.20	Jan Elsinga	jD	2019-01-19
1:57.88	Sanne Pultrum	mD	2019-01-19
1:59.76	Mart Bijker	jD	2019-01-13
2:00.30	Ellemeike Visser	mpA	2019-03-03
2:07.70	Thygo de Vries	jpA	2019-03-03
2:08.02	Norah Pont	mpA	2019-03-03
2:08.59	Meike Huistra	mpA	2019-03-03
2:13.34	Britt Huisman	mpA	2019-03-03
2:26.50	Loïs Richardson	mpA	2019-03-03
2:27.14	Liam de Lang	jpB	2019-03-03
2:28.06	Aafje Boorsma	mpA	2019-03-03
2:30.14	Merle Sterkenburgh	mpA	2019-03-03
2:33.09	Sverre Wolters	jpB	2019-03-03

800

1:51.46	Lars van Hoeven	Mneo	2019-01-26
2:32.11	Rick Velkers	jC	2019-01-20
2:42.52	Ruth Zijlstra	mC	2018-12-23

1000

3:03.94	Rutger Hoekstra	jpB	2019-02-03
3:18.06	Mart Bijker	jD	2019-01-19
3:21.22	Ruth Zijlstra	mC	2019-01-06
3:24.71	Lennert Naeff	jpB	2018-12-09
3:43.24	Max Kroon	jD	2019-01-19

60h

9.03	Rutger Hoekstra	jpB	2019-01-20
9.48	Sabrina Cruden	mB	2018-12-23
10.08	Lennert Naeff	jpB	2019-02-09
10.13	Ziggy Veldman	jC	2018-12-23
10.85	Anke Binnema	mB	2019-01-06
11.08	Jildou Binnema	mC	2019-01-12
11.37	Nanou Hofmann	mC	2019-01-20