

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

Ontwikkeling PR vanaf het baanseizoen van 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
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
2019-10-05	2:02.1 V U16 Heerenveen
1000	
2014-10-04	4:25.8 V U10 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
2016-07-02	11.8 V U12 Drachten
2016-09-17	11.6 V U12 Heerenveen
60h 76,2	
2017-05-06	14.61 V U14 Groningen
hoog	
2015-04-11	0.90 V U12 Leeuwarden
2015-06-27	1.00 V U12 Steenwijk
2016-04-16	1.20 V U12 Sneek
2017-04-08	1.20 V U14 Heerenveen
2018-05-12	1.15 V U14 Heerenveen
2018-10-06	1.30 V U14 Heerenveen
2019-05-25	1.30 V U16 Sneek
2019-06-22	1.30 V U16 Stadskanaal
polsver	
2016-04-16	3.70 V U12 Sneek
2016-07-02	4.10 V U12 Drachten
ver	
2014-10-04	2.43 V U10 Heerenveen
2015-06-06	2.95 V U12 Sneek
2015-10-03	3.16 V U12 Heerenveen
2016-05-28	3.32 V U12 Leeuwarden
2016-09-17	3.35 V U12 Heerenveen
2017-04-08	3.53 V U14 Heerenveen
2020-09-26	4.02 V U16 Heerenveen
discus ¾	
2018-04-14	16.81 V U14 Sneek
2018-06-09	17.53 V U14 Groningen
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
2015-04-11	5.00 V U12 Leeuwarden
2015-06-27	5.90 V U12 Steenwijk
2015-10-03	6.09 V U12 Heerenveen
2016-04-16	6.60 V U12 Sneek
2017-04-08	8.05 V U14 Heerenveen
2017-05-27	8.11 V U14 Stadskanaal
2017-10-07	8.12 V U14 Heerenveen
2018-04-14	8.43 V U14 Sneek
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
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	
2015-04-11	14.00 V U12 Leeuwarden
2015-06-06	18.50 V U12 Sneek
2015-06-27	18.50 V U12 Steenwijk
2016-04-16	19.00 V U12 Sneek
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
2020-06-02	7.9 V U10 Heerenveen
2020-09-26	7.9 V U10 Heerenveen
60	
2021-04-06	11.0 V U12 Heerenveen
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	
2019-05-25	2.30 V U9 Steenwijk
2019-10-05	2.42 V U9 Heerenveen
2020-06-02	2.45 V U10 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	
2021-05-22	11.91 V U16 Heerenveen
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	
2021-04-17	2:44.0 V U16 Heerenveen
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
600	
2019-10-05	2:19.5 V U14 Heerenveen
hoog	
2020-07-02	1.05 V U16 Heerenveen
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'				speer 500			2019-03-30	3.75	V40	Steenwijk	
2022-06-25	700	M U8	Drachten	2020-09-26	14.07	V U16	Heerenveen	2019-05-08	4.04	V40	Kampen
40h				vortex				2019-06-08	4.20	V40	Groningen
2022-06-25	9.4	M U8	Drachten	2017-07-08	10.50	V U12	Drachten	2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen
hoog				Jikke vd Berg				2020-09-04	4.49	V40	Leeuwarden
2022-09-10	0.70	M U8	Heerenveen	3000				2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen
hurkhoog				2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn	2021-07-04	4.61	V40	Dongen
2022-06-25	0.70	M U8	Drachten	5000				2021-08-28	4.65w	V40	Hoogeveen
ver				2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen	2021-09-08	4.66	V40	Hengelo
2021-10-02	1.95	M U8	Heerenveen	Linda vd Berg				2021-09-19	4.69	V40	Hengelo
2022-09-10	2.20	M U8	Heerenveen	80				2022-04-02	4.45	V45	Steenwijk
balstoten				2019-05-08	12.21	V40	Kampen	2022-04-24	4.71w	V45	Emmen
2022-09-10	3.60	M U8	Heerenveen	100				2022-05-01	4.71	V45	Heerenveen
slingeren				2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk	discus 1			
2022-06-25	8.00	M U8	Drachten	2020-07-25	14.41	V40	Heerenveen	2019-08-30	21.85	V40	Heerenveen
vortex				2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek	2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk
2021-10-02	8.88	M U8	Heerenveen	2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk	kogel 4			
2022-06-25	9.50	M U8	Drachten	2022-04-02	14.43w	V45	Steenwijk	2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen
2022-09-10	9.50	M U8	Heerenveen	150				2019-05-11	7.47	V40	Heerenveen
Luuk Beenen				2020-07-04	21.8	V40	Heerenveen	2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden
40				2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek	2020-07-04	8.35	V40	Heerenveen
2022-10-01	8.8	M U9	Heerenveen	2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk	2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek
600				2022-06-24	21.09	V45	Steenwijk	2021-07-09	8.87	V40	Steenwijk
2022-10-01	2:46.0	M U9	Heerenveen	200				2021-09-08	9.11	V40	Hengelo
hoog				2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen	2022-04-02	9.05	V45	Steenwijk
2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen	2019-04-07	32.28	V40	Amersfoort	2022-04-30	9.32	V45	Heerenveen
ver				2019-05-12	31.31	V40	Apeldoorn	speer 600			
2022-09-10	2.10	M U9	Heerenveen	2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal	2019-07-07	15.94	V40	Stadskanaal
2022-10-01	2.45	M U9	Heerenveen	2020-07-25	30.06	V40	Heerenveen	2019-08-30	19.95	V40	Heerenveen
balstoten				2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek	2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk
2022-09-10	3.60	M U9	Heerenveen	2021-08-13	29.07	V40	Heerhugowaard	2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen
vortex				2021-10-02	28.32	V40	Heerenveen	2021-10-02	28.36	V40	Heerenveen
2022-09-10	11.50	M U9	Heerenveen	2022-04-24	28.84	V45	Emmen	2022-05-01	24.37	V45	Heerenveen
Amarins Beijaard				2022-06-19	28.65	V45	Ede	2022-05-21	25.72	V45	Heerenveen
60				2022-07-01	28.47	V45	Best	2022-07-02	26.89	V45	Best
2018-05-19	10.26	V U14	Assen	300				2022-10-01	27.18	V45	Heerenveen
2018-10-06	9.81	V U14	Heerenveen	2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk	werp 3-kamp			
2019-10-05	9.4	V U14	Heerenveen	2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen	2019-10-05	1337	V40	Heerenveen
600				2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk	2019-10-13	1430	V40	Steenwijk
2018-10-06	2:12.02	V U14	Heerenveen	2022-04-02	47.9	V45	Steenwijk	7-kamp			
2020-09-26	2:03.0	V U16	Heerenveen	400				2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal
1000				2021-07-04	1:07.53	V40	Dongen	2021-10-09	3886	V40	Best
2018-05-19	3:59.12	V U14	Assen	2021-08-28	1:07.42	V40	Hoogeveen	2022-05-01	4720	V45	Heerenveen
2018-06-30	3:52.20	V U14	Groningen	2021-09-18	1:05.57	V40	Hengelo	Romée de Best			
duur 6'				2022-05-28	1:06.07	V45	Harderwijk	200			
2017-07-08	1425	V U12	Drachten	800				2022-06-04	28.01	V U20	Emmeloord
60h				2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen	800			
2017-07-08	12.0	V U12	Drachten	2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal	2022-05-01	2:56.50	V U20	Heerenveen
hoog				2021-10-09	2:36.09	V40	Best	2022-06-05	2:50.18	V U20	Emmeloord
2017-07-08	0.95	V U12	Drachten	2022-05-01	2:39.11	V45	Heerenveen	100h 83,8			
2019-10-05	1.25	V U14	Heerenveen	80h 76,2				2022-04-30	18.18	V U20	Heerenveen
2020-09-26	1.25	V U16	Heerenveen	2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal	2022-06-04	16.55	V U20	Emmeloord
polsver				2022-04-30	14.74	V45	Heerenveen	ver			
2017-07-08	3.30	V U12	Drachten	2022-07-01	14.45	V45	Best	2022-06-18	5.10	V U20	Amsterdam
ver				400h 76,2				kogel 4			
2018-04-14	3.11w	V U14	Sneek	2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo	2022-04-30	10.07	V U20	Heerenveen
kogel 2				2022-05-21	1:14.81	V45	Heerenveen	speer 600			
2017-07-08	4.10	V U12	Drachten	hoog				2022-05-01	27.63	V U20	Heerenveen
2018-10-06	5.35	V U14	Heerenveen	2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen	7-kamp			
speer 400				2019-03-30	1.25	V40	Steenwijk	2022-05-01	3334	V U20	Heerenveen
2019-10-05	12.54	V U14	Heerenveen	2019-05-12	1.25	V40	Apeldoorn	2022-06-05	3718	V U20	Emmeloord
				2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal	Betty Bijker-Bangma			
				2020-10-09	1.30	V40	Drachten	100			
				2021-10-08	1.36	V40	Best	2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn
				2022-04-30	1.35	V45	Heerenveen	2022-04-09	15.79w	V55	Harderwijk
				2022-10-01	1.35	V45	Heerenveen	150			
				ver				2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk
				2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen	200			
								2018-05-13	32.59	V55	Emmen

2022-04-29	32.39	V55	Apeldoorn	2015-08-30	1:58.21	V U14	Stadskanaal	ver			
2022-05-21	31.24	V55	Heerenveen	2016-05-01	1:54.48	V U14	Sneek	2011-04-09	3.10	V U9	Heerenveen
300				2016-06-05	1:53.97	V U14	Gemert	2011-06-25	3.29	V U9	Heerenveen
2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk	2016-07-03	1:52.00	V U14	Stadskanaal	2012-04-21	3.32	V U10	Leeuwarden
400				2017-07-09	1:50.43	V U16	Stadskanaal	2012-07-03	3.49	V U10	Leeuwarden
2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek	800				2013-05-11	3.77	V U12	Hoogeveen
2022-04-09	1:10.58	V55	Harderwijk	2021-10-10	3:02.39	V U20	Best	2013-10-05	3.91	V U12	Heerenveen
2022-04-24	1:10.50	V55	Emmen	1000				2014-08-30	4.15	V U12	Assen
800				2012-04-14	4:10.2	V U10	Heerenveen	2015-08-30	4.20	V U14	Stadskanaal
2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen	2012-05-12	3:59.08	V U10	Hoogeveen	2016-05-01	4.42	V U14	Sneek
2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn	2012-06-05	3:55.6	V U10	Heerenveen	2017-04-08	4.61	V U16	Heerenveen
2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard	2013-05-18	3:54.17	V U12	Stadskanaal	2017-05-06	4.68w	V U16	Groningen
1000				2014-10-04	3:53.1	V U12	Heerenveen	2020-09-19	4.78	V U18	Grootebroek
2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo	60h				2020-09-26	4.85	V U18	Heerenveen
1500				2013-06-01	11.1	V U12	Heerenveen	balstoten			
2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen	2014-06-14	10.5	V U12	Steenwijk	2011-05-14	4.20	V U9	Sneek
mijl				60h 76,2				2011-06-25	4.20	V U9	Heerenveen
2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk	2015-05-30	13.10	V U14	Drachten	balwerpen 135			
3000				2015-08-29	12.13	V U14	Stadskanaal	2011-04-09	16.38	V U9	Heerenveen
2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen	2016-04-09	10.45w	V U14	Heerenveen	2011-06-07	20.50	V U9	Heerenveen
2022-06-19	12:46.50	V55	Ede	2016-05-21	10.45	V U14	Drachten	balwerpen 180			
5000				2016-06-04	10.23	V U14	Gemert	2013-05-11	19.88	V U12	Hoogeveen
2021-10-02	21:25.11	V55	Heerenveen	2016-07-02	10.13	V U14	Stadskanaal	2014-10-04	25.01	V U12	Heerenveen
Anke Binnema				80h 76,2				discus ¾			
40				2017-04-08	13.44	V U16	Heerenveen	2015-10-10	17.88	V U14	Steenwijk
2011-04-09	7.5	V U9	Heerenveen	2017-04-23	12.86	V U16	Epe	2016-05-14	22.73	V U14	Heerenveen
2011-04-16	7.3	V U9	Leeuwarden	2017-05-14	12.81	V U16	Sneek	2016-06-11	23.80	V U14	Groningen
2011-07-16	7.38	V U9	Hoogeveen	100h 76,2				discus 1			
2012-04-21	7.0	V U10	Leeuwarden	2019-10-05	17.2	V U18	Heerenveen	2017-10-15	19.29	V U16	Steenwijk
2012-05-12	7.12	V U10	Hoogeveen	100h 83,8				2018-07-13	22.19	V U16	Steenwijk
2012-06-16	7.11	V U10	Stadskanaal	2021-10-09	18.22	V U20	Best	2018-10-14	22.59	V U16	Steenwijk
60				300h 76,2				kogel 2			
2013-05-11	10.14	V U12	Hoogeveen	2016-05-14	55.02	V U14	Heerenveen	2012-04-14	4.85	V U10	Heerenveen
2013-05-18	10.10	V U12	Stadskanaal	2016-05-22	53.06	V U14	Epe	2012-06-09	4.89	V U10	Steenwijk
2013-09-01	9.85	V U12	Emmeloord	2017-04-23	49.95	V U16	Epe	2012-06-16	5.18	V U10	Stadskanaal
2014-05-31	9.73	V U12	Stadskanaal	2017-05-20	49.78	V U16	Heerenveen	2013-05-18	5.43	V U12	Stadskanaal
2014-10-04	9.4	V U12	Heerenveen	2017-06-10	49.08	V U16	Sneek	2014-04-12	5.90	V U12	Drachten
2015-04-04	9.42	V U14	Steenwijk	400h 76,2				2014-05-31	6.10	V U12	Stadskanaal
2015-04-18	9.31	V U14	Assen	2021-04-11	1:16.5	V U20	Heerenveen	2014-06-28	6.50	V U12	Sneek
2016-04-03	9.12	V U14	Steenwijk	2021-05-01	1:14.12	V U20	Heerenveen	2014-08-30	6.70	V U12	Assen
2016-06-11	9.00	V U14	Groningen	hoog				2015-08-30	7.78	V U14	Stadskanaal
2016-10-01	8.5	V U14	Heerenveen	2011-04-16	0.90	V U9	Leeuwarden	2015-10-10	8.45	V U14	Steenwijk
80				2011-05-14	1.00	V U9	Sneek	2016-06-05	9.05	V U14	Gemert
2017-04-23	11.72	V U16	Epe	2011-05-24	1.05	V U9	Grou	kogel 3			
2017-05-20	11.60	V U16	Heerenveen	2012-04-14	1.10	V U10	Heerenveen	2017-05-13	7.99	V U16	Sneek
2017-06-24	11.14	V U16	Stadskanaal	2012-05-12	1.20	V U10	Hoogeveen	2017-10-15	8.21	V U16	Steenwijk
100				2012-06-16	1.20	V U10	Stadskanaal	2018-04-14	8.34	V U16	Sneek
2022-10-01	14.7	V U20	Heerenveen	2013-09-01	1.25	V U12	Emmeloord	2018-07-07	8.50	V U16	Stadskanaal
150				2014-04-12	1.30	V U12	Drachten	2018-10-06	8.73	V U16	Heerenveen
2016-07-08	22.11	V U14	Steenwijk	2014-05-31	1.30	V U12	Stadskanaal	2018-10-14	8.98	V U16	Steenwijk
2017-05-13	21.55	V U16	Sneek	2015-04-11	1.30	V U14	Heerenveen	2019-03-30	9.58	V U18	Steenwijk
2017-07-08	21.32	V U16	Stadskanaal	2015-04-18	1.30	V U14	Assen	2019-06-23	10.40	V U18	Drachten
200				2015-05-16	1.30	V U14	Heerenveen	kogel 4			
2015-05-16	32.13	V U14	Heerenveen	2015-05-30	1.35	V U14	Drachten	2021-10-02	8.87	V U20	Heerenveen
2019-10-05	30.1	V U18	Heerenveen	2015-06-21	1.40	V U14	Emmen	2021-10-09	8.96	V U20	Best
2021-10-02	29.33w	V U20	Heerenveen	2015-08-23	1.40	V U14	Amsterdam	2022-04-02	9.01	V U20	Steenwijk
300				2015-10-03	1.40	V U14	Heerenveen	2022-05-21	9.15	V U20	Heerenveen
2016-04-09	49.51	V U14	Heerenveen	2016-04-09	1.45	V U14	Heerenveen	speer 400			
400				2016-04-23	1.45	V U14	Assen	2015-04-04	14.18	V U14	Steenwijk
2018-04-02	1:13.86	V U16	Amersfoort	2016-04-30	1.45	V U14	Sneek	2015-04-11	14.89	V U14	Heerenveen
600				2016-05-21	1.50	V U14	Drachten	2015-08-29	21.45	V U14	Stadskanaal
2011-04-09	2:27.6	V U9	Heerenveen	2016-06-04	1.50	V U14	Gemert	2015-10-03	22.19	V U14	Heerenveen
2011-04-16	2:26.0	V U9	Leeuwarden	2016-07-02	1.50	V U14	Stadskanaal	2016-04-03	22.55	V U14	Steenwijk
2011-06-21	2:19.5	V U9	Sneek	2016-09-17	1.50	V U14	Zoetermeer	2016-04-09	22.81	V U14	Heerenveen
2011-06-25	2:16.1	V U9	Heerenveen	2017-05-06	1.50	V U16	Groningen	2016-06-04	23.47	V U14	Gemert
2013-09-01	2:13.66	V U12	Emmeloord	2017-05-13	1.50	V U16	Sneek	2016-09-17	24.04	V U14	Zoetermeer
2015-04-11	2:12.6	V U14	Heerenveen	2017-05-27	1.50	V U16	Stadskanaal	speer 500			
				2017-06-10	1.55	V U16	Sneek	2017-04-08	21.60	V U16	Heerenveen
				hss				2017-05-14	22.00	V U16	Sneek
				2021-04-11	9.05	V U20	Heerenveen	2017-06-03	23.57	V U16	Groningen
				polshoog				2017-06-10	24.49	V U16	Sneek
				2017-06-03	1.95	V U16	Groningen	2018-05-19	24.65	V U16	Assen
				2018-05-12	1.95	V U16	Heerenveen	2018-06-30	27.46	V U16	Groningen
								2018-10-14	28.19	V U16	Steenwijk

2020-09-26	29.29	V U18	Heerenveen	duur 6'		2017-04-01	3.98	V U14	Steenwijk		
speer 600				2016-04-16	1250	V U12	Sneek	2017-05-14	4.02	V U14	Sneek
2021-03-20	26.28	V U20	Heerenveen	2016-05-28	1275	V U12	Leeuwarden	2018-04-07	4.36	V U14	Steenwijk
2021-10-10	27.10	V U20	Best	2016-07-02	1275	V U12	Drachten	2018-05-12	4.44	V U14	Heerenveen
2022-04-10	28.19	V U20	Drachten	40h		2018-07-07	4.55	V U14	Stadskanaal		
vortex				2013-04-13	8.3	V U9	Drachten	balstoten			
2013-04-13	18.50	V U12	Drachten	2014-04-12	7.8	V U10	Drachten	2011-05-14	2.90	V U8	Sneek
2013-08-31	26.57	V U12	Emmeloord	60h		2012-06-09	3.50	V U8	Steenwijk		
2014-09-13	28.50	V U12	Leeuwarden	2015-04-11	10.9	V U12	Leeuwarden	2012-07-07	3.92	V U8	Heerenveen
sprint 2-kamp				60h 76,2		2013-06-01	4.30	V U9	Heerenveen		
2022-10-01	849	V U20	Heerenveen	2017-04-08	12.25	V U14	Heerenveen	2013-09-14	4.40	V U9	Sneek
werp 3-kamp				2017-05-06	11.97w	V U14	Groningen	2014-09-13	5.50	V U10	Leeuwarden
2015-10-10	1065	V U14	Steenwijk	2017-05-13	11.80	V U14	Sneek	balwerpen 135			
2017-10-15	1044	V U16	Steenwijk	2017-06-10	11.58	V U14	Sneek	2011-04-09	6.11	V U8	Heerenveen
2018-10-14	1293	V U16	Steenwijk	2017-07-08	11.40	V U14	Stadskanaal	2011-06-21	8.95	V U8	Sneek
6-kamp				2018-05-12	11.39	V U14	Heerenveen	2011-10-01	12.75	V U8	Heerenveen
2015-08-30	2525	V U14	Stadskanaal	2018-06-30	11.26w	V U14	Groningen	2013-05-11	16.21	V U9	Hoogeveen
2016-05-01	2813	V U14	Sneek	2018-07-07	11.07w	V U14	Stadskanaal	2013-10-05	20.66	V U9	Heerenveen
2016-06-05	3041	V U14	Gemert	80h 76,2		discus ¾		2017-04-01	15.64	V U14	Steenwijk
7-kamp				2019-05-04	15.21	V U16	Sneek	2017-05-06	18.87	V U14	Groningen
2017-05-14	3526	V U16	Sneek	hoog		2018-04-07	19.64	V U14	Steenwijk		
2017-07-09	3562	V U16	Stadskanaal	2011-05-14	0.65	V U8	Sneek	2018-06-09	21.96	V U14	Groningen
2021-10-10	3074	V U20	Best	2011-05-24	0.70	V U8	Grou	2018-06-30	23.89	V U14	Groningen
Jildou Binnema				2012-04-21	0.80	V U8	Leeuwarden	2018-09-02	24.33	V U14	Amsterdam
40				2012-05-22	0.80	V U8	Grou	2018-10-14	27.12	V U14	Steenwijk
2011-04-09	8.8	V U8	Heerenveen	2012-06-09	0.90	V U8	Steenwijk	discus 1			
2011-05-14	8.4	V U8	Sneek	2014-05-31	1.00	V U10	Stadskanaal	2019-03-30	23.26	V U16	Steenwijk
2011-07-05	8.3	V U8	Leeuwarden	2015-06-13	1.10	V U12	Heerenveen	2019-05-18	25.88	V U16	Stadskanaal
2011-10-01	8.2	V U8	Heerenveen	2016-04-16	1.20	V U12	Sneek	2019-08-30	26.71	V U16	Heerenveen
2012-04-21	8.0	V U8	Leeuwarden	2016-06-04	1.25	V U12	Stadskanaal	2020-08-28	28.25	V U16	Apeldoorn
2012-05-12	8.23	V U8	Hoogeveen	2017-04-08	1.35	V U14	Heerenveen	2021-05-22	29.69	V U18	Heerenveen
2013-04-13	7.7	V U9	Drachten	2017-05-13	1.35	V U14	Sneek	2022-06-24	30.26	V U18	Steenwijk
2013-05-11	7.94	V U9	Hoogeveen	2017-05-20	1.35	V U14	Heerenveen	kogel 2			
2013-05-18	7.68	V U9	Stadskanaal	2017-07-09	1.35	V U14	Stadskanaal	2014-05-31	4.13	V U10	Stadskanaal
2014-04-12	7.4	V U10	Drachten	2018-04-14	1.35	V U14	Sneek	2014-10-04	4.41	V U10	Heerenveen
2014-06-28	7.0	V U10	Sneek	2018-06-30	1.40	V U14	Groningen	2015-04-11	5.30	V U12	Leeuwarden
60				2018-07-08	1.40	V U14	Stadskanaal	2015-06-27	5.70	V U12	Steenwijk
2015-06-06	10.3	V U12	Sneek	2018-10-06	1.40	V U14	Heerenveen	2015-09-26	6.48	V U12	Leeuwarden
2015-09-26	10.29	V U12	Leeuwarden	2019-10-05	1.45	V U16	Heerenveen	2016-06-05	6.87	V U12	Soest
2015-10-03	9.9	V U12	Heerenveen	hurkhoog		2016-10-01	7.23	V U12	Heerenveen		
2016-04-03	10.14	V U12	Assen	2013-04-13	0.75	V U9	Drachten	2017-05-14	8.88	V U14	Sneek
2016-05-28	9.7	V U12	Leeuwarden	2013-06-01	0.75	V U9	Heerenveen	2017-07-09	9.29	V U14	Stadskanaal
2016-06-04	9.78	V U12	Stadskanaal	2013-06-15	0.75	V U9	Steenwijk	2018-04-14	9.93	V U14	Sneek
2016-06-18	9.75	V U12	Heerenveen	2013-09-14	0.85	V U9	Sneek	2018-07-08	10.23	V U14	Stadskanaal
2016-10-01	9.2	V U12	Heerenveen	2014-04-12	0.85	V U10	Drachten	2018-10-06	10.44	V U14	Heerenveen
2017-05-20	9.33	V U14	Heerenveen	2014-06-14	1.00	V U10	Steenwijk	2018-10-14	10.48	V U14	Steenwijk
2017-10-07	9.0	V U14	Heerenveen	2014-09-13	1.00	V U10	Leeuwarden	kogel 3			
2018-10-06	9.03	V U14	Heerenveen	hss		2019-03-30	9.56	V U16	Steenwijk		
80				2021-04-11	9.43	V U18	Heerenveen	2020-07-04	9.56	V U16	Heerenveen
2019-03-30	12.10	V U16	Steenwijk	polshoog		2020-08-14	10.25	V U16	Deventer		
2019-10-05	11.8	V U16	Heerenveen	2017-06-03	1.75	V U14	Groningen	2020-09-19	10.97	V U16	Grootebroek
150				2018-05-12	1.95	V U14	Heerenveen	kogelsl. 3			
2018-04-02	23.07	V U14	Amersfoort	polsver		2022-06-12	27.19	V U18	Assen		
2020-07-02	22.2	V U16	Heerenveen	2016-04-16	4.10	V U12	Sneek	2022-09-04	30.07	V U18	Groningen
600				2016-07-02	4.40	V U12	Drachten	slingeren			
2011-06-04	4:10.35	V U8	Stadskanaal	ver		2016-05-28	20.00	V U12	Leeuwarden		
2011-06-21	3:07.9	V U8	Sneek	2011-04-09	2.18	V U8	Heerenveen	2016-09-17	21.50	V U12	Heerenveen
2011-06-25	2:52.0	V U8	Heerenveen	2011-05-14	2.44	V U8	Sneek	speer 400			
2012-05-12	2:47.31	V U8	Hoogeveen	2012-04-14	2.48	V U8	Heerenveen	2017-04-01	17.22	V U14	Steenwijk
2012-07-07	2:36.0	V U8	Heerenveen	2012-05-12	2.53	V U8	Hoogeveen	2017-04-08	18.34	V U14	Heerenveen
2017-04-08	2:08.92	V U14	Heerenveen	2012-06-09	2.57	V U8	Steenwijk	2017-05-06	21.07	V U14	Groningen
2017-05-14	2:06.52	V U14	Sneek	2012-07-03	2.65	V U8	Leeuwarden	2017-06-03	26.87	V U14	Groningen
2018-05-21	2:04.09	V U14	Amstelveen	2013-05-11	2.75	V U9	Hoogeveen	2017-09-03	27.15	V U14	Amsterdam
2018-07-08	2:01.53	V U14	Stadskanaal	2013-09-14	2.80	V U9	Sneek	2018-04-02	27.21	V U14	Amersfoort
1000				2014-05-31	3.12	V U10	Stadskanaal	2018-05-12	30.02	V U14	Heerenveen
2014-05-31	5:02.72	V U10	Stadskanaal	2014-08-30	3.17	V U10	Assen	2018-05-19	30.60	V U14	Assen
2014-10-04	4:40.8	V U10	Heerenveen	2015-06-06	3.25	V U12	Sneek	2018-09-02	33.30	V U14	Amsterdam
2015-09-26	4:36.54	V U12	Leeuwarden	2015-09-19	3.35	V U12	Heerenveen	speer 500			
2015-10-03	4:22.8	V U12	Heerenveen	2015-09-26	3.39	V U12	Leeuwarden	2019-05-05	22.40	V U16	Sneek
2016-10-01	3:58.3	V U12	Heerenveen	2015-10-03	3.43	V U12	Heerenveen	2019-05-18	25.88	V U16	Stadskanaal
				2016-04-03	3.69	V U12	Assen	2019-06-22	29.33	V U16	Stadskanaal
				2016-05-28	3.75	V U12	Leeuwarden	2019-08-30	31.67	V U16	Heerenveen
				2016-09-17	3.75	V U12	Heerenveen	2020-08-01	34.93	V U16	Amstelveen
				2016-10-01	3.83	V U12	Heerenveen	2020-09-26	35.60	V U16	Heerenveen

2021-03-20 36.23 V U18 Heerenveen
2022-04-10 37.53 V U18 Drachten
2022-05-21 38.08 V U18 Heerenveen

vortex

2013-04-13 10.50 V U9 Drachten
2013-06-01 14.50 V U9 Heerenveen
2013-06-15 16.50 V U9 Steenwijk
2014-04-12 17.00 V U10 Drachten
2015-06-07 21.47 V U12 Soest
2015-06-27 21.50 V U12 Steenwijk
2016-05-28 24.50 V U12 Leeuwarden
2016-06-05 27.87 V U12 Soest
2016-06-18 29.41 V U12 Heerenveen

werp 3-kamp

2017-10-15 1085 V U14 Steenwijk
2018-10-14 1464 V U14 Steenwijk
2019-08-30 1365 V U16 Heerenveen
2020-08-14 1384 V U16 Deventer
2021-08-27 1281 V U18 Heerenveen
2021-10-10 1585 V U18 Steenwijk
2022-10-08 1705 V U18 Steenwijk

6-kamp

2017-05-14 2481 V U14 Sneek
2017-07-09 2592 V U14 Stadskanaal
2018-05-21 2668 V U14 Amstelveen
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

2016-04-16 7.4 V U9 Sneek
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

150

2020-09-19 24.19 V U14 Grootebroek

600

2016-06-18 2:41.22 V U9 Heerenveen
2016-10-01 2:27.2 V U9 Heerenveen
2021-03-20 2:17.2 V U14 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'

2016-04-16 850 V U9 Sneek
2016-05-28 875 V U9 Leeuwarden
2016-07-02 900 V U9 Drachten
2019-06-29 900 V U12 Leeuwarden

duur 6'

2018-04-21 1150 V U12 Drachten
2018-05-26 1200 V U12 Sneek
2018-07-07 1250 V U12 Steenwijk
2019-04-20 1350 V U12 Drachten
2019-05-25 1350 V U12 Steenwijk

40h

2016-04-16 8.5 V U9 Sneek
2016-07-02 8.4 V U9 Drachten
2017-04-08 8.2 V U10 Leeuwarden
2017-07-08 7.9 V U10 Drachten

60h

2018-04-21 11.7 V U12 Drachten
2018-05-26 11.2 V U12 Sneek
2018-07-07 11.0 V U12 Steenwijk
2019-06-29 10.6 V U12 Leeuwarden
2019-09-14 10.0 V U12 Sneek

hoog

2016-09-17 0.90 V U9 Heerenveen
2017-05-20 0.95 V U10 Steenwijk
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

2016-04-16 0.80 V U9 Sneek
2016-05-28 0.95 V U9 Leeuwarden

polshoog

2021-05-01 2.06 V U14 Heerenveen
2021-05-23 2.17 V U14 Heerenveen
2021-10-02 2.23 V U14 Heerenveen

polsver

2018-04-21 3.75 V U12 Drachten
2018-07-07 3.85 V U12 Steenwijk
2019-04-20 4.40 V U12 Drachten
2019-06-29 4.55 V U12 Leeuwarden

ver

2016-05-28 2.95 V U9 Leeuwarden
2016-06-18 3.05 V U9 Heerenveen
2016-09-17 3.10 V U9 Heerenveen
2017-10-07 3.17 V U10 Heerenveen
2018-05-26 3.30 V U12 Sneek
2018-10-06 3.42 V U12 Heerenveen
2020-09-19 3.52 V U14 Grootebroek
2020-09-26 3.71 V U14 Heerenveen
2021-04-17 3.92 V U14 Heerenveen
2021-07-03 4.08 V U14 Assen

balstoten

2016-05-28 4.50 V U9 Leeuwarden
2016-09-17 5.00 V U9 Heerenveen

kogel 2

2018-04-21 4.90 V U12 Drachten
2018-07-07 5.10 V U12 Steenwijk
2019-04-20 5.10 V U12 Drachten
2019-06-29 5.60 V U12 Leeuwarden

slingeren

2016-04-16 10.00 V U9 Sneek
2016-07-02 13.50 V U9 Drachten
2018-05-26 14.00 V U12 Sneek
2018-09-15 14.50 V U12 Heerenveen
2019-09-14 15.00 V U12 Sneek

vortex

2016-04-16 11.50 V U9 Sneek
2016-05-28 12.50 V U9 Leeuwarden
2016-06-18 13.16 V U9 Heerenveen
2016-07-02 13.50 V U9 Drachten
2017-05-20 13.50 V U10 Steenwijk
2017-09-16 13.50 V U10 Heerenveen
2017-10-07 17.99 V U10 Heerenveen
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

100h 76,2

2022-04-30 18.62 V U18 Heerenveen

Marrit Bontekoe

60

2019-10-05 9.7 V U12 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

2021-05-01 3.42 V U14 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

speer 400

2021-05-01 14.31 V U14 Heerenveen

2021-05-22 14.62 V U14 Heerenveen

Sophia Boomsma

40

2021-04-06 7.1 V U9 Heerenveen

2021-10-02 7.26w V U9 Heerenveen

600

2021-05-22 2:23.10 V U9 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	2022-05-14	1.35	V U14	Emmen	2018-07-07	10.9	V U12	Steenwijk
ver				2022-06-11	1.35	V U14	Heerenveen	60h 76,2			
2021-04-06	2.85	V U9	Heerenveen	hurkhoog				2019-04-06	13.89	V U14	Heerenveen
2021-05-22	2.86	V U9	Heerenveen	2016-05-28	0.75	V U8	Leeuwarden	hoog			
2021-10-02	3.36	V U9	Heerenveen	2018-04-21	0.80	V U10	Drachten	2017-04-08	1.00	V U12	Leeuwarden
balstoten				2018-07-07	0.85	V U10	Steenwijk	2017-07-08	1.05	V U12	Drachten
2022-09-10	5.10	V U10	Heerenveen	polsver				2018-04-21	1.20	V U12	Drachten
slingeren				2019-06-29	3.40	V U12	Leeuwarden	2018-07-07	1.20	V U12	Steenwijk
2020-06-30	9.00	V U8	Heerenveen	ver				2018-07-14	1.20	V U12	Heerenveen
2021-05-06	9.50	V U9	Heerenveen	2016-05-28	2.15	V U8	Leeuwarden	2019-05-11	1.25	V U14	Heerenveen
vortex				2017-05-20	2.35	V U9	Steenwijk	2019-05-25	1.30	V U14	Sneek
2021-04-06	12.00	V U9	Heerenveen	2017-10-07	2.75	V U9	Heerenveen	2019-10-05	1.30	V U14	Heerenveen
2021-05-06	12.00	V U9	Heerenveen	2018-05-26	2.85	V U10	Sneek	2020-07-02	1.35	V U14	Heerenveen
2021-05-22	15.91	V U9	Heerenveen	2018-07-14	3.51	V U10	Heerenveen	polsver			
2021-10-02	15.91	V U9	Heerenveen	2021-04-17	3.60	V U14	Heerenveen	2017-04-08	3.65	V U12	Leeuwarden
Aafje Boorsma				balstoten				2017-07-08	3.85	V U12	Drachten
40				2016-05-28	2.60	V U8	Leeuwarden	2018-04-21	4.40	V U12	Drachten
2016-06-18	8.25	V U8	Heerenveen	2017-05-20	4.60	V U9	Steenwijk	ver			
2016-07-02	7.8	V U8	Drachten	2018-05-26	5.00	V U10	Sneek	2017-05-20	2.90	V U12	Steenwijk
2017-07-08	7.5	V U9	Drachten	kogel 2				2017-10-07	3.02	V U12	Heerenveen
2018-04-21	7.3	V U10	Drachten	2018-07-14	3.94	V U10	Heerenveen	2018-09-15	3.30	V U12	Heerenveen
2018-07-07	7.2	V U10	Steenwijk	2019-06-29	4.90	V U12	Leeuwarden	2018-10-06	3.57	V U12	Heerenveen
60				2019-10-05	4.29	V U12	Heerenveen	discus ¾			
2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen	2020-09-12	5.70	V U12	Heerenveen	2020-09-26	20.19	V U14	Heerenveen
2020-06-02	10.0	V U12	Heerenveen	2020-09-26	6.18	V U12	Heerenveen	discus 1			
2020-09-26	9.9	V U12	Heerenveen	slingeren				2021-04-17	18.06	V U16	Heerenveen
2021-04-17	9.5	V U14	Heerenveen	2016-07-02	7.50	V U8	Drachten	kogel 2			
2021-05-01	9.63	V U14	Heerenveen	2017-04-08	8.50	V U9	Leeuwarden	2017-04-08	5.20	V U12	Leeuwarden
2021-10-02	9.27	V U14	Heerenveen	2017-07-08	11.00	V U9	Drachten	2017-07-08	5.50	V U12	Drachten
150				2018-04-21	11.50	V U10	Drachten	2017-10-07	5.51	V U12	Heerenveen
2021-05-01	23.68	V U14	Heerenveen	2018-07-07	12.50	V U10	Steenwijk	2018-04-21	6.50	V U12	Drachten
2021-10-02	22.94	V U14	Heerenveen	2020-06-30	15.00	V U12	Heerenveen	2018-07-07	6.80	V U12	Steenwijk
600				vortex				2020-07-02	8.25	V U14	Heerenveen
2016-06-18	3:02.48	V U8	Heerenveen	2016-05-28	7.50	V U8	Leeuwarden	slingeren			
2016-10-01	2:57.9	V U8	Heerenveen	2016-07-02	9.00	V U8	Drachten	2017-05-20	14.50	V U12	Steenwijk
2017-10-07	2:31.5	V U9	Heerenveen	2016-10-01	10.91	V U8	Heerenveen	2018-05-26	18.50	V U12	Sneek
2018-07-14	2:27.95	V U10	Heerenveen	2017-04-08	12.00	V U9	Leeuwarden	speer 400			
2020-09-26	2:22.0	V U12	Heerenveen	2017-05-20	13.50	V U9	Steenwijk	2019-04-06	17.00	V U14	Heerenveen
2021-10-02	1:58.53	V U14	Heerenveen	2017-07-08	15.50	V U9	Drachten	2019-10-05	19.10	V U14	Heerenveen
1000				2017-10-07	14.52	V U9	Heerenveen	vortex			
2018-10-06	4:34.23	V U10	Heerenveen	2018-04-21	15.50	V U10	Drachten	2017-04-08	19.00	V U12	Leeuwarden
2019-10-05	4:10.1	V U12	Heerenveen	2018-05-26	18.50	V U10	Sneek	2017-05-20	19.50	V U12	Steenwijk
duur 4'				2020-06-02	26.00	V U12	Heerenveen	2017-07-08	20.00	V U12	Drachten
2016-05-28	600	V U8	Leeuwarden	Janne Rikst Boorsma				2017-09-16	20.00	V U12	Heerenveen
2016-07-02	775	V U8	Drachten	60				2018-04-21	25.50	V U12	Drachten
2017-04-08	775	V U9	Leeuwarden	2017-05-20	10.3	V U12	Steenwijk	2018-05-26	27.50	V U12	Sneek
2017-05-20	825	V U9	Steenwijk	2017-09-16	10.1	V U12	Heerenveen	2018-09-15	27.50	V U12	Heerenveen
2017-07-08	825	V U9	Drachten	2018-07-14	10.51	V U12	Heerenveen	Hester Bos			
2018-04-21	850	V U10	Drachten	2018-10-06	10.31	V U12	Heerenveen	80			
2018-05-26	875	V U10	Sneek	2019-10-05	9.8	V U14	Heerenveen	2017-04-08	12.13	V U16	Heerenveen
2018-07-07	975	V U10	Steenwijk	200				2017-05-06	11.51w	V U16	Groningen
duur 6'				2019-05-11	33.54	V U14	Heerenveen	2018-06-30	11.23	V U16	Groningen
2020-09-12	1000	V U12	Heerenveen	600				100			
40h				2019-10-05	1:56.4	V U14	Heerenveen	2019-04-28	14.48	V U18	Epe
2016-07-02	9.1	V U8	Drachten	2020-09-26	1:54.0	V U14	Heerenveen	2020-09-26	14.0	V U18	Heerenveen
2018-04-21	8.4	V U10	Drachten	1000				2021-03-20	13.9	V U20	Heerenveen
2018-07-07	8.0	V U10	Steenwijk	2017-10-07	4:19.0	V U12	Heerenveen	2021-05-01	13.89	V U20	Heerenveen
60h				2018-07-14	3:48.76	V U12	Heerenveen	2022-05-15	13.83	V U20	Zwolle
2019-06-29	12.0	V U12	Leeuwarden	2018-10-06	3:47.41	V U12	Heerenveen	2022-06-11	13.67	V U20	Assen
2020-09-12	11.7	V U12	Heerenveen	2019-03-30	3:30.60	V U14	Steenwijk	150			
hoog				2019-04-06	3:30.35	V U14	Heerenveen	2018-05-19	22.23	V U16	Assen
2017-05-20	0.90	V U9	Steenwijk	duur 6'				2022-06-24	21.12	V U20	Steenwijk
2018-05-26	1.00	V U10	Sneek	2017-04-08	1325	V U12	Leeuwarden	200			
2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden	2017-07-08	1375	V U12	Drachten	2019-10-05	32.4	V U18	Heerenveen
2020-06-30	1.15	V U12	Heerenveen	2018-04-21	1425	V U12	Drachten	2021-04-11	31.2	V U20	Heerenveen
2021-04-17	1.20	V U14	Heerenveen	60h				2022-04-30	30.86	V U20	Heerenveen
2021-05-01	1.20	V U14	Heerenveen	2017-04-08	12.2	V U12	Leeuwarden	300			
2021-10-02	1.25	V U14	Heerenveen	2017-05-20	11.7	V U12	Steenwijk	2021-07-09	58.71	V U20	Steenwijk
				2018-04-21	11.1	V U12	Drachten	2022-06-24	52.52	V U20	Steenwijk

600
 2017-10-07 2:24.5 V U16 Heerenveen

800
 2021-10-10 3:06.54 V U20 Best
 2022-05-01 3:02.73 V U20 Heerenveen

80h 76,2
 2017-05-06 17.98w V U16 Groningen
 2018-04-14 17.30 V U16 Sneek
 2018-05-19 16.87 V U16 Assen

100h 76,2
 2019-04-28 19.55 V U18 Epe
 2019-06-23 19.18 V U18 Drachten

100h 83,8
 2021-03-20 18.1 V U20 Heerenveen
 2022-07-02 18.23 V U20 Best

300h 76,2
 2017-06-10 59.43 V U16 Sneek

400h 76,2
 2021-04-11 1:29.3 V U20 Heerenveen

hoog
 2019-10-05 1.25 V U18 Heerenveen
 2021-10-09 1.26 V U20 Best
 2022-07-02 1.31 V U20 Best

hss
 2021-04-11 8.37 V U20 Heerenveen

ver
 2017-04-08 2.98 V U16 Heerenveen
 2017-06-10 3.83 V U16 Sneek
 2018-10-06 3.94 V U16 Heerenveen
 2019-06-23 4.00 V U18 Drachten
 2020-09-26 4.12 V U18 Heerenveen
 2021-03-20 4.39 V U20 Heerenveen
 2021-05-01 4.47 V U20 Heerenveen

discus 1
 2017-10-07 11.22 V U16 Heerenveen

kogel 3
 2018-10-06 7.10 V U16 Heerenveen

kogel 4
 2021-10-09 6.10 V U20 Best
 2022-04-30 6.92 V U20 Heerenveen

speer 500
 2019-10-05 17.02 V U18 Heerenveen
 2020-09-26 21.75 V U18 Heerenveen

speer 600
 2021-03-20 19.55 V U20 Heerenveen
 2021-05-01 21.01 V U20 Heerenveen
 2021-10-10 21.36 V U20 Best
 2022-05-01 21.83 V U20 Heerenveen
 2022-07-03 22.67 V U20 Best

7-kamp
 2021-10-10 2120 V U20 Best
 2022-05-01 2458 V U20 Heerenveen
 2022-07-03 2514 V U20 Best

Jente Bosma

60
 2020-09-26 9.5 V U14 Heerenveen

80
 2021-04-17 11.4 V U16 Heerenveen

hoog
 2020-09-26 1.10 V U14 Heerenveen

ver
 2021-04-17 4.37 V U16 Heerenveen

kogel 2
 2020-09-26 7.26 V U14 Heerenveen

kogel 3
 2021-04-17 6.64 V U16 Heerenveen

speer 500
 2021-10-02 15.96 V U16 Heerenveen

Mae Bosma

80
 2022-06-11 12.07 V U16 Heerenveen

kogel 3
 2022-06-11 6.85 V U16 Heerenveen

Julia Bouma

40
 2019-10-05 8.2 V U8 Heerenveen
 2020-09-26 8.2 V U9 Heerenveen
 2021-10-02 8.04w V U10 Heerenveen

60
 2022-05-21 10.4 V U12 Steenwijk

600
 2019-10-05 3:10.5 V U8 Heerenveen
 2020-09-26 2:58.0 V U9 Heerenveen
 2021-05-22 2:55.54 V U10 Heerenveen
 2021-10-02 2:35.10 V U10 Heerenveen

duur 4'
 2020-09-12 850 V U9 Heerenveen

duur 6'
 2022-04-23 1175 V U12 Leeuwarden

40h
 2020-06-30 9.1 V U9 Heerenveen

60h
 2022-04-07 12.0 V U12 Heerenveen
 2022-05-21 11.9 V U12 Steenwijk

hoog
 2022-04-23 1.05 V U12 Leeuwarden

hurkhoog
 2020-06-30 0.75 V U9 Heerenveen
 2020-09-12 0.75 V U9 Heerenveen

polsver
 2022-04-23 2.30 V U12 Leeuwarden
 2022-06-25 2.95 V U12 Drachten

ver
 2019-10-05 2.29 V U8 Heerenveen
 2020-09-12 2.35 V U9 Heerenveen
 2020-09-26 2.43 V U9 Heerenveen
 2021-05-22 2.44 V U10 Heerenveen
 2021-10-02 2.96 V U10 Heerenveen

balstoten
 2020-09-12 4.10 V U9 Heerenveen

kogel 2
 2022-04-23 4.50 V U12 Leeuwarden
 2022-06-25 4.50 V U12 Drachten
 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
 2021-05-22 10.31 V U10 Heerenveen
 2021-10-02 10.49 V U10 Heerenveen
 2022-04-07 12.00 V U12 Heerenveen
 2022-04-23 12.00 V U12 Leeuwarden
 2022-05-21 12.50 V U12 Steenwijk
 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

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
 2021-05-01 11:42.83 V U18 Heerenveen
 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
 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

200
 2021-04-11 30.9 V U18 Heerenveen

100h 76,2
 2021-03-20 18.4 V U18 Heerenveen

discus 1
 2021-10-10 17.51 V U18 Steenwijk

kogel 3			600			2022-09-10	0.85	M U9	Heerenveen
2021-03-20	9.70	V U18	Heerenveen	2021-05-22	2:17.42	V U12	Heerenveen		
2021-04-11	10.38	V U18	Heerenveen	2021-10-02	2:09.20	V U12	Heerenveen		
2021-10-02	10.83	V U18	Heerenveen						
kogel 4			1000						
2022-04-10	8.96	V U20	Drachten	2019-10-05	4:13.2	V U10	Heerenveen		
2022-05-21	9.32	V U20	Heerenveen						
speer 500			duur 4'						
2020-07-04	27.05	V U18	Heerenveen	2019-04-20	825	V U10	Drachten		
2020-09-26	29.82	V U18	Heerenveen	2019-05-25	925	V U10	Steenwijk		
			duur 6'	2019-06-29	925	V U10	Leeuwarden		
speer 600			2020-09-12	1375	V U12	Heerenveen			
2022-05-15	27.65	V U20	Zwolle	2021-05-06	1400	V U12	Heerenveen		
2022-05-21	28.31	V U20	Heerenveen	2021-06-05	1425	V U12	Heerenveen		
2022-06-17	28.88	V U20	Amsterdam						
werp 3-kamp			40h						
2021-10-10	1407	V U18	Steenwijk	2019-04-20	9.0	V U10	Drachten		
			60h	2019-06-29	8.0	V U10	Leeuwarden		
Marvens Bruinsma			2020-09-12	11.5	V U12	Heerenveen			
100			hoog						
2015-04-11	13.05	M U16	Heerenveen	2019-05-25	1.10	V U10	Steenwijk		
2015-10-03	12.7	M U16	Heerenveen	2020-09-12	1.10	V U12	Heerenveen		
2016-04-09	12.21w	M U16	Heerenveen	2021-05-06	1.25	V U12	Heerenveen		
2016-10-01	11.9	M U16	Heerenveen						
2017-05-14	12.11	M U18	Emmeloord	hurkhoog					
2017-06-18	12.02	M U18	Harderwijk	2019-04-20	0.90	V U10	Drachten		
2018-05-12	12.01	M U18	Heerenveen	2019-06-29	0.90	V U10	Leeuwarden		
200			polsver						
2017-05-14	24.93	M U18	Emmeloord	2020-09-12	3.80	V U12	Heerenveen		
2017-07-02	24.73	M U18	Vught						
300			ver						
2015-04-11	43.82	M U16	Heerenveen	2019-05-25	2.80	V U10	Steenwijk		
2018-04-07	40.34	M U18	Steenwijk	2019-10-05	3.05	V U10	Heerenveen		
hoog			2021-06-05	3.05	V U12	Heerenveen			
2017-05-28	1.60	M U18	Drachten	2021-10-02	3.64	V U12	Heerenveen		
hss			balstoten						
2017-06-18	12.12	M U18	Harderwijk	2019-05-25	5.30	V U10	Steenwijk		
ver			kogel 2						
2016-05-14	5.81	M U16	Heerenveen	2020-09-12	5.30	V U12	Heerenveen		
2017-05-28	5.97	M U18	Drachten	2021-05-06	5.70	V U12	Heerenveen		
discus 1¼			2021-05-22	6.18	V U12	Heerenveen			
2019-10-05	24.69	M U20	Heerenveen	2021-10-02	6.54	V U12	Heerenveen		
2019-10-13	26.51	M U20	Steenwijk						
kogel 6			slingeren						
2019-10-05	10.03	M U20	Heerenveen	2019-04-20	12.50	V U10	Drachten		
2019-10-13	10.56	M U20	Steenwijk	2021-06-05	17.00	V U12	Heerenveen		
kogel 7¼			vortex						
2021-10-02	9.45	M U23	Heerenveen	2019-04-20	9.50	V U10	Drachten		
speer 600			2019-06-29	10.00	V U10	Leeuwarden			
2016-10-01	29.62	M U16	Heerenveen	2019-10-05	14.88	V U10	Heerenveen		
speer 800			2020-09-12	16.50	V U12	Heerenveen			
2019-10-05	34.49	M U20	Heerenveen	2021-04-06	17.00	V U12	Heerenveen		
sprint 2-kamp			Jurre Buitendijk						
2017-05-14	1121	M U18	Emmeloord	40					
werp 3-kamp			2020-06-02	9.3	M U8	Heerenveen			
2019-10-05	1214	M U20	Heerenveen	2021-04-06	9.3	M U8	Heerenveen		
2019-10-13	1221	M U20	Steenwijk	2021-10-02	8.33	M U8	Heerenveen		
			2022-10-01	8.0	M U9	Heerenveen			
Eline Buitendijk			600						
40			2021-05-22	2:49.22	M U8	Heerenveen			
2019-04-20	7.1	V U10	Drachten	2021-10-02	2:27.07	M U8	Heerenveen		
2019-06-29	7.1	V U10	Leeuwarden	2022-10-01	2:25.0	M U9	Heerenveen		
2019-10-05	7.1	V U10	Heerenveen						
60			duur 4'						
2020-06-02	9.6	V U12	Heerenveen	2020-09-12	875	M U8	Heerenveen		
2021-09-11	9.4	V U12	Drachten	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						
			2022-05-21	0.75	M U9	Steenwijk			
			2020-09-10	0.85	M U9	Heerenveen			
			hurkhoog						
			2020-09-12	0.50	M U8	Heerenveen			
			2021-05-06	0.50	M U8	Heerenveen			
			ver						
			2020-06-02	1.40	M U8	Heerenveen			
			2020-09-12	1.65	M U8	Heerenveen			
			2021-04-06	1.85	M U8	Heerenveen			
			2021-05-22	1.85	M U8	Heerenveen			
			2021-10-02	2.15	M U8	Heerenveen			
			2022-05-21	2.55	M U9	Steenwijk			
			balstoten						
			2020-09-12	2.50	M U8	Heerenveen			
			2022-05-21	4.10	M U9	Steenwijk			
			2022-09-10	4.10	M U9	Heerenveen			
			slingeren						
			2021-05-06	9.00	M U8	Heerenveen			
			vortex						
			2020-06-02	5.50	M U8	Heerenveen			
			2020-09-12	9.00	M U8	Heerenveen			
			2021-04-06	9.00	M U8	Heerenveen			
			2021-05-06	9.50	M U8	Heerenveen			
			2021-05-22	10.36	M U8	Heerenveen			
			2021-10-02	11.06	M U8	Heerenveen			
			2022-04-07	13.50	M U9	Heerenveen			
			2022-05-21	14.00	M U9	Steenwijk			
			Liam Buitendijk						
			40						
			2019-04-20	8.7	M U8	Drachten			
			2019-10-05	8.2	M U8	Heerenveen			
			2020-06-02	7.5	M U9	Heerenveen			
			2021-10-02	7.47	M U10	Heerenveen			
			60						
			2022-05-21	10.6	M U12	Steenwijk			
			2022-09-10	10.0	M U12	Heerenveen			
			600						
			2019-10-05	2:37.8	M U8	Heerenveen			
			2021-10-02	2:13.25	M U10	Heerenveen			
			2021-05-22	2:23.52	M U12	Heerenveen			
			duur 4'						
			2019-04-20	775	M U8	Drachten			
			2019-05-25	850	M U8	Steenwijk			
			2020-09-12	925	M U9	Heerenveen			
			2021-05-06	950	M U10	Heerenveen			
			2021-06-05	950	M U10	Heerenveen			
			duur 6'						
			2022-05-21	1375	M U12	Steenwijk			
			40h						
			2019-04-20	11.1	M U8	Drachten			
			2019-06-29	10.6	M U8	Leeuwarden			
			2021-05-22	9.59	M U10	Heerenveen			
			2021-06-05	9.0	M U10	Heerenveen			
			60h						
			2022-04-07	14.3	M U12	Heerenveen			
			2022-05-21	13.7	M U12	Steenwijk			
			2022-09-10	13.4	M U12	Heerenveen			
			hoog						
			2019-05-25	0.75	M U8	Steenwijk			
			2021-06-05	0.90	M U10	Heerenveen			
			hurkhoog						
			2019-04-20	0.55	M U8	Drachten			
			2019-06-29	0.60	M U8	Leeuwarden			
			2020-09-12	0.65	M U9	Heerenveen			
			2021-05-06	0.70	M U10	Heerenveen			
			ver						
			2019-05-25	1.95	M U8	Steenwijk			
			2020-06-02	2.20	M U9	Heerenveen			

2020-09-12	2.40	M U9	Heerenveen	100h 76,2			speer 600				
2021-04-06	2.55	M U10	Heerenveen	2019-04-28	16.33	V U18	Epe	2020-09-26	30.68 V U18 Heerenveen		
2021-06-05	2.80	M U10	Heerenveen	2019-06-01	15.67	V U18	Amersfoort	2021-05-22	31.51 V U20 Heerenveen		
2021-10-02	3.10	M U10	Heerenveen	2019-06-29	15.49	V U18	Alphen a/d Rijn	2021-07-04	31.67 V U20 Dongen		
				2019-07-06	15.39	V U18	Stadskanaal	2022-05-01	34.38 V U20 Heerenveen		
								2022-06-05	38.46 V U20 Emmeloord		
balstoten											
2019-05-25	2.60	M U8	Steenwijk	100h 83,8							
2020-09-12	3.60	M U9	Heerenveen	2021-03-20	17.1	V U20	Heerenveen	vortex			
2021-06-05	4.40	M U10	Heerenveen	2021-07-04	16.63	V U20	Dongen	2014-04-12	17.00 V U12 Drachten		
				2021-07-10	16.61	V U20	Lisse	2014-06-14	22.00 V U12 Steenwijk		
				2021-09-11	16.43	V U20	Amersfoort				
				2022-04-30	15.84	V U20	Heerenveen	werp 3-kamp			
2019-04-20	7.00	M U8	Drachten	2022-05-15	15.68	V U20	Zwolle	2021-08-27	1119 V U20 Heerenveen		
2019-06-29	8.00	M U8	Leeuwarden	2022-06-04	15.50	V U20	Emmeloord				
2021-05-06	12.00	M U10	Heerenveen	2022-06-18	15.22	V U20	Amsterdam	6-kamp			
2022-05-21	17.50	M U12	Steenwijk					2015-08-30	2586 V U14 Stadskanaal		
								2015-09-20	2669 V U14 Zoetermeer		
								2016-05-01	2713 V U14 Sneek		
								2016-06-05	2969 V U14 Gemert		
								2016-07-03	2998 V U14 Stadskanaal		
vortex											
2019-04-20	9.50	M U8	Drachten	300h 76,2				7-kamp			
2019-10-05	10.24	M U8	Heerenveen	2015-04-26	56.58	V U14	Epe	2019-05-05	3774 V U18 Sneek		
2020-06-02	12.00	M U9	Heerenveen	2016-05-14	54.74	V U14	Heerenveen	2019-06-02	4141 V U18 Amersfoort		
2021-04-06	15.00	M U10	Heerenveen	2016-05-22	54.43	V U14	Epe	2019-07-07	4161 V U18 Stadskanaal		
2021-05-22	16.22	M U10	Heerenveen					2021-07-11	3802 V U20 Lisse		
2022-04-07	17.50	M U12	Heerenveen	hoog						2021-09-05	3824 V U20 Assendelft
				2014-04-12	1.20	V U12	Drachten	2022-05-01	4397 V U20 Heerenveen		
				2014-05-31	1.25	V U12	Stadskanaal	2022-06-05	4581 V U20 Emmeloord		
				2014-06-28	1.35	V U12	Sneek				
				2014-10-04	1.35	V U12	Heerenveen	Andrea Deelstra			
				2016-04-30	1.35	V U14	Sneek	800			
				2016-06-04	1.40	V U14	Gemert	2016-04-24	2:19.01 V Grootebroek		
				2016-06-18	1.41	V U14	Lisse	2000			
				2020-08-23	1.50	V U18	Lisse	2011-04-27	6:08.06 V Leiden		
				2021-04-11	1.55	V U20	Heerenveen	5000			
				2021-07-10	1.59	V U20	Lisse	2011-07-31	16:18.03 V Amsterdam		
				2022-04-30	1.62	V U20	Heerenveen	2016-05-27	16:16.61 V Wageningen		
				2022-06-04	1.62	V U20	Emmeloord	2017-09-01	16:06.88 V Utrecht		
				2022-07-09	1.62	V U20	Lisse	10000			
								2012-05-19	35:26.38 V Kopenhagen (Den)		
								2013-06-08	34:55.31 V Pravets (Bul)		
								2020-09-19	34:33.99 V35 Leiden		
				ver						speer 600	
				2013-10-05	3.21	V U12	Heerenveen	2013-09-15	20.08 V Zwolle		
				2014-05-31	3.76	V U12	Stadskanaal	Wouter den Dekker			
				2014-08-30	3.79	V U12	Assen	5000			
				2015-04-11	3.89	V U14	Heerenveen	2020-09-26	20:12.0 M40 Heerenveen		
				2015-05-16	4.34	V U14	Heerenveen	Marianne Diallo			
				2016-05-06	4.36	V U14	Rijssen	40			
				2016-05-14	4.40	V U14	Heerenveen	2014-10-04	8.0 V U8 Heerenveen		
				2016-06-05	4.40	V U14	Gemert	2015-04-11	7.6 V U9 Leeuwarden		
				2016-06-19	4.54	V U14	Lisse	2015-06-13	7.60 V U9 Heerenveen		
				2021-09-05	5.26w	V U20	Assendelft	2015-10-03	7.2 V U9 Heerenveen		
				2022-05-01	5.37	V U20	Heerenveen	2016-06-18	7.31 V U10 Heerenveen		
				2022-06-05	5.37	V U20	Emmeloord	2016-10-01	6.9 V U10 Heerenveen		
				2022-06-18	5.61	V U20	Amsterdam	60			
								2017-05-20	9.8 V U12 Steenwijk		
				discus ¾						2018-05-26	9.4 V U12 Sneek
				2016-05-14	19.96	V U14	Heerenveen	2018-10-06	9.29 V U12 Heerenveen		
				kogel 2						2019-04-06	9.02 V U14 Heerenveen
				2013-10-05	5.44	V U12	Heerenveen	2019-10-05	8.6 V U14 Heerenveen		
				2014-04-12	7.30	V U12	Drachten	2020-07-25	8.73 V U14 Heerenveen		
				2014-06-28	8.00	V U12	Sneek	80			
				2015-04-06	8.40	V U14	Dronten	2021-04-17	10.9 V U16 Heerenveen		
				2015-04-11	8.98	V U14	Heerenveen	2021-05-01	11.08 V U16 Heerenveen		
				2015-05-16	9.10	V U14	Heerenveen	2022-05-21	11.02 V U16 Heerenveen		
				2015-10-03	9.93	V U14	Heerenveen	100			
				2016-07-03	10.20	V U14	Stadskanaal	2022-06-10	13.57 V U16 Ede		
				kogel 3						150	
				2019-06-01	11.46	V U18	Amersfoort	2020-07-04	21.5 V U14 Heerenveen		
				kogel 4							
				2020-09-19	9.21	V U18	Grootebroek				
				2020-09-26	9.74	V U18	Heerenveen				
				2021-05-22	9.90	V U20	Heerenveen				
				2022-04-30	9.91	V U20	Heerenveen				
				2022-05-21	10.34	V U20	Heerenveen				
				2022-06-12	10.66	V U20	Assen				
				speer 400							
				2015-08-29	17.74	V U14	Stadskanaal				
				2015-09-19	20.22	V U14	Zoetermeer				
				2016-06-04	24.13	V U14	Gemert				
				speer 500							
				2019-04-28	31.56	V U18	Epe				
				2019-05-05	31.76	V U18	Sneek				
				2019-07-07	33.72	V U18	Stadskanaal				

2019-04-20	4.20	M U12	Drachten	2016-04-16	0.85	M U12	Sneek	2022-05-21	25.60	M U18	Heerenveen
2019-06-29	4.70	M U12	Leeuwarden	2016-06-18	0.90	M U12	Heerenveen	2022-10-01	28.43	M U18	Heerenveen
2020-09-12	6.00	M U12	Heerenveen	2017-04-08	0.90	M U12	Leeuwarden				
kogel 3				2017-07-08	0.95	M U12	Drachten	vortex			
2022-10-01	5.70	M U14	Heerenveen	2020-07-02	1.10	M U16	Heerenveen	2014-06-28	10.00	M U9	Sneek
slingeren				2021-05-01	1.15	M U16	Heerenveen	2015-04-11	12.00	M U10	Leeuwarden
2017-04-08	6.50	M U9	Leeuwarden	hurkhoog				2015-06-06	12.50	M U10	Sneek
2017-07-08	10.00	M U9	Drachten	2014-06-28	0.60	M U9	Sneek	2015-06-13	13.83	M U10	Heerenveen
2018-04-21	11.00	M U10	Drachten	2014-09-13	0.70	M U9	Leeuwarden	2015-09-19	18.50	M U10	Heerenveen
2018-07-07	11.00	M U10	Steenwijk	2015-04-11	0.70	M U10	Leeuwarden	2016-04-16	21.00	M U12	Sneek
2019-05-25	12.00	M U12	Steenwijk	2015-06-06	0.75	M U10	Sneek	2016-09-17	24.00	M U12	Heerenveen
2020-06-30	15.00	M U12	Heerenveen	2015-09-19	0.90	M U10	Heerenveen	2017-09-16	25.50	M U12	Heerenveen
speer 400				polsver				Janine Does			
2021-04-17	13.50	M U14	Heerenveen	2016-04-16	3.30	M U12	Sneek	800			
2022-05-21	14.75	M U14	Heerenveen	ver				2018-10-06	3:31.38	V45	Heerenveen
vortex				2014-09-13	2.20	M U9	Leeuwarden	2021-10-02	3:17.34	V45	Heerenveen
2017-04-08	9.00	M U9	Leeuwarden	2015-06-13	2.29	M U10	Heerenveen	3000			
2017-05-20	9.50	M U9	Steenwijk	2015-09-26	2.33	M U10	Leeuwarden	2018-10-06	14:18.42	V45	Heerenveen
2017-07-08	9.50	M U9	Drachten	2015-10-03	2.45	M U10	Heerenveen	discus 1			
2018-04-21	10.00	M U10	Drachten	2016-05-28	2.60	M U12	Leeuwarden	2018-10-06	11.52	V45	Heerenveen
2018-05-26	10.50	M U10	Sneek	2016-09-17	2.60	M U12	Heerenveen	kogel 4			
2018-07-07	11.50	M U10	Steenwijk	2021-05-01	3.21	M U16	Heerenveen	2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen
2018-09-15	11.50	M U10	Heerenveen	balstoten				2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen
2018-10-06	13.18	M U10	Heerenveen	2014-09-13	3.40	M U9	Leeuwarden	speer 600			
2019-04-20	15.50	M U12	Drachten	2015-06-06	4.30	M U10	Sneek	2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen
2020-09-12	18.00	M U12	Heerenveen	2015-09-19	5.40	M U10	Heerenveen	2021-10-02	9.57	V45	Heerenveen
Wybren Dijkstra				balwerpen 135				werp 3-kamp			
40				2014-10-04	10.16	M U9	Heerenveen	2018-10-06	521	V45	Heerenveen
2014-06-28	8.8	M U9	Sneek	discus 1				Pieter Dogger			
2015-04-11	8.4	M U10	Leeuwarden	2018-05-19	9.68	M U14	Assen	150			
60				2018-06-30	11.83	M U14	Groningen	2019-07-05	19.37	M	Steenwijk
2016-05-28	13.0	M U12	Leeuwarden	2019-06-22	12.05	M U14	Stadskanaal	200			
2016-06-18	12.69	M U12	Heerenveen	2020-09-26	18.35	M U16	Heerenveen	2019-07-12	26.72	M	Utrecht
2016-10-01	11.6	M U12	Heerenveen	2021-04-17	19.21	M U16	Heerenveen	2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen
80				2021-06-19	23.74	M U16	Leeuwarden	2021-09-19	26.85	M35	Hengelo
2018-10-06	15.78	M U14	Heerenveen	discus 1½				300			
100				2022-06-12	21.26	M U18	Assen	2019-07-05	41.71	M	Steenwijk
2021-05-01	17.33	M U16	Heerenveen	kogel 2				400			
2021-10-02	16.21w	M U16	Heerenveen	2015-09-26	3.99	M U10	Leeuwarden	2022-04-24	1:01.91	M35	Emmen
200				2016-04-16	4.50	M U12	Sneek	800			
2018-05-12	42.54	M U14	Heerenveen	2016-10-01	4.65	M U12	Heerenveen	2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen
600				2017-07-08	5.30	M U12	Drachten	5000			
2014-10-04	3:03.6	M U9	Heerenveen	2017-10-07	5.43	M U12	Heerenveen	2022-06-19	21:05.77	M35	Ede
800				kogel 3				Jordi Dommerholt			
2021-10-02	2:58.64	M U16	Heerenveen	2018-05-12	5.26	M U14	Heerenveen	1500			
2022-05-21	2:45.05	M U18	Heerenveen	2019-04-06	5.72	M U14	Heerenveen	2022-09-16	4:18.78	M	Wageningen
1000				kogel 4				Jesse van Doorn			
2015-06-13	5:04.95	M U10	Heerenveen	2020-07-02	6.28	M U16	Heerenveen	40			
2015-09-26	4:52.38	M U10	Leeuwarden	2020-09-26	6.62	M U16	Heerenveen	2021-10-02	8.32	M U9	Heerenveen
2015-10-03	4:48.6	M U10	Heerenveen	2021-04-17	7.52	M U16	Heerenveen	600			
2016-10-01	4:24.0	M U12	Heerenveen	2021-06-19	7.70	M U16	Leeuwarden	2021-10-02	2:53.46	M U9	Heerenveen
3000				kogel 5				ver			
2022-04-10	13:58.23	M U18	Drachten	2022-04-10	8.29	M U18	Drachten	2021-10-02	2.66	M U9	Heerenveen
duur 6'				2022-05-21	8.78	M U18	Heerenveen	vortex			
2016-04-16	1125	M U12	Sneek	2022-06-12	8.98	M U18	Assen	2021-10-02	13.38	M U9	Heerenveen
2016-05-28	1125	M U12	Leeuwarden	slingeren				Tjalle-Durk van der Eems			
2017-05-20	1200	M U12	Steenwijk	2016-09-17	15.50	M U12	Heerenveen	100			
2017-07-08	1225	M U12	Drachten	speer 400				2021-05-01	12.12	M U18	Heerenveen
40h				2018-04-14	10.08	M U14	Sneek	2021-07-09	12.00w	M U18	Steenwijk
2014-06-28	9.9	M U9	Sneek	2018-05-12	12.80	M U14	Heerenveen	2021-10-02	11.75w	M U18	Heerenveen
2015-04-11	9.5	M U10	Leeuwarden	2018-06-30	16.47	M U14	Groningen				
60h				2018-10-06	16.99	M U14	Heerenveen				
2016-04-16	15.0	M U12	Sneek	2019-06-22	17.55	M U14	Stadskanaal				
2016-05-28	13.5	M U12	Leeuwarden	speer 600							
2016-09-17	13.0	M U12	Heerenveen	2020-09-26	19.32	M U16	Heerenveen				
hoog				2021-04-17	22.91	M U16	Heerenveen				
2015-06-13	0.80	M U10	Heerenveen	2021-05-01	23.84	M U16	Heerenveen				
				2021-10-02	28.47	M U16	Heerenveen				
				speer 700							
				2022-04-10	23.99	M U18	Drachten				

2015-06-07	1:05.23	V35	Harderwijk	1500			duur 6'	
100h 83,8				2022-05-01	5:35.02	M U18 Heerenveen	2021-05-06	1600 M U12 Heerenveen
2013-06-16	19.23	V	Harderwijk	2022-06-06	5:28.07	M U18 Amstelveen	2021-06-05	1625 M U12 Heerenveen
2014-05-04	18.83	V	Grootebroek	2022-07-03	5:23.66	M U18 Best	2021-06-26	1675 M U12 Leeuwarden
2016-10-01	20.2	V35	Heerenveen	110h 91,4			60h	
300h 76,2				2022-05-01	19.99	M U18 Heerenveen	2020-06-30	12.1 M U12 Heerenveen
2014-04-16	50.3	V	Sneek	2022-06-06	19.28	M U18 Amstelveen	2021-05-22	11.55 M U12 Heerenveen
2014-04-27	50.53	V	Epe	polshoog			2021-06-05	10.7 M U12 Heerenveen
400h 76,2				2022-05-01	2.40	M U18 Heerenveen	hoog	
2014-05-25	1:09.39	V	Drachten	2022-06-06	2.50	M U18 Amstelveen	2020-06-30	0.95 M U12 Heerenveen
2015-05-03	1:11.27	V35	Emmeloord	2022-07-03	2.53	M U18 Best	2021-05-06	1.10 M U12 Heerenveen
hoog				2022-09-04	2.72	M U18 Groningen	polsver	
2018-05-13	1.25	V35	Emmen	ver			2021-06-26	4.55 M U12 Leeuwarden
2018-06-10	1.30	V35	Apeldoorn	2022-07-02	5.37	M U18 Best	ver	
2018-10-06	1.30	V35	Heerenveen	discus 1½			2020-06-02	3.00 M U12 Heerenveen
ver				2022-04-02	29.58	M U18 Steenwijk	2020-09-26	3.46 M U12 Heerenveen
2016-10-01	4.15	V35	Heerenveen	2022-09-04	29.86	M U18 Groningen	2021-06-05	3.75 M U12 Heerenveen
discus 1				kogel 5			2022-06-11	3.90 M U14 Heerenveen
2015-04-19	25.33	V35	Drachten	2022-04-10	9.36	M U18 Drachten	kogel 2	
2022-04-24	25.90	V40	Emmen	2022-05-15	9.70	M U18 Zwolle	2020-09-26	5.37 M U12 Heerenveen
kogel 4				2022-05-21	9.76	M U18 Heerenveen	2021-05-06	7.50 M U12 Heerenveen
2022-04-24	8.17	V40	Emmen	speer 700			2021-06-26	7.70 M U12 Leeuwarden
speer 600				2022-05-01	20.58	M U18 Heerenveen	kogel 3	
2022-06-19	23.15	V40	Ede	2022-07-03	27.22	M U18 Best	2022-10-01	5.70 M U14 Heerenveen
Siska Folkertsma				10-kamp			slingeren	
200				2022-05-01	3351	M U18 Heerenveen	2020-06-30	16.50 M U12 Heerenveen
2017-10-07	35.9	V50	Heerenveen	2022-06-06	3523	M U18 Amstelveen	2021-06-05	19.50 M U12 Heerenveen
2018-10-06	37.76	V55	Heerenveen	2022-07-03	3859	M U18 Best	speer 400	
800				Annamarijn van Ginneken			2022-10-01	15.71 M U14 Heerenveen
2014-10-04	3:25.6	V50	Heerenveen	100			vortex	
2018-10-06	3:49.42	V55	Heerenveen	2021-04-11	15.0	V U18 Heerenveen	2020-06-02	21.00 M U12 Heerenveen
hoog				2021-10-02	14.27	V U18 Heerenveen	2021-04-06	27.00 M U12 Heerenveen
2018-10-06	1.20	V55	Heerenveen	2022-06-12	13.95	V U18 Assen	2021-05-06	29.00 M U12 Heerenveen
ver				100h 76,2			2021-06-26	29.00 M U12 Leeuwarden
2017-10-07	2.86	V50	Heerenveen	2021-05-01	17.47	V U18 Heerenveen	sprint 2-kamp	
discus 1				400h 76,2			2022-10-01	683 M U14 Heerenveen
2018-05-13	18.00	V55	Emmen	2021-04-11	1:20.1	V U18 Heerenveen	Doutzen Groenendijk	
2018-10-06	21.72	V55	Heerenveen	2021-05-01	1:18.51	V U18 Heerenveen	60	
kogel 3				hoog			2021-06-05	10.4 V U12 Heerenveen
2017-10-07	7.11	V50	Heerenveen	2021-05-01	1.40	V U18 Heerenveen	600	
2018-05-13	6.98	V55	Emmen	2021-10-02	1.40	V U18 Heerenveen	2021-05-22	2:33.55 V U12 Heerenveen
2018-10-06	7.55	V55	Heerenveen	2022-05-15	1.55	V U18 Zwolle	duur 6'	
2019-05-12	7.74	V55	Apeldoorn	2022-06-12	1.55	V U18 Assen	2021-06-05	1225 V U12 Heerenveen
kogelsl. 3				ver			2021-06-26	1300 V U12 Leeuwarden
2018-06-10	15.73	V55	Apeldoorn	2021-10-02	4.07	V U18 Heerenveen	60h	
speer 500				speer 500			2021-05-22	12.36 V U12 Heerenveen
2017-10-07	16.77	V50	Heerenveen	2022-05-21	21.39	V U18 Heerenveen	2021-06-05	11.9 V U12 Heerenveen
2018-06-10	17.15	V55	Apeldoorn	Thijmen Groenendal			2021-06-26	10.8 V U12 Leeuwarden
2018-10-06	18.58	V55	Heerenveen	60			hoog	
werp 3-kamp				2020-06-02	10.4	M U12 Heerenveen	2021-05-22	1.05 V U12 Heerenveen
2018-10-06	1561	V55	Heerenveen	2020-09-26	10.1	M U12 Heerenveen	2021-06-26	1.05 V U12 Leeuwarden
Sybre van Gelder				2021-04-06	9.8	M U12 Heerenveen	polsver	
kogel 4				2021-06-05	9.3	M U12 Heerenveen	2021-06-26	2.65 V U12 Leeuwarden
2022-06-11	11.21	M U16	Heerenveen	2021-10-02	9.51	M U12 Heerenveen	ver	
Quinten Geleynse				80			2021-06-05	2.55 V U12 Heerenveen
100				2022-04-09	12.22w	M U14 Emmeloord	2022-04-07	2.90 V U12 Heerenveen
2022-07-02	13.16	M U18	Best	150			kogel 2	
400				2022-10-01	24.0	M U14 Heerenveen	2021-05-22	3.68 V U12 Heerenveen
2022-04-30	1:03.18	M U18	Heerenveen	600			2021-06-26	4.20 V U12 Leeuwarden
2022-07-02	1:02.59	M U18	Best	2020-09-26	2:00.0	M U12 Heerenveen	slingeren	
				2021-10-02	1:53.87	M U12 Heerenveen	2021-06-05	12.00 V U12 Heerenveen
				2022-05-14	1:50.44	M U14 Emmen	vortex	
				2022-10-01	1:50.0	M U14 Heerenveen	2021-06-26	10.00 V U12 Leeuwarden
				1000			2022-04-07	10.50 V U12 Heerenveen
				2021-09-04	3:30.51	M U12 Hoogeveen		
				2022-04-09	3:12.83	M U14 Emmeloord		

Famke Groenendijk

60			
2020-06-02	12.2	V U12	Heerenveen
2020-09-26	11.2	V U12	Heerenveen
2021-04-06	10.9	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
2021-05-06	1150	V U12	Heerenveen
2021-06-05	1225	V U12	Heerenveen
2021-06-26	1300	V U12	Leeuwarden
60h			
2020-06-30	14.2	V U12	Heerenveen
2020-09-12	12.6	V U12	Heerenveen
2021-06-05	12.3	V U12	Heerenveen
hoog			
2020-06-30	0.95	V U12	Heerenveen
2020-09-12	1.00	V U12	Heerenveen
2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen
polsver			
2020-09-12	3.75	V U12	Heerenveen
ver			
2020-06-02	2.20	V U12	Heerenveen
2020-09-26	2.83	V U12	Heerenveen
2021-04-06	2.85	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			
2022-05-21	11.53	V U14	Heerenveen
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
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
2018-05-26	8.5	V U12	Sneek
2018-10-06	8.66	V U12	Heerenveen
2019-04-06	8.41	V U14	Heerenveen
80			
2021-04-17	10.6	V U16	Heerenveen
2021-05-01	10.72	V U16	Heerenveen
150			
2019-09-01	20.93	V U14	Amsterdam
2019-09-01	20.84	V U14	Amsterdam
2020-07-02	20.4	V U14	Heerenveen
2021-05-22	20.30	V U16	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'			
2016-05-28	875	V U10	Leeuwarden
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			
2017-04-08	10.9	V U12	Leeuwarden
2017-05-20	10.7	V U12	Steenwijk
2018-05-26	10.7	V U12	Sneek
60h 76,2			
2019-04-06	11.35	V U14	Heerenveen
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
2018-04-21	1.35	V U12	Drachten
2018-07-14	1.40	V U12	Heerenveen
2019-05-11	1.40	V U14	Heerenveen
2019-05-25	1.45	V U14	Sneek
2020-07-02	1.45	V U14	Heerenveen
hurkhoog			
2015-06-27	0.90	V U9	Steenwijk
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
2018-05-26	4.30	V U12	Sneek
2018-09-15	4.55	V U12	Heerenveen
2018-10-06	4.61	V U12	Heerenveen
2019-04-06	4.67	V U14	Heerenveen
2019-06-22	4.88	V U14	Stadskanaal
2020-07-25	4.94	V U14	Heerenveen
2021-04-17	5.03	V U16	Heerenveen

2021-06-19	5.11	V U16	Leeuwarden
2021-10-02	5.25	V U16	Heerenveen
balstoten			
2015-09-19	5.30	V U9	Heerenveen
2016-05-28	6.30	V U10	Leeuwarden
2016-09-17	6.70	V U10	Heerenveen
kogel 2			
2017-04-08	5.30	V U12	Leeuwarden
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
2017-05-20	16.00	V U12	Steenwijk
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
vortex			
2015-06-27	17.50	V U9	Steenwijk
2016-07-02	17.50	V U10	Drachten
2018-05-26	19.00	V U12	Sneek

Gerwin de Haan

80			
2011-04-02	13.02	M U14	Steenwijk
2011-05-21	12.64	M U14	Emmeloord
2011-07-05	12.2	M U14	Leeuwarden
2012-04-07	12.03	M U14	Steenwijk
2012-05-17	11.96	M U14	Emmeloord
2012-07-07	11.81	M U14	Stadskanaal
100			
2013-04-06	14.27	M U16	Steenwijk
2013-05-11	13.70	M U16	Heerenveen
2013-07-06	13.47	M U16	Stadskanaal
2013-08-31	13.23	M U16	Emmeloord
2014-04-05	13.14	M U16	Steenwijk
2014-04-05	13.10	M U16	Steenwijk
2014-05-17	13.09	M U16	Heerenveen
2014-05-31	12.85	M U16	Gemert
2014-06-21	12.83	M U16	Emmen
2014-07-05	12.76	M U16	Stadskanaal
2014-09-20	12.74	M U16	Tilburg
2014-10-04	12.2	M U16	Heerenveen
2016-04-09	12.04	M U18	Heerenveen
2016-07-09	12.04w	M U18	Emmeloord
2017-05-13	11.88	M U20	Emmeloord
2017-07-08	11.75	M U20	Stadskanaal
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
2017-05-13	54.14	M U20	Emmeloord
2017-05-28	53.22	M U20	Drachten
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
1000			
2011-06-07	3:39.7	M U14	Heerenveen

2011-10-01	3:38.9	M U14 Heerenveen	2018-07-07	1.93	M U20 Stadskanaal	discus 2		
2012-05-18	3:38.29	M U14 Emmeloord	2021-04-17	1.95	M U23 Bourbonnais (USA)	2015-06-07	32.45	M U18 Harderwijk
2013-06-16	3:22.83	M U16 Dronten			hss	2021-0403	37.36	M U23 Bolivar (USA)
2013-07-07	3:21.97	M U16 Stadskanaal				2021-04-09	37.66	M U23 Lisle (USA)
2013-09-01	3:18.39	M U16 Emmeloord	2013-09-15	10.52	M U16 Hoogeveen	2021-04-17	41.30	M U23 Bourbonnais (USA)
1500			polshoog			kogel 3		
2015-07-05	5:31.68	M U18 Best	2012-05-12	2.30	M U14 Heerenveen	2011-04-09	6.23	M U14 Heerenveen
2015-08-30	5:10.29	M U18 Stadskanaal	2014-04-12	2.60	M U16 Heerenveen	2011-05-22	6.37	M U14 Emmeloord
2016-05-15	5:04.81	M U18 Alphen a/d Rijn	2015-07-04	2.73	M U18 Best	2011-06-07	6.76	M U14 Heerenveen
2017-05-14	4:59.35	M U20 Emmeloord	2016-04-09	3.31	M U18 Heerenveen	2011-09-09	7.43	M U14 Leeuwarden
2018-07-13	4:45.55	M U20 Utrecht	2016-04-24	3.50	M U18 Grootebroek	2012-05-12	8.74	M U14 Heerenveen
80h 76,2			2016-06-04	3.70	M U18 Gemert	2012-05-30	9.02	M U14 Sneek
2011-05-22	17.01	M U14 Emmeloord	2016-06-11	3.76	M U18 Groningen	2012-06-05	9.66	M U14 Heerenveen
2012-04-14	16.0	M U14 Heerenveen	2016-06-26	3.80	M U18 Harderwijk	2012-09-09	9.90	M U14 Emmen
2012-05-18	15.90	M U14 Emmeloord	2016-09-18	3.80	M U18 Hengelo	kogel 4		
2012-06-19	15.0	M U14 Sneek	2017-04-30	4.00	M U20 Hoorn	2013-05-11	9.03	M U16 Heerenveen
2012-07-08	14.93	M U14 Stadskanaal	2017-06-18	4.10	M U20 Harderwijk	2013-05-22	9.99	M U16 Sneek
100h 83,8			2017-07-02	4.20	M U20 Vught	2013-06-15	10.01	M U16 Dronten
2013-04-20	18.13	M U16 Drachten	2017-07-09	4.20	M U20 Stadskanaal	2013-07-06	10.04	M U16 Stadskanaal
2013-04-28	17.96	M U16 Epe	2021-02-27	4.35	M U23 Hickory (USA)	2014-04-12	10.25	M U16 Heerenveen
2013-05-25	17.93	M U16 Emmen	2022-03-05	4.38	M U23 Long Beach (USA)	2014-05-17	10.88	M U16 Heerenveen
2013-06-16	17.56	M U16 Dronten	ver			2014-06-14	10.93	M U16 Dronten
2013-06-22	17.13	M U16 Assen	2011-05-28	3.77	M U14 Heerenveen	2014-09-20	11.86	M U16 Tilburg
2013-09-01	16.53	M U16 Emmeloord	2012-05-17	4.37	M U14 Emmeloord	kogel 5		
2014-04-12	16.12	M U16 Heerenveen	2012-07-13	4.38	M U14 Steenwijk	2015-05-08	11.44	M U18 Utrecht
2014-04-27	15.51	M U16 Epe	2013-05-11	4.74	M U16 Heerenveen	2015-06-05	11.90	M U18 Steenwijk
2014-04-27	15.43	M U16 Epe	2013-06-01	5.03	M U16 Hengelo	2015-07-04	12.07	M U18 Best
2014-05-10	15.18	M U16 Drachten	2013-07-06	5.08	M U16 Stadskanaal	2016-04-20	12.66	M U18 Heerde
110h 91,4			2013-09-15	5.10	M U16 Hoogeveen	kogel 6		
2015-07-05	17.42	M U18 Best	2014-04-21	5.28	M U16 Dronten	2016-10-09	11.06	M U18 Steenwijk
2015-08-30	17.19	M U18 Stadskanaal	2014-05-17	5.38	M U16 Heerenveen	2017-05-13	12.71	M U20 Emmeloord
2015-10-03	16.1	M U18 Heerenveen	2014-05-31	5.40	M U16 Gemert	kogel 7¼		
2016-04-09	15.36w	M U18 Heerenveen	2014-07-18	5.48	M U16 Steenwijk	2015-04-19	8.84	M U18 Drachten
2016-06-11	15.20	M U18 Groningen	2014-08-08	5.59	M U16 Utrecht	2015-05-03	8.98	M U18 Emmeloord
110h 99,1			2014-08-31	5.63	M U16 Amsterdam	2015-06-07	9.43	M U18 Harderwijk
2017-04-08	16.00	M U20 Heerenveen	2014-09-20	5.66	M U16 Tilburg	2021-04-02	11.70	M U23 Bolivar (USA)
2017-07-09	15.81	M U20 Stadskanaal	2015-05-16	5.67	M U18 Heerenveen	2021-05-02	11.70	M U23 Bolivar (USA)
2018-05-12	15.67	M U20 Heerenveen	2015-05-23	5.70	M U18 Emmeloord	speer 400		
110h 106,7			2015-08-14	5.72	M U18 Utrecht	2011-04-02	22.73	M U14 Steenwijk
2017-04-30	20.75	M U20 Hoorn	2016-04-20	5.95	M U18 Heerde	2011-06-25	26.73	M U14 Emmeloord
2021-03-20	15.95	M U23 Owensboro (USA)	2016-06-04	6.18	M U18 Gemert	2011-10-01	30.49	M U14 Heerenveen
300h 76,2			2018-04-07	6.36w	M U20 Steenwijk	2012-05-12	33.88	M U14 Heerenveen
2013-04-06	50.40	M U16 Steenwijk	2021-02-27	6.56	M U23 Hickory (USA)	2012-05-26	33.96	M U14 Assen
2014-04-27	45.92	M U16 Epe	2021-03-07	6.75w	M U23 Hickory (USA)	2012-09-02	36.47	M U14 Amsterdam
400h 83,8			discus 1			2012-10-14	37.10	M U14 Steenwijk
2014-05-17	1:07.14	M U16 Heerenveen	2011-04-02	16.70	M U14 Steenwijk	speer 600		
2015-05-29	1:03.23	M U18 Utrecht	2011-04-09	20.33	M U14 Heerenveen	2012-09-22	31.65	M U14 Leeuwarden
2015-06-26	1:02.17	M U18 Breda	2011-04-16	20.46	M U14 Drachten	2013-04-13	33.24	M U16 Heerenveen
hoog			2011-05-14	20.74	M U14 Assen	2013-04-20	33.85	M U16 Drachten
2011-04-09	1.35	M U14 Heerenveen	2011-05-28	21.28	M U14 Heerenveen	2013-05-18	34.48	M U16 Stadskanaal
2011-04-16	1.40	M U14 Drachten	2011-07-02	22.25	M U14 Leeuwarden	2013-05-22	36.32	M U16 Sneek
2011-10-01	1.40	M U14 Heerenveen	2012-04-07	25.31	M U14 Steenwijk	2013-06-01	36.91	M U16 Hengelo
2012-05-18	1.40	M U14 Emmeloord	2012-04-14	25.43	M U14 Heerenveen	2013-06-16	37.51	M U16 Dronten
2012-05-22	1.40	M U14 Grou	2012-05-26	26.83	M U14 Assen	2013-08-24	39.00	M U16 Amsterdam
2012-05-26	1.40	M U14 Assen	2012-05-30	27.98	M U14 Sneek	2014-04-21	39.22	M U16 Dronten
2012-06-16	1.40	M U14 Stadskanaal	2012-07-13	28.50	M U14 Steenwijk	2014-05-24	39.68	M U16 Assen
2012-09-09	1.40	M U14 Emmen	2012-09-02	29.19	M U14 Amsterdam	2014-06-01	43.59	M U16 Gemert
2012-10-06	1.40	M U14 Heerenveen	2012-09-09	29.58	M U14 Emmen	2014-08-30	44.49	M U16 Amsterdam
2013-04-06	1.55	M U16 Steenwijk	2013-04-06	32.98	M U16 Steenwijk	speer 700		
2013-05-18	1.55	M U16 Stadskanaal	2013-08-25	34.08	M U16 Amsterdam	2014-08-08	40.89	M U16 Utrecht
2013-06-12	1.55	M U16 Sneek	2014-04-05	35.07	M U16 Steenwijk	2015-05-29	45.67	M U18 Utrecht
2013-06-15	1.55	M U16 Dronten	2014-06-01	38.21	M U16 Gemert	2015-06-14	47.28	M U18 Groningen
2013-06-22	1.60	M U16 Assen	2014-07-06	39.57	M U16 Stadskanaal	2015-08-30	48.15	M U18 Stadskanaal
2013-07-06	1.65	M U16 Stadskanaal	2014-09-21	41.40	M U16 Tilburg	2015-10-03	48.80	M U18 Heerenveen
2013-08-31	1.65	M U16 Emmeloord	discus 1½			2016-05-01	48.99	M U18 Sneek
2013-09-15	1.65	M U16 Hoogeveen	2015-05-14	37.74	M U18 Heiloo	2016-05-15	52.30	M U18 Alphen a/d Rijn
2014-04-05	1.65	M U16 Steenwijk	2015-05-23	38.54	M U18 Emmeloord	2016-07-02	53.72	M U18 Breda
2014-04-12	1.65	M U16 Heerenveen	2015-06-05	38.65	M U18 Steenwijk	speer 800		
2014-05-31	1.70	M U16 Gemert	2015-07-05	39.66	M U18 Best	2016-05-29	47.23	M U18 Emmeloord
2014-06-21	1.70	M U16 Emmen	2016-05-01	43.08	M U18 Sneek	2017-05-14	50.21	M U20 Emmeloord
2014-07-06	1.75	M U16 Stadskanaal	2016-06-05	43.60	M U18 Gemert	2017-06-30	51.52	M U20 Vught
2014-09-20	1.80	M U16 Tilburg	discus 1¾			2018-06-15	54.20	M U20 Emmeloord
2017-05-28	1.80	M U20 Drachten	2016-10-09	36.20	M U18 Steenwijk	werp 3-kamp		
2017-06-18	1.80	M U20 Harderwijk	2017-05-14	38.74	M U20 Emmeloord	2011-09-09	1146	M U14 Leeuwarden
2017-07-08	1.82	M U20 Stadskanaal	2017-05-20	40.22	M U20 Heerenveen	2011-10-09	1180	M U14 Steenwijk
2018-07-01	1.90	M U20 Harderwijk	2018-07-08	40.44	M U20 Stadskanaal			
			2018-07-13	41.48	M U20 Utrecht			

2012-05-30	1428	M U14 Sneek
2012-10-14	1567	M U14 Steenwijk
2013-05-22	1331	M U16 Sneek
2014-05-21	1707	M U16 Sneek
2015-06-05	1805	M U18 Steenwijk
2016-10-09	1715	M U18 Steenwijk
2018-03-21	1770	M U20 Assen
7-kamp		
2011-05-22	2483	M U14 Emmeloord
2012-05-18	3272	M U14 Emmeloord
8-kamp		
2013-06-16	4413	M U16 Dronten
2013-07-07	4608	M U16 Stadskanaal
2013-09-01	4747	M U16 Emmeloord
2014-06-01	5187	M U16 Gemert
2014-07-06	5266	M U16 Stadskanaal
2014-09-21	5457	M U16 Tilburg
10-kamp		
2015-07-05	5195	M U18 Best
2016-05-15	5851	M U18 Alphen a/d Rijn
2016-06-05	6205	M U18 Gemert
2017-05-14	6238	M U20 Emmeloord
2017-07-09	6470	M U20 Stadskanaal

Hilbert de Haan

60		
2017-05-25	8.05w	M Hengelo
100		
2014-10-04	12.0	M Heerenveen
200		
2016-10-01	25.8	M Heerenveen
2017-05-27	25.86	M Hengelo
400		
2014-06-29	55.36	M Enschede
2018-05-27	53.44	M Drachten
800		
2013-04-21	2:05.54	M Grootebroek
2013-05-11	2:01.49	M Heerenveen
2013-06-16	2:00.20	M Harderwijk
2014-09-21	1:59.05	M Hoogeveen
1000		
2014-06-20	2:40.15	M Utrecht
1500		
2011-07-02	4:36.93	M U23 Leeuwarden
2011-09-18	4:32.33	M U23 Weert
2013-06-02	4:11.32	M Drachten
mijl		
2014-07-18	4:43.5	M Steenwijk
3000		
2017-05-25	10:14.00	M Hengelo
2017-08-11	9:57.99	M Utrecht
5000		
2013-06-16	17:27.75	M Harderwijk
2014-04-05	17:07.88	M Steenwijk
10000		
2017-05-28	40:22.06	M Hengelo
400h 91,4		
2018-09-09	1:11.59	M Grootebroek
hoog		
2014-10-04	1.70	M Heerenveen
ver		
2016-10-01	4.80	M Heerenveen
speer 800		
2014-10-04	34.70	M Heerenveen

Sander de Haan

100		
2021-03-20	13.4	M U16 Heerenveen
2021-04-17	13.4	M U16 Heerenveen
2021-05-01	13.03	M U16 Heerenveen
2021-06-18	12.86	M U16 Utrecht
2021-10-02	12.80w	M U16 Heerenveen
2021-10-09	12.74	M U16 Best
2022-04-09	12.55w	M U16 Emmeloord
150		
2021-07-03	19.53	M U16 Assen
2022-05-14	18.93	M U16 Emmen
800		
2021-03-20	2:54.2	M U16 Heerenveen
1000		
2021-05-23	3:37.78	M U16 Heerenveen
2021-10-10	3:32.75	M U16 Best
100h 83,8		
2021-05-23	16.88	M U16 Heerenveen
2022-05-14	16.07	M U16 Emmen
300h 76,2		
2021-05-01	52.08	M U16 Heerenveen
hoog		
2021-05-22	1.40	M U16 Heerenveen
2021-06-19	1.45	M U16 Leeuwarden
2021-07-03	1.45	M U16 Assen
2021-10-09	1.46	M U16 Best
polshoog		
2021-05-01	2.61	M U16 Heerenveen
2021-05-22	2.67	M U16 Heerenveen
2021-08-29	2.70	M U16 Amsterdam
2021-09-15	2.80	M U16 Dronten
2022-05-01	2.82	M U16 Heerenveen
2022-05-15	2.90	M U16 Zwolle
2022-05-21	2.90	M U16 Heerenveen
2022-06-02	3.01	M U16 Hilversum
2022-08-28	3.01	M U16 Amsterdam
2022-09-04	3.12	M U16 Groningen
ver		
2021-06-27	5.11	V U16 Hoofddorp
2021-03-20	4.62	M U16 Heerenveen
2021-05-22	5.08	M U16 Heerenveen
2021-08-29	5.23	M U16 Amsterdam
discus 1		
2021-05-23	20.12	M U16 Heerenveen
2021-10-10	22.99	M U16 Best
2022-06-18	27.56	M U16 Stadskanaal
kogel 4		
2021-03-20	8.50	M U16 Heerenveen
2021-04-17	8.51	M U16 Heerenveen
2021-05-22	9.93	M U16 Heerenveen
speer 600		
2021-04-17	25.89	M U16 Heerenveen
2021-05-23	26.22	M U16 Heerenveen
2022-05-14	28.96	M U16 Emmen
2022-05-21	30.82	M U16 Heerenveen
8-kamp		
2021-05-23	4091	M U16 Heerenveen
2021-10-10	4109	M U16 Best

Lars Haanstra

40		
2022-04-23	8.1	M U9 Leeuwarden
2022-06-25	7.8	M U9 Drachten
600		
2022-10-01	3:00.0	M U9 Heerenveen
duur 4'		
2022-05-21	825	M U9 Steenwijk
2022-06-25	850	M U9 Drachten

40h

2022-04-07	10.1	M U9 Heerenveen
2022-06-25	9.1	M U9 Drachten
hoog		
2022-05-21	0.80	M U9 Steenwijk
2022-09-10	0.80	M U9 Heerenveen
hurkhoog		
2022-06-25	0.75	M U9 Drachten
ver		
2022-04-07	2.25	M U9 Heerenveen
2022-05-21	2.35	M U9 Steenwijk
2022-09-10	2.50	M U9 Heerenveen
balstoten		
2022-05-21	3.85	M U9 Steenwijk
2022-09-10	4.50	M U9 Heerenveen
slingeren		
2022-04-23	8.00	M U9 Leeuwarden
2022-06-25	10.50	M U9 Drachten
vortex		
2022-04-07	9.00	M U9 Heerenveen
2022-04-23	11.50	M U9 Leeuwarden
2022-05-21	17.00	M U9 Steenwijk

Aron Hagg

60h		
2022-04-07	13.7	M U12 Heerenveen
ver		
2022-04-07	2.55	M U12 Heerenveen
vortex		
2022-04-07	5.00	M U12 Heerenveen

Leanne Haitzma

40		
2022-06-25	8.0	V U9 Drachten
duur 4'		
2022-05-21	875	V U9 Steenwijk
40h		
2022-04-07	10.5	V U9 Heerenveen
2022-06-25	9.7	V U9 Drachten
hoog		
2022-05-21	0.75	V U9 Steenwijk
hurkhoog		
2022-06-25	0.65	V U9 Drachten
ver		
2022-04-07	2.15	V U9 Heerenveen
2022-05-21	2.30	V U9 Steenwijk
balstoten		
2022-05-21	3.10	V U9 Steenwijk
2022-09-10	3.50	V U9 Heerenveen
slingeren		
2022-06-25	9.50	V U9 Drachten
vortex		
2022-04-07	8.00	V U9 Heerenveen
2022-06-25	8.50	V U9 Drachten
2022-09-10	8.50	V U9 Heerenveen

Linde Hamer

40		
2020-06-02	7.6	V U10 Heerenveen
60		
2021-06-05	11.7	V U12 Heerenveen
2021-09-11	10.6	V U12 Drachten
2021-10-02	11.59w	V U12 Heerenveen
600		
2020-09-26	2:39.0	V U10 Heerenveen

duur 4'				600				hoog			
2020-09-12	850	V U10	Heerenveen	2022-10-01	2:47.0	V U9	Heerenveen	2022-05-21	0.95	V U10	Steenwijk
duur 6'				duur 4'				2022-09-10	0.95	V U10	Heerenveen
2021-06-05	1100	V U12	Heerenveen	2022-05-21	825	V U9	Steenwijk	hurkhoog			
60h				40h				2022-04-23	0.80	V U10	Leeuwarden
2021-05-22	20.91	V U12	Heerenveen	2022-04-07	9.4	V U9	Heerenveen	2022-06-25	0.90	V U10	Drachten
2021-06-05	16.2	V U12	Heerenveen	hoog				ver			
2021-09-11	15.4	V U12	Drachten	2022-05-21	0.80	V U9	Steenwijk	2021-10-02	2.42	V U9	Heerenveen
2022-04-07	15.4	V U12	Heerenveen	2022-09-10	0.80	V U9	Heerenveen	2022-04-07	2.45	V U10	Heerenveen
2022-06-25	14.5	V U12	Drachten	hurkhoog				2022-05-21	2.65	V U10	Steenwijk
hoog				2022-06-25	0.75	V U9	Drachten	balstoten			
2021-05-22	1.00	V U12	Heerenveen	ver				2022-05-21	4.80	V U10	Steenwijk
2022-06-25	1.05	V U12	Drachten	2022-04-07	3.00	V U9	Heerenveen	slingeren			
hurkhoog				balstoten				2022-04-23	12.50	V U10	Leeuwarden
2020-09-12	0.75	V U10	Heerenveen	2022-05-21	3.50	V U9	Steenwijk	vortex			
polsver				2022-09-10	4.00	V U9	Heerenveen	2021-10-02	9.66	V U9	Heerenveen
2022-06-25	2.80	V U12	Drachten	slingeren				2022-04-07	10.50	V U10	Heerenveen
ver				2022-06-25	9.50	V U9	Drachten	2022-04-23	10.50	V U10	Leeuwarden
2020-06-02	2.55	V U10	Heerenveen	vortex				2022-05-21	10.50	V U10	Steenwijk
2020-09-12	2.60	V U10	Heerenveen	2022-04-07	8.50	V U9	Heerenveen	Jan vd Heide			
2020-09-26	2.77	V U10	Heerenveen	2022-05-21	9.00	V U9	Steenwijk	100			
balstoten				2022-06-25	10.00	V U9	Drachten	2011-10-01	15.4	M60	Heerenveen
2020-09-12	4.90	V U10	Heerenveen	2022-09-10	11.00	V U9	Heerenveen	2020-09-26	17.1	M65	Heerenveen
kogel 2				Thijs Hartsema				2022-04-24	17.38	M70	Emmen
2021-05-06	4.80	V U12	Heerenveen	60				2022-10-01	16.6	M70	Heerenveen
2021-05-22	4.90	V U12	Heerenveen	2022-05-21	12.1	M U12	Steenwijk	200			
2021-10-02	5.76	V U12	Heerenveen	2022-09-10	10.9	M U12	Heerenveen	2017-10-07	34.4	M65	Heerenveen
2022-06-25	6.00	V U12	Drachten	600				2022-04-24	37.17	M70	Emmen
slingeren				2022-10-01	2:52.0	M U12	Heerenveen	2022-06-19	35.14	M70	Ede
2021-06-05	13.00	V U12	Heerenveen	duur 6'				400			
2021-09-11	13.00	V U12	Drachten	2022-05-21	1225	M U12	Steenwijk	2018-05-13	1:36.64	M65	Emmen
2022-09-10	13.50	V U12	Heerenveen	60h				800			
vortex				2022-04-07	13.1	M U12	Heerenveen	2011-10-01	2:42.8	M60	Heerenveen
2020-06-02	14.50	V U10	Heerenveen	hoog				2017-10-07	3:09.0	M65	Heerenveen
2021-05-06	14.50	V U12	Heerenveen	2022-06-25	0.90	M U12	Drachten	1500			
2021-09-11	16.50	V U12	Drachten	2022-10-01	1.00	M U12	Heerenveen	2018-05-13	6:43.86	M65	Emmen
2022-04-07	17.00	V U12	Heerenveen	polsver				3000			
2022-06-25	17.00	V U12	Drachten	2022-06-25	3.30	M U12	Drachten	2013-10-05	12:14.3	M60	Heerenveen
Rudy Hartog				ver				hoog			
100				2022-04-07	2.65	M U12	Heerenveen	2018-10-06	1.00	M65	Heerenveen
2020-07-25	15.92	M65	Heerenveen	2022-05-21	2.70	M U12	Steenwijk	ver			
200				kogel 2				2011-10-01	3.57	M60	Heerenveen
2018-10-06	33.51	M65	Heerenveen	2022-06-25	5.10	M U12	Drachten	2017-10-07	3.32	M65	Heerenveen
2020-07-25	32.70w	M65	Heerenveen	2022-10-01	5.24	M U12	Heerenveen	discus 1			
800				slingeren				2017-10-07	20.10	M65	Heerenveen
2019-10-05	4:15.7	M65	Heerenveen	2022-05-21	15.50	M U12	Steenwijk	2018-10-06	20.20	M65	Heerenveen
hoog				vortex				2020-09-26	22.50	M65	Heerenveen
2018-10-06	1.20	M65	Heerenveen	2022-04-07	18.50	M U12	Heerenveen	kogel 4			
ver				Isa van Heeswijk				2022-10-01	6.74	M70	Heerenveen
2018-10-06	3.06	M65	Heerenveen	40				kogel 5			
discus 1				2021-10-02	8.58w	V U9	Heerenveen	2017-10-07	6.95	M65	Heerenveen
2018-10-06	24.90	M65	Heerenveen	2022-04-23	7.6	V U10	Leeuwarden	kogelsl.			
2019-10-05	25.38	M65	Heerenveen	600				2022-06-19	16.77	M70	Ede
kogel 5				2021-10-02	3:02.32	V U9	Heerenveen	speer 500			
2018-10-06	6.94	M65	Heerenveen	duur 4'				2022-10-01	23.32	M70	Heerenveen
2019-10-05	7.11	M65	Heerenveen	2022-04-23	800	V U10	Leeuwarden	speer 600			
speer 600				2022-06-25	800	V U10	Drachten	2011-10-01	23.53	M60	Heerenveen
2018-10-06	19.35	M65	Heerenveen	40h				2012-10-06	24.30	M60	Heerenveen
werp 3-kamp				2022-04-07	9.1	V U10	Heerenveen	2017-10-07	20.08	M65	Heerenveen
2018-10-06	934	M65	Heerenveen	2022-04-23	8.9	V U10	Leeuwarden	2018-10-06	21.72	M65	Heerenveen
Sarah Hartsema				2022-06-25	8.6	V U10	Drachten	sprint 2-kamp			
40				duur 4'				2022-10-01	734	M70	Heerenveen
2022-06-25	7.8	V U9	Drachten	2022-04-07	9.1	V U10	Heerenveen				

werp 3-kamp
2017-10-07 816 M65 Heerenveen
2018-10-06 837 M65 Heerenveen

Lenneke vd Heide

100
2011-10-01 14.7 V Heerenveen
800
2011-10-01 2:51.1 V Heerenveen
2015-04-19 2:46.07 V35 Drachten
3000
2014-05-04 11:46.16 V35 Grootebroek
2014-05-25 11:28.23 V35 Drachten
ver
2011-10-01 3.90 V Heerenveen
discus 1
2011-10-01 21.84 V Heerenveen
kogel 4
2012-10-06 6.84 V Heerenveen
speer 600
2012-10-06 15.87 V Heerenveen
werp 3-kamp
2012-10-06 926 V Heerenveen

Mirthe vd Heide

60
2021-10-02 11.22 V U12 Heerenveen
600
2021-10-02 3:33.51 V U12 Heerenveen
ver
2021-10-02 2.87 V U12 Heerenveen
kogel 2
2021-10-02 6.02 V U12 Heerenveen

Inge Helder

3000
2014-10-04 15:03.9 V55 Heerenveen

Steijn Hendriksen

40
2022-04-23 8.0 M U10 Leeuwarden
1000
2022-09-03 3:55.45 M U10 Groningen
duur 4'
2022-04-23 925 M U10 Leeuwarden
2022-05-21 975 M U10 Steenwijk
40h
2022-04-23 8.1 M U10 Leeuwarden
hoog
2022-05-21 0.90 M U10 Steenwijk
2022-09-10 0.95 M U10 Heerenveen
hurkhoog
2022-04-23 0.85 M U10 Leeuwarden
ver
2022-05-21 2.25 M U10 Steenwijk
2022-09-10 2.30 M U10 Heerenveen
balstoten
2022-05-21 4.40 M U10 Steenwijk
2022-09-10 4.50 M U10 Heerenveen
slingeren
2022-04-23 8.00 M U10 Leeuwarden
vortex
2022-04-23 13.00 M U10 Leeuwarden

2022-05-21 14.50 M U10 Steenwijk

Ilona Hoeksma

5000
2020-09-26 21:08.0 V Heerenveen

Lia Hoekstra

60
2022-10-01 10.5 V U12 Heerenveen
600
2022-10-01 2:30.0 V U12 Heerenveen
60h
2022-04-07 12.7 V U12 Heerenveen
hoog
2022-10-01 0.90 V U12 Heerenveen
ver
2022-04-07 2.30 V U12 Heerenveen
kogel 2
2022-10-01 5.67 V U12 Heerenveen
vortex
2022-04-07 10.50 V U12 Heerenveen

Rutger Hoekstra

100
2017-04-01 13.84 M U16 Steenwijk
2017-04-23 13.19w M U16 Epe
2017-05-20 13.04 M U16 Heerenveen
2017-06-04 13.02 M U16 Amstelveen
2017-06-24 12.92w M U16 Stadskanaal
2018-05-20 12.82 M U16 Amstelveen
2018-07-07 12.74 M U16 Stadskanaal
2018-09-22 12.57 M U16 Zoetermeer
200
2018-05-12 26.36 M U16 Heerenveen
2018-05-12 26.32 M U16 Heerenveen
300
2018-07-13 41.36 M U16 Steenwijk
2019-03-30 41.07 M U18 Steenwijk
400
2018-04-02 1:01.96 M U16 Amersfoort
800
2017-10-07 2:36.9 M U16 Heerenveen
2018-10-06 2:27.07 M U16 Heerenveen
1000
2017-05-14 3:19.38 M U16 Sneek
2017-06-05 3:17.94 M U16 Amstelveen
2018-04-29 3:12.69 M U16 Sneek
2018-05-21 3:06.55 M U16 Amstelveen
100h 83,8
2017-04-08 16.94 M U16 Heerenveen
2017-04-23 16.31 M U16 Epe
2017-05-14 16.21 M U16 Sneek
2017-07-09 16.10 M U16 Stadskanaal
2018-04-14 15.45 M U16 Sneek
2018-04-29 15.08 M U16 Sneek
2018-05-12 15.02 M U16 Heerenveen
2018-06-09 14.96 M U16 Groningen
2018-07-08 14.71 M U16 Stadskanaal
110h 91,4
2019-04-13 18.89 M U18 Haaksbergen
110h 99,1
2021-05-01 15.70 M U20 Heerenveen
300h 76,2
2017-04-23 1:03.20 M U16 Epe
2017-05-20 48.62 M U16 Heerenveen
2017-08-27 48.62 M U16 Amsterdam
2018-06-30 45.05 M U16 Groningen

hoog

2017-05-06 1.60 M U16 Groningen
2017-05-13 1.65 M U16 Sneek
2017-05-27 1.70 M U16 Stadskanaal
2018-04-07 1.70 M U16 Steenwijk
2018-04-28 1.71 M U16 Sneek
2018-06-30 1.78 M U16 Groningen
2018-07-07 1.80 M U16 Stadskanaal
2019-06-30 1.80 M U18 Alphen a/d Rijn
2019-08-09 1.81 M U18 Utrecht
2020-07-18 1.84 M U18 Utrecht
2020-09-12 1.90 M U18 Amersfoort
2022-03-05 1.90 M U20 Clinton (USA)

hss

2018-08-03 11.75 M U16 Utrecht
2018-08-25 12.10 M U16 Amsterdam

polshoog

2017-04-08 2.00 M U16 Heerenveen
2017-06-03 2.35 M U16 Groningen
2018-05-12 2.75 M U16 Heerenveen
2020-07-25 3.41 M U18 Heerenveen

ver

2017-05-06 5.00w M U16 Groningen
2017-05-13 5.07 M U16 Sneek
2017-05-20 5.14 M U16 Heerenveen
2018-04-07 5.17 M U16 Steenwijk
2018-04-28 5.35 M U16 Sneek
2018-06-30 5.37w M U16 Groningen
2018-07-07 5.43 M U16 Stadskanaal
2018-09-22 5.54 M U16 Zoetermeer
2019-04-13 5.58 M U18 Haaksbergen
2020-07-04 6.02 M U18 Heerenveen
2021-05-01 6.07 M U20 Heerenveen

discus 1

2017-05-14 32.78 M U16 Sneek
2018-04-07 35.35 M U16 Steenwijk
2018-06-02 38.34 M U16 Stadskanaal

discus 1½

2018-10-14 26.61 M U16 Steenwijk
2019-03-30 31.05 M U18 Steenwijk
2019-06-08 32.53 M U18 Groningen
2019-06-30 33.28 M U18 Alphen a/d Rijn

kogel 4

2017-04-01 7.70 M U16 Steenwijk
2017-05-13 8.61 M U16 Sneek
2017-06-04 8.77 M U16 Amstelveen
2017-07-08 9.09 M U16 Stadskanaal
2017-10-15 9.19 M U16 Steenwijk
2018-04-07 9.71 M U16 Steenwijk
2018-07-07 10.51 M U16 Stadskanaal
2018-07-13 10.56 M U16 Steenwijk

kogel 5

2018-10-14 10.02 M U16 Steenwijk
2019-06-08 10.85 M U18 Groningen

speer 600

2017-04-08 27.64 M U16 Heerenveen
2017-05-14 30.31 M U16 Sneek
2017-05-27 33.68 M U16 Stadskanaal
2017-10-15 33.69 M U16 Steenwijk
2018-04-29 35.01 M U16 Sneek
2018-06-02 35.44 M U16 Stadskanaal
2018-07-08 35.68 M U16 Stadskanaal
2018-10-06 38.90 M U16 Heerenveen

speer 700

2018-10-14 36.07 M U16 Steenwijk
2019-04-13 38.80 M U18 Haaksbergen

speer 800

2022-04-09 44.65 M U20 Searcy (USA)
2022-04-22 45.76 M U20
2022-04-29 48.23 M U20 Memphis (USA)
2022-05-07 50.96 M U20 Clinton (USA)

werp 3-kamp

2017-10-15 1447 M U16 Steenwijk

8-kamp			2012-08-17	2:17.67	M U14 Rotterdam	2013-10-05	31.09	M U16 Heerenveen
2017-05-14	4645	M U16 Sneek	2013-06-14	2:10.87	M U16 Hoogeveen	werp 3-kamp		
2017-07-09	4678	M U16 Stadskanaal	2013-07-05	2:05.30	M U16 Utrecht	2012-09-16	1454	M U14 Hoogeveen
2018-04-29	4989	M U16 Sneek	2014-05-09	2:03.93	M U16 Utrecht	7-kamp		
2018-07-08	5361	M U16 Stadskanaal	2014-05-24	2:01.13	M U16 Assen	2011-05-22	3038	M U14 Emmeloord
			2014-06-07	1:59.58	M U16 Groningen	2012-05-18	3839	M U14 Emmeloord
Steijn Hoen			2016-06-11	1:57.53	M U18 Groningen			
40h			2016-07-15	1:56.19	M U18 Utrecht			
2022-04-07	8.8	M U10 Heerenveen	2016-07-30	1:56.03	M U18 Leuven (Bel)			
ver			2017-05-25	1:53.94	M U20 Vught			
2022-04-07	2.20	M U10 Heerenveen	2017-06-17	1:53.62	M U20 Leiden			
vortex			2018-05-26	1:51.05	M U20 Oordegem (Bel)			
2022-04-07	14.00	M U10 Heerenveen	2018-06-02	1:50.22	M U20 Oordegem (Bel)			
			2018-06-08	1:50.18	M U20 Nijmegen			
			2021-07-03	1:49.39	M U23 Heusden (Bel)			
Lars van Hoeven			1000			Nanou Hofmann		
80			2011-04-02	3:19.68	M U14 Steenwijk	60		
2011-04-02	11.48	M U14 Steenwijk	2011-05-22	3:17.78	M U14 Emmeloord	2016-09-17	10.7	V U12 Heerenveen
2011-04-02	11.23	M U14 Steenwijk	2011-06-04	3:11.75	M U14 Stadskanaal	2016-10-01	10.6	V U12 Heerenveen
2011-04-09	11.0	M U14 Heerenveen	2011-06-07	3:11.0	M U14 Heerenveen	2017-04-08	10.24	V U14 Heerenveen
2011-05-14	11.18	M U14 Assen	2011-07-31	3:10.03	M U14 Amsterdam	2017-05-06	9.73	V U14 Groningen
2012-04-07	10.83w	M U14 Steenwijk	2012-03-30	3:02.0	M U14 Hoogeveen	2017-05-20	9.63	V U14 Heerenveen
2012-05-17	10.62	M U14 Emmeloord	2012-05-18	2:59.42	M U14 Emmeloord	2017-05-27	9.60	V U14 Stadskanaal
			2013-05-18	2:55.88	M U16 Stadskanaal	2017-06-16	9.55	V U14 Soest
			2017-05-13	2:31.78	M U20 Lisse	2017-06-24	9.53w	V U14 Stadskanaal
			2020-09-12	2:26.97	M U23 Tilburg	2018-05-12	9.20	V U14 Heerenveen
			1500			80		
2012-09-28	13.27	M U14 Papenburg (Dui)	2018-08-03	3:55.47	M U20 Utrecht	2018-05-25	12.12	V U14 Soest
2013-05-11	12.93	M U16 Heerenveen	80h 76,2			2019-05-18	11.89	V U16 Stadskanaal
2013-05-18	12.70	M U16 Stadskanaal	2011-04-09	17.1	M U14 Heerenveen	2019-06-15	11.83	V U16 Lisse
2013-06-14	12.50	M U16 Hoogeveen	2011-05-22	16.59	M U14 Emmeloord	2019-06-22	11.76	V U16 Stadskanaal
2013-09-07	12.28	M U16 Zwolle	2011-06-21	15.3	M U14 Sneek	2019-08-31	11.75	V U16 Veendam
2013-09-21	12.23	M U16 Leeuwarden	200h			2019-09-07	11.70	V U16 Deventer
2014-04-05	11.74	M U16 Steenwijk	2017-09-02	27.82	M U20 Assen	2019-10-05	11.3	V U16 Heerenveen
2014-06-20	11.71	M U16 Utrecht	hoog			100		
2016-04-09	11.67	M U18 Heerenveen	2011-05-22	1.30	M U14 Emmeloord	2019-08-02	14.38	V U16 Heiloo
2017-04-01	11.56	M U20 Steenwijk	2012-05-18	1.40	M U14 Emmeloord	150		
			2016-10-01	1.55	M U18 Heerenveen	2017-06-16	23.92	V U14 Soest
			ver			2017-07-07	23.70w	V U14 Steenwijk
			2011-06-04	4.58	M U14 Stadskanaal	2017-09-03	23.41	V U14 Amsterdam
			2011-07-02	4.61	M U14 Leeuwarden	2018-07-13	23.26	V U14 Steenwijk
			2012-05-12	4.63	M U14 Heerenveen	2019-04-22	23.11	V U16 Amersfoort
			2012-05-17	4.84	M U14 Emmeloord	2019-07-05	21.72w	V U16 Steenwijk
			2012-06-16	4.91	M U14 Stadskanaal	200		
			2012-09-09	5.04	M U14 Emmen	2017-04-17	33.62	V U14 Dronten
			2013-09-21	5.74	M U16 Leeuwarden	2017-05-20	33.12	V U14 Heerenveen
			discus 1			2019-08-02	31.03	V U16 Heiloo
			2011-05-24	17.39	M U14 Grou	300		
			2011-07-15	20.76	M U14 Steenwijk	2017-07-07	56.84	V U14 Steenwijk
			2012-07-13	27.43	M U14 Steenwijk	600		
			2012-09-09	28.16	M U14 Emmen	2017-05-14	2:13.45	V U14 Sneek
			2013-04-20	31.27	M U16 Drachten	2019-05-05	2:13.41	V U16 Sneek
			2014-05-10	32.29	M U16 Drachten	2019-10-05	2:03.5	V U16 Heerenveen
			kogel 3			1000		
			2011-04-09	7.55	M U14 Heerenveen	2016-10-01	5:45.3	V U12 Heerenveen
			2011-06-04	7.58	M U14 Stadskanaal	duur 6'		
			2011-09-24	7.95	M U14 Leeuwarden	2016-07-02	1175	V U12 Drachten
			2011-10-01	8.60	M U14 Heerenveen	60h		
			2012-04-14	8.61	M U14 Heerenveen	2016-07-02	11.8	V U12 Drachten
			2012-05-12	9.58	M U14 Heerenveen	60h 76,2		
			2012-09-09	9.79	M U14 Emmen	2017-04-08	14.24	V U14 Heerenveen
			kogel 4			2017-04-17	13.76	V U14 Dronten
			2012-09-28	7.32	M U14 Papenburg (Dui)	2017-05-13	13.35	V U14 Sneek
			2014-05-10	11.43	M U16 Drachten	2017-05-27	13.02	V U14 Stadskanaal
			speer 400			80h 76,2		
			2011-04-02	22.37	M U14 Steenwijk	2019-04-06	15.79	V U16 Heerenveen
			2011-07-02	26.58	M U14 Leeuwarden	2019-04-22	15.30	V U16 Amersfoort
			2012-05-17	29.11	M U14 Emmeloord	2019-05-11	14.53	V U16 Heerenveen
			2012-09-16	34.56	M U14 Hoogeveen	2019-09-07	14.29	V U16 Deventer
			speer 600			300h 76,2		
			2013-04-13	30.99	M U16 Heerenveen	2019-06-08	59.17	V U16 Groningen
			2013-05-18	30.99	M U16 Stadskanaal	2019-06-15	56.96	V U16 Lisse
			2013-09-21	31.04	M U16 Leeuwarden	2019-06-22	53.41	V U16 Stadskanaal
						hoog		
						2016-07-02	1.00	V U12 Drachten
						2017-04-08	1.20	V U14 Heerenveen
						2017-05-06	1.20	V U14 Groningen
						2017-06-10	1.25	V U14 Sneek

2017-06-24 1.30 V U14 Stadskanaal
2018-10-13 1.30 V U14 Veendam
2019-05-04 1.31 V U16 Sneek
2019-05-11 1.35 V U16 Heerenveen
2019-05-18 1.35 V U16 Stadskanaal
2019-08-31 1.35 V U16 Veendam

polsver
2016-07-02 3.75 V U12 Drachten

ver
2016-09-17 2.75 V U12 Heerenveen
2016-10-01 3.06 V U12 Heerenveen
2017-04-08 3.57 V U14 Heerenveen
2017-05-27 3.65 V U14 Stadskanaal
2017-06-10 3.88 V U14 Sneek
2018-04-07 4.34w V U14 Steenwijk
2020-07-04 4.34 V U16 Heerenveen

discus ¾
2018-04-07 20.16 V U14 Steenwijk
2018-07-13 21.36 V U14 Steenwijk
2018-10-06 22.39 V U14 Heerenveen

discus 1
2019-03-30 19.51 V U16 Steenwijk
2019-04-22 21.44 V U16 Amersfoort
2019-07-05 21.63 V U16 Steenwijk
2020-09-19 23.48 V U16 Grootebroek
2020-09-26 23.90 V U16 Heerenveen

kogel 2
2016-07-02 5.90 V U12 Drachten
2017-05-06 6.49 V U14 Groningen
2017-05-14 6.93 V U14 Sneek
2018-05-02 8.65 V U14 Dronten
2018-05-19 9.18 V U14 Assen
2018-06-02 9.27 V U14 Stadskanaal
2018-06-09 9.43 V U14 Groningen

kogel 3
2019-03-30 7.70 V U16 Steenwijk
2019-10-05 8.89 V U16 Heerenveen
2021-03-20 9.60 V U18 Heerenveen
2021-04-11 9.77 V U18 Heerenveen

slingeren
2016-09-17 16.50 V U12 Heerenveen

speer 400
2017-04-17 11.15 V U14 Dronten
2017-05-13 12.06 V U14 Sneek
2017-06-03 12.76 V U14 Groningen
2018-04-07 15.62 V U14 Steenwijk
2018-10-14 18.41 V U14 Steenwijk

speer 500
2019-05-05 15.58 V U16 Sneek

vortex
2016-07-02 17.50 V U12 Drachten
2016-09-17 17.50 V U12 Heerenveen

werp 3-kamp
2018-10-14 1054 V U14 Steenwijk

6-kamp
2017-05-14 1739 V U14 Sneek
2019-05-05 2582 V U16 Sneek

Marrit Hofstra

100
2021-04-11 15.5 V U18 Heerenveen
2021-10-02 14.82 V U18 Heerenveen
2022-05-21 14.78 V U20 Heerenveen
200
2021-10-02 31.59w V U18 Heerenveen

ver
2022-05-21 4.32 V U20 Heerenveen
2022-10-01 4.36 V U20 Heerenveen

speer 500
2021-04-11 22.15 V U18 Heerenveen

Florid vd Hoogen

100
2014-10-04 12.8 M U16 Heerenveen
200
2017-10-07 25.6 M U18 Heerenveen
800
2014-10-04 2:52.6 M U16 Heerenveen
80h 76,2
2012-04-14 17.6 M U14 Heerenveen
2012-04-21 17.10 M U14 Drachten
2012-05-26 16.37 M U14 Assen

hoog
2012-04-14 1.15 M U14 Heerenveen
2019-10-05 1.40 M U20 Heerenveen

ver
2014-10-04 4.56 M U16 Heerenveen

speer 400
2012-04-07 17.76 M U14 Steenwijk
2012-04-21 19.83 M U14 Drachten

speer 600
2014-10-04 35.19 M U16 Heerenveen

speer 800
2019-10-05 34.19 M U20 Heerenveen

Hademar Hoornveld

40
2014-10-04 7.7 M U9 Heerenveen

60
2016-05-28 10.9 M U12 Leeuwarden
2016-09-17 10.6 M U12 Heerenveen
2016-10-01 10.5 M U12 Heerenveen
2017-10-07 10.2 M U12 Heerenveen

80
2018-10-06 13.72 M U14 Heerenveen

150
2020-07-02 24.3 M U16 Heerenveen

600
2014-10-04 2:58.2 M U9 Heerenveen

1000
2015-10-03 5:01.7 M U10 Heerenveen
2016-10-01 4:45.9 M U12 Heerenveen
2018-10-06 4:45.11 M U14 Heerenveen

duur 6'
2016-05-28 1225 M U12 Leeuwarden

40h
2015-04-11 9.2 M U10 Leeuwarden

60h
2016-05-28 11.7 M U12 Leeuwarden

hoog
2020-07-02 1.30 M U16 Heerenveen

hurkhoog
2015-04-11 0.75 M U10 Leeuwarden

ver
2014-10-04 2.79 M U9 Heerenveen

2015-10-03 3.02 M U10 Heerenveen
2016-05-28 3.10 M U12 Leeuwarden
2016-09-17 3.20 M U12 Heerenveen
2016-10-01 3.43 M U12 Heerenveen
2017-10-07 3.45 M U12 Heerenveen

balwerpen 135
2014-10-04 13.68 M U9 Heerenveen

kogel 2
2016-10-01 4.59 M U12 Heerenveen
2017-10-07 4.87 M U12 Heerenveen

kogel 4
2020-07-02 4.84 M U16 Heerenveen

slingeren
2016-05-28 15.00 M U12 Leeuwarden
2016-09-17 15.00 M U12 Heerenveen

speer 400
2018-10-06 11.63 M U14 Heerenveen

vortex
2015-04-11 11.50 M U10 Leeuwarden
2015-10-03 12.14 M U10 Heerenveen
2016-05-28 12.50 M U12 Leeuwarden
2016-09-17 12.50 M U12 Heerenveen

Britt Huisman

40
2016-04-16 7.6 V U9 Sneek
2016-06-18 7.76 V U9 Heerenveen
2016-07-02 7.5 V U9 Drachten
2016-10-01 7.2 V U9 Heerenveen

60
2018-07-14 10.21 V U12 Heerenveen
2018-10-06 9.86 V U12 Heerenveen
2019-10-05 9.2 V U12 Heerenveen
2021-04-17 9.0 V U14 Heerenveen
2021-05-22 9.12 V U14 Heerenveen
2021-07-03 8.78 V U14 Assen
2021-10-02 8.78 V U14 Heerenveen

80
2022-04-02 11.87 V U16 Steenwijk
2022-05-21 11.53 V U16 Heerenveen
2022-06-18 11.17 V U16 Stadskanaal

150
2021-05-01 21.26 V U14 Heerenveen
2021-09-12 21.16 V U14 Amsterdam
2021-10-02 20.75 V U14 Heerenveen

300
2021-07-09 46.87 V U14 Steenwijk
2022-06-24 43.06 V U16 Steenwijk
2022-08-28 42.66 V U16 Amsterdam

600
2016-06-18 2:32.05 V U9 Heerenveen
2016-10-01 2:26.8 V U9 Heerenveen
2021-10-10 1:54.16 V U14 Best

1000
2018-07-14 4:09.65 V U12 Heerenveen
2018-10-06 4:09.11 V U12 Heerenveen
2019-10-05 4:02.1 V U12 Heerenveen

duur 4'
2016-04-16 825 V U9 Sneek
2016-05-28 900 V U9 Leeuwarden
2016-07-02 925 V U9 Drachten
2017-04-08 925 V U10 Leeuwarden
2017-07-08 925 V U10 Drachten
2019-06-29 975 V U12 Leeuwarden

duur 6'
2018-04-21 1350 V U12 Drachten
2018-07-07 1375 V U12 Steenwijk

40h
2016-04-16 8.5 V U9 Sneek
2016-07-02 8.0 V U9 Drachten
2017-04-08 7.8 V U10 Leeuwarden
2017-07-08 7.5 V U10 Drachten

60h
2018-04-21 10.9 V U12 Drachten
2018-07-07 10.5 V U12 Steenwijk
2019-04-20 10.2 V U12 Drachten
2019-06-29 10.2 V U12 Leeuwarden

60h 76,2
2021-03-20 11.2 V U14 Heerenveen
2021-04-17 10.6 V U14 Heerenveen

80h 76,2				Ilse Huisman				hoog	
2022-04-09	14.03	V U16	Emmeloord	40				2022-04-23	0.85 M U12 Leeuwarden
2022-05-14	13.54w	V U16	Emmen	2019-06-29	7.8	V U9	Leeuwarden	2022-06-25	0.90 M U12 Drachten
2022-09-17	13.24	V U16	Rotterdam	2020-09-26	7.3	V U10	Heerenveen		
300h 76,2				50				polsver	
2022-06-11	49.41	V U16	Heerenveen	2019-10-05	7.6	V U9	Heerenveen	2022-04-23	1.55 M U12 Leeuwarden
hoog				60				2022-06-25	2.80 M U12 Drachten
2016-09-17	0.95	V U9	Heerenveen	2021-04-06	10.2	V U12	Heerenveen	ver	
2017-09-16	1.00	V U10	Heerenveen	2022-05-21	9.6	V U12	Steenwijk	2022-05-21	2.80 M U12 Steenwijk
2018-04-21	1.10	V U12	Drachten	600				kogel 2	
2018-07-07	1.15	V U12	Steenwijk	2019-10-05	2:31.9	V U9	Heerenveen	2022-04-23	3.10 M U12 Leeuwarden
2018-07-14	1.15	V U12	Heerenveen	2020-09-26	2:29.0	V U10	Heerenveen	2022-06-25	5.00 M U12 Drachten
2019-04-20	1.25	V U12	Drachten	2022-10-01	2:24.0	V U12	Heerenveen	slingeren	
2019-06-29	1.30	V U12	Leeuwarden	duur 4'				2022-05-21	11.00 M U12 Steenwijk
2020-09-26	1.35	V U14	Heerenveen	2019-05-25	875	V U9	Steenwijk	vortex	
2021-03-20	1.40	V U14	Heerenveen	2019-06-29	875	V U9	Leeuwarden	2022-04-23	12.00 M U12 Leeuwarden
2021-05-01	1.40	V U14	Heerenveen	2020-09-12	900	V U10	Heerenveen	2022-05-21	12.50 M U12 Steenwijk
2021-06-19	1.40	V U14	Heerenveen	duur 6'				2022-06-25	15.50 M U12 Drachten
2021-07-03	1.40	V U14	Assen	2022-05-21	1225	V U12	Steenwijk		
2021-10-02	1.45	V U14	Heerenveen	2022-06-25	1300	V U12	Drachten	Meike Huistra	
2021-10-09	1.51	V U14	Best	40h				40	
2022-07-09	1.55	V U16	Hoorn	2019-06-29	8.3	V U9	Leeuwarden	2015-06-13	7.49 V U8 Heerenveen
hurkhoog				60h				2016-06-18	7.15 V U9 Heerenveen
2016-04-16	0.75	V U9	Sneek	2022-04-07	11.9	V U12	Heerenveen	2016-10-01	6.9 V U9 Heerenveen
2016-05-28	0.95	V U9	Leeuwarden	2022-05-21	11.8	V U12	Steenwijk	2017-10-07	6.9 V U10 Heerenveen
polsver				2022-09-10	11.3	V U12	Heerenveen	60	
2018-04-21	3.85	V U12	Drachten	hoog				2018-03-25	9.88 V U12 Assen
2018-07-07	3.85	V U12	Steenwijk	2019-05-25	0.95	V U9	Steenwijk	2019-04-07	9.51 V U12 Assen
2019-04-20	4.10	V U12	Drachten	2022-06-25	1.25	V U12	Drachten	2019-10-05	9.2 V U12 Heerenveen
2019-06-29	5.00	V U12	Leeuwarden	hurkhoog				2020-09-06	8.89 V U14 Barendrecht
ver				2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden	2021-05-01	8.65 V U14 Heerenveen
2016-05-28	2.90	V U9	Leeuwarden	2020-09-12	0.95	V U10	Heerenveen	2021-06-27	8.55 V U14 Hoofddorp
2016-06-18	3.23	V U9	Heerenveen	polsver				80	
2018-09-15	3.50	V U12	Heerenveen	2022-06-25	3.70	V U12	Drachten	2022-10-01	10.8 V U16 Heerenveen
2018-10-06	3.75	V U12	Heerenveen	ver				100	
2019-10-05	3.88	V U12	Heerenveen	2019-05-25	2.40	V U9	Steenwijk	2021-07-04	13.90 V U14 Dongen
2020-09-26	3.91	V U14	Heerenveen	2019-10-05	3.12	V U9	Heerenveen	2022-06-10	13.56 V U16 Ede
2021-04-17	4.32	V U14	Heerenveen	2021-04-06	3.45	V U12	Heerenveen	150	
2021-05-01	4.39	V U14	Heerenveen	2022-09-10	3.45	V U12	Heerenveen	2020-09-19	22.17 V U14 Grootebroek
2021-06-19	4.42	V U14	Leeuwarden	balstoten				2021-05-01	21.10 V U14 Heerenveen
2021-09-12	4.67	V U14	Amsterdam	2019-05-25	4.10	V U9	Steenwijk	2021-10-02	20.57 V U14 Heerenveen
2021-10-02	4.72	V U14	Heerenveen	2020-09-12	4.70	V U10	Heerenveen	2022-07-02	20.52 V U16 Delft
2022-05-14	4.78	V U16	Heerenveen	kogel 2				2022-09-10	20.10 V U16 Zoetermeer
balstoten				2022-06-25	5.40	V U12	Drachten	600	
2016-05-28	4.70	V U9	Leeuwarden	2022-10-01	6.19	V U12	Heerenveen	2015-06-13	2:48.43 V U8 Heerenveen
2016-09-17	4.70	V U9	Heerenveen	slingeren				2015-10-03	2:27.1 V U8 Heerenveen
kogel 2				2019-06-29	9.00	V U9	Leeuwarden	2016-04-30	2:27.14 V U9 Amsterdam
2018-04-21	4.40	V U12	Drachten	2022-05-21	13.00	V U12	Steenwijk	2016-06-18	2:18.20 V U9 Heerenveen
2018-07-07	5.70	V U12	Steenwijk	2022-09-10	14.00	V U12	Heerenveen	2019-04-07	2:14.29 V U12 Assen
2019-04-20	5.70	V U12	Drachten	vortex				2019-05-17	2:13.05 V U12 Amsterdam
2019-10-05	6.53	V U12	Heerenveen	2019-05-25	10.50	V U9	Steenwijk	2020-07-25	2:01.93 V U14 Heerenveen
2021-10-10	7.64	V U14	Best	2019-06-29	11.50	V U9	Leeuwarden	2021-03-20	1:58.2 V U14 Heerenveen
slingeren				2019-10-05	12.16	V U9	Heerenveen	2021-07-24	1:53.56 V U14 Eindhoven
2016-04-16	6.00	V U9	Sneek	2021-04-06	15.50	V U12	Heerenveen	2021-09-12	1:49.27 V U14 Zoetermeer
2016-07-02	12.00	V U9	Drachten	Julian Huisman				1000	
2017-04-08	14.00	V U10	Leeuwarden	60				2017-09-09	4:24.09 V U10 Sneek
speer 400				2022-05-21	11.0	M U12	Steenwijk	2017-10-07	4:12.7 V U10 Heerenveen
2021-10-09	17.44	V U14	Best	duur 6'				2018-09-01	3:59.19 V U12 Deventer
vortex				2022-04-23	1225	M U12	Leeuwarden	2018-10-06	3:56.15 V U12 Heerenveen
2016-04-16	7.00	V U9	Sneek	2022-05-21	1250	M U12	Steenwijk	2019-10-05	3:51.2 V U12 Heerenveen
2016-05-28	12.00	V U9	Leeuwarden	2022-06-25	1250	M U12	Drachten	duur 4'	
2016-07-02	13.00	V U9	Drachten	60h				2016-07-02	950 V U9 Drachten
2017-04-08	16.50	V U10	Leeuwarden	2022-04-23	14.9	M U12	Leeuwarden	2017-07-08	950 V U10 Drachten
2018-04-21	16.50	V U12	Drachten	2022-05-21	13.7	M U12	Steenwijk	duur 6'	
2018-07-07	16.50	V U12	Steenwijk	2022-06-25	12.4	M U12	Drachten	2018-07-07	1400 V U12 Steenwijk
2019-04-20	19.00	V U12	Drachten	40h				2016-04-30	8.20 V U9 Amsterdam
2019-06-29	24.50	V U12	Leeuwarden	2022-04-23	14.9	M U12	Leeuwarden	2016-07-02	7.7 V U9 Drachten
7-kamp				2022-05-21	13.7	M U12	Steenwijk	2017-07-08	7.6 V U10 Drachten
2021-10-10	2843	V U14	Best	2022-06-25	12.4	M U12	Drachten		

60h			2018-09-01	6.75	V U12	Deventer	150				
2018-07-07	10.9	V U12	Steenwijk	2019-04-07	7.55	V U12	Assen	2020-07-02	23.4	M U16	Heerenveen
60h 76,2				2019-05-26	7.86	V U12	Soest	200			
2020-07-04	12.6	V U14	Heerenveen	2019-07-06	8.09	V U12	Emmeloord	2019-05-11	35.91	M U14	Heerenveen
2020-09-06	11.39	V U14	Barendrecht	2019-10-05	8.13	V U12	Heerenveen	600			
2021-03-20	10.4	V U14	Heerenveen	2020-07-25	10.03	V U14	Heerenveen	2014-10-04	2:43.6	M U9	Heerenveen
2021-05-01	10.28	V U14	Heerenveen	2021-03-20	10.93	V U14	Heerenveen	1000			
2021-05-22	10.27	V U14	Heerenveen	2021-04-17	11.87	V U14	Heerenveen	2015-09-26	4:47.95	M U10	Leeuwarden
2021-06-19	9.91	V U14	Leeuwarden	2021-05-23	13.10	V U14	Heerenveen	2015-10-03	4:22.5	M U10	Heerenveen
2021-07-03	9.85	V U14	Assen	2021-09-12	13.32	V U14	Zoetermeer	2016-06-18	4:21.57	M U12	Heerenveen
80h 76,2								2016-09-24	4:16.6	M U12	Leeuwarden
2022-04-09	12.77	V U16	Emmeloord	kogel 3				2016-10-01	4:05.7	M U12	Heerenveen
2022-04-30	12.41	V U16	Heerenveen	2022-04-02	10.51	V U16	Steenwijk	duur 6'			
2022-05-14	12.25w	V U16	Emmen	2022-04-30	10.54	V U16	Heerenveen	2016-04-16	1250	M U12	Sneek
2022-05-26	12.20w	V U16	Gorinchem	2022-05-14	11.54	V U16	Emmen	2016-05-28	1350	M U12	Leeuwarden
2022-05-26	11.79w	V U16	Gorinchem	slingeren				2017-04-08	1375	M U12	Leeuwarden
hoog				2016-07-02	13.50	V U9	Drachten	2017-05-20	1375	M U12	Steenwijk
2016-09-17	1.10	V U9	Heerenveen	2017-07-08	14.00	V U10	Drachten	2017-07-08	1400	M U12	Drachten
2017-09-09	1.20	V U10	Sneek	2019-05-17	19.00	V U12	Amsterdam	40h			
2018-06-17	1.30	V U12	Soest	speer 400				2015-04-11	8.3	M U10	Leeuwarden
2018-09-01	1.30	V U12	Deventer	2020-07-04	21.21	V U14	Heerenveen	60h			
2019-07-06	1.30	V U12	Emmeloord	2020-09-06	27.74	V U14	Barendrecht	2016-04-16	13.5	M U12	Sneek
2020-07-04	1.42	V U14	Heerenveen	2020-09-26	27.78	V U14	Heerenveen	2016-05-28	11.7	M U12	Leeuwarden
2020-09-06	1.50	V U14	Barendrecht	2021-04-17	28.05	V U14	Heerenveen	2017-04-08	11.3	M U12	Leeuwarden
2020-09-26	1.50	V U14	Heerenveen	2021-05-01	29.42	V U14	Heerenveen	2017-05-20	11.3	M U12	Steenwijk
2021-06-19	1.55	V U14	Leeuwarden	2021-05-22	30.84	V U14	Heerenveen	2017-09-16	10.9	M U12	Heerenveen
2021-09-11	1.55	V U14	Zoetermeer	2021-07-03	33.40	V U14	Assen	hoog			
2021-10-02	1.55	V U14	Heerenveen	speer 500				2016-04-16	1.10	M U12	Sneek
2021-10-09	1.61	V U14	Best	2022-04-23	30.82	V U16	Almere	2016-06-18	1.15	M U12	Heerenveen
2021-06-27	1.55	V U16	Hoofddorp	2022-07-09	31.86	V U16	Hoorn	2017-04-08	1.15	M U12	Leeuwarden
2022-09-17	1.65	V U16	Rotterdam	vortex				2018-06-30	1.25	M U14	Groningen
hurkhoog				2015-06-13	10.46	V U8	Heerenveen	2020-07-02	1.35	M U16	Heerenveen
2015-09-19	0.95	V U8	Heerenveen	2015-10-03	12.60	V U8	Heerenveen	2020-07-25	1.40	M U16	Heerenveen
2017-07-08	0.95	V U10	Drachten	2016-04-30	14.00	V U9	Amsterdam	2021-04-17	1.45	M U16	Heerenveen
polsver				2016-06-18	17.03	V U9	Heerenveen	2021-05-01	1.50	M U16	Heerenveen
2018-07-07	3.95	V U12	Steenwijk	2016-10-01	18.15	V U9	Heerenveen	2021-05-22	1.50	M U16	Heerenveen
ver				2017-09-09	20.40	V U10	Sneek	2021-10-02	1.50	M U16	Heerenveen
2015-06-13	2.64	V U8	Heerenveen	2018-07-07	23.50	V U12	Steenwijk	hurkhoog			
2015-10-03	3.07	V U8	Heerenveen	2019-05-26	27.62	V U12	Soest	2015-04-11	0.80	M U10	Leeuwarden
2016-04-30	3.29	V U9	Amsterdam	werp 3-kamp				2015-06-27	0.80	M U10	Steenwijk
2016-09-17	3.35	V U9	Heerenveen	2022-10-08	1370	V U16	Steenwijk	polsver			
2016-10-01	3.50	V U9	Heerenveen	5-kamp				2016-04-16	4.00	M U12	Sneek
2017-09-16	3.50	V U10	Heerenveen	2019-07-06	2534	V U12	Emmeloord	2016-07-02	4.40	M U12	Drachten
2017-10-07	3.64	V U10	Heerenveen	6-kamp				2017-04-08	4.80	M U12	Leeuwarden
2018-03-25	3.91	V U12	Assen	2021-05-23	3362	V U14	Heerenveen	ver			
2018-06-17	4.04	V U12	Soest	2021-09-12	3618	V U14	Zoetermeer	2014-10-04	3.01	M U9	Heerenveen
2019-04-07	4.06	V U12	Assen	7-kamp				2015-09-26	3.13	M U10	Leeuwarden
2019-07-06	4.12	V U12	Emmeloord	2022-05-01	4007	V U16	Heerenveen	2015-10-03	3.24	M U10	Heerenveen
2019-10-05	4.12	V U12	Heerenveen	2022-07-03	4072	V U16	Delft	2016-05-28	3.35	M U12	Leeuwarden
2020-07-04	4.28	V U14	Heerenveen	2022-09-11	4198	V U16	Zoetermeer	2016-09-17	3.55	M U12	Heerenveen
2020-09-06	4.57w	V U14	Barendrecht	Morris Hulsmán				2016-10-01	3.55	M U12	Heerenveen
2020-09-19	4.61	V U14	Grootebroek	40				2017-09-16	3.70	M U12	Heerenveen
2020-09-26	4.79	V U14	Heerenveen	2014-10-04	7.5	M U9	Heerenveen	2017-10-07	3.88	M U12	Heerenveen
2021-05-23	4.95	V U14	Heerenveen	2015-04-11	7.3	M U10	Leeuwarden	2019-05-11	4.01w	M U14	Heerenveen
2021-08-28	4.97	V U14	Papendrecht	2015-06-27	7.1	M U10	Steenwijk	2020-07-25	4.11	M U16	Heerenveen
2022-05-01	5.04	V U16	Heerenveen	60				2020-09-26	4.37	M U16	Heerenveen
2022-05-21	5.17	V U16	Heerenveen	2016-05-28	10.6	M U12	Leeuwarden	balwerpen 135			
2022-09-17	5.25	V U16	Rotterdam	2016-06-18	10.46	M U12	Heerenveen	2014-10-04	14.11	M U9	Heerenveen
balstoten				2016-09-24	10.2	M U12	Leeuwarden	discus 1			
2015-09-19	4.30	V U8	Heerenveen	2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen	2018-04-07	11.87	M U14	Steenwijk
2016-04-30	5.00	V U9	Amsterdam	2017-09-16	9.6	M U12	Heerenveen	2019-05-25	14.58	M U14	Sneek
2016-09-17	5.90	V U9	Heerenveen	2017-10-07	9.3	M U12	Heerenveen	2021-10-02	17.83	M U16	Heerenveen
2017-09-16	6.70	V U10	Heerenveen	80				kogel 2			
discus ¾				2018-04-07	13.11	M U14	Steenwijk	2015-09-26	4.01	M U10	Leeuwarden
2021-08-28	24.99	V U14	Papendrecht	2018-05-12	12.65	M U14	Heerenveen	2016-04-16	4.90	M U12	Sneek
2021-10-02	29.90	V U14	Heerenveen	2018-10-06	12.33	M U14	Heerenveen	2016-07-02	5.40	M U12	Drachten
discus 1				2019-10-05	11.5	M U14	Heerenveen	2016-09-24	5.90	M U12	Leeuwarden
2022-04-02	23.07	V U16	Steenwijk	100				2017-04-08	6.00	M U12	Leeuwarden
2022-06-24	25.59	V U16	Steenwijk	2020-09-26	14.4	M U16	Heerenveen	2017-10-07	6.00	M U12	Heerenveen
kogel 2				2021-05-01	14.51	M U16	Heerenveen	kogel 4			
2018-03-25	5.31	V U12	Assen	2021-10-02	13.76w	M U16	Heerenveen	2020-07-02	6.02	M U16	Heerenveen
2018-06-17	5.92	V U12	Soest	2022-10-01	13.5	M U18	Heerenveen				
2018-07-07	6.20	V U12	Steenwijk								

80				5000				polshoog			
2021-05-22	13.29	M U14	Heerenveen	2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	2015-07-05	2.53	M U23	Best
600				Wietze Jonker				2015-08-30	2.60	M U23	Stadskanaal
2015-06-13	2:55.74	M U8	Heerenveen	5000				2016-06-05	2.60	M	Gemert
2017-10-07	2:30.5	M U9	Heerenveen	2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	ver			
2020-09-26	2:17.0	M U12	Heerenveen	25000				2011-04-02	6.06	M U20	Steenwijk
2022-05-14	1:52.68	M U14	Emmen	2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	2012-04-25	6.18w	M U20	Kampen
800				Harmen Jorritsma				2015-04-19	6.62	M U23	Drachten
2021-05-22	3:07.97	M U14	Heerenveen	800				2015-05-16	6.82w	M U23	Heerenveen
1000				2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen	discus 1¾			
2021-04-17	3:59.0	M U14	Heerenveen	3000				2012-10-06	32.20	M U20	Heerenveen
2022-04-09	3:26.22	M U14	Emmeloord	2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen	discus 2			
2022-06-11	3:25.78	M U14	Heerenveen	2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen	2013-10-05	26.88	M U23	Heerenveen
duur 4'				Rienk Kan				2014-04-05	28.51	M U23	Steenwijk
2016-04-16	850	M U8	Sneek	100				2014-05-21	30.17	M U23	Sneek
2016-05-28	850	M U8	Leeuwarden	2011-10-01	12.4	M U20	Heerenveen	2015-05-14	31.70	M U23	Heiloo
2016-07-02	925	M U8	Drachten	2012-05-12	12.64	M U20	Heerenveen	2015-05-23	33.69	M U23	Emmeloord
2017-07-08	925	M U9	Drachten	2012-06-24	12.27	M U20	Drachten	2015-07-05	33.87	M U23	Best
2018-04-21	925	M U10	Drachten	2013-06-14	12.25	M U23	Utrecht	kogel 7¼			
40h				2014-05-31	12.23	M U23	Gemert	2013-06-16	9.26	M U23	Harderwijk
2016-04-16	9.8	M U8	Sneek	2014-10-04	11.8	M U23	Heerenveen	2015-04-19	9.87	M U23	Drachten
2016-07-02	8.5	M U8	Drachten	2015-06-12	11.99	M U23	Wageningen	2015-05-16	9.88	M U23	Heerenveen
2018-04-21	8.0	M U10	Drachten	2016-04-09	11.93	M	Heerenveen	2015-06-05	9.91	M U23	Steenwijk
2018-07-07	7.5	M U10	Steenwijk	2016-05-06	11.84	M	Rijssen	2015-07-04	10.45	M U23	Best
hoog				2016-05-16	11.79w	M	Tilburg	2015-10-03	10.45	M U23	Heerenveen
2016-09-17	0.85	M U8	Heerenveen	150				speer 800			
2017-05-20	0.85	M U9	Steenwijk	2014-08-08	18.07	M U23	Utrecht	2011-10-01	37.81	M U20	Heerenveen
hurkhoog				200				2014-04-12	39.73	M U23	Heerenveen
2016-04-16	0.60	M U8	Sneek	2012-05-12	24.74	M U20	Heerenveen	2014-05-21	40.17	M U23	Sneek
2016-05-28	0.85	M U8	Leeuwarden	2012-07-06	24.60	M U20	Alkmaar	2014-10-04	41.19	M U23	Heerenveen
ver				2013-05-11	23.91	M U23	Heerenveen	2015-05-29	41.93	M U23	Utrecht
2015-06-13	2.30	M U8	Heerenveen	2015-10-03	23.6	M U23	Heerenveen	2015-06-05	42.13	M U23	Steenwijk
2015-10-03	2.35	M U8	Heerenveen	300				2015-06-12	42.87	M U23	Wageningen
2016-05-28	3.25	M U8	Leeuwarden	2014-08-08	39.32	M U23	Utrecht	2015-07-05	44.51	M U23	Best
2022-05-14	4.10	M U14	Emmen	400				2015-07-31	47.24	M U23	Amsterdam
balstoten				2011-06-24	58.52	M U20	Groningen	2017-09-23	48.04	M	Amersfoort
2016-05-28	3.80	M U8	Leeuwarden	2014-05-04	53.87	M U23	Grootebroek	sprint 2-kamp			
2016-09-17	4.50	M U8	Heerenveen	800				2012-05-12	1035	M U20	Heerenveen
2017-05-20	4.80	M U9	Steenwijk	2013-10-05	2:24.7	M U23	Heerenveen	werp 3-kamp			
kogel 2				2014-10-04	2:21.3	M U23	Heerenveen	2014-05-21	1367	M U23	Sneek
2020-09-26	6.88	M U12	Heerenveen	2015-06-12	2:11.44	M U23	Wageningen	2015-06-05	1484	M U23	Steenwijk
kogel 3				1500				10-kamp			
2021-04-17	6.89	M U14	Heerenveen	2015-05-29	5:00.67	M U23	Utrecht	2015-07-05	5329	M U23	Best
2022-04-09	7.89	M U14	Emmeloord	2015-07-31	4:54.38	M U23	Amsterdam	discus 2			
2022-05-14	8.56	M U14	Emmen	110h 106,7				2014-06-29	30.44	M U23	Enschede
2022-06-11	8.98	M U14	Heerenveen	2014-05-09	18.85	M U23	Utrecht	Roelof Kedde			
slingeren				2015-05-08	17.68	M U23	Utrecht	25000			
2016-04-16	9.50	M U8	Sneek	2015-07-31	17.62	M U23	Amsterdam	2021-07-10	2:22:51	M65	Heerenveen
2016-07-02	12.00	M U8	Drachten	hoog				Norah Keijzer			
2017-04-08	13.50	M U9	Leeuwarden	2011-09-18	1.70	M U20	Weert	40			
2017-07-08	15.00	M U9	Drachten	2011-10-01	1.70	M U20	Heerenveen	2014-04-12	8.2	V U8	Drachten
speer 400				2012-04-22	1.75	M U20	Ede	2014-06-28	7.6	V U8	Sneek
2021-04-17	16.46	M U14	Heerenveen	2012-05-20	1.75	M U20	Harderwijk	2015-06-13	7.75	V U9	Heerenveen
2022-04-09	16.78	M U14	Emmeloord	2015-05-03	1.75	M U23	Emmeloord	2016-10-01	7.2	V U10	Heerenveen
vortex				2015-07-04	1.77	M U23	Best	60			
2015-06-13	7.71	M U8	Heerenveen	2015-08-29	1.77	M U23	Stadskanaal	2017-10-07	10.4	V U12	Heerenveen
2015-10-03	12.05	M U8	Heerenveen	2016-06-04	1.78	M	Gemert	2018-06-02	10.25	V U12	Stadskanaal
2017-05-20	12.50	M U9	Steenwijk	hss				2018-07-14	10.13	V U12	Heerenveen
2018-04-21	16.50	M U10	Drachten	2011-04-02	12.53	M U20	Steenwijk	2018-10-06	9.94	V U12	Heerenveen
2020-06-02	22.50	M U12	Heerenveen	2011-07-10	13.17	M U20	Alphen a/d Rijn	2019-10-05	9.5	V U14	Heerenveen
Jan Sytze Jonker				2012-04-22	13.21w	M U20	Ede	80			
1500				2012-06-03	13.32	M U20	Breda	2021-06-19	12.18	V U16	Leeuwarden
2013-04-13	4:28.49	M	Heerenveen	2013-04-21	13.39	M U23	Grootebroek	100			
3000				2013-05-11	13.41	M U23	Heerenveen	2022-06-10	14.06w	V U16	Ede
2013-04-17	9:33.8	M	Sneek	2013-05-20	13.70	M U23	Tilburg	150			
				2013-07-20	13.84w	M U23	Amsterdam	2020-07-04	22.6	V U14	Heerenveen
				2015-05-25	14,04	M U23	Tilburg	2021-05-22	22.32	V U16	Heerenveen

2018-07-13 1:02.13 M65 Steenwijk
 2019-07-05 1:05.55 M70 Steenwijk
 800
 2015-10-03 4:10.6 M65 Heerenveen
 2018-10-06 4:17.13 M70 Heerenveen
 hoog
 2015-10-03 1.00 M65 Heerenveen
 2018-10-06 1.00 M70 Heerenveen
 ver
 2015-10-03 2.21 M65 Heerenveen
 2018-10-06 1.94 M70 Heerenveen
 discus 1
 2017-09-23 17.33 M65 Steenwijk
 2018-10-06 15.65 M70 Heerenveen
 2019-08-30 17.40 M70 Heerenveen
 2019-10-05 18.19 M70 Heerenveen
 kogel 4
 2018-10-06 5.70 M70 Heerenveen
 2019-10-05 6.16 M70 Heerenveen
 2020-09-26 6.17 M70 Heerenveen
 kogel 5
 2015-10-03 5.48 M65 Heerenveen
 2017-09-23 5.53 M65 Steenwijk
 speer 500
 2018-10-06 12.70 M70 Heerenveen
 2019-10-05 13.61 M70 Heerenveen
 speer 600
 2015-10-03 11.97 M65 Heerenveen
 2017-09-23 12.63 M65 Steenwijk
 werp 3-kamp
 2017-10-07 233 M65 Heerenveen
 2018-10-06 322 M70 Heerenveen
 2019-08-30 326 M70 Heerenveen
 2019-10-05 480 M70 Heerenveen

Femke Knijn

40
 2015-06-13 8.52 V U9 Heerenveen
 2016-04-16 8.2 V U10 Sneek
 2016-07-02 7.6 V U10 Drachten
 2016-10-01 7.5 V U10 Heerenveen
 60
 2017-05-20 11.1 V U12 Steenwijk
 2017-09-16 10.6 V U12 Heerenveen
 2018-09-15 10.6 V U12 Heerenveen
 2019-10-05 10.1 V U14 Heerenveen
 600
 2015-05-16 2:41.66 V U9 Heerenveen
 2019-10-05 2:10.7 V U14 Heerenveen
 2020-09-26 1:54.0 V U14 Heerenveen
 800
 2021-04-17 2:36.5 V U16 Heerenveen
 1000
 2016-10-01 4:11.4 V U10 Heerenveen
 2020-07-02 3:32.1 V U14 Heerenveen
 3000
 2021-04-11 11:21.6 V U16 Heerenveen
 duur 4'
 2016-04-16 850 V U10 Sneek
 2016-07-02 925 V U10 Drachten
 duur 6'
 2017-04-08 1375 V U12 Leeuwarden
 2017-07-08 1450 V U12 Drachten
 2018-04-21 1475 V U12 Drachten
 40h
 2016-04-16 9.6 V U10 Sneek
 2016-07-02 8.3 V U10 Drachten

60h
 2017-04-08 13.2 V U12 Leeuwarden
 2017-07-08 12.7 V U12 Drachten
 2018-04-21 12.2 V U12 Drachten
 hoog
 2017-04-08 0.95 V U12 Leeuwarden
 2018-04-21 1.05 V U12 Drachten
 hurkhoog
 2016-04-16 0.80 V U10 Sneek
 2016-07-02 0.90 V U10 Drachten
 polsver
 2017-04-08 3.25 V U12 Leeuwarden
 2017-07-08 3.60 V U12 Drachten
 2018-04-21 3.85 V U12 Drachten
 ver
 2015-06-13 2.48 V U9 Heerenveen
 2015-10-03 2.54 V U9 Heerenveen
 2016-10-01 2.68 V U10 Heerenveen
 2017-05-20 2.75 V U12 Steenwijk
 2018-09-15 2.85 V U12 Heerenveen
 2019-10-05 3.05 V U14 Heerenveen
 kogel 2
 2017-04-08 4.30 V U12 Leeuwarden
 2017-07-08 4.40 V U12 Drachten
 2018-04-21 5.00 V U12 Drachten
 slingeren
 2016-04-16 11.00 V U10 Sneek
 2017-05-20 13.50 V U12 Steenwijk
 2018-09-15 15.50 V U12 Heerenveen
 vortex
 2015-06-13 9.23 V U9 Heerenveen
 2015-10-03 10.26 V U9 Heerenveen
 2016-04-16 15.00 V U10 Sneek
 2016-10-01 16.96 V U10 Heerenveen
 2017-07-08 19.00 V U12 Drachten
 2018-04-21 20.00 V U12 Drachten

Johan Knoester

100
 2020-09-26 19.1 M75 Heerenveen
 200
 2017-10-07 36.5 M70 Heerenveen
 800
 2014-10-04 3:51.3 M65 Heerenveen
 3000
 2012-10-06 16:08.1 M65 Heerenveen
 hoog
 2018-10-06 1.00 M70 Heerenveen
 ver
 2017-10-07 2.53 M70 Heerenveen
 2018-10-06 2.66 M70 Heerenveen
 2020-09-26 2.76 M75 Heerenveen
 discus 1
 2017-10-07 18.74 M70 Heerenveen
 2020-09-26 18.91 M75 Heerenveen
 kogel 4
 2017-10-07 6.53 M70 Heerenveen
 2018-10-06 6.73 M70 Heerenveen
 speer 500
 2017-10-07 16.18 M70 Heerenveen
 2018-10-06 18.81 M70 Heerenveen
 2020-09-26 16.37 M75 Heerenveen
 werp 3-kamp
 2017-10-07 697 M70 Heerenveen
 2018-10-06 516 M70 Heerenveen

Jan Jelle Koerts

hoog
 2018-06-10 1.30 M45 Apeldoorn
 polshoog
 2011-06-05 2.00 M40 Assen
 ver
 2018-06-10 3.90 M45 Apeldoorn
 discus 1½
 2020-08-28 19.66 M50 Heerenveen
 2020-09-26 21.53 M50 Heerenveen
 discus 2
 2019-08-30 18.22 M45 Heerenveen
 2019-10-05 19.40 M45 Heerenveen
 kogel 6
 2020-08-28 7.77 M50 Heerenveen
 2020-09-26 8.09 M50 Heerenveen
 kogel 7¼
 2019-08-30 7.06 M45 Heerenveen
 2019-10-05 7.29 M45 Heerenveen
 speer 700
 2020-08-28 21.20 M50 Heerenveen
 2020-09-26 23.80 M50 Heerenveen
 speer 800
 2014-10-04 25.19 M40 Heerenveen
 2015-10-03 23.25 M45 Heerenveen
 2019-04-07 23.79 M45 Amersfoort
 werp 3-kamp
 2019-08-30 840 M45 Heerenveen
 2019-10-05 912 M45 Heerenveen
 2020-08-28 744 M50 Heerenveen
 2021-08-27 787 M50 Heerenveen

Mirthe Koot

40h
 2022-04-07 9.8 V U10 Heerenveen
 ver
 2022-04-07 2.20 V U10 Heerenveen
 vortex
 2022-04-07 7.50 V U10 Heerenveen

Myrthe Kootstra

60
 2021-09-04 10.79 V U12 Hoogeveen
 2021-10-02 10.45w V U12 Heerenveen
 2022-05-21 10.1 V U12 Steenwijk
 2022-09-10 10.1 V U12 Heerenveen
 600
 2021-10-02 2:23.50 V U12 Heerenveen
 duur 6'
 2022-04-23 1225 V U12 Leeuwarden
 60h
 2022-04-23 12.2 V U12 Leeuwarden
 2022-09-10 11.2 V U12 Heerenveen
 hoog
 2022-04-23 1.10 V U12 Leeuwarden
 2022-10-01 1.15 V U12 Heerenveen
 polsver
 2022-04-23 2.00 V U12 Leeuwarden
 ver
 2021-09-04 3.30 V U12 Hoogeveen
 2022-05-21 2.70 V U12 Steenwijk
 2022-09-10 3.30 V U12 Heerenveen
 kogel 2
 2021-09-04 4.56 V U12 Hoogeveen
 2021-10-02 5.24 V U12 Heerenveen
 2022-04-23 6.10 V U12 Leeuwarden

2022-10-01 7.47 V U12 Heerenveen
slingeren
2022-05-21 14.00 V U12 Steenwijk
vortex
2022-04-23 18.00 V U12 Leeuwarden
2022-09-10 18.00 V U12 Heerenveen

Marcel Kortekaas

100
2014-10-04 16.2 M55 Heerenveen
800
2014-10-04 3:00.1 M55 Heerenveen
ver
2014-10-04 2.99 M55 Heerenveen
discus 1½
2014-10-04 14.31 M55 Heerenveen
kogel 6
2014-10-04 5.82 M55 Heerenveen

Annemarijn Kraak

100
2020-09-26 14.3 V U18 Heerenveen
2021-10-02 14.40 V U18 Heerenveen
200
2021-04-11 31.5 V U18 Heerenveen
2021-10-02 30.27 V U18 Heerenveen
ver
2020-09-26 4.26 V U18 Heerenveen
2021-05-22 4.48 V U18 Heerenveen
discus 1
2021-05-22 20.81 V U18 Heerenveen

Maike Kramer

40
2011-04-09 8.9 V U8 Heerenveen
2011-10-01 8.5 V U8 Heerenveen
2012-05-12 8.30 V U9 Hoogeveen
2013-04-13 7.2 V U10 Drachten
60
2014-06-14 11.7 V U12 Steenwijk
2014-08-30 11.3 V U12 Assen
2014-09-13 11.0 V U12 Leeuwarden
2014-10-04 11.0 V U12 Heerenveen
2015-10-03 10.6 V U12 Heerenveen
2016-10-01 9.7 V U14 Heerenveen
80
2018-05-12 12.80 V U16 Heerenveen
2018-06-09 12.62 V U16 Groningen
2018-10-06 12.59 V U16 Heerenveen
200
2017-05-20 34.89 V U14 Heerenveen
600
2011-04-09 2:55.4 V U8 Heerenveen
2011-06-25 2:47.4 V U8 Heerenveen
2011-07-16 2:42.87 V U8 Hoogeveen
2012-04-14 2:32.3 V U9 Heerenveen
2016-04-09 2:17.92 V U14 Heerenveen
2017-10-07 2:14.5 V U14 Heerenveen
800
2018-05-12 3:12.13 V U16 Heerenveen
1000
2013-10-05 4:21.3 V U10 Heerenveen
2014-10-04 4:17.9 V U12 Heerenveen
2015-06-13 4:17.37 V U12 Heerenveen
2015-10-03 4:11.2 V U12 Heerenveen
2017-06-10 3:51.05 V U14 Sneek

40h
2013-04-13 8.5 V U10 Drachten
60h
2014-04-12 13.0 V U12 Drachten
2014-06-14 12.8 V U12 Steenwijk
2014-06-28 12.4 V U12 Sneek
2015-04-11 10.9 V U12 Leeuwarden

hoog
2012-06-09 0.90 V U9 Steenwijk
2014-04-12 0.90 V U12 Drachten
2014-06-28 1.05 V U12 Sneek
2016-04-09 1.15 V U14 Heerenveen
2016-06-25 1.15 V U14 Emmen
2016-10-01 1.15 V U14 Heerenveen

hurkhoog
2013-04-13 0.85 V U10 Drachten
2013-09-14 1.10 V U10 Sneek

polshoog
2018-05-12 2.15 V U16 Heerenveen
2018-06-09 2.26 V U16 Groningen
2020-07-25 2.41 V U18 Heerenveen
2022-06-23 2.50 V U20 Hengelo

ver
2011-04-09 2.14 V U8 Heerenveen
2011-05-14 2.35 V U8 Sneek
2012-04-14 2.49 V U9 Heerenveen
2012-07-07 2.58 V U9 Heerenveen
2013-10-05 2.83 V U10 Heerenveen
2015-06-06 2.85 V U12 Sneek
2015-06-13 2.97 V U12 Heerenveen
2015-10-03 3.16 V U12 Heerenveen
2017-05-20 3.22 V U14 Heerenveen
2017-10-07 3.80 V U14 Heerenveen
2019-05-11 3.82w V U16 Heerenveen

balstoten
2011-05-14 3.48 V U8 Sneek
2012-06-09 4.02 V U9 Steenwijk
2013-09-14 4.80 V U10 Sneek

balwerpen 135
2011-04-09 10.07 V U8 Heerenveen
2011-06-25 15.76 V U8 Heerenveen
2012-07-07 16.00 V U9 Heerenveen

discus ¾
2016-10-01 14.55 V U14 Heerenveen
2017-05-06 15.18 V U14 Groningen
2017-05-20 16.30 V U14 Heerenveen
2017-06-10 18.69 V U14 Sneek
2017-10-07 18.96 V U14 Heerenveen

discus 1
2018-04-14 17.64 V U16 Sneek
2018-06-09 18.26 V U16 Groningen
2019-04-06 19.22 V U16 Heerenveen
2019-04-28 19.47 V U16 Epe

kogel 2
2013-10-05 4.25 V U10 Heerenveen
2014-04-12 4.40 V U12 Drachten
2014-06-28 5.40 V U12 Sneek
2015-10-03 5.44 V U12 Heerenveen
2016-04-23 5.94 V U14 Assen
2016-06-25 6.03 V U14 Emmen

kogel 3
2018-05-12 6.74 V U16 Heerenveen
2018-06-30 7.15 V U16 Groningen
2020-07-25 8.14 V U18 Heerenveen

speer 400
2016-04-09 10.34 V U14 Heerenveen

vortex
2013-04-13 13.00 V U10 Drachten
2013-06-15 14.50 V U10 Steenwijk
2014-04-12 17.50 V U12 Drachten

Folkert Krol

40
2019-04-20 7.1 M U9 Drachten
2019-10-05 6.9 M U9 Heerenveen
2020-06-02 6.7 M U10 Heerenveen

60
2021-04-06 9.9 M U12 Heerenveen
2021-06-05 9.6 M U12 Heerenveen
2021-09-11 9.0 M U12 Drachten
2022-09-03 9.10 M U12 Groningen

600
2019-10-05 2:20.9 M U9 Heerenveen
2020-09-26 2:14.0 M U10 Heerenveen
2021-10-02 1:58.96 M U12 Heerenveen

duur 4'
2019-04-20 950 M U9 Drachten
2019-06-29 975 M U9 Leeuwarden
2020-09-12 1025 M U10 Heerenveen

duur 6'
2021-05-06 1450 M U12 Heerenveen
2021-06-05 1525 M U12 Heerenveen
2022-06-25 1550 M U12 Drachten

40h
2019-04-20 8.2 M U9 Drachten
2019-06-29 7.9 M U9 Leeuwarden

60h
2021-06-05 10.8 M U12 Heerenveen
2022-04-07 10.8 M U12 Heerenveen
2022-06-25 10.0 M U12 Drachten
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
2022-06-25 1.25 M U12 Drachten
2022-10-01 1.25 M U12 Heerenveen

hurkhoog
2019-04-20 0.85 M U9 Drachten
2019-06-29 0.95 M U9 Leeuwarden

polsver
2022-06-25 4.25 M U12 Drachten

ver
2019-09-14 3.25 M U9 Sneek
2020-06-02 3.25 M U10 Heerenveen
2020-09-26 3.39 M U10 Heerenveen
2021-06-05 3.55 M U12 Heerenveen
2021-10-02 3.85 M U12 Heerenveen
2022-04-07 3.85 M U12 Heerenveen
2022-09-03 4.01 M U12 Groningen

balstoten
2019-09-14 5.80 M U9 Sneek

kogel 2
2021-05-06 5.30 M U12 Heerenveen
2021-10-02 6.69 M U12 Heerenveen

slingeren
2019-04-20 12.50 M U9 Drachten
2019-06-29 15.00 M U9 Leeuwarden
2021-06-05 18.00 M U12 Heerenveen

vortex
2019-04-20 20.00 M U9 Drachten
2019-06-29 22.50 M U9 Leeuwarden
2019-09-14 24.50 M U9 Sneek
2020-06-02 24.50 M U10 Heerenveen
2020-09-12 26.50 M U10 Heerenveen
2020-09-26 28.84 M U10 Heerenveen
2021-04-06 30.00 M U12 Heerenveen
2021-05-06 33.50 M U12 Heerenveen
2022-04-07 36.00 M U12 Heerenveen
2022-06-25 36.50 M U12 Drachten

Max Kroon

60			
2018-10-06	9.52	M U12	Heerenveen
80			
2019-03-30	11.97w	M U14	Steenwijk
2019-03-30	11.96	M U14	Steenwijk
2019-10-05	11.7	M U14	Heerenveen
2020-07-25	11.24	M U14	Heerenveen
100			
2021-03-20	13.7	M U16	Heerenveen
2021-04-17	13.7	M U16	Heerenveen
2021-10-02	13.39w	M U16	Heerenveen
2022-10-01	12.5	M U16	Heerenveen
150			
2019-09-01	22.31	M U14	Amsterdam
2020-07-04	21.7	M U14	Heerenveen
2020-09-19	21.68	M U14	Grootebroek
2021-05-22	20.49	M U16	Heerenveen
2021-07-03	20.47	M U16	Assen
2021-10-02	19.97	M U16	Heerenveen
200			
2021-05-01	27.97	M U16	Heerenveen
2022-10-01	25,5	M U16	Heerenveen
1000			
2018-10-06	3:42.47	M U12	Heerenveen
2019-03-30	3:42.33	M U14	Steenwijk
2019-05-25	3:36.62	M U14	Sneek
80h 76,2			
2019-05-25	16.69	M U14	Sneek
2020-07-04	14.2	M U14	Heerenveen
2020-07-25	14.30	M U14	Heerenveen
100h 83,8			
2021-03-20	19.5	M U16	Heerenveen
2021-04-17	19.0	M U16	Heerenveen
2021-07-03	18.48	M U16	Assen
2022-05-14	16.22	M U16	Emmen
300h 76,2			
2022-06-11	48.20	M U16	Heerenveen
ver			
2018-10-06	3.85	M U12	Heerenveen
2019-06-22	3.90w	M U14	Stadskanaal
2019-09-01	4.05	M U14	Amsterdam
2020-07-04	4.57	M U14	Heerenveen
2020-07-25	4.79	M U14	Heerenveen
2021-03-20	4.82	M U16	Heerenveen
2021-04-17	5.24	M U16	Heerenveen
kogel 2			
2018-10-06	5.84	M U12	Heerenveen
kogel 3			
2019-10-05	6.32	M U14	Heerenveen
2020-09-26	6.82	M U14	Heerenveen
speer 600			
2022-04-09	23.85	M U16	Emmeloord
2022-05-21	25.60	M U16	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2022-10-01	933	M U16	Heerenveen

Liam de Lang

40			
2016-10-01	8.2	M U8	Heerenveen
2017-04-02	7.96	M U8	Stadskanaal
2017-09-09	7.80	M U8	Sneek
2018-03-25	7.73	M U9	Assen
2018-06-02	7.31	M U9	Stadskanaal
2018-07-14	7.17	M U9	Heerenveen
2018-10-06	7.04	M U9	Heerenveen
2019-06-29	6.8	M U10	Leeuwarden
2019-10-05	6.7	M U10	Heerenveen
60			
2020-06-02	9.9	M U12	Heerenveen

2020-09-26	9.8	M U12	Heerenveen
2021-04-06	9.5	M U12	Heerenveen
2021-06-05	9.4	M U12	Heerenveen
2021-07-04	9.27	M U12	Dongen
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
2018-09-01	2:42.48	M U9	Deventer
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
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'			
2017-04-08	800	M U8	Leeuwarden
2017-05-20	850	M U8	Steenwijk
2018-04-21	875	M U9	Drachten
2018-07-07	875	M U9	Steenwijk
2019-05-25	900	M U10	Steenwijk
duur 6'			
2020-09-12	1275	M U12	Heerenveen
2021-05-06	1350	M U12	Heerenveen
2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden
40h			
2017-04-08	10.5	M U8	Leeuwarden
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			
2020-06-30	11.7	M U12	Heerenveen
2020-09-12	10.7	M U12	Heerenveen
2021-05-22	10.77	M U12	Heerenveen
2021-06-05	10.2	M U12	Heerenveen
2021-09-11	10.4	M U12	Drachten
80h 76,2			
2022-04-09	14.15	M U14	Emmeloord
hoog			
2017-05-20	0.90	M U8	Steenwijk
2017-09-16	0.90	M U8	Heerenveen
2018-05-26	1.00	M U9	Sneek
2018-09-01	1.05	M U9	Deventer
2018-09-15	1.05	M U9	Heerenveen
2019-05-18	1.20	M U10	Stadskanaal
2019-05-25	1.20	M U10	Steenwijk
2019-09-14	1.25	M U10	Sneek
2020-06-30	1.25	M U12	Heerenveen
2020-09-12	1.35	M U12	Heerenveen
2021-05-06	1.40	M U12	Heerenveen
2022-04-09	1.50	M U14	Emmeloord
2022-05-14	1.50	M U14	Emmen
2022-05-21	1.50	M U14	Heerenveen
2022-06-11	1.55	M U14	Heerenveen
hurkhoog			
2017-04-08	0.70	M U8	Leeuwarden
2017-07-08	0.80	M U8	Drachten
2018-04-21	0.90	M U9	Drachten
2018-07-07	0.95	M U9	Steenwijk
2019-04-20	1.10	M U10	Drachten
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

2017-04-02	2.65	M U8	Assen
2017-06-24	2.69	M U8	Stadskanaal
2017-09-09	2.79	M U8	Sneek
2017-09-16	2.80	M U8	Heerenveen
2018-03-25	3.10	M U9	Assen
2018-05-26	3.15	M U9	Sneek
2018-07-14	3.42	M U9	Heerenveen
2018-09-15	3.65	M U9	Heerenveen
2019-08-31	3.65	M U10	Hoorn
2019-09-22	3.68	M U10	Edam
2019-10-05	3.78	M U10	Heerenveen
2020-09-26	3.98	M U12	Heerenveen
2021-06-05	4.15	M U12	Heerenveen
2022-04-02	4.22	M U14	Steenwijk
2022-04-09	4.24	M U14	Emmeloord
balstoten			
2017-05-20	4.20	M U8	Steenwijk
2017-09-16	4.60	M U8	Heerenveen
2018-05-26	5.40	M U9	Sneek
2018-09-15	6.10	M U9	Heerenveen
2019-05-25	7.20	M U10	Steenwijk
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			
2019-04-07	5.90	M U10	Assen
2019-05-18	5.98	M U10	Stadskanaal
2019-08-31	6.35	M U10	Hoorn
2019-09-07	6.44	M U10	Deventer
2019-09-22	6.55	M U10	Edam
2020-09-12	7.60	M U12	Heerenveen
2021-05-06	7.60	M U12	Heerenveen
2021-07-04	7.66	M U12	Dongen
2021-09-04	7.73	M U12	Hoogeveen
kogel 3			
2022-05-01	6.71	M U14	Heerenveen
2022-10-01	7.19	M U14	Heerenveen
slingeren			
2017-04-08	9.00	M U8	Leeuwarden
2017-07-08	10.50	M U8	Drachten
2018-04-21	11.50	M U9	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			
2022-04-02	26.81	M U14	Steenwijk
2022-10-01	26.85	M U14	Heerenveen
vortex			
2016-10-01	14.00	M U8	Heerenveen
2017-05-20	17.00	M U8	Steenwijk
2017-07-08	18.00	M U8	Drachten
2018-03-25	18.50	M U9	Assen
2018-04-21	21.00	M U9	Drachten
2018-05-26	21.50	M U9	Sneek
2018-07-07	23.50	M U9	Steenwijk
2018-10-06	23.78	M U9	Heerenveen
2019-04-20	24.00	M U10	Drachten
2019-05-25	28.00	M U10	Steenwijk
2019-09-14	29.50	M U10	Sneek
2020-06-02	30.00	M U12	Heerenveen
2021-04-06	30.00	M U12	Heerenveen
2021-05-06	31.50	M U12	Heerenveen
2021-06-26	36.50	M U12	Leeuwarden
7-kamp			
2022-05-01	2827	M U14	Heerenveen
Joris de Lange			
40			
2018-07-07	9.7	M U9	Steenwijk

2019-04-20	7.8	M U10	Drachten	hurkhoog	2018-07-07	3.70	V U12	Steenwijk					
60				2022-04-23	0.55	M U9	Leeuwarden	ver					
2020-09-26	11.7	M U12	Heerenveen	ver	2016-05-28	2.35	V U9	Leeuwarden					
2021-04-06	10.8	M U12	Heerenveen	2022-05-21	1.70	M U9	Steenwijk	2016-06-18	2.70	V U9	Heerenveen		
600				2022-09-10	1.70	M U9	Heerenveen	2016-09-24	2.76	V U9	Leeuwarden		
2020-09-26	3:29.0	M U12	Heerenveen	balstoten	2016-10-01	2.84	V U9	Heerenveen	2017-09-09	2.99	V U10	Sneek	
2021-05-22	2:34.66	M U12	Heerenveen	2022-05-21	3.10	M U9	Steenwijk	2018-09-22	3.09	V U12	Leeuwarden		
duur 4'				slingeren	2018-10-06	3.20	V U12	Heerenveen	2019-10-05	3.38	V U12	Heerenveen	
2018-05-26	750	M U9	Sneek	2022-04-23	9.50	M U9	Leeuwarden	2021-10-02	3.43	V U14	Heerenveen		
2019-05-25	775	M U10	Steenwijk	vortex	2022-04-23	5.50	M U9	Leeuwarden	balstoten	2016-05-28	3.00	V U9	Leeuwarden
duur 6'				2022-05-21	8.00	M U9	Steenwijk	2016-09-24	5.18	V U9	Leeuwarden		
2020-09-12	1250	M U12	Heerenveen	Iris Linnebank				kogel 2	2018-04-21	4.50	V U12	Drachten	
40h				40				2018-10-06	5.04	V U12	Heerenveen		
2018-07-07	10.0	M U9	Steenwijk	2016-04-16	8.2	V U9	Sneek	2019-04-20	5.40	V U12	Drachten		
2019-04-20	8.7	M U10	Drachten	2016-06-18	8.23	V U9	Heerenveen	2019-10-05	6.10	V U12	Heerenveen		
60h				2016-07-02	7.9	V U9	Drachten	2020-09-26	6.16	V U14	Heerenveen		
2020-09-12	13.3	M U12	Heerenveen	2017-09-09	7.91	V U10	Sneek	2021-04-17	6.78	V U14	Heerenveen		
2021-05-22	12.55	M U12	Heerenveen	2017-10-07	6.9	V U10	Heerenveen	2021-10-02	7.24	V U14	Heerenveen		
hoog				60				slingeren	2016-04-16	6.50	V U9	Sneek	
2018-05-26	0.85	M U9	Sneek	2018-05-26	10.8	V U12	Sneek	2016-07-02	9.00	V U9	Drachten		
2018-09-15	0.85	M U9	Heerenveen	2018-09-15	10.4	V U12	Heerenveen	2017-04-08	11.00	V U10	Leeuwarden		
2020-09-12	1.10	M U12	Heerenveen	2018-10-06	10.48	V U12	Heerenveen	2017-07-08	11.00	V U10	Drachten		
hurkhoog				2019-10-05	10.0	V U12	Heerenveen	2018-05-26	12.50	V U12	Sneek		
2018-07-07	0.75	M U9	Steenwijk	150				2019-05-25	16.00	V U12	Steenwijk		
2019-04-20	0.95	M U10	Drachten	2021-05-22	25.32	V U14	Heerenveen	vortex	2016-04-16	9.00	V U9	Sneek	
polsver				600				2016-05-28	11.00	V U9	Leeuwarden		
2020-09-12	2.70	M U12	Heerenveen	2016-09-24	2:34.7	V U9	Leeuwarden	2016-06-18	14.38	V U9	Heerenveen		
ver				2016-10-01	2:29.1	V U9	Heerenveen	2016-07-02	16.00	V U9	Drachten		
2018-05-26	2.20	M U9	Sneek	2020-09-26	2:11.0	V U14	Heerenveen	2017-04-08	16.00	V U10	Leeuwarden		
2018-09-15	2.80	M U9	Heerenveen	1000				2019-04-20	16.00	V U12	Drachten		
2019-05-25	2.90	M U10	Steenwijk	2017-09-09	4:26.33	V U10	Sneek	2019-09-14	19.50	V U12	Sneek		
2021-04-06	3.15	M U12	Heerenveen	2018-09-22	4:21.54	V U12	Leeuwarden	Jens Linnebank					
balstoten				2018-10-06	4:02.95	V U12	Heerenveen	40					
2018-05-26	4.10	M U9	Sneek	2019-10-05	4:02.1	V U12	Heerenveen	2014-06-28	7.7	M U9	Sneek		
2018-09-15	4.80	M U9	Heerenveen	duur 4'				2014-10-04	7.4	M U9	Heerenveen		
kogel 2				2016-04-16	775	V U9	Sneek	2015-04-11	7.3	M U10	Leeuwarden		
2020-09-12	5.60	M U12	Heerenveen	2016-05-28	800	V U9	Leeuwarden	2015-09-26	7.39	M U10	Leeuwarden		
2021-05-22	5.60	M U12	Heerenveen	2016-07-02	950	V U9	Drachten	60					
slingeren				duur 6'				2016-05-28	10.6	M U12	Leeuwarden		
2018-07-07	12.00	M U9	Steenwijk	2018-04-21	1325	V U12	Drachten	2016-06-18	10.26	M U12	Heerenveen		
2019-04-20	12.50	M U10	Drachten	2018-05-26	1325	V U12	Sneek	2016-09-24	10.0	M U12	Leeuwarden		
vortex				2018-07-07	1325	V U12	Steenwijk	2016-10-01	9.9	M U12	Heerenveen		
2018-05-26	11.00	M U9	Sneek	2019-04-20	1375	V U12	Drachten	2017-05-20	9.7	M U12	Steenwijk		
2018-07-07	13.50	M U9	Steenwijk	40h				2017-10-07	9.6	M U12	Heerenveen		
2018-09-15	14.50	M U9	Heerenveen	2016-04-16	10.0	V U9	Sneek	80					
2020-09-12	22.50	M U12	Heerenveen	2016-07-02	9.4	V U9	Drachten	2018-04-14	12.68	M U14	Sneek		
2021-04-06	24.50	M U12	Heerenveen	2017-04-08	9.2	V U10	Leeuwarden	2018-10-06	12.17	M U14	Heerenveen		
				2017-07-08	8.7	V U10	Drachten	2019-10-05	11.8	M U14	Heerenveen		
Afke Ligthart				60h				100					
kogel 4				2018-04-21	13.2	V U12	Drachten	2020-09-26	14.5	M U16	Heerenveen		
2022-10-01	8.02	V U23	Heerenveen	2018-05-26	12.7	V U12	Sneek	150					
speer 600				2018-07-07	12.6	V U12	Steenwijk	2020-07-02	22.4	M U16	Heerenveen		
2022-04-13	19.19	V U23	Dronten	2018-09-15	12.6	V U12	Heerenveen	200					
				2019-04-20	11.7	V U12	Drachten	2019-05-11	32.99	M U14	Heerenveen		
				2019-09-14	11.0	V U12	Sneek	600					
Mathijs vd Lindt				hoog				2014-10-04	2:28.2	M U9	Heerenveen		
40				2017-05-20	0.95	V U10	Steenwijk	1000					
2022-04-23	9.4	M U9	Leeuwarden	2018-04-21	0.95	V U12	Drachten	2015-05-16	4:29.93	M U10	Heerenveen		
duur 4'				2018-07-07	1.00	V U12	Steenwijk	2015-10-03	4:17.2	M U10	Heerenveen		
2022-04-23	550	M U9	Leeuwarden	2019-04-20	1.10	V U12	Drachten	2016-09-24	4:14.9	M U12	Leeuwarden		
2022-05-21	550	M U9	Steenwijk	hurkhoog				2016-10-01	4:02.0	M U12	Heerenveen		
40h				2016-04-16	0.70	V U9	Sneek	2018-10-06	3:46.28	M U14	Heerenveen		
2022-04-23	12.2	M U9	Leeuwarden	2016-07-02	0.75	V U9	Drachten	2019-04-06	3:46.10	M U14	Heerenveen		
hoog				2017-04-08	0.75	V U10	Leeuwarden						
2022-05-21	0.60	M U9	Steenwijk	2017-07-08	0.75	V U10	Drachten						
2022-09-10	0.75	M U9	Heerenveen	polsver									
				2018-04-21	3.40	V U12	Drachten						

duur 6'			2015-06-13	18.05	M U10 Heerenveen	2016-07-02	29.50	M U12 Drachten
2016-05-28	1350	M U12 Leeuwarden	2015-06-27	18.50	M U10 Steenwijk	2016-09-17	29.50	M U12 Heerenveen
2017-04-08	1375	M U12 Leeuwarden	2015-09-19	20.50	M U10 Heerenveen	2017-05-20	29.50	M U12 Steenwijk
2017-05-20	1375	M U12 Steenwijk	2016-07-02	22.50	M U12 Drachten	2017-09-09	33.20	M U12 Sneek
2017-07-08	1400	M U12 Drachten						
40h			Thom vd Mark			werp 3-kamp		
2014-06-28	8.0	M U9 Sneek	40			2018-10-14	920	M U14 Steenwijk
60h			2015-10-03	7.8	M U10 Heerenveen	Florian Marks		
2016-04-16	15.4	M U12 Sneek	60			40		
2016-05-28	11.9	M U12 Leeuwarden	2016-05-28	11.5	M U12 Leeuwarden	2021-04-06	8.7	M U8 Heerenveen
2016-09-17	10.9	M U12 Heerenveen	2016-06-18	11.37	M U12 Heerenveen	2022-04-23	8.0	M U9 Leeuwarden
2017-05-20	10.3	M U12 Steenwijk	2016-10-01	11.1	M U12 Heerenveen	600		
2017-09-16	10.3	M U12 Heerenveen	2017-04-02	10.91	M U12 Assen	2021-10-02	3:05.97	M U8 Heerenveen
80h 76,2			2017-05-20	10.6	M U12 Steenwijk	duur 4'		
2019-04-06	16.07	M U14 Heerenveen	2017-09-16	10.6	M U12 Heerenveen	2022-04-23	725	M U9 Leeuwarden
2019-05-11	16.04	M U14 Heerenveen	2017-10-07	10.3	M U12 Heerenveen	40h		
2019-05-25	15.83	M U14 Sneek	80			2022-04-07	9.5	M U9 Heerenveen
hoog			2018-10-06	13.68	M U14 Heerenveen	2022-06-25	9.0	M U9 Drachten
2015-06-13	1.05	M U10 Heerenveen	1000			hoog		
2016-06-18	1.15	M U12 Heerenveen	2015-10-03	4:31.1	M U10 Heerenveen	2021-09-11	0.75	M U8 Drachten
2016-07-02	1.20	M U12 Drachten	2016-06-18	4:17.41	M U12 Heerenveen	2022-05-21	0.85	M U9 Steenwijk
2017-04-08	1.20	M U12 Leeuwarden	2017-09-09	4:04.39	M U12 Sneek	hurkhoog		
2017-07-08	1.20	M U12 Drachten	duur 6'			2022-04-23	0.70	M U9 Leeuwarden
2017-09-09	1.30	M U12 Sneek	2016-04-16	1250	M U12 Sneek	2022-06-25	0.75	M U9 Drachten
hurkhoog			2016-05-28	1350	M U12 Leeuwarden	ver		
2014-06-14	0.90	M U9 Steenwijk	2016-07-02	1375	M U12 Drachten	2021-04-06	2.20	M U8 Heerenveen
2015-04-11	0.90	M U10 Leeuwarden	60h			2021-09-11	2.40	M U8 Drachten
2015-06-06	1.00	M U10 Sneek	2016-04-16	14.1	M U12 Sneek	2022-05-21	2.40	M U9 Steenwijk
2015-06-27	1.00	M U10 Steenwijk	2016-05-28	12.3	M U12 Leeuwarden	2022-09-10	2.50	M U9 Heerenveen
2015-09-19	1.15	M U10 Heerenveen	2016-09-17	11.8	M U12 Heerenveen	balstoten		
polsver			2017-07-08	11.8	M U12 Drachten	2021-09-11	3.50	M U8 Drachten
2016-07-02	3.90	M U12 Drachten	hoog			2022-05-21	4.10	M U9 Steenwijk
2017-04-08	4.25	M U12 Leeuwarden	2016-04-16	0.85	M U12 Sneek	2022-09-10	4.90	M U9 Heerenveen
ver			2016-06-18	0.95	M U12 Heerenveen	slingeren		
2014-06-14	2.70	M U9 Steenwijk	2016-07-02	0.95	M U12 Drachten	2022-04-23	14.50	M U9 Leeuwarden
2014-09-13	3.15	M U9 Leeuwarden	2017-04-08	1.20	M U12 Leeuwarden	vortex		
2015-06-13	3.17	M U10 Heerenveen	2017-07-08	1.20	M U12 Drachten	2021-04-06	8.00	M U8 Heerenveen
2015-10-03	3.38	M U10 Heerenveen	2018-04-14	1.25	M U14 Sneek	2021-09-11	14.00	M U8 Drachten
2016-09-17	3.55	M U12 Heerenveen	2018-10-06	1.30	M U14 Heerenveen	2021-10-02	14.85	M U8 Heerenveen
2017-05-20	3.55	M U12 Steenwijk	polsver			2022-04-07	15.00	M U9 Heerenveen
2017-09-16	3.60	M U12 Heerenveen	2016-04-16	3.60	M U12 Sneek	2022-04-23	17.50	M U9 Leeuwarden
2017-10-07	3.70	M U12 Heerenveen	2016-07-02	3.85	M U12 Drachten	Fenna vd Meer		
2018-10-06	3.76	M U14 Heerenveen	2017-04-08	3.90	M U12 Leeuwarden	40		
2019-10-05	3.99	M U14 Heerenveen	2017-07-08	4.00	M U12 Drachten	2018-04-21	8.4	V U8 Drachten
2020-09-26	4.03	M U16 Heerenveen	ver			2018-10-06	8.09	V U8 Heerenveen
balstoten			2015-10-03	2.87	M U10 Heerenveen	2019-04-20	7.6	V U8 Drachten
2014-06-14	4.00	M U9 Steenwijk	2016-06-18	3.15	M U12 Heerenveen	2019-10-05	7.3	V U8 Heerenveen
2014-09-13	5.20	M U9 Leeuwarden	2017-04-02	3.31	M U12 Assen	2020-06-02	7.1	V U9 Heerenveen
2015-06-06	6.60	M U10 Sneek	discus 1			60		
2015-09-19	6.70	M U10 Heerenveen	2018-10-14	15.57	M U14 Steenwijk	2022-05-21	10.3	V U12 Steenwijk
balwerpen 135			2021-10-02	29.26	M U16 Heerenveen	2022-09-10	9.2	V U12 Heerenveen
2014-10-04	16.54	M U9 Heerenveen	kogel 2			600		
kogel 2			2016-04-16	6.20	M U12 Sneek	2018-10-06	2:35.07	V U8 Heerenveen
2015-09-26	4.65	M U10 Leeuwarden	2016-07-02	7.30	M U12 Drachten	2019-10-05	2:20.4	V U8 Heerenveen
2016-04-16	5.10	M U12 Sneek	kogel 3			2020-09-26	2:16.0	V U9 Heerenveen
2016-07-02	6.00	M U12 Drachten	2018-04-14	6.79	M U14 Sneek	duur 4'		
2016-09-24	6.27	M U12 Leeuwarden	2018-10-06	7.66	M U14 Heerenveen	2018-04-21	850	V U8 Drachten
2017-04-08	6.60	M U12 Leeuwarden	kogel 4			2018-05-26	875	V U8 Sneek
kogel 3			2021-10-02	10.76	M U16 Heerenveen	2018-07-07	875	V U8 Steenwijk
2018-10-06	5.61	M U14 Heerenveen	slingeren			2019-04-20	925	V U8 Drachten
2019-05-25	6.22	M U14 Sneek	2016-05-28	17.50	M U12 Leeuwarden	2019-06-29	925	V U8 Leeuwarden
kogel 4			2017-05-20	20.00	M U12 Steenwijk	2020-09-12	1000	V U9 Heerenveen
2020-07-02	5.90	M U16 Heerenveen	speer 400			duur 6'		
2020-09-26	6.04	M U16 Heerenveen	2018-10-14	18.80	M U14 Steenwijk	2022-04-23	1375	V U12 Leeuwarden
slingeren			speer 600			40h		
2016-09-17	17.00	M U12 Heerenveen	2021-10-02	33.61	M U16 Heerenveen	2018-04-21	9.5	V U8 Drachten
2017-05-20	20.00	M U12 Steenwijk	vortex			2018-07-07	9.1	V U8 Steenwijk
vortex			2015-10-03	25.38	M U10 Heerenveen			
2014-06-14	11.00	M U9 Steenwijk	2016-05-28	27.00	M U12 Leeuwarden			
2015-04-11	11.50	M U10 Leeuwarden						
2015-06-06	16.00	M U10 Sneek						

2018-05-12	13.02	M U18 La Rochelle (Fra)	2018-04-25	2.90	M U18 Angoulême (Fra)	2014-06-21	26.18	M U14 Emmen		
2018-05-26	12.72	M U18 Loudun (Fra)	2018-05-26	3.00	M U18 Loudun (Fra)	2014-09-07	29.84	M U14 Amsterdam		
2019-06-01	12.71	M U18 Talence (Fra)	2018-05-30	3.10	M U18 Compiègne (Fra)	2015-04-11	31.53	M U14 Heerenveen		
200			2018-06-16	3.20	M U18 Niort (Fra)					
2014-04-21	32.07	M U14 Dronten	2018-07-01	3.30	M U18 Brive-la-Gaillarde			speer 600		
2014-05-17	32.02	M U14 Heerenveen	2019-04-03	3.60	M U18 Angoulême (Fra)	2016-04-09	24.67	M U16 Heerenveen		
			2019-04-07	3.90	M U18 Niort (Fra)	2016-05-01	24.90	M U16 Sneek		
300			2019-04-13	3.92	M U18 Poitiers (Fra)	2016-05-16	27.32	M U16 Amstelveen		
2015-04-11	50.23	M U14 Heerenveen	2019-06-15	4.00	M U18 Mont-de-Marsan	2016-05-21	28.34	M U16 Drachten		
400			2019-06-29	4.15	M U18 Alphen a/d Rijn	2016-10-15	31.52	M U16 Neuville-de-Poitou		
2018-05-12	1:05.99	M U18 La Rochelle (Fra)	ver			2017-01-29	31.92	M U16 Cognac (Fra)		
2019-05-11	1:00.29	M U18 Cérizay (Fra)	2011-05-24	3.35	M U10 Grou	2017-03-26	33.14	M U16 Chasseneuil-sur-B.		
800			2012-06-09	3.45	M U12 Steenwijk	2017-06-02	35.11	M U16 Chasseneuil-sur-B.		
2014-04-21	3:00.05	M U14 Dronten	2013-06-23	3.57	M U12 Soest			speer 700		
1000			2014-04-12	3.65	M U14 Heerenveen	2017-11-19	33.34	M U18 Châtellerault (Fra)		
2011-04-09	4:23.0	M U10 Heerenveen	2014-04-21	3.76	M U14 Dronten	2018-04-07	34.37	M U18 Niort (Fra)		
2011-04-16	4:15.3	M U10 Leeuwarden	2014-05-17	3.87	M U14 Heerenveen	2018-04-21	41.07	M U18 Poitiers (Fra)		
2011-06-07	4:10.2	M U10 Heerenveen	2014-05-31	3.97	M U14 Stadskanaal			speer 800		
2012-06-05	4:09.5	M U12 Heerenveen	2015-04-06	4.12	M U14 Purmerend	2018-05-05	31.28	M U18 Poitiers (Fra)		
2012-06-19	4:04.5	M U12 Sneek	2015-07-04	4.32	M U14 Best	2020-08-14	43.99	M U20 Cerizay (Fra)		
2012-07-07	4:00.8	M U12 Heerenveen	2015-08-23	4.42	M U14 Amsterdam			werp 3-kamp		
2013-10-05	3:58.3	M U12 Heerenveen	2016-04-09	4.45	M U16 Heerenveen	2014-05-21	1017	M U14 Sneek		
2014-06-15	3:53.64	M U14 Dronten	2017-04-01	4.61	M U16 Migné-Auxances	2015-10-10	1120	M U14 Steenwijk		
2017-07-09	3:38.14	M U16 Stadskanaal	2017-06-14	4.78	M U16 Poitiers (Fra)			7-kamp		
1500			2018-05-12	4.97	M U18 La Rochelle (Fra)	2014-06-15	2430	M U14 Dronten		
2018-05-13	6:07.73	M U18 La Rochelle (Fra)	2019-05-11	5.43	M U18 Cérizay (Fra)	2015-05-25	2679	M U14 Amstelveen		
2019-05-12	5:53.80	M U18 Cérizay (Fra)	2019-05-26	5.82	M U18 Niort (Fra)	2015-07-05	2768	M U14 Best		
2019-06-02	5:44.24	M U18 Talence (Fra)	2019-06-01	6.16	M U18 Talence (Fra)	2015-08-30	2851	M U14 Stadskanaal		
80h			balwerpen 180					8-kamp		
2015-08-30	16.31	M U14 Stadskanaal	2012-04-14	22.58	M U12 Heerenveen	2016-05-01	2976	M U16 Sneek		
80h 76,2			2012-06-09	26.69	M U12 Steenwijk	2016-06-05	3311	M U16 Gemert		
2014-06-15	17.80	M U14 Dronten	2012-06-19	30.17	M U12 Sneek	2017-07-09	3940	M U16 Stadskanaal		
2015-04-06	16.70	M U14 Purmerend	discus 1					10-kamp		
100h 83,8			2014-04-05	15.01	M U14 Steenwijk	2018-05-13	3496	M U18 La Rochelle (Fra)		
2016-04-23	22.72w	M U16 Assen	2014-05-17	16.40	M U14 Heerenveen	2019-05-12	4708	M U18 Cérizay (Fra)		
2016-05-01	21.88	M U16 Sneek	2014-05-21	17.46	M U14 Sneek	2019-06-02	5209	M U18 Talence (Fra)		
2016-06-05	20.40	M U16 Gemert	2015-05-14	19.27	M U14 Amsterdam			Iris Nanninga		
2017-04-15	19.06	M U16 Châtellerault (Fra)	2015-05-16	20.27	M U14 Heerenveen			60		
2017-07-09	18.22	M U16 Stadskanaal	2015-05-30	20.85	M U14 Drachten	2021-09-11	10.0	V U12 Drachten		
110h 91,4			2015-06-21	22.45	M U14 Emmen			600		
2018-05-13	19.50	M U18 La Rochelle (Fra)	2016-05-14	23.11	M U16 Heerenveen	2021-10-02	2:33.60	V U12 Heerenveen		
2019-04-13	17.50	M U18 Poitiers (Fra)	2017-07-09	23.15	M U16 Stadskanaal			duur 6'		
2019-06-01	17.34	M U18 Talence (Fra)	discus 1½			2022-06-25	1275	V U12 Drachten		
300h 76,2			2017-11-19	22.76	M U18 Châtellerault (Fra)			60h		
2015-04-26	1:01.06	M U14 Epe	2018-01-28	24.46	M U18 Angoulême (Fra)	2021-09-11	12.6	V U12 Drachten		
2016-06-25	59.02	M U16 Emmen	2019-04-03	28.38	M U18 Niort (Fra)	2022-06-25	12.0	V U12 Drachten		
hoog			2019-04-17	33.88	M U18 Angoulême (Fra)			hoog		
2011-07-05	1.10	M U10 Leeuwarden	2019-06-02	36.14	M U18 Talence (Fra)	2022-06-25	1.15	V U12 Drachten		
2011-07-16	1.10	M U10 Hoogeveen	discus 1¼					polsver		
2012-04-21	1.10	M U12 Leeuwarden	2017-01-29	19.63	M U16 Cognac (Fra)	2022-06-25	3.40	V U12 Drachten		
2012-06-05	1.25	M U12 Heerenveen	2017-03-26	20.95	M U16 Chasseneuil-sur-B.			ver		
2012-10-06	1.25	M U12 Heerenveen	2017-05-28	21.92	M U16 Niort (Fra)	2021-09-11	2.20	V U12 Drachten		
2013-05-11	1.25	M U12 Hoogeveen	kogel 2			2021-10-02	2.95	V U12 Heerenveen		
2013-06-23	1.25	M U12 Soest	2011-04-09	5.12	M U10 Heerenveen			kogel 2		
2013-10-05	1.25	M U12 Heerenveen	2011-06-21	5.89	M U10 Sneek	2022-06-25	3.93	V U12 Heerenveen		
2014-04-12	1.25	M U14 Heerenveen	2012-04-21	6.13	M U12 Leeuwarden			2022-06-25	5.30	V U12 Drachten
2014-05-17	1.35	M U14 Heerenveen	2012-06-09	6.38	M U12 Steenwijk			slingeren		
2014-09-07	1.40	M U14 Amsterdam	2012-07-03	6.55	M U12 Leeuwarden	2021-09-11	14.00	V U12 Drachten		
2015-08-30	1.40	M U14 Stadskanaal	2013-05-11	6.99	M U12 Hoogeveen			vortex		
2016-06-05	1.45	M U16 Gemert	kogel 3			2021-09-11	9.00	V U12 Drachten		
2016-10-15	1.45	M U16 Neuville-de-Poitou	2014-05-21	6.82	M U14 Sneek	2022-04-07	11.50	V U12 Heerenveen		
2017-03-26	1.60	M U16 Chasseneuil-sur-B.	2015-05-25	7.30	M U14 Amstelveen	2022-06-25	13.00	V U12 Drachten		
2018-04-21	1.71	M U18 Poitiers (Fra)	2015-06-14	7.60	M U14 Deventer					
2018-06-16	1.79	M U18 Niort (Fra)	2015-07-10	7.94	M U14 Steenwijk					
2019-05-26	1.90	M U18 Niort (Fra)	2015-08-30	8.17	M U14 Stadskanaal					
2019-06-09	1.92	M U18 Angoulême (Fra)	kogel 4							
2020-07-24	1.95	M U20 Brive-la-Gaillarde	2016-04-03	8.31	M U16 Steenwijk					
2022-06-06	1.97	M U23 Tilburg	2017-04-01	8.70	M U16 Migné-Auxances					
2022-06-11	2.05	M U23 Leiden	kogel 5							
2022-06-19	2.06	M U23 Niort (Fra)	2018-05-12	8.62	M U18 La Rochelle (Fra)			Stefan de Nekker		
polshoog			2019-05-11	11.20	M U18 Cérizay (Fra)			800		
2016-04-09	1.91	M U16 Heerenveen	speer 400			2020-09-26	2:20.0	M Heerenveen		
2016-06-11	2.20	M U16 Groningen	2014-04-05	18.74	M U14 Steenwijk			3000		
			2014-04-21	22.29	M U14 Dronten	2019-10-05	9:38.4	M Heerenveen		
			2014-05-21	24.42	M U14 Sneek					

2020-09-18	9:15.1	M	Hoogeveen	slingeren	2019-08-09	16.80	M	Utrecht			
5000				2019-05-25	16.50	M	U12 Steenwijk	200			
2019-08-30	17:17.05	M	Utrecht	2019-09-14	17.00	M	U12 Sneek	2016-07-22	22.67	M	Wageningen
2020-09-04	16:18.67	M	Leeuwarden	vortex	2016-08-14	22.32	M	Alkmaar	kogel 7¼		
Martijn Nota				2019-05-25	19.00	M	U12 Steenwijk	2012-05-20	11.70	M	U23 Harderwijk
5000				2019-06-29	23.00	M	U12 Leeuwarden	sprint 2-kamp			
2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen	Siebert Nutma				2016-08-13	1714	M	Alkmaar
Sverre Nota				800				Nina Poltavets			
60				2022-09-04	2:06.29	M	U23 Groningen	40h			
2019-05-25	10.1	M	U12 Steenwijk	Jilke Oswald				2022-04-07	9.3	V	U9 Heerenveen
2019-09-14	9.7	M	U12 Sneek	100				ver			
2019-10-05	9.3	M	U12 Heerenveen	2021-03-20	13.2	M	U18 Heerenveen	2022-04-07	1.70	V	U9 Heerenveen
80				2021-05-01	13.01	M	U18 Heerenveen	vortex			
2021-04-17	12.1	M	U14 Heerenveen	2021-10-02	12.93w	M	U18 Heerenveen	2022-04-07	8.00	V	U9 Heerenveen
2021-05-22	12.16	M	U14 Heerenveen	2022-04-10	12.90	M	U18 Drachten	Norah Pont			
2021-07-03	11.86	M	U14 Assen	400				40			
2021-10-02	11.40w	M	U14 Heerenveen	2021-05-01	1:04.71	M	U18 Heerenveen	2015-10-03	7.8	V	U9 Heerenveen
100				2022-05-15	1:01.74	M	U18 Zwolle	2018-03-25	7.26	V	U10 Assen
2022-06-11	13.95	M	U16 Heerenveen	2022-06-12	1:01.05	M	U18 Assen	2018-04-21	6.8	V	U10 Drachten
150				400h 83,8				60			
2020-07-02	25.1	M	U14 Heerenveen	2022-04-10	1:07.74	M	U18 Drachten	2019-05-25	9.5	V	U12 Steenwijk
1000				2022-06-17	1:05.92	M	U18 Amsterdam	2021-04-17	8.5	V	U14 Heerenveen
2019-10-05	3:51.9	M	U12 Heerenveen	ver				2021-05-22	8.70	V	U14 Heerenveen
duur 4'				2021-03-20	4.87	M	U18 Heerenveen	2021-07-03	8.46	V	U14 Assen
2019-06-29	975	M	U12 Leeuwarden	2021-04-11	5.26	M	U18 Heerenveen	150			
duur 6'				2022-06-12	5.59	M	U18 Assen	2021-05-22	21.22	V	U14 Heerenveen
2019-05-25	1400	M	U12 Steenwijk	kogel 5				2021-09-12	20.96	V	U14 Amsterdam
60h				2021-03-20	7.38	M	U18 Heerenveen	2021-09-12	20.88w	V	U14 Amsterdam
2019-05-25	11.1	M	U12 Steenwijk	2022-10-01	9.98	M	U18 Heerenveen	2022-09-04	20.64	V	U14 Amsterdam
2019-06-29	10.6	M	U12 Leeuwarden	speer 700				600			
2019-09-14	10.6	M	U12 Sneek	2022-05-21	28.43	M	U18 Heerenveen	2015-10-03	2:31.8	V	U9 Heerenveen
80h 76,2				2022-10-01	31.67	M	U18 Heerenveen	duur 4'			
2021-07-03	15.08	M	U14 Assen	Klaas Peereboom				2018-04-21	900	V	U10 Drachten
hoog				discus 1				2018-05-26	1050	V	U10 Sneek
2019-06-29	1.20	M	U12 Leeuwarden	2018-10-06	18.33	M65	Heerenveen	2019-06-29	975	V	U12 Leeuwarden
2020-09-26	1.30	M	U14 Heerenveen	2019-08-30	19.03	M65	Heerenveen	duur 6'			
2021-03-20	1.40	M	U14 Heerenveen	2020-08-28	20.70	M65	Heerenveen	2019-04-20	1475	V	U12 Drachten
2022-04-09	1.45	M	U16 Emmeloord	kogel 5				2019-05-25	1425	V	U12 Steenwijk
2022-05-14	1.50	M	U16 Emmen	2018-10-06	7.97	M65	Heerenveen	40h			
2022-05-21	1.55	M	U16 Heerenveen	speer 600				2018-04-21	7.5	V	U10 Drachten
2022-06-11	1.55	M	U16 Heerenveen	2018-10-06	19.53	M65	Heerenveen	60h			
polshoog				werp 3-kamp				2019-04-20	10.8	V	U12 Drachten
2021-05-01	2.06	M	U14 Heerenveen	2018-10-06	849	M65	Heerenveen	2019-09-14	10.8	V	U12 Sneek
2021-05-22	2.17	M	U14 Heerenveen	Jeroen Persson				60h 76,2			
2021-09-12	2.40	M	U14 Amsterdam	100				2021-04-17	10.5	V	U14 Heerenveen
2022-05-01	2.62	M	U16 Heerenveen	2022-08-13	11.16	M	U18 Mölndal (Zwe)	2021-07-03	10.49	V	U14 Assen
polsver				200				2021-09-12	10.20	V	U14 Amsterdam
2019-06-29	4.45	M	U12 Leeuwarden	2022-06-06	22.32	M	U18 Skara (Zwe)	2022-05-14	10.06w	V	U14 Emmen
ver				2022-06-19	22.07	M	U18 Göteborg (Zwe)	2022-07-09	9.89	V	U14 Hoorn
2019-05-25	3.15	M	U12 Steenwijk	2022-08-28	21.86	M	U18 Sollentuna (Zwe)	hoog			
2019-09-14	3.15	M	U12 Sneek	2022-09-04	21.79	M	U18 Helsinki (Fin)	2018-05-26	1.05	V	U10 Sneek
2019-10-05	3.48	M	U12 Heerenveen	400				2018-09-15	1.05	V	U10 Heerenveen
2020-09-26	4.11	M	U14 Heerenveen	2022-05-21	49.63	M	U18 Eslöv (Zwe)	2019-04-20	1.15	V	U12 Drachten
2021-07-03	4.51	M	U14 Assen	2022-06-10	48.77	M	U18 Sollentuna (Zwe)	2019-06-29	1.20	V	U12 Leeuwarden
2022-05-21	4.67	M	U16 Heerenveen	2022-08-27	48.50	M	U18 Sollentuna (Zwe)	2021-04-17	1.35	V	U14 Heerenveen
kogel 2				Jeroen Piek				2021-05-22	1.35	V	U14 Heerenveen
2019-06-29	6.50	M	U12 Leeuwarden	60				hurkhoog			
2019-10-05	6.85	M	U12 Heerenveen	2019-08-25	7.26	M	Alkmaar	2018-04-21	0.85	V	U10 Drachten
kogel 3				100				polsver			
2020-07-02	6.89	M	U14 Heerenveen	2011-07-01	11.03w	M	U23 Assen	2019-04-20	4.25	V	U12 Drachten
2020-09-26	7.11	M	U14 Heerenveen	2011-07-30	10.94w	M	U23 Amsterdam	ver			
2021-03-20	7.52	M	U14 Heerenveen	150				2015-10-03	2.21	V	U9 Heerenveen
kogel 4				2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk	2018-03-25	3.17	V	U10 Assen
2022-04-09	8.23	M	U16 Emmeloord					2018-09-15	3.20	V	U10 Heerenveen

2019-05-25	3.45	V U12	Steenwijk	Patrick Postma	40h					
balstoten				3000	2016-07-02	8.7	V U10 Drachten			
2018-05-26	5.50	V U10	Sneek	2019-03-30 10:14.41	M	Steenwijk	60h			
2018-09-15	5.60	V U10	Heerenveen	5000	2017-05-20	12.5	V U12 Steenwijk			
kogel 2				2012-06-24 18:26.80	M U23	Drachten	2017-07-08	12.3	V U12 Drachten	
2018-03-25	4.56	V U10	Assen		2017-09-16	12.3	V U12 Heerenveen	2018-04-21	12.1	V U12 Drachten
2019-04-20	6.30	V U12	Drachten	Sanne Pultrum	2018-07-07	12.1	V U12 Steenwijk	2018-09-15	12.1	V U12 Heerenveen
slingeren				40	60h 76,2					
2018-04-21	10.00	V U10	Drachten	2016-06-18	7.72	V U10 Heerenveen	2019-05-04	13.74	V U14 Sneek	
2019-05-25	14.50	V U12	Steenwijk	2016-07-02	7.4	V U10 Drachten	2019-05-25	13.32	V U14 Sneek	
vortex				2016-10-01	7.0	V U10 Heerenveen	80h 76,2			
2015-10-03	14.74	V U9	Heerenveen	60	2017-05-20	10.2	V U12 Steenwijk	2021-03-20	16.1	V U16 Heerenveen
2018-05-26	16.50	V U10	Sneek	2017-09-16	10.2	V U12 Heerenveen	2021-05-22	15.60	V U16 Heerenveen	
2018-09-15	16.50	V U10	Heerenveen	2017-10-07	10.0	V U12 Heerenveen	2021-10-09	14.08	V U16 Best	
2019-04-20	19.50	V U12	Drachten	2018-05-26	9.7	V U12 Sneek	2022-04-30	13.97	V U16 Heerenveen	
2019-05-25	22.50	V U12	Steenwijk	2018-10-06	9.81	V U12 Heerenveen	300h 76,2			
2019-06-29	24.50	V U12	Leeuwarden	2019-03-30	9.69	V U14 Steenwijk	2022-06-11	51.95	V U16 Heerenveen	
				2019-10-05	9.2	V U14 Heerenveen	hoog			
				2020-07-25	9.21	V U14 Heerenveen	2016-06-18	1.00	V U10 Heerenveen	
Eric Portema				80	2022-04-02	11.37	V U16 Steenwijk	2016-09-17	1.00	V U10 Heerenveen
discus 2				2022-05-21	11.22	V U16 Heerenveen	2017-06-24	1.15	V U12 Stadskanaal	
2011-10-09	27.23	M	Steenwijk	2022-07-09	11.16	V U16 Hoorn	2017-09-09	1.15	V U12 Sneek	
2013-05-31	28.34	M	Steenwijk	2022-07-09	10.93	V U16 Hoorn	2018-04-21	1.15	V U12 Drachten	
2013-10-05	28.81	M	Heerenveen	2022-08-27	10.86w	V U16 Amsterdam	2018-06-02	1.15	V U12 Stadskanaal	
kogel 7¼				2022-09-17	10.81w	V U16 Rotterdam	2018-07-07	1.20	V U12 Steenwijk	
2011-06-05	11.45	M	Assen	100	2019-04-06	1.25	V U14 Heerenveen	2019-06-08	1.25	V U14 Groningen
kogelsl. 7¼				2022-06-10	13.39	V U16 Ede	2019-09-01	1.25	V U14 Amsterdam	
2013-04-21	18.75	M	Grootebroek	150	2020-07-02	22.9	V U14 Heerenveen	2019-10-05	1.30	V U14 Heerenveen
2014-05-04	20.88	M	Grootebroek	2020-07-22	21.90	V U16 Heerenveen	2020-07-25	1.35	V U14 Heerenveen	
speer 800				2021-05-22	20.23	V U16 Heerenveen	2020-09-19	1.40	V U14 Grootebroek	
2011-10-09	46.88	M	Steenwijk	2021-10-02	20.17	V U16 Emmen	2020-09-26	1.40	V U14 Heerenveen	
2012-05-17	49.52	M	Hengelo	2022-05-14	19.83	V U16 Steenwijk	2021-04-17	1.40	V U16 Heerenveen	
2013-05-09	51.48	M	Groningen	2022-06-24			2021-10-02	1.45	V U16 Heerenveen	
werp 3-kamp				200	2022-04-02	1.45	V U16 Steenwijk	2022-04-30	1.50	V U16 Heerenveen
2011-10-09	1463	M	Steenwijk	2019-05-11	33.22	V U14 Heerenveen	2022-06-11	1.50	V U16 Heerenveen	
2013-05-31	1520	M	Steenwijk	2021-05-01	28.49	V U16 Heerenveen	hurkhoog			
2013-10-05	1593	M	Heerenveen	300	2022-06-24	46.02	V U16 Steenwijk	2016-07-02	0.75	V U10 Drachten
Jasper Post				400	2019-05-05	1:14.16	V U14 Sneek	polsver		
40				600	2019-05-05	2:06.33	V U14 Sneek	2017-07-08	3.65	V U12 Drachten
2018-10-06	8.95	M U8	Heerenveen	2020-07-25	1:56.00	V U14 Heerenveen	2018-04-21	4.05	V U12 Drachten	
600				2020-09-26	1:52.0	V U14 Heerenveen	2018-07-07	4.05	V U12 Steenwijk	
2018-10-06	2:57:28	M U8	Heerenveen	2021-05-23	1:48.04	V U16 Heerenveen	ver			
ver				800	2020-09-06	2:49.73	V U14 Alkmaar	2016-06-18	2.99	V U10 Heerenveen
2018-10-06	2.10	M U8	Heerenveen	2020-09-19	2:47.24	V U14 Grootebroek	2016-09-17	3.00	V U10 Heerenveen	
kogel 2				2021-03-20	2:40.7	V U16 Heerenveen	2016-10-01	3.01	V U10 Heerenveen	
2021-05-06	4.10	M U12	Heerenveen	2021-04-11	2:34.0	V U16 Heerenveen	2017-05-20	3.15	V U12 Steenwijk	
vortex				2021-05-01	2:34.09	V U16 Heerenveen	2017-06-24	3.28	V U12 Stadskanaal	
2018-10-06	8.89	M U8	Heerenveen	2021-06-19	2:32.40	V U16 Leeuwarden	2017-10-07	3.39	V U12 Heerenveen	
2021-05-06	14.00	M U12	Heerenveen	1000	2016-10-01	3:56.0	V U10 Heerenveen	2018-05-26	3.60	V U12 Sneek
Gearard Posthumus				2021-07-03	6:01.52	V U16 Assen	2018-10-06	3.60	V U12 Heerenveen	
5000				duur 4'			2019-05-05	3.63w	V U14 Sneek	
2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	2016-07-02	975	V U10 Drachten	2021-03-20	3.66	V U16 Heerenveen	
Anita Postma				duur 6'			2021-05-23	3.91	V U16 Heerenveen	
80				2017-05-20	1450	V U12 Steenwijk	2021-08-28	4.12	V U16 Amsterdam	
2022-10-01	11.8	V U16	Heerenveen	2017-07-08	1450	V U12 Drachten	2021-10-10	4.50	V U16 Best	
150				2018-04-21	1500	V U12 Drachten	balstoten			
2022-10-01	23.0	V U16	Heerenveen				2016-09-17	5.00	V U10 Heerenveen	
hoog							discus ¾			
2022-10-01	1.35	V U16	Heerenveen				2019-03-30	10.10	V U14 Steenwijk	
ver							kogel 2			
2022-10-01	3.62	V U16	Heerenveen				2017-06-24	4.42	V U12 Stadskanaal	
sprint 2-kamp							2017-07-08	5.00	V U12 Drachten	
2022-10-01	826	V U16	Heerenveen				2017-10-07	5.30	V U12 Heerenveen	
							2018-04-21	5.70	V U12 Drachten	
							2018-06-02	6.22	V U12 Stadskanaal	
							2018-07-14	6.51	V U12 Heerenveen	
							2018-10-06	6.62	V U12 Heerenveen	
							2019-04-06	6.95	V U14 Heerenveen	
							2019-05-05	7.30	V U14 Sneek	

2019-10-05	7.77	V U14	Heerenveen
2020-07-02	8.45	V U14	Heerenveen
kogel 3			
2021-03-20	7.22	V U16	Heerenveen
2021-04-17	7.58	V U16	Heerenveen
2021-10-10	7.80	V U16	Best
2022-04-02	8.10	V U16	Steenwijk
2022-04-30	8.24	V U16	Heerenveen
2022-06-10	8.66	V U16	Ede
slingeren			
2016-07-02	11.50	V U10	Drachten
2017-05-20	14.50	V U12	Steenwijk
2018-05-26	15.00	V U12	Sneek
2018-09-15	16.00	V U12	Heerenveen
speer 400			
2019-03-30	9.53	V U14	Steenwijk
speer 500			
2021-05-23	14.12	V U16	Heerenveen
2021-10-02	16.88	V U16	Heerenveen
2022-05-01	19.31	V U16	Heerenveen
vortex			
2016-06-18	10.59	V U10	Heerenveen
2016-07-02	12.00	V U10	Drachten
2017-05-20	13.50	V U12	Steenwijk
2017-07-08	14.00	V U12	Drachten
2018-05-26	15.50	V U12	Sneek
2018-07-07	18.00	V U12	Steenwijk
2018-09-15	18.00	V U12	Heerenveen
sprint 2-kamp			
2022-10-01	1068	V U16	Heerenveen
6-kamp			
2019-05-05	1767	V U14	Sneek
7-kamp			
2021-05-23	3321	V U16	Heerenveen
2022-05-01	3461	V U16	Heerenveen

Finn Richardson

40			
2020-06-02	8.9	M U8	Heerenveen
2020-09-26	8.9	M U8	Heerenveen
2021-04-06	8.8	M U8	Heerenveen
2021-05-06	8.4	M U8	Heerenveen
600			
2020-09-26	3:18.0	M U8	Heerenveen
2021-05-22	2:53.80	M U8	Heerenveen
duur 4'			
2020-09-12	750	M U8	Heerenveen
2021-05-06	825	M U8	Heerenveen
2021-06-05	825	M U8	Heerenveen
40h			
2021-06-05	8.9	M U8	Heerenveen
hoog			
2021-06-05	0.70	M U8	Heerenveen
hurkhoog			
2020-06-30	0.70	M U8	Heerenveen
2021-05-06	0.70	M U8	Heerenveen
ver			
2020-06-02	2.15	M U8	Heerenveen
2020-09-26	2.32	M U8	Heerenveen
2021-04-06	2.50	M U8	Heerenveen
2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen
balstoten			
2020-09-12	4.30	M U8	Heerenveen
2021-06-05	4.70	M U8	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	3.00	M U8	Heerenveen
2021-05-06	12.00	M U8	Heerenveen
vortex			
2020-06-02	10.00	M U8	Heerenveen

2020-09-26	11.54	M U8	Heerenveen
2021-05-06	13.00	M U8	Heerenveen

Lois Richardson

40			
2016-04-16	8.2	V U8	Sneek
2016-06-18	8.02	V U8	Heerenveen
2016-10-01	7.5	V U8	Heerenveen
2017-04-02	7.69	V U9	Assen
2017-09-02	7.66	V U9	Deventer
2018-03-25	7.64	V U10	Assen
2018-04-21	7.4	V U10	Drachten
2018-07-07	7.3	V U10	Steenwijk
2018-07-14	7.51	V U10	Heerenveen
2018-09-01	7.47	V U10	Deventer
2018-10-06	7.21	V U10	Heerenveen
60			
2019-04-07	10.34	V U12	Assen
2019-09-14	10.1	V U12	Sneek
2019-10-05	9.9	V U12	Heerenveen
2021-04-17	9.4	V U14	Heerenveen
100			
2021-07-09	15.38	V U14	Steenwijk
600			
2016-06-18	2:46.95	V U8	Heerenveen
2016-10-01	2:44.1	V U8	Heerenveen
2017-06-24	2:26.90	V U9	Stadskanaal
2017-10-07	2:19.9	V U9	Heerenveen
2019-04-07	2:19.90	V U12	Assen
1000			
2018-10-06	4:29.34	V U10	Heerenveen
2019-10-05	4:11.0	V U12	Heerenveen
duur 4'			
2016-04-16	700	V U8	Sneek
2016-05-28	775	V U8	Leeuwarden
2016-07-02	875	V U8	Drachten
2017-04-08	875	V U9	Leeuwarden
2017-05-20	900	V U9	Steenwijk
2018-04-21	925	V U10	Drachten
2018-05-26	950	V U10	Sneek
duur 6'			
2019-04-20	1325	V U12	Drachten
2019-05-25	1325	V U12	Steenwijk
40h			
2016-04-16	10.4	V U8	Sneek
2016-07-02	9.5	V U8	Drachten
2017-07-08	8.8	V U9	Drachten
2018-04-21	7.8	V U10	Drachten
2018-07-07	7.5	V U10	Steenwijk
60h			
2019-04-20	11.3	V U12	Drachten
2019-05-25	11.2	V U12	Steenwijk
2019-06-29	10.8	V U12	Leeuwarden
2020-09-12	10.4	V U12	Heerenveen
60h 76,2			
2021-04-17	12.5	V U14	Heerenveen
2021-07-03	12.62	V U14	Assen
300h 76,2			
2022-05-21	1:01.52	V U14	Heerenveen
hoog			
2016-09-17	0.85	V U8	Heerenveen
2017-05-20	0.90	V U9	Steenwijk
2017-06-24	0.90	V U9	Stadskanaal
2017-09-16	0.90	V U9	Heerenveen
2018-05-26	1.05	V U10	Sneek
2018-09-15	1.10	V U10	Heerenveen
2019-04-20	1.10	V U12	Drachten
2019-06-29	1.15	V U12	Leeuwarden
2022-10-01	1.15	V U14	Heerenveen

hurkhoog			
2015-09-19	0.65	V U8	Heerenveen
2016-04-16	0.65	V U8	Sneek
2016-05-28	0.70	V U8	Leeuwarden
2016-07-02	0.75	V U8	Drachten
2017-07-08	0.80	V U9	Drachten
2018-04-21	0.85	V U10	Drachten
2018-07-07	0.90	V U10	Steenwijk
polsver			
2019-04-20	3.35	V U12	Drachten
2019-06-29	4.05	V U12	Leeuwarden
ver			
2015-09-19	1.55	V U8	Heerenveen
2016-05-28	2.30	V U8	Leeuwarden
2016-06-18	2.41	V U8	Heerenveen
2016-09-17	2.60	V U8	Heerenveen
2016-10-01	2.96	V U8	Heerenveen
2017-09-09	2.97	V U9	Sneek
2018-03-25	3.02	V U10	Assen
2018-09-01	3.25	V U10	Deventer
2018-09-15	3.30	V U10	Heerenveen
2019-04-07	3.33	V U12	Assen
2020-06-02	3.50	V U12	Heerenveen
2021-04-17	3.93	V U14	Heerenveen
balstoten			
2015-09-19	2.20	V U8	Heerenveen
2016-05-28	3.20	V U8	Leeuwarden
2016-09-17	3.60	V U8	Heerenveen
2017-05-20	4.40	V U9	Steenwijk
2017-09-16	4.70	V U9	Heerenveen
2018-05-26	5.10	V U10	Sneek
2018-09-15	5.50	V U10	Heerenveen
balwerpen 180			
2017-06-24	11.30	V U9	Stadskanaal
discus ¾			
2022-04-02	16.92	V U14	Steenwijk
kogel 2			
2018-03-25	3.92	V U10	Assen
2018-07-14	3.98	V U10	Heerenveen
2019-04-07	5.36	V U12	Assen
2019-04-20	5.40	V U12	Drachten
2020-09-12	6.40	V U12	Heerenveen
2022-10-01	7.35	V U14	Heerenveen
slingeren			
2016-04-16	5.00	V U8	Sneek
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
2020-06-30	15.50	V U12	Heerenveen
speer 400			
2022-04-02	14.46	V U14	Steenwijk
2022-05-21	14.66	V U14	Heerenveen
2022-10-01	20.76	V U14	Heerenveen
vortex			
2015-09-19	4.50	V U8	Heerenveen
2016-04-16	7.00	V U8	Sneek
2016-05-28	7.50	V U8	Leeuwarden
2016-07-02	8.50	V U8	Drachten
2016-09-17	11.00	V U8	Heerenveen
2016-10-01	11.20	V U8	Heerenveen
2017-09-09	12.60	V U9	Sneek
2018-05-26	13.00	V U10	Sneek
2018-07-07	13.50	V U10	Steenwijk
2018-10-06	14.07	V U10	Heerenveen
2019-04-20	20.00	V U12	Drachten
2019-06-29	21.50	V U12	Leeuwarden
Stef Rijkema			
60			
2020-09-26	8.4	M U9	Heerenveen

600
2020-09-26 2:48.0 M U9 Heerenveen
duur 4'
2021-06-05 950 M U10 Heerenveen
40h
2020-06-30 9.6 M U9 Heerenveen
2021-06-05 8.2 M U10 Heerenveen
hoog
2021-06-05 0.95 M U10 Heerenveen
hurkhoog
2020-06-30 0.75 M U9 Heerenveen
ver
2020-09-26 2.82 M U9 Heerenveen
2021-06-05 3.25 M U10 Heerenveen
balstoten
2021-06-05 4.80 M U10 Heerenveen
slingeren
2020-06-30 9.50 M U9 Heerenveen
vortex
2020-09-26 16.18 M U9 Heerenveen

Nynke Rijpma

80
2020-09-19 11.36 V U16 Grootebroek
2020-09-26 10.9 V U16 Heerenveen
150
2021-05-22 21.06 V U16 Heerenveen
2021-09-12 21.05 V U16 Zoetermeer
2022-08-05 20.22 V U18 Utrecht
200
2022-07-08 27.84 V U18 Utrecht
2022-10-01 27.5 V U18 Heerenveen
300
2020-09-19 49.89 V U16 Grootebroek
2022-04-02 47.9 V U18 Steenwijk
400
2022-05-15 1:09.58 V U18 Zwolle
2022-06-12 1:07.68 V U18 Assen
2022-06-18 1:05.40 V U18 Amsterdam
80h 76,2
2020-07-25 15.24 V U16 Heerenveen
2021-03-20 14.6 V U16 Heerenveen
2021-04-17 14.2 V U16 Heerenveen
2021-05-22 13.82 V U16 Heerenveen
2021-09-11 13.70 V U16 Zoetermeer
300h 76,2
2020-07-04 52.6 V U16 Heerenveen
2021-05-01 51.83 V U16 Heerenveen
400h 76,2
2021-04-11 1:15.7 V U16 Heerenveen
2022-06-17 1:13.63 V U18 Amsterdam
hoog
2020-07-04 1.36 V U16 Heerenveen
2020-09-26 1.45 V U16 Heerenveen
hss
2021-04-11 9.74 V U16 Heerenveen
2021-08-29 10.35 V U16 Amsterdam
ver
2020-07-04 4.59 V U16 Heerenveen
2020-09-19 4.67 V U16 Grootebroek
2020-09-26 4.91 V U16 Heerenveen
2021-05-23 5.17 V U16 Heerenveen
kogel 3
2021-05-22 9.47 V U16 Heerenveen
2021-09-11 9.68 V U16 Zoetermeer

speer 500
2021-03-20 21.62 V U16 Heerenveen
2021-05-23 23.82 V U16 Heerenveen
7-kamp
2021-05-23 3564 V U16 Heerenveen

Sem van Rooijen

60
2020-08-23 7.37w M U18 Alkmaar
100
2020-07-11 11.87 M U18 Epe
2020-07-25 11.70w M U18 Heerenveen
2021-05-01 11.54 M U20 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
2021-04-11 24.2 M U20 Heerenveen
2021-05-22 23.84 M U20 Heerenveen
2021-09-12 23.76 M U20 Amersfoort
2022-04-10 23.48 M U20 Drachten
2022-05-15 23.35 M U20 Zwolle
2022-06-19 23.01 M U20 Amsterdam
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
2021-04-06 7.6 M U10 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
2020-09-12 13.00 M U9 Heerenveen
2020-09-26 14.84 M U9 Heerenveen
2021-05-06 18.50 M U10 Heerenveen
2021-10-02 21.88 M U10 Heerenveen

Lars Seijsener

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
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

80
2021-06-27 11.50 V U16 Hoofddorp
2022-09-17 11.39w V U16 Rotterdam
150
2021-05-22 22.17 V U16 Heerenveen
2021-07-10 21.82 V U16 Delft
600
2021-05-23 2:07.00 V U16 Heerenveen
2021-07-11 1:59.80 V U16 Delft
2021-10-10 1:59.49 V U16 Best
60h 76,2
2020-07-25 12.37 V U14 Heerenveen
60h 106,7
2020-09-12 11.08w V U14 Zoetermeer
80h 76,2
2021-03-20 14.5 V U16 Heerenveen
2021-05-01 14.44 V U16 Heerenveen
2021-07-10 14.22 V U16 Delft
hoog
2020-07-04 1.48 V U14 Heerenveen
2020-09-19 1.50 V U14 Grootebroek
2020-09-26 1.50 V U14 Heerenveen
2021-03-20 1.50 V U16 Heerenveen
2021-04-17 1.55 V U16 Heerenveen
2021-05-22 1.60 V U16 Heerenveen
2021-07-04 1.60 V U16 Dongen
2021-09-11 1.60 V U16 Zoetermeer
2021-10-09 1.61 V U16 Best
ver
2020-09-13 4.46 V U14 Zoetermeer
2020-09-26 4.58 V U14 Heerenveen
2021-05-23 4.58 V U16 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
2022-04-02 25.66 V U16 Steenwijk
2022-05-14 28.75 V U16 Emmen
2022-06-18 29.04 V U16 Stadskanaal
kogel 2
2020-07-04 11.86 V U14 Heerenveen
2020-09-13 12.15 V U14 Zoetermeer
kogel 3
2021-03-20 8.90 V U16 Heerenveen
2021-04-17 9.85 V U16 Heerenveen

1000				2018-05-26	11.50	M U10 Sneek		kogel 2		
2018-10-06	4:22.10	M U10 Heerenveen		2018-07-07	14.00	M U10 Steenwijk		2015-10-03	4.12	V U12 Heerenveen
duur 4'				2019-04-20	16.50	M U12 Drachten		2016-07-02	4.30	V U12 Drachten
2017-04-08	825	M U9 Leeuwarden		2020-09-12	17.50	M U12 Heerenveen		2016-10-01	4.35	V U12 Heerenveen
2017-05-20	850	M U9 Steenwijk		sprint 2-kamp				2017-05-14	6.25	V U14 Sneek
2017-07-08	850	M U9 Drachten		2022-10-01	66	M U14 Heerenveen		2018-10-06	7.12	V U14 Heerenveen
2018-05-26	875	M U10 Sneek						slingeren		
duur 6'				Alicia vd Tempel				2016-05-28	11.50	V U12 Leeuwarden
2019-04-20	1225	M U12 Drachten		60				2016-09-17	12.50	V U12 Heerenveen
2020-09-12	1250	M U12 Heerenveen		2015-10-03	10.7	V U12 Heerenveen		speer 400		
40h				2016-05-28	10.5	V U12 Leeuwarden		2017-05-13	10.60	V U14 Sneek
2017-04-08	10.5	M U9 Leeuwarden		2016-06-18	10.55	V U12 Heerenveen		vortex		
2017-07-08	9.8	M U9 Drachten		2016-10-01	10.3	V U12 Heerenveen		2016-04-16	10.50	V U12 Sneek
2018-07-07	9.6	M U10 Steenwijk		2017-05-06	9.83	V U14 Groningen		2016-05-28	17.50	V U12 Leeuwarden
60h				2018-10-06	9.71	V U14 Heerenveen		6-kamp		
2019-04-20	13.0	M U12 Drachten		150				2017-05-14	1621	V U14 Sneek
60h				2017-07-07	24.50w	V U14 Steenwijk		Indy Terzic		
2020-09-12	12.4	M U12 Heerenveen		200				60		
hoog				2017-05-20	34.13	V U14 Heerenveen		2021-10-02	10.68	V U12 Heerenveen
2017-05-20	0.80	M U9 Steenwijk		2017-07-07	55.77	V U14 Steenwijk		2022-05-21	9.97	V U14 Heerenveen
2017-09-16	0.80	M U9 Heerenveen		600				600		
2018-05-26	0.90	M U10 Sneek		2017-05-14	2:10.95	V U14 Sneek		2021-10-02	2:29.50	V U12 Heerenveen
2018-07-14	0.95	M U10 Heerenveen		1000				hoog		
2019-04-20	1.00	M U12 Drachten		2015-10-03	4:40.2	V U12 Heerenveen		2022-05-21	1.00	V U14 Heerenveen
2019-06-29	1.00	M U12 Leeuwarden		2016-06-18	4:27.51	V U12 Heerenveen		ver		
2020-06-30	1.00	M U12 Heerenveen		2016-10-01	4:23.9	V U12 Heerenveen		2021-10-02	3.16	V U12 Heerenveen
2020-09-12	1.00	M U12 Heerenveen		2017-06-10	4:10.87	V U14 Sneek		2022-05-21	3.57	V U14 Heerenveen
hurkhoog				2018-05-12	4:07.42	V U14 Heerenveen		kogel 2		
2017-04-08	0.65	M U9 Leeuwarden		2018-06-09	3:58.83	V U14 Groningen		2021-10-02	3.78	V U12 Heerenveen
2017-07-08	0.70	M U9 Drachten		duur 6'				Rebecca Ugen		
2018-07-07	0.80	M U10 Steenwijk		2016-04-16	1200	V U12 Sneek		60		
polsver				2016-07-02	1275	V U12 Drachten		2019-10-05	10.6	V U14 Heerenveen
2019-04-20	3.20	M U12 Drachten		60h				1000		
2019-06-29	3.45	M U12 Leeuwarden		2016-04-16	12.7	V U12 Sneek		2019-10-05	4:52.0	V U14 Heerenveen
ver				2016-05-28	12.3	V U12 Leeuwarden		hoog		
2016-10-01	2.19	M U8 Heerenveen		60h 76,2				2020-07-02	1.20	V U14 Heerenveen
2017-05-20	2.10	M U9 Steenwijk		2017-05-06	14.13	V U14 Groningen		ver		
2017-09-16	2.30	M U9 Heerenveen		2017-05-13	13.74	V U14 Sneek		2019-10-05	3.17	V U14 Heerenveen
2018-05-26	2.35	M U10 Sneek		2017-05-27	13.42	V U14 Stadskanaal		discus 1		
2018-09-15	2.70	M U10 Heerenveen		2017-06-10	13.19	V U14 Sneek		2021-10-02	12.02	V U16 Heerenveen
2021-04-17	2.96	M U14 Heerenveen		hoog				kogel 2		
2021-05-01	3.04	M U14 Heerenveen		2016-04-16	1.05	V U12 Sneek		2019-10-05	4.65	V U14 Heerenveen
2021-10-02	3.10	M U14 Heerenveen		2016-06-18	1.10	V U12 Heerenveen		2020-07-02	5.58	V U14 Heerenveen
balstoten				2016-07-02	1.10	V U12 Drachten		speer 500		
2017-05-20	4.00	M U9 Steenwijk		2017-05-13	1.15	V U14 Sneek		2021-05-22	14.59	V U16 Heerenveen
2017-09-16	4.20	M U9 Heerenveen		2017-05-20	1.20	V U14 Heerenveen		Dennis Veenker		
2018-05-26	4.70	M U10 Sneek		2018-10-06	1.30	V U14 Heerenveen		100		
2018-09-15	4.80	M U10 Heerenveen		2019-04-28	1.30	V U16 Epe		2013-08-31	11.83	M U23 Amersfoort
kogel 2				polshoog				2014-05-17	11.73	M U23 Heerenveen
2018-07-14	4.06	M U10 Heerenveen		2017-06-03	1.75	V U14 Groningen		2014-05-25	11.64	M U23 Drachten
2019-04-20	4.20	M U12 Drachten		2018-05-12	1.95	V U14 Heerenveen		2015-05-16	11.62	M Heerenveen
2019-06-29	4.60	M U12 Leeuwarden		2019-05-11	1.96	V U16 Heerenveen		2015-06-07	11.54w	M Harderwijk
2019-10-05	5.19	M U12 Heerenveen		2019-06-08	1.96	V U16 Groenlo		2016-04-09	11.24	M Heerenveen
2020-09-12	5.90	M U12 Heerenveen		2020-07-25	2.26	V U16 Heerenveen		150		
kogel 3				2021-05-01	2.26	V U18 Heerenveen		2015-07-10	17.33	M Steenwijk
2022-10-01	6.25	M U14 Heerenveen		2021-10-02	2.33	V U18 Heerenveen		200		
slingeren				2022-04-10	2.40	V U18 Drachten		2014-05-17	24.06	M U23 Heerenveen
2017-04-08	7.50	M U9 Leeuwarden		2022-05-01	2.62	V U18 Heerenveen		2016-10-01	23.6	M Heerenveen
2017-07-08	8.00	M U9 Drachten		2022-06-19	2.66	V U18 Amsterdam		400		
2018-07-07	11.00	M U10 Steenwijk		2022-09-04	2.82	V U18 Groningen		2014-05-31	57.45	M U23 Gemert
2020-06-30	15.00	M U12 Heerenveen		polsver				2015-07-30	55.73	M Amsterdam
speer 400				2016-04-16	4.00	V U12 Sneek				
2021-04-17	13.17	M U14 Heerenveen		ver						
vortex				2015-10-03	3.12	V U12 Heerenveen				
2016-10-01	8.26	M U8 Heerenveen		2016-05-28	3.25	V U12 Leeuwarden				
2017-04-08	9.50	M U9 Leeuwarden		2016-06-18	3.33	V U12 Heerenveen				
2017-05-20	10.50	M U9 Steenwijk		2017-05-14	3.36	V U14 Sneek				
2017-07-08	10.50	M U9 Drachten		2017-05-20	3.44	V U14 Heerenveen				

110h 106,7
 2013-04-21 16.73 M U23 Grootebroek
 2013-06-16 16.33w M U23 Harderwijk
 2013-09-01 16.23 M U23 Amersfoort
 2014-06-01 15.91 M U23 Gemert
 2014-06-07 15.85 M U23 Groningen
 2014-07-06 15.85 M U23 Stadskanaal
 2015-04-19 15.70 M Drachten
 2015-06-07 15.67 M Harderwijk
 2016-04-24 15.66w M Grootebroek

polshoog
 2013-04-13 4.30 M U23 Heerenveen
 2013-05-29 4.45 M U23 Harderwijk
 2013-06-07 4.60 M U23 Groningen
 2013-07-05 4.60 M U23 Utrecht

ver
 2013-08-31 6.28 M U23 Amersfoort
 2014-05-25 6.35 M U23 Drachten

discus 2
 2013-09-01 27.57 M U23 Amersfoort
 2014-07-06 27.98 M U23 Stadskanaal
 2015-05-03 31.76 M Emmeloord
 2015-07-31 31.84 M Amsterdam

kogel 7½
 2013-08-31 10.42 M U23 Amersfoort
 2014-05-17 10.50 M U23 Heerenveen
 2014-05-21 11.28 M U23 Sneek
 2016-04-09 11.30 M Heerenveen
 2016-09-18 12.01 M Hengelo

kogelsl. 7½
 2016-04-24 29.09 M Grootebroek
 2016-05-14 29.70 M Heerenveen
 2017-04-30 31.56 M Hoorn

speer 800
 2015-08-30 44.48 M Stadskanaal

werp 3-kamp
 2014-05-21 1515 M U23 Sneek

10-kamp
 2013-09-01 5413 M U23 Amersfoort
 2014-06-01 5614 M U23 Gemert
 2014-07-06 5699 M U23 Stadskanaal
 2015-07-31 5710 M Amsterdam
 2015-08-30 5740 M Stadskanaal

Hugo Veenker

discus 1
 2018-05-02 23.07 M60 Dronten

kogel 5
 2018-05-02 7.70 M60 Dronten

kogel 6
 2016-10-01 8.59 M55 Heerenveen

speer 600
 2021-08-27 18.04 M60 Heerenveen

werp 3-kamp
 2021-08-27 791 M60 Heerenveen

Ina Veenstra

3000
 2012-10-06 16:20.8 V50 Heerenveen

Hayco van der Velde

5000
 2020-09-26 19:19.0 M40 Heerenveen

Jayden vd Velde

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

Henri Veldman

3000
 2018-10-06 10:42.22 M55 Heerenveen
 5000
 2020-09-04 18:00.20 M55 Leeuwarden
 2020-09-26 17:48.0 M55 Heerenveen

Ziggy Veldman

40
 2014-10-04 7.1 M U10 Heerenveen
 60
 2015-06-06 9.2 M U12 Sneek
 2016-09-17 9.2 M U12 Heerenveen
 2016-10-01 9.2 M U12 Heerenveen

80
 2017-04-01 12.33 M U14 Steenwijk
 2017-05-13 12.19 M U14 Sneek
 2017-05-20 11.84 M U14 Heerenveen
 2017-09-03 11.52w M U14 Amsterdam
 2018-04-14 11.33 M U14 Sneek
 2018-05-12 11.00 M U14 Heerenveen
 2018-10-06 10.93 M U14 Heerenveen

100
 2019-04-06 13.23 M U16 Heerenveen
 2019-04-22 13.14 M U16 Amersfoort
 2019-05-18 12.71 M U16 Stadskanaal
 2019-10-05 12.4 M U16 Heerenveen
 2020-07-25 12.35 M U16 Heerenveen
 2020-09-26 12.1 M U16 Heerenveen
 2021-05-01 11.95 M U18 Heerenveen
 2022-06-12 11.69 M U18 Assen

150
 2018-04-02 22.05 M U14 Amersfoort
 2019-04-22 19.93 M U16 Amersfoort
 2019-05-25 19.51 M U16 Sneek
 2020-07-04 18.6 M U16 Heerenveen

200
 2021-04-11 24.9 M U18 Heerenveen
 2022-04-10 24.52 M U18 Drachten
 2022-05-21 24.26 M U18 Heerenveen
 2022-06-19 24.04 M U18 Amsterdam

800
 2019-10-05 3:03.0 M U16 Heerenveen

1000
 2014-10-04 5:17.2 M U10 Heerenveen
 2015-06-13 4:50.27 M U12 Heerenveen
 2015-10-03 4:37.1 M U12 Heerenveen
 2016-10-01 4:28.2 M U12 Heerenveen
 2017-05-14 4:19.36 M U14 Sneek
 2017-10-07 4:13.9 M U14 Heerenveen
 2018-10-06 3:50.64 M U14 Heerenveen

60h
 2015-04-11 10.9 M U12 Leeuwarden
 2016-04-16 10.2 M U12 Sneek

80h 76,2
 2017-05-14 17.23 M U14 Sneek
 2017-05-27 16.95 M U14 Stadskanaal
 2018-04-14 15.72 M U14 Sneek
 2018-05-19 14.72 M U14 Assen
 2018-06-09 13.35 M U14 Groningen

100h 83,8
 2019-04-06 17.25 M U16 Heerenveen
 2019-05-11 16.87 M U16 Heerenveen
 2020-07-04 15.1 M U16 Heerenveen
 2020-07-25 15.17 M U16 Heerenveen

110h 91,4
 2021-03-20 16.4 M U18 Heerenveen
 2021-05-01 16.59 M U18 Heerenveen
 2022-05-15 16.32 M U18 Zwolle
 2022-06-12 15.73 M U18 Assen

hoog

2015-04-11 1.00 M U12 Leeuwarden
 2015-06-27 1.00 M U12 Steenwijk
 2016-04-16 1.15 M U12 Sneek
 2016-06-04 1.20 M U12 Stadskanaal
 2018-05-12 1.35 M U14 Heerenveen
 2019-06-22 1.40 M U16 Stadskanaal
 2019-10-05 1.50 M U16 Heerenveen
 2020-09-26 1.60 M U16 Heerenveen
 2022-10-01 1.70 M U18 Heerenveen

hss

2020-09-04 10.31 M U16 Leeuwarden
 2021-05-01 11.45 M U18 Heerenveen
 2021-09-12 11.52 M U18 Amersfoort
 2022-05-15 12.65 M U18 Zwolle
 2022-06-19 13.30 M U18 Amsterdam

polsver

2016-04-16 3.80 M U12 Sneek
 2016-07-02 4.20 M U12 Drachten

ver

2014-10-04 2.70 M U10 Heerenveen
 2015-06-06 3.30 M U12 Sneek
 2015-10-03 3.52 M U12 Heerenveen
 2016-06-04 3.52 M U12 Stadskanaal
 2016-06-18 3.60 M U12 Heerenveen
 2016-09-17 3.65 M U12 Heerenveen
 2017-04-01 4.02 M U14 Steenwijk
 2017-05-13 4.07 M U14 Sneek
 2018-04-02 4.34 M U14 Amersfoort
 2018-04-14 4.60 M U14 Sneek
 2018-05-12 5.02 M U14 Heerenveen
 2019-05-11 5.53w M U16 Heerenveen
 2021-03-20 5.73 M U18 Heerenveen
 2021-04-11 5.82 M U18 Heerenveen
 2021-08-28 5.82w M U18 Hoogeveen
 2022-04-02 5.84 M U18 Steenwijk
 2022-04-10 6.07 M U18 Drachten
 2022-06-12 6.42 M U18 Assen

discus 1

2017-04-01 13.34 M U14 Steenwijk
 2018-06-02 24.03 M U14 Stadskanaal

kogel 2

2014-10-04 4.02 M U10 Heerenveen
 2015-04-11 4.70 M U12 Leeuwarden
 2015-06-27 6.70 M U12 Steenwijk
 2016-04-16 6.70 M U12 Sneek
 2016-06-04 6.70 M U12 Stadskanaal
 2016-07-02 7.30 M U12 Drachten
 2016-10-01 8.18 M U12 Heerenveen

kogel 3

2017-05-14 6.70 M U14 Sneek
 2017-05-27 7.11 M U14 Stadskanaal
 2017-10-07 7.77 M U14 Heerenveen

kogel 4

2019-10-05 8.49 M U16 Heerenveen

kogel 5

2021-03-20 8.78 M U18 Heerenveen
 2022-10-01 10.30 M U18 Heerenveen

slingeren

2016-09-17 20.50 M U12 Heerenveen

speer 400

2017-05-13 18.83 M U14 Sneek

speer 700

2022-10-01 30.05 M U18 Heerenveen

vortex

2015-04-11 11.00 M U12 Leeuwarden
 2015-06-06 12.50 M U12 Sneek
 2015-06-27 15.00 M U12 Steenwijk
 2015-09-19 16.00 M U12 Heerenveen
 2016-04-16 18.50 M U12 Sneek
 2016-05-28 20.00 M U12 Leeuwarden
 2016-07-02 20.00 M U12 Drachten
 2016-09-17 21.00 M U12 Heerenveen

7-kamp				400h 76,2				2020-06-30	0.90	V U10	Heerenveen
2017-05-14	2349	M U14	Sneek	2022-04-10	1:12.33	V U16	Drachten	2020-09-12	0.90	V U10	Heerenveen
Bert Velkers				hoog				polsver			
800				2022-04-30	1.45	V U16	Heerenveen	2022-04-23	2.95	V U12	Leeuwarden
2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen	2022-06-04	1.50	V U16	Emmeloord	ver			
2021-10-02	2:57.86	M50	Heerenveen	2022-07-09	1.50	V U16	Hoorn	2018-05-26	2.15	V U8	Sneek
2022-10-01	2:51.7	M50	Heerenveen	discus 1				2018-07-14	2.26	V U8	Heerenveen
3000				2022-06-24	23.87	V U16	Steenwijk	2018-10-06	2.52	V U8	Heerenveen
2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen	kogel 3				2019-09-14	2.75	V U9	Sneek
5000				2022-04-23	10.99	V U16	Almere	2020-06-02	2.75	V U10	Heerenveen
2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen	2022-06-10	11.47	V U16	Ede	2020-09-12	3.00	V U10	Heerenveen
discus 1½				2022-08-27	11.81	V U16	Amsterdam	2021-04-06	3.15	V U12	Heerenveen
2021-10-02	19.51	M50	Heerenveen	speer 500				2022-05-21	3.45	V U12	Steenwijk
discus 2				2022-05-21	29.80	V U16	Heerenveen	balstoten			
2018-10-06	14.60	M45	Heerenveen	werp 3-kamp				2018-05-26	2.90	V U8	Sneek
2020-09-26	16.01	M45	Heerenveen	2022-10-08	1327	V U16	Steenwijk	2018-09-15	3.40	V U8	Heerenveen
kogel 6				7-kamp				2019-05-25	3.40	V U9	Steenwijk
2021-10-02	6.95	M50	Heerenveen	2022-05-01	3728	V U16	Heerenveen	2019-09-14	4.00	V U9	Sneek
kogel 7¼				2022-06-05	3864	V U16	Emmeloord	2020-09-12	4.70	V U10	Heerenveen
2018-10-06	6.65	M45	Heerenveen	Jodie Vianen				kogel 2			
speer 700				40				2021-05-06	4.20	V U12	Heerenveen
2021-10-02	19.07	M50	Heerenveen	2018-07-07	8.3	V U8	Steenwijk	2021-05-22	4.59	V U12	Heerenveen
speer 800				2018-10-06	8.21	V U8	Heerenveen	2021-10-02	4.81	V U12	Heerenveen
2018-10-06	21.80	M45	Heerenveen	2019-04-20	7.6	V U9	Drachten	2022-04-23	5.40	V U12	Leeuwarden
werp 3-kamp				2019-10-05	7.4	V U9	Heerenveen	slingeren			
2018-10-06	654	M45	Heerenveen	2020-06-02	6.9	V U10	Heerenveen	2018-07-07	7.50	V U8	Steenwijk
Tom Velkers				60				2019-04-20	12.50	V U9	Drachten
100				2021-04-06	10.5	V U12	Heerenveen	2022-05-21	15.50	V U12	Steenwijk
2020-09-26	14.6	M U16	Heerenveen	2021-05-06	10.1	V U12	Heerenveen	vortex			
2021-10-02	13.95w	M U16	Heerenveen	2021-10-02	10.20w	V U12	Heerenveen	2018-05-26	8.50	V U8	Sneek
150				2022-05-21	9.6	V U12	Steenwijk	2018-07-14	9.03	V U8	Heerenveen
2020-07-02	23.4	M U16	Heerenveen	2022-10-01	9.6	V U12	Heerenveen	2019-04-20	11.50	V U9	Drachten
hoog				600				2019-06-29	12.50	V U9	Leeuwarden
2020-07-02	1.30	M U16	Heerenveen	2018-10-06	2:36.26	V U8	Heerenveen	2019-09-14	12.50	V U9	Sneek
2020-09-26	1.30	M U16	Heerenveen	2019-10-05	2:21.6	V U9	Heerenveen	2020-09-12	15.00	V U10	Heerenveen
2021-10-02	1.35	M U16	Heerenveen	2021-05-22	2:12.33	V U12	Heerenveen	2021-05-06	16.00	V U12	Heerenveen
ver				2021-10-02	2:05.29	V U12	Heerenveen	2022-04-23	16.50	V U12	Leeuwarden
2020-09-26	3.79	M U16	Heerenveen	duur 4'				Fedde Visser			
2021-10-02	4.24	M U16	Heerenveen	2018-05-26	850	V U8	Sneek	40			
2022-10-01	4.70	M U18	Heerenveen	2018-07-07	850	V U8	Steenwijk	2017-10-07	9.5	M U8	Heerenveen
kogel 4				2019-04-20	925	V U9	Drachten	2018-10-06	8.31	M U8	Heerenveen
2020-07-02	5.38	M U16	Heerenveen	2019-05-25	925	V U9	Steenwijk	2019-10-05	7.6	M U9	Heerenveen
Marit Versfeld				2019-06-29	950	V U9	Leeuwarden	2020-09-26	7.6	M U10	Heerenveen
80				2020-09-12	1025	V U10	Heerenveen	60			
2022-04-09	11.01	V U16	Emmeloord	duur 6'				2021-04-06	10.2	M U12	Heerenveen
100				2021-05-06	1400	V U12	Heerenveen	600			
2022-06-10	13.86	V U16	Ede	2022-04-23	1475	V U12	Leeuwarden	2017-10-07	3:03.8	M U8	Heerenveen
300				40h				2018-10-06	2:40.59	M U8	Heerenveen
2022-06-24	45.76	V U16	Steenwijk	2018-07-07	9.4	V U8	Steenwijk	2019-10-05	2:36.0	M U9	Heerenveen
2022-08-28	45.47	V U16	Amsterdam	2019-04-20	8.8	V U9	Drachten	2020-09-26	2:28.0	M U10	Heerenveen
1500				2019-06-29	8.6	V U9	Leeuwarden	duur 4'			
2022-05-15	5:25.91	V U16	Zwolle	2020-06-30	8.2	V U10	Heerenveen	2020-09-12	925	M U10	Heerenveen
80h 76,2				60h				duur 6'			
2022-04-30	14.14	V U16	Heerenveen	2021-05-22	12.78	V U12	Heerenveen	2021-06-05	1250	M U12	Heerenveen
2022-05-14	13.78w	V U16	Emmen	2022-04-07	11.8	V U12	Heerenveen	60h			
2022-06-04	13.66	V U16	Emmeloord	2022-05-21	11.4	V U12	Steenwijk	2021-05-22	13.77	M U12	Heerenveen
300h 76,2				2022-09-10	10.6	V U12	Heerenveen	hoog			
2022-04-23	51.53	V U16	Almere	hoog				2017-09-16	0.70	M U8	Heerenveen
2022-06-11	49.89	V U16	Heerenveen	2018-05-26	0.75	V U8	Sneek	2018-09-15	0.80	M U8	Heerenveen
2022-08-27	49.68	V U16	Amsterdam	2018-09-15	0.75	V U8	Heerenveen	2021-05-22	1.00	M U12	Heerenveen
				2019-05-25	0.95	V U9	Steenwijk	hurkhoog			
				2019-09-14	0.95	V U9	Sneek	2020-09-12	0.85	M U10	Heerenveen
				2021-05-06	1.10	V U12	Heerenveen	ver			
				2022-04-23	1.20	V U12	Leeuwarden	2017-09-16	1.85	M U8	Heerenveen
				hurkhoog				2018-09-15	2.20	M U8	Heerenveen
				2018-07-07	0.60	V U8	Steenwijk	2018-10-06	2.29	M U8	Heerenveen
				2019-04-20	0.75	V U9	Drachten	2019-10-05	2.58	M U9	Heerenveen
				2019-06-29	0.80	V U9	Leeuwarden				

2020-09-12 2.80 M U10 Heerenveen
 2020-09-26 2.81 M U10 Heerenveen
 2021-04-06 2.85 M U12 Heerenveen

balstoten
 2017-09-16 2.20 M U8 Heerenveen
 2018-09-15 3.40 M U8 Heerenveen
 2020-09-12 4.70 M U10 Heerenveen

kogel 2
 2021-05-22 4.03 M U12 Heerenveen

slingeren
 2021-06-05 12.00 M U12 Heerenveen

vortex
 2017-09-16 4.00 M U8 Heerenveen
 2017-10-07 4.30 M U8 Heerenveen
 2018-09-15 12.00 M U8 Heerenveen

Jacob Visser

100
 2017-04-08 18.49 M70 Heerenveen
 2020-09-26 17.9 M75 Heerenveen

200
 2017-05-20 37.29 M70 Heerenveen
 2017-10-07 36.2 M70 Heerenveen

400
 2017-04-08 1:21.68 M70 Heerenveen

800
 2017-05-20 3:08.68 M70 Heerenveen
 2020-09-26 3:07.0 M75 Heerenveen

1500
 2017-04-08 6:31.87 M70 Heerenveen

3000
 2017-05-20 14:00.11 M70 Heerenveen

5000
 2011-05-28 22:14.09 M65 Heerenveen
 2020-09-26 24:11.0 M75 Heerenveen

25000
 2021-07-10 2:41:12 M75 Heerenveen

marathon baan
 2020-02-22 4:49:29 M75 Steenwijk

hoog
 2017-10-07 1.10 M70 Heerenveen

ver
 2017-10-07 2.64 M70 Heerenveen

discus 1
 2017-10-07 18.48 M70 Heerenveen

kogel 4
 2017-10-07 7.68 M70 Heerenveen

speer 500
 2017-10-07 13.07 M70 Heerenveen

werp 3-kamp
 2017-10-07 623 M70 Heerenveen

Martin Jan Visser

5000
 2020-09-26 21:04.0 M50 Heerenveen

Ruben Visser

40
 2017-10-07 7.2 M U10 Heerenveen

60
 2018-05-26 10.8 M U12 Sneek
 2018-10-06 10.67 M U12 Heerenveen
 2019-09-14 10.4 M U12 Sneek
 2019-10-05 10.1 M U12 Heerenveen

80
 2020-09-26 13.4 M U14 Heerenveen

100
 2022-04-02 16.26 M U16 Steenwijk
 2022-10-01 15.9 M U16 Heerenveen

200
 2022-10-01 32.7 M U16 Heerenveen

800
 2020-09-26 2:55.0 M U14 Heerenveen
 2022-06-11 2:50.27 M U16 Heerenveen

1000
 2017-10-07 4:20.5 M U10 Heerenveen
 2018-07-14 4:11.52 M U12 Heerenveen
 2018-10-06 3:52.61 M U12 Heerenveen
 2019-10-05 3:52.2 M U12 Heerenveen
 2020-07-02 3:46.3 M U14 Heerenveen

duur 4'
 2017-05-20 975 M U10 Steenwijk
 2019-06-29 1025 M U12 Leeuwarden

duur 6'
 2018-04-21 1400 M U12 Drachten
 2018-05-26 1450 M U12 Sneek

60h
 2018-04-21 12.6 M U12 Drachten
 2018-05-26 11.9 M U12 Sneek
 2018-07-07 11.8 M U12 Steenwijk
 2019-06-29 11.1 M U12 Leeuwarden
 2019-09-14 10.7 M U12 Sneek

hoog
 2017-05-20 0.85 M U10 Steenwijk
 2017-09-16 1.00 M U10 Heerenveen
 2018-04-21 1.05 M U12 Drachten
 2018-07-07 1.05 M U12 Steenwijk
 2019-06-29 1.15 M U12 Leeuwarden
 2022-04-02 1.15 M U16 Steenwijk
 2022-06-11 1.15 M U16 Heerenveen

polsver
 2018-04-21 3.85 M U12 Drachten
 2018-07-07 3.95 M U12 Steenwijk
 2019-06-29 3.95 M U12 Leeuwarden

ver
 2017-05-20 2.60 M U10 Steenwijk
 2017-09-16 2.60 M U10 Heerenveen
 2017-10-07 2.72 M U10 Heerenveen
 2018-07-14 3.13 M U12 Heerenveen
 2018-10-06 3.22 M U12 Heerenveen
 2019-10-05 3.30 M U12 Heerenveen

balstoten
 2017-05-20 4.30 M U10 Steenwijk
 2017-09-16 5.00 M U10 Heerenveen

kogel 2
 2018-04-21 5.40 M U12 Drachten
 2019-10-05 6.22 M U12 Heerenveen

slingeren
 2018-05-26 13.50 M U12 Sneek
 2019-09-14 15.00 M U12 Sneek

vortex
 2017-05-20 12.50 M U10 Steenwijk
 2018-04-21 14.00 M U12 Drachten
 2018-05-26 17.50 M U12 Sneek
 2019-06-29 20.00 M U12 Leeuwarden

sprint 2-kamp
 2022-10-01 50 M U16 Heerenveen

Anneke Visser-Bosma

800
 2015-10-03 3:21.9 V35 Heerenveen

Jan Jouke Vos

800
 2019-10-05 2:30.4 M35 Heerenveen
 3000
 2018-05-12 10:48.80 M35 Heerenveen

Pieter Vos

discus 1
 2014-10-04 16.22 M60 Heerenveen

kogel 5
 2014-10-04 6.97 M60 Heerenveen

speer 600
 2014-10-04 22.94 M60 Heerenveen

werp 3-kamp
 2014-10-04 659 M60 Heerenveen

Féra Fieke de Vries

60
 2015-10-03 9.8 V U12 Heerenveen
 2016-10-01 9.3 V U14 Heerenveen

80
 2018-10-06 12.17 V U16 Heerenveen

300
 2016-04-09 55.25 V U14 Heerenveen
 2017-04-08 53.03 V U14 Heerenveen

400
 2018-04-02 1:16.47 V U16 Amersfoort

600
 2016-04-09 2:12.49 V U14 Heerenveen
 2016-06-05 2:07.27 V U14 Gemert
 2016-10-01 2:00.0 V U14 Heerenveen

800
 2018-04-02 2:58.69 V U16 Amersfoort
 2018-04-14 2:54.50 V U16 Sneek
 2018-06-09 2:48.26 V U16 Groningen
 2018-06-30 2:44.44 V U16 Groningen
 2019-04-06 2:40.73 V U16 Heerenveen

1000
 2015-10-03 3:55.7 V U12 Heerenveen
 2016-09-04 3:47.94 V U14 Amsterdam
 2018-10-06 3:42.93 V U16 Heerenveen

60h 76,2
 2016-06-04 14.09 V U14 Gemert

1000st
 2017-09-03 4:07.97 V U14 Amsterdam

1500st
 2019-04-22 6:17.39 V U16 Amersfoort

hoog
 2016-06-05 1.15 V U14 Gemert
 2016-10-01 1.15 V U14 Heerenveen
 2017-10-07 1.20 V U14 Heerenveen
 2020-09-26 1.25 V U18 Heerenveen

polshoog
 2018-05-12 1.65 V U16 Heerenveen
 2018-06-09 1.96 V U16 Groningen
 2019-06-08 2.16 V U16 Groningen

ver
 2015-10-03 3.14 V U12 Heerenveen
 2016-06-04 3.18 V U14 Gemert
 2017-06-24 3.55 V U14 Stadskanaal
 2018-04-02 3.96 V U16 Amersfoort
 2018-05-12 4.17 V U16 Heerenveen

discus ¾
 2016-10-01 13.94 V U14 Heerenveen
 2017-10-07 15.39 V U14 Heerenveen

2019-10-05	15.51	M U10	Heerenveen	800				2021-06-26	3.90	M U12	Leeuwarden
2021-04-06	20.00	M U12	Heerenveen	2021-04-17	2:40.8	V U16	Heerenveen	ver			
Bjarne Wolters											
40											
2020-09-26	9.3	M U8	Heerenveen	2022-04-09	2:34.74	V U16	Emmeloord	2017-09-16	2.05	M U8	Heerenveen
2021-04-06	7.9	M U8	Heerenveen	2022-06-11	2:31.27	V U16	Heerenveen	2018-05-26	2.50	M U9	Sneek
2021-10-02	8.08	M U8	Heerenveen	2022-08-27	2:30.36	V U16	Amsterdam	2018-09-15	2.50	M U9	Heerenveen
2022-06-25	7.8	M U9	Drachten	1500				2019-09-14	2.80	M U10	Sneek
600											
2020-09-26	3:32.0	M U8	Heerenveen	2022-05-14	5:24.64	V U16	Emmen	2019-10-05	2.89	M U10	Heerenveen
2021-10-02	2:50.79	M U8	Heerenveen	3000				2020-09-26	3.26	M U12	Heerenveen
duur 4'											
2020-09-12	625	M U8	Heerenveen	2022-04-10	12:14.80	V U16	Drachten	2021-06-05	3.35	M U12	Heerenveen
2021-06-05	725	M U8	Heerenveen	ver				balstoten			
2021-06-26	750	M U8	Leeuwarden	2020-09-26	3.13	V U14	Heerenveen	2017-09-16	2.50	M U8	Heerenveen
2022-04-23	775	M U9	Leeuwarden	2022-05-21	3.73	V U16	Heerenveen	2018-05-26	3.80	M U9	Sneek
2022-06-25	775	M U9	Drachten	speer 400				2019-09-14	5.20	M U10	Sneek
40h											
2021-06-05	11.3	M U8	Heerenveen	2020-09-26	11.01	V U14	Heerenveen	discus 1			
2021-06-26	10.3	M U8	Leeuwarden	Sverre Wolters							
2022-04-07	9.9	M U9	Heerenveen	40				2022-05-14	12.92	M U14	Emmen
2022-04-23	9.6	M U9	Leeuwarden	2018-04-21	7.5	M U9	Drachten	2022-06-11	13.12	M U14	Heerenveen
2022-06-25	8.8	M U9	Drachten	2019-06-29	7.5	M U10	Leeuwarden	kogel 2			
hoog											
2021-06-05	0.75	M U8	Heerenveen	2019-10-05	7.2	M U10	Heerenveen	2020-09-12	4.90	M U12	Heerenveen
2021-09-11	0.80	M U8	Drachten	60				2020-09-26	5.86	M U12	Heerenveen
2022-05-21	0.80	M U9	Steenwijk	2020-06-02	12.4	M U12	Heerenveen	2021-05-06	6.20	M U12	Heerenveen
2022-09-10	0.80	M U9	Heerenveen	2020-09-26	10.3	M U12	Heerenveen	2021-06-26	6.20	M U12	Leeuwarden
hurkhoog											
2020-09-12	0.60	M U8	Heerenveen	2021-04-06	9.9	M U12	Heerenveen	slingeren			
2021-06-26	0.65	M U8	Leeuwarden	2021-09-11	9.5	M U12	Drachten	2018-04-21	8.50	M U9	Drachten
2022-04-23	0.65	M U9	Leeuwarden	80				2018-07-07	8.50	M U9	Steenwijk
2022-06-25	0.70	M U9	Drachten	2022-10-01	13.1	M U14	Heerenveen	2019-06-29	10.00	M U10	Leeuwarden
ver											
2020-09-12	1.85	M U8	Heerenveen	150				2020-06-30	12.50	M U12	Heerenveen
2020-09-26	2.06	M U8	Heerenveen	2022-10-01	25.1	M U14	Heerenveen	2021-06-05	17.50	M U12	Heerenveen
2021-04-06	2.25	M U8	Heerenveen	600				vortex			
2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen	2020-09-26	2:25.0	M U12	Heerenveen	2017-09-16	7.50	M U8	Heerenveen
2022-05-21	2.50	M U9	Steenwijk	2021-10-02	2:14.63	M U12	Heerenveen	2018-04-21	11.50	M U9	Drachten
2022-09-10	2.65	M U9	Heerenveen	1000				2018-05-26	13.00	M U9	Sneek
balstoten											
2020-09-12	2.60	M U8	Heerenveen	2019-10-05	4:25.9	M U10	Heerenveen	2018-09-15	13.00	M U9	Heerenveen
2021-06-05	3.10	M U8	Heerenveen	duur 4'				2019-06-29	13.00	M U10	Leeuwarden
2021-09-11	3.70	M U8	Drachten	2018-04-21	850	M U9	Drachten	2019-09-14	17.00	M U10	Sneek
2022-05-21	4.60	M U9	Steenwijk	2018-05-26	850	M U9	Sneek	2019-10-05	17.95	M U10	Heerenveen
2022-09-10	5.30	M U9	Heerenveen	2018-07-07	875	M U9	Steenwijk	2020-09-12	19.50	M U12	Heerenveen
slingeren											
2021-05-06	4.40	M U8	Heerenveen	duur 6'				2021-04-06	19.00	M U12	Heerenveen
2021-06-26	7.00	M U8	Leeuwarden	2020-09-12	1325	M U12	Heerenveen	2021-05-06	24.00	M U12	Heerenveen
2022-04-23	12.00	M U9	Leeuwarden	2021-06-05	1325	M U12	Heerenveen	sprint 2-kamp			
2022-06-25	13.00	M U9	Drachten	2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden	2022-10-01	536	M U14	Heerenveen
vortex											
2020-09-12	5.00	M U8	Heerenveen	40h				Berber vd Woude			
2020-09-26	6.68	M U8	Heerenveen	2018-04-21	9.5	M U9	Drachten	60			
2021-09-11	10.00	M U8	Drachten	2018-07-07	9.3	M U9	Steenwijk	2014-10-04	11.5	V U12	Heerenveen
2022-04-07	12.00	M U9	Heerenveen	2019-06-29	8.6	M U10	Leeuwarden	2015-06-13	11.69	V U12	Heerenveen
2022-09-10	12.50	M U9	Heerenveen	60h				2015-10-03	11.2	V U12	Heerenveen
Jente Wolters											
60											
2020-09-26	9.7	V U14	Heerenveen	2020-06-30	13.2	M U12	Heerenveen	2016-10-01	10.1	V U14	Heerenveen
80											
2021-04-17	12.1	V U16	Heerenveen	2020-09-12	11.9	M U12	Heerenveen	600			
2021-10-02	12.13	V U16	Heerenveen	2021-06-26	11.5	M U12	Leeuwarden	2016-10-01	2:29.2	V U14	Heerenveen
2022-04-09	11.71	V U16	Emmeloord	80h 76,2				1000			
600											
2020-09-26	2:06.0	V U14	Heerenveen	2022-05-14	17.75w	M U14	Emmen	2014-10-04	5:11.2	V U12	Heerenveen
2021-10-02	1:53.99	V U16	Heerenveen	hoog				2015-06-13	5:02.93	V U12	Heerenveen
2022-05-21	1:47.46	V U16	Heerenveen	2017-09-16	0.70	M U8	Heerenveen	2015-10-03	4:53.0	V U12	Heerenveen
2022-06-18	1:44.72	V U16	Stadskanaal	2018-05-26	0.75	M U9	Sneek	2017-10-07	4:40.8	V U14	Heerenveen
2020-09-12											
2020-09-26	3.10	M U8	Heerenveen	2018-09-15	0.80	M U9	Heerenveen	hoog			
2021-04-06	2.25	M U8	Heerenveen	2019-09-14	0.95	M U10	Sneek	2015-06-13	0.90	V U12	Heerenveen
2021-06-05	2.50	M U8	Heerenveen	2020-06-30	1.00	M U12	Heerenveen	ver			
2022-05-21	2.50	M U9	Steenwijk	2020-09-12	1.00	M U12	Heerenveen	2014-10-04	2.57	V U12	Heerenveen
2022-09-10	2.65	M U9	Heerenveen	2021-06-26	1.10	M U12	Leeuwarden	2015-06-13	2.75	V U12	Heerenveen
40h											
2018-04-21	9.5	M U9	Drachten	2022-05-14	1.20	M U14	Emmen	2015-10-03	2.88	V U12	Heerenveen
2018-07-07	9.3	M U9	Steenwijk	hurkhoog				2016-10-01	2.90	V U14	Heerenveen
2019-06-29	8.6	M U10	Leeuwarden	2018-04-21	0.75	M U9	Drachten	2017-10-07	2.95	V U14	Heerenveen
600											
2020-06-30	13.2	M U12	Heerenveen	2018-07-07	0.75	M U9	Steenwijk	kogel 2			
2020-09-12	11.9	M U12	Heerenveen	2019-06-29	0.80	M U10	Leeuwarden	2014-10-04	3.72	V U12	Heerenveen
2021-06-26	11.5	M U12	Leeuwarden	polser				2015-10-03	4.04	V U12	Heerenveen
1000											
2019-10-05	4:25.9	M U10	Heerenveen	2020-09-12	3.10	M U12	Heerenveen	2016-10-01	5.06	V U14	Heerenveen
duur 4'											
2018-04-21	850	M U9	Drachten	2020-09-26	3.10	M U12	Heerenveen	2017-10-07	5.91	V U14	Heerenveen
2018-05-26	850	M U9	Sneek	2020-09-12							
2018-07-07	875	M U9	Steenwijk	2020-09-12	3.10	M U12	Heerenveen	vortex			
duur 6'											
2020-09-12	1325	M U12	Heerenveen	2020-09-12	3.10	M U12	Heerenveen	2015-06-13	8.31	V U12	Heerenveen
2021-06-05	1325	M U12	Heerenveen								
2021-06-26	1375	M U12	Leeuwarden								

Pelle vd Woude

40
 2014-10-04 7.8 M U8 Heerenveen
 2015-06-13 7.55 M U9 Heerenveen
 2015-10-03 7.3 M U9 Heerenveen
 2016-10-01 6.9 M U10 Heerenveen

60
 2017-10-07 10.6 M U12 Heerenveen
 2018-10-06 9.47 M U12 Heerenveen

600
 2014-10-04 3:03.1 M U8 Heerenveen
 2015-06-13 2:30.28 M U9 Heerenveen
 2015-10-03 2:25.0 M U9 Heerenveen

1000
 2016-10-01 4:34.5 M U10 Heerenveen
 2018-10-06 4:03.15 M U12 Heerenveen

hoog
 2022-10-01 1.50 M U16 Heerenveen

hurkhoog
 2015-09-19 1.00 M U9 Heerenveen

polshoog
 2019-05-11 1.66 M U14 Heerenveen
 2020-07-25 1.86 M U14 Heerenveen
 2021-05-01 2.06 M U16 Heerenveen
 2021-05-22 2.07 M U16 Heerenveen
 2021-10-02 2.33 M U16 Heerenveen
 2022-05-01 2.52 M U16 Heerenveen
 2022-06-02 2.61 M U16 Hilversum
 2022-06-23 2.70 M U16 Hengelo

ver
 2014-10-04 2.33 M U8 Heerenveen
 2015-06-13 2.70 M U9 Heerenveen
 2015-09-19 2.75 M U9 Heerenveen
 2015-10-03 3.18 M U9 Heerenveen
 2016-10-01 3.28 M U10 Heerenveen
 2017-10-07 3.29 M U12 Heerenveen
 2018-10-06 3.75 M U12 Heerenveen
 2022-10-01 5.03 M U16 Heerenveen

balstoten
 2015-09-19 4.30 M U9 Heerenveen

balwerpen 135
 2014-10-04 6.49 M U8 Heerenveen

kogel 2
 2017-10-07 5.22 M U12 Heerenveen
 2018-10-06 6.51 M U12 Heerenveen

vortex
 2015-06-13 10.22 M U9 Heerenveen
 2015-09-19 14.50 M U9 Heerenveen
 2016-10-01 21.46 M U10 Heerenveen

David Yousef

40
 2021-10-02 9.02 M U9 Heerenveen
 2022-06-25 8.3 M U10 Drachten

600
 2021-10-02 2:25.06 M U9 Heerenveen

duur 4'
 2022-05-21 950 M U10 Steenwijk
 2022-06-25 950 M U10 Drachten

40h
 2022-04-07 8.0 M U10 Heerenveen

hoog
 2022-05-21 0.85 M U10 Steenwijk
 2022-09-10 0.85 M U10 Heerenveen

hurkhoog
 2022-06-25 0.65 M U10 Drachten

ver

2021-10-02 2.25 M U9 Heerenveen
 2022-04-07 2.95 M U10 Heerenveen

balstoten
 2022-05-21 5.20 M U10 Steenwijk

slingeren
 2022-06-25 13.50 M U10 Drachten

vortex
 2021-10-02 10.31 M U9 Heerenveen
 2022-04-07 18.50 M U10 Heerenveen
 2022-05-21 19.50 M U10 Steenwijk
 2022-09-10 21.00 M U10 Heerenveen

Saher Yousef

3000
 2018-10-06 10:24.06 M50 Heerenveen

5000
 2018-06-10 17:27.00 M50 Apeldoorn

Harm Zijlstra

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

150
 2022-06-24 25.66 M60 Steenwijk

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

300
 2022-06-24 54.59 M60 Steenwijk

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

800
 2018-06-10 2:48.32 M55 Apeldoorn
 2019-05-11 2:43.46 M55 Heerenveen
 2021-10-02 3:03.34 M60 Heerenveen
 2022-06-19 2:54.70 M60 Ede
 2022-10-01 2:54.2 M60 Heerenveen

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

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

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

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

ver
 2019-10-05 2.07 M55 Heerenveen

kogel 6
 2019-10-05 5.12 M55 Heerenveen

speer 700
 2019-10-05 13.73 M55 Heerenveen

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

Timotej Zoetendal

40
 2017-10-07 7.7 M U9 Heerenveen
 2018-07-14 7.57 M U10 Heerenveen
 2018-10-06 7.24 M U10 Heerenveen

60
 2019-10-05 9.7 M U12 Heerenveen

80
 2021-04-17 13.0 M U14 Heerenveen
 2021-05-01 12.96 M U14 Heerenveen
 2021-10-02 12.75w M U14 Heerenveen

150
 2021-05-01 25.35 M U14 Heerenveen

600
 2017-10-07 2:20.2 M U9 Heerenveen
 2018-07-14 2:16.12 M U10 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

ver
 2017-09-16 2.60 M U9 Heerenveen
 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
 2021-04-17 5.36 M U14 Heerenveen
 2021-05-22 5.37 M U14 Heerenveen
 2022-04-09 6.04 M U14 Emmeloord
 2022-10-01 6.96 M U14 Heerenveen

slingeren
 2020-06-30 14.50 M U12 Heerenveen

speer 400
 2021-04-17 11.30 M U14 Heerenveen
 2021-05-22 16.60 M U14 Heerenveen

vortex
 2017-09-16 11.00 M U9 Heerenveen
 2017-10-07 13.44 M U9 Heerenveen
 2018-10-06 17.35 M U10 Heerenveen

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

Josli Zwikker

100
 2022-04-09 12.80 M U16 Emmeloord
 2022-05-21 12.63 M U16 Heerenveen
 2022-06-11 12.00w M U16 Heerenveen
 2022-08-28 11.84w M U16 Amsterdam
 2022-08-28 11.84 M U16 Amsterdam

150
 2022-05-14 18.61 M U16 Emmen
 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

2022-04-09 4.31 M U16 Emmeloord
2022-05-14 4.96 M U16 Emmen
2022-06-11 5.20 M U16 Heerenveen

sprint 2-kamp

2022-10-01 1111 M U16 Heerenveen