

Clubrecords AV Heerenveen indoor

Arjen Achterkamp

M	400	49.12	Zuidlaren	1984-02-04
---	-----	-------	-----------	------------

René Agema

jpA	hoog	1.35	Heerenveen	1990-11-04
-----	------	------	------------	------------

Paul Aldershof

jpA	kogel	9.59	Heerenveen	1985-03-16
jC	kogel	15.64	Heerenveen	1989-03-19
jB	kogel	17.85	Enschede	1991-10-27
jA	kogel	17.28	Heerenveen	1993-03-20
Mneo	kogel	16.28	Den Haag	1994-02-20
M (Mneo)	kogel	16.28	Den Haag	1994-02-20

Franne Anema

mB	3000	11:24.99	Gent (Bel)	2006-02-18
mA (mB)	3000	11:24.99	Gent (Bel)	2006-02-18
Vneo (mB)	3000	11:24.99	Gent (Bel)	2006-02-18
V (mB)	3000	11:24.99	Gent (Bel)	2006-02-18

Vera van Aurich

mB	200	25.82	Apeldoorn	2013-02-24
mA	200	25.27	Apeldoorn	2016-02-21
Vneo (mA)	200	25.27	Apeldoorn	2016-02-21
V (mA)	200	25.27	Apeldoorn	2016-02-21

Rutger Berends

jC	1000	3:04.51	Apeldoorn	2018-01-07
----	------	---------	-----------	------------

Linda vd Berg

V35 (V40)	40	6.43	Steenwijk	2020-03-07
V35 (V40)	50	7.73	Utrecht	2019-12-21
V35 (V40)	60	8.79	Assendelft	2022-01-29
V35 (V40)	ver	4.52	Utrecht	2019-12-21
V35 (V40)	50h	9.36	Assendelft	2022-01-29
V35 (V40)	60h	11.20	Assendelft	2022-01-29
V40	40	6.43	Steenwijk	2020-03-07
V40	50	7.73	Utrecht	2019-12-21
V40	60	8.79	Assendelft	2022-01-29
V40	200	29.52	Apeldoorn	2022-02-13
V40	400	1:06.23	Apeldoorn	2022-02-12
V40	50h	9.36	Assendelft	2022-01-29
V40	60h	11.20	Assendelft	2022-01-29
V40	hoog	1.30	Stadskanaal	2020-01-12
V40	ver	4.52	Utrecht	2019-12-21
V40	kogel	8.93	Apeldoorn	2022-02-12

Fokke Jan Bergsma

jD	kogel	11.64	Steenwijk	1988-03-05
----	-------	-------	-----------	------------

Betty Bijker-Bangma

V35 (V55)	800	2:47.93	Apeldoorn	2022-02-12
V40 (V55)	800	2:47.93	Apeldoorn	2022-02-12
V45 (V55)	400	1:14.97	Apeldoorn	2020-02-23
V45 (V55)	800	2:47.93	Apeldoorn	2022-02-12
V50 (V55)	200	33.18	Apeldoorn	2020-02-22

V50	(V55)	400	1:14.97	Apeldoorn	2020-02-23
V50	(V55)	800	2:47.93	Apeldoorn	2022-02-12
V55		200	33.18	Apeldoorn	2020-02-22
V55		400	1:14.97	Apeldoorn	2020-02-23
V55		800	2:47.93	Apeldoorn	2022-02-12

Anke Binnema

mpB		hoog	1.15	Drachten	2012-02-04
-----	--	------	------	----------	------------

Jildou Binnema

mpm		kogel	3.86	Emmeloord	2011-10-29
-----	--	-------	------	-----------	------------

Bas Bluemink

jpB		hoog	1.20	Heerenveen	2003-03-15
-----	--	------	------	------------	------------

Fenna Bodewes

mpm		40h	9.8	Heerenveen	2017-11-25
mpC	(mpm)	40h	9.8	Heerenveen	2017-11-25

Coby de Boer

V45	(V50)	hoog	1.15	Steenwijk	1997-03-15
V50		hoog	1.15	Heerenveen	1997-03-15
V50		kogel	10.00	Heerenveen	1997-03-15
V55		hoog	1.05	Heerenveen	2004-03-20
V55		kogel	7.96	Franeke	2001-12-16
V60		kogel	7.22	Heerenveen	2006-03-18
V65		kogel	6.80	Heerenveen	2011-03-19

Nenna de Boer

mB		hoog	1.65	Dortmund (Dui)	2000-12-10
----	--	------	------	----------------	------------

Aafje Boorsma

mpB		balstoten	5.30	Drachten	2018-02-03
-----	--	-----------	------	----------	------------

Kristel Bottinga

mC		40	5.6	Heerenveen	1999-03-20
mC		60	7.8	Dortmund (Dui)	1999-03-14
mC		ver	5.10	Den Haag	1999-02-21
mB		50	6.80	Zuidbroek	2001-01-21
mB		60	7.83	Dortmund (Dui)	1999-12-19
mB		60h	8.74	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
mA	(mB)	50	6.80	Zuidbroek	2001-01-21
mA	(mB)	60	7.83	Dortmund (Dui)	1999-12-19
mA		60h	9.14	Düsseldorf (Dui)	2001-02-03
Vneo	(mB)	50	6.80	Zuidbroek	2001-01-21
Vneo	(mB)	60	7.83	Dortmund (Dui)	1999-12-19
Vneo	(mA)	60h	9.14	Düsseldorf (Dui)	2001-02-03
V	(mB)	50	6.80	Zuidbroek	2001-01-21
V	(mB)	60	7.83	Dortmund (Dui)	1999-12-19
V	(mA)	60h	9.14	Düsseldorf (Dui)	2001-02-03

Reinier Bouma

jD		60h	10.23	Zuidbroek	2001-01-20
jB		60h	8.32	Gent (Bel)	2004-02-21
jA		60h	8.06	Groningen	2007-01-28
Mneo		60h	8.21	Gent (Bel)	2008-02-16
M		60h	8.02	Apeldoorn	2011-02-13

Tieme Bouma

jpm		hoog	0.80	Heerenveen	2018-03-17
-----	--	------	------	------------	------------

Sabrina Cruden

mD	50h	8.54	Utrecht	2015-12-18
mA	5-kamp	3190	Apeldoorn	2022-02-13

Kevin Damstra

M	200	22.52	Gent (Bel)	2016-12-18
M	300	36.96	Gent (Bel)	2016-01-02

Paul Dijkstra

M	40	4.8	Heerenveen	1985-03-16
M	50	6.06	Zwolle	1985-01-19

Fiona van Es

mB	40	5.4	Heerenveen	1989-03-19
mB	50h	7.7	Utrecht	1989-02-25
mB	ver	5.51	Utrecht	1989-01-25
mA	(mB)	40	Heerenveen	1989-03-19
Vneo	(mB)	40	Heerenveen	1989-03-19
V	(mB)	40	Heerenveen	1989-03-19

Simone Falkena

mC	1000	3:10.85	Den Haag	1994-02-20
mB	(mC)	1000	Den Haag	1994-02-20
mA	(mC)	1000	Den Haag	1994-02-20
Vneo	(mC)	1000	Den Haag	1994-02-20
V	(mC)	1000	Den Haag	1994-02-20
V35	200	28.87	Apeldoorn	2016-02-06
V35	400	1:04.33	Apeldoorn	2015-02-14

Arjen van Gelderen

jpB	40	6.78	Zuidbroek	2003-01-25
jpA	40	6.34	Franeke	2004-11-28

Fernanda Groenendal

mD	40	5.9	Heerenveen	1991-03-17
----	----	-----	------------	------------

Thijmen Groenendal

jD	600	1:46.71	Apeldoorn	2022-03-20
----	-----	---------	-----------	------------

Elisabeth de Haan

mpB	40	6.77	Heerenveen	2016-03-19
mpB	hoog	1.15	Heerenveen	2016-03-19
mpA	60	8.4	Heerenveen	2017-11-25
mpA	60h	10.3	Heerenveen	2017-11-25
mD	50	7.37	Heerenveen	2019-03-16
mD	60	8.23	Apeldoorn	2020-01-25
mD	ver	4.90	Apeldoorn	2020-01-25

Gerwin de Haan

jC		50h	8.61	Utrecht	2013-12-20
jB		50h	7.95	Utrecht	2015-12-18
jA		1000	2:52.19	Apeldoorn	2018-02-04
jA		polshoog	4.20	Apeldoorn	2018-01-27
jA		7-kamp	4691	Apeldoorn	2018-02-04
Mneo	(jA)	1000	2:52.19	Apeldoorn	2018-02-04
Mneo		polshoog	4.55	Indianapolis (USA)	2020-02-29
Mneo		7-kamp	4442	Whitewater (USA)	2020-02-01
M	(Mneo)	polshoog	4.55	Indianapolis (USA)	2020-02-29
M	(Mneo)	7-kamp	4442	Whitewater (USA)	2020-02-01

Sander de Haan

jC	polshoog	2.75	Apeldoorn	2022-03-27
Henk Heidema				
jB	40	5.1	Heerenveen	1987-03-21
jA (jB)	40	5.1	Heerenveen	1987-03-21
Mneo (jB)	40	5.1	Heerenveen	1987-03-21
Marieke Heinkens				
mD	kogel	11.92	Heerenveen	1989-03-19
Folkert Hiddinga				
jC	800	2:15.2	Eelde	1990-01-07
Ronny Hoekstra				
mA	800	2:14.9	Zwolle	1980-02-02
mA	1500	4:42.6	Zwolle	1980-02-03
Rutger Hoekstra				
jB	hss	12.09	Apeldoorn Zoetermeer	2019-02-10 2018-12-15
Lars van Hoeven				
jC	50	6.74	Utrecht	2013-12-20
jC	60	7.57	Apeldoorn	2014-01-19
jC	400	51.06	Apeldoorn	2014-02-09
jB	200	23.14	Apeldoorn	2015-03-01
jB	400	50.05	Apeldoorn	2015-03-01
jB	800	2:02.64	Gent (Bel)	2016-01-16
jA	200	23.10	Apeldoorn	2017-12-03
jA	400	49.08	Apeldoorn	2018-01-27
jA	800	1:51.90	Apeldoorn	2018-02-11
Mneo (jA)	200	23.10	Apeldoorn	2017-12-03
Mneo (jA)	400	49.08	Apeldoorn	2018-01-27
Mneo	800	1:51.46	Apeldoorn	2019-01-26
M (jA)	400	49.08	Apeldoorn	2018-01-27
M (Mneo)	800	1:51.46	Apeldoorn	2019-01-26
Jasper vd Hoogen				
jpB	kogel	7.23	Emmeloord	2007-01-20
Rianne Hospes				
mpC	kogel	6.15	Heerenveen	1994-03-19
mpB	kogel	6.14	Heerenveen	1995-03-18
Meike Huistra				
mpC	hoog	1.10	Apeldoorn	2016-03-06
mpC	ver	3.11	Apeldoorn	2016-03-06
mpC	600	2:24.50	Apeldoorn	2016-03-06
mC	50h	8.23	Assendelft	2022-01-29
mC	hoog	1.60	Assendelft	2022-02-06
		1.60	Apeldoorn	2022-03-27
Feico Jansma				
M60	40	6.7	Heerenveen	2005-03-19
M60	hoog	1.10	Heerenveen	2005-03-19
M60	kogel	8.89	Heerenveen	2005-03-19
Ronnie Jeeninga				
M35	1500	4:42.18	Apeldoorn	2013-02-09

Amarins de Jong

mpm	40	7.74	Heerenveen	2013-03-09
mpm	hoog	0.85	Heerenveen	2013-03-09

Anniek de Jong

mpB	1000	3:54.71	Zuidbroek	2002-01-19
mB	800	2:19.21	Apeldoorn	2010-02-28

Jenny de Jong

V40	hoog	1.20	Heerenveen	1997-03-15
-----	------	------	------------	------------

Joke de Jong

mC	hoog	1.60	Arnhem	1975-01-26
mB	hoog	1.65	Groningen	1976-01-17
mA	50h	8.0	Groningen	1978-01-21
mA	hoog	1.76	Zwolle	1978-02-04
Vneo (mA)	50h	8.0	Groningen	1978-01-21
Vneo (mA)	hoog	1.78	Zwolle	1980-02-03
Vneo	5-kamp	3646	Zwolle	1980-02-02
V (mA)	50h	8.0	Groningen	1978-01-21
V (Vneo)	hoog	1.78	Zwolle	1980-02-03
V (Vneo)	5-kamp	3646	Zwolle	1980-02-02

Lidia de Jong

mB	5-kamp	3096	Den Haag	1999-02-27
----	--------	------	----------	------------

Cas Jonker

jpm	hoog	0.80	Heerenveen	2016-03-19
-----	------	------	------------	------------

Brechje Kaastra

mA	hss	10.42	Gent (Bel)	2001-01-14
mA	ver	5.54	Gent (Bel)	2000-02-12
Vneo (mA)	hss	10.42	Gent (Bel)	2001-01-14
Vneo (mA)	ver	5.54	Gent (Bel)	2000-02-12
V (mA)	hss	10.42	Gent (Bel)	2001-01-14
V (mA)	ver	5.54	Gent (Bel)	2000-02-12

Jelger Kan

jpC	600	2:17.9	Zuidbroek	2003-01-25
-----	-----	--------	-----------	------------

Rienk Kan

jA	hss	13.53	Apeldoorn	2012-02-11
Mneo	hss	14.00	Apeldoorn	2015-02-21
M (Mneo)	hss	14.00	Apeldoorn	2015-02-21

Hugo Kerkhof

jD	50h	9.1	Utrecht	1993-01-02
jB	1000	2:55.42	Zwolle	1997-01-26

Bram Kielman

Mneo	1500	3:57.93	Apeldoorn	2016-01-30
Mneo	3000	8:43.92	Apeldoorn	2016-02-06
M (Mneo)	1500	3:57.93	Apeldoorn	2016-01-30

Yoah Kirindongo

jpm	40	7.1	Drachten	2018-02-03
jpm	40h	8.3	Heerenveen	2017-11-25
jpm	hoog	0.80	Heerenveen	2018-03-17
jpm	hurkhoog	0.75	Heerenveen	2017-11-25
jpm	balstoten	4.80	Drachten	2018-02-03

Jaap Klaverboer

M	1000	2:49.5	Zwolle	1982-01-31
---	------	--------	--------	------------

Jan Haye Klijnstra

jC	hoog	1.87	Den Haag	1995-02-18
----	------	------	----------	------------

Wieger Klijnstra

M35	(M50)	200	30.12	Zuidbroek	2001-01-21
M35	(M50)	ver	3.38	Steenwijk	2001-03-03
M40	(M50)	200	30.12	Zuidbroek	2001-01-21
M40	(M50)	ver	3.38	Steenwijk	2001-03-03
M45	(M50)	50	7.86	Steenwijk	2002-03-02
M45	(M50)	60	9.21	Zuidbroek	2001-01-21
M45	(M50)	200	30.12	Zuidbroek	2001-01-21
M45	(M50)	ver	3.38	Steenwijk	2001-03-03
M50		40	6.44	Steenwijk	2001-03-03
M50		50	7.86	Steenwijk	2002-03-02
M50		60	9.21	Zuidbroek	2001-01-21
M50		200	30.12	Zuidbroek	2001-01-21
M50		hoog	1.20	Heerenveen	2001-03-17
M50		ver	3.38	Steenwijk	2001-03-03
M55		40	6.5	Heerenveen	2004-03-20
M55	(M60)	50	8.38	Steenwijk	2009-03-07
M55	(M60)	60	9.95	Heerenveen	2010-03-20
M55		200	30.72	Zuidbroek	2004-01-25
M55		hoog	1.15	Heerenveen	2004-03-20
M55	(M65)	ver	2.27	Steenwijk	2016-03-12
M60		50	8.38	Steenwijk	2009-03-07
M60		60	9.95	Heerenveen	2010-03-20
M60		200	33.12	Groningen	2010-01-17
M60	(M65)	ver	2.27	Steenwijk	2016-03-12
M65		40	7.27	Steenwijk	2015-03-07
M65		50	8.87	Steenwijk	2015-03-07
M65		60	10.29	Heerenveen	2014-03-15
M65		ver	2.27	Steenwijk	2016-03-12
M70		40	7.73	Steenwijk	2020-03-07
M70		50	9.19	Heerenveen	2019-03-16
M70		60	10.89	Heerenveen	2019-03-16

Teun Klos

jB	3000	11:01.3	Leeuwarden	1988-12-18
----	------	---------	------------	------------

Jan Jelle Koerts

M35	(M40)	50	7.46	Heerenveen	2010-03-20
M35	(M40)	60	8.67	Heerenveen	2010-03-20
M40		50	7.46	Heerenveen	2010-03-20
M40		60	8.67	Heerenveen	2010-03-20

Menno Kraaij

M45	40	6.1	Heerenveen	2004-03-20
-----	----	-----	------------	------------

Maaïke Kramer

mpC	kogel	6.15	Heerenveen	1999-03-20
-----	-------	------	------------	------------

Trienke Kramer

mpC	1000	4:45.3	Eelde	1994-01-08
-----	------	--------	-------	------------

Suzanne Landman

mpA	1000	3:44.2	Eelde	1989-01-07
-----	------	--------	-------	------------

Liam de Lang

jpm		hoog	0.80	Dronten	2016-12-28
jpm		ver	2.29	Steenwijk	2017-03-11
jpC		40	7.1	Drachten	2018-02-03
jpC		40h	7.8	Heerenveen	2017-11-25
jpC		hoog	1.05	Heerenveen	2018-03-17
jpC		hurkhoog	0.85	Drachten	2018-02-03
jpC		balstoten	6.20	Heerenveen	2018-03-17
jpB		hurkhoog	1.05	Drachten	2019-02-02
jpB		balstoten	7.30	Drachten	2019-02-02

Hans Lolkema

M35	(M45)	kogel	14.72	Apeldoorn	2018-02-04
M40	(M45)	kogel	14.72	Apeldoorn	2018-02-04
M45		kogel	14.72	Apeldoorn	2018-02-04

Suzanne Looper-Hartwig

V35		hoog	1.35	Steenwijk	2020-03-07
V35		kogel	9.63	Steenwijk	2020-03-07

Akkie Marinus

V45		kogel	8.22	Steenwijk	1993-03-20
-----	--	-------	------	-----------	------------

Fenna vd Meer

mpm		hoog	0.85	Heerenveen	2019-03-16
mpm		hurkhoog	0.85	Drachten	2019-02-02
mpm		balstoten	4.16	Heerenveen	2019-03-16

Minke vd Meer

mB	(mC)	1500	4:58.03	Apeldoorn	2010-02-28
----	------	------	---------	-----------	------------

Sjoerd vd Meer

jpC		hurkhoog	0.85	Drachten	2018-02-03
-----	--	----------	------	----------	------------

Martine Metsemakers

mA		kogel	12.21	Gent (Bel)	2000-02-12
Vneo	(mA)	kogel	12.21	Gent (Bel)	2000-02-12
V	(mA)	kogel	12.21	Gent (Bel)	2000-02-12

Anne-Karlijn Mos

mC		kogel	11.40	Gent (Bel)	2016-01-16
mB		kogel	13.38	Apeldoorn	2017-01-28

Jeroen Moser

M		50h	7.1	Zwolle	1985-01-20
---	--	-----	-----	--------	------------

Lennert Naeff

JA		hoog	2.02	Bordeaux (Fra)	2020-02-09
Mneo	(jA)	hoog	2.02	Bordeaux (Fra)	2020-02-09
M	(jA)	hoog	2.02	Bordeaux (Fra)	2020-02-09

Ilya Nauta

jpA		60h	10.2	Heerenveen	2017-11-25
jpA		600	1:55.9	Stadskanaal	2018-01-14
jpA		hoog	1.35	Drachten	2018-02-03

Marrit Nederhoed

mpC		40	6.8	Heerenveen	1994-03-19
mpB		ver	3.46	Eelde	1995-01-07
mpA		40	6.2	Franeke	1996-12-15
mD		600	1:52.7	Den Haag	1998-03-08

Auke Siûk Nutma

jD	40	5.6	Heerenveen	1993-03-20
jD	50	6.9	Franeker	1993-02-07
jC	50	6.5	Steenwijk	1995-03-04
jC	60h	8.53	Den Haag	1995-02-18
jC	ver	6.39	Eelde	1995-01-08

Herman Oldenhof

M45	hoog	1.30	Heerenveen	2004-03-20
-----	------	------	------------	------------

Finn Oosterhagen

jpm	kogel	4.08	Heerenveen	2013-03-09
-----	-------	------	------------	------------

Klaas Peereboom

M50	hoog	1.20	Heerenveen	2006-03-18
-----	------	------	------------	------------

Jeroen Piek

M	60	7.01	Apeldoorn	2019-01-26
---	----	------	-----------	------------

Norah Pont

mpB	600	2:15.24	Apeldoorn	2018-03-11
mD	60h	9.55	Apeldoorn	2022-03-20

Lois Richardson

mpC	hurkhoog	0.85	Drachten	2017-02-04
mpB	40h	7.8	Heerenveen	2017-11-25

Sophie Roman

mpB	balstoten	5.25	Heerenveen	2016-03-19
-----	-----------	------	------------	------------

Sem van Rooijen

jA	50	6.26	Assendelft	2022-01-29
jA	60	7.17	Apeldoorn	2022-02-05
Mneo	(jA)	50	Assendelft	2022-01-29
Mneo	(jA)	60	Apeldoorn	2022-02-05

Jaap Scholten

M35	(M40)	40	5.9	Heerenveen	1987-03-21
M35	(M40)	hoog	1.40	Heerenveen	1985-03-16
M40		40	5.9	Heerenveen	1987-03-21
M40		1500	5:54.6	Heerenveen	1985-03-16
M40		hoog	1.40	Heerenveen	1985-03-16

Jitske Schuurman

mC	600	1:41.1	Den Haag	1988-02-13
----	-----	--------	----------	------------

Aafje Seinstra

mC	50	7.02	Heerenveen	2009-03-21
----	----	------	------------	------------

Chris Semplonius

M	3000	8:32.0	Zwolle	1972
---	------	--------	--------	------

Pascal Siemonsma

jpC	1000	4:30.9	Leeuwarden	1991-12-14
-----	------	--------	------------	------------

Milou Sieperda

mC	hoog	1.60	Apeldoorn	2022-03-27
----	------	------	-----------	------------

Mart Sijtsema

jpB		1000	3:45.90	Zuidbroek	2000-01-21
jpA		1000	3:21.08	Zuidbroek	2002-01-19
jd		1000	3:05.37	Zuidbroek	2004-01-24
jb		1500	4:15.11	Gent (Bel)	2008-02-16
ja	(jb)	1500	4:15.11	Gent (Bel)	2008-02-16
ja		3000	8:51.31	Apeldoorn	2009-02-08

Rikst Slot

mpA		40	6.2	Drachten	2013-02-02
mpA		ver	4.17	Amsterdam	2013-02-23
mC		60h	9.04	Apeldoorn	2017-01-22
mC		polshoog	2.24	Utrecht	2015-12-18
mB	(mC)	polshoog	2.24	Utrecht	2015-12-18
mA	(mC)	polshoog	2.24	Utrecht	2015-12-18
Vneo	(mC)	polshoog	2.24	Utrecht	2015-12-18
V	(mC)	polshoog	2.24	Utrecht	2015-12-18

Jolanda Smedinga

V45		60	9.54	Gent (Bel)	2011-03-18
V45		200	32.36	Gent (Bel)	2011-03-16
V45		hoog	1.15	Heerenveen	2012-03-17

Joram Smits

jpB		ver	3.77	Zuidbroek	2000-01-21
jpB		kogel	7.23	Heerenveen	2000-03-18
jpA		60	8.95	Steenwijk	2002-01-19
jpA		hoog	1.35	Franeke	2001-12-16

Selwyn Smits

jpC		kogel	7.87	Heerenveen	1996-03-16
-----	--	-------	------	------------	------------

Aafke Soet

mD		1000	3:21.23	Apeldoorn	2009-02-15
----	--	------	---------	-----------	------------

Hugo Stegeman

jc		50	6.74	Heerenveen	2019-03-16
----	--	----	------	------------	------------

Merle Sterkenburgh

mpm		ver	2.32	Steenwijk	2016-03-12
-----	--	-----	------	-----------	------------

Linda Swart

mC		ver	5.10	Amsterdam	2000-01-30
mB		400	61.53	Zuidbroek	2001-01-21
mB		hss	10.31	Gent (Bel)	2001-02-17
mA		400	59.28	Zuidbroek	2004-02-01

Dennis Veenker

Mneo		50h	7.70	Utrecht	2014-12-19
------	--	-----	------	---------	------------

Ziggy Veldman

jc		hss	10.92	Utrecht	2019-12-21
----	--	-----	-------	---------	------------

Manon Vermeulen

mpA		hoog	1.40	Franeke	2000-12-17
-----	--	------	------	---------	------------

Ellemeike Visser

mpA		600	2:00.30	Apeldoorn	2019-03-03
-----	--	-----	---------	-----------	------------

Fedde Visser

jpm		hurkhoog	0.75	Heerenveen	2017-11-25
Nadine de Vries					
mpA		50	7.8	Utrecht	1989-11-25
Thygo de Vries					
jpB		600	2:10.09	Apeldoorn	2017-03-12
Marga Wiegman					
Vneo		800	2:12.8	Dortmund (Dui)	1977-03-06
V	(Vneo)	800	2:12.8	Dortmund (Dui)	1977-03-06
Vneo		1500	4:28.5	Rotterdam	1979-02-10
V	(Vneo)	1500	4:28.5	Rotterdam	1979-02-10
Eldert Wijkstra					
jpA		50	7.4	Utrecht	1994-02-26
jpA		hoog	1.35	Heerenveen	1994-03-19
jpA		ver	4.85	Utrecht	1994-02-26
jD		ver	4.99	Den Haag	1996-03-10
JB		60	7.23	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
JB		ver	7.07	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
JA	(JB)	ver	7.07	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
Mneo	(JB)	ver	7.07	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
M	(JB)	ver	7.07	Chemnitz (Dui)	2000-03-04
Patricia de Wilde					
mD		hoog	1.55	Zwolle	1995-01-21
Joris de Wit					
jpC		ver	3.27	Eelde	1993-03-20
jpA		hoog	1.35	Heerenveen	1996-03-16
Marja de Wit					
V45	(V50)	40	6.5	Heerenveen	1999-03-20
V45	(V50)	50	7.7	Steenwijk	1996-03-02
V45	(V50)	hoog	1.15	Steenwijk	1993-03-15
V45	(V50)	ver	3.47	Steenwijk	1998-03-07
V50		40	6.5	Heerenveen	1999-03-20
V50		50	7.7	Steenwijk	1996-03-02
V50		60	9.61	Steenwijk	1997-03-01
V50		hoog	1.15	Heerenveen	1997-03-15
V50		ver	3.47	Steenwijk	1998-03-07
V55		40	6.8	Heerenveen	2003-03-15
V55	(V60)	50	9.26	Heerenveen	2008-03-15
V55	(V60)	60	10.86	Heerenveen	2008-03-15
V55		hoog	1.05	Heerenveen	2003-03-15
V60		40	7.1	Heerenveen	2006-03-18
V60		50	9.26	Heerenveen	2008-03-15
V60		60	10.86	Heerenveen	2008-03-15
V60		hoog	0.95	Heerenveen	2008-03-15
V60		hoog	0.95	Heerenveen	2006-03-18
Rody de Wolff					
jD		60	7.8	Enschede	2010-10-31
jD		hoog	1.65	Enschede	2010-10-31
jD		kogel	14.44	Enschede	2010-10-31
jC		40	5.3	Drachten	2012-02-04
JB		50	6.44	Heerenveen	2008-03-15
JB		hoog	2.02	Apeldoorn	2014-02-16
JB		polshoog	3.90	Apeldoorn	2014-02-15
JB		7-kamp	5164	Apeldoorn	2014-02-16
JA	(JB)	hoog	2.02	Apeldoorn	2014-02-16

Mneo	(jB)	hoog	2.02	Apeldoorn	2014-02-16
M	(jB)	hoog	2.02	Apeldoorn	2014-02-16

Siert Wolters

M50		kogel	9.79	Heerenveen	2000-03-18
M55		kogel	9.33	Heerenveen	2004-03-20

Marloes Woudstra

mpA		kogel	7.95	Heerenveen	1992-03-22
-----	--	-------	------	------------	------------

Marian Zandberg

Vneo		400	58.41	Apeldoorn	2012-02-25
V		400	57.77	Apeldoorn	2013-02-16

Ruth Zijlstra

mpB		hurkhoog	1.00	Drachten	2014-02-01
-----	--	----------	------	----------	------------

Timotej Zoetendal

jpB		40h	8.0	Heerenveen	2017-11-25
-----	--	-----	-----	------------	------------

Erik Zwanenburg

jC		1500	5:09.7	Franeke	1987-01-03
----	--	------	--------	---------	------------

Bontje Zwier

V35		hoog	1.35	Heerenveen	1985-03-16
-----	--	------	------	------------	------------