

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

BJP (beste jaarprestaties) vanaf het outdoor seizoen 2011
Bijgewerkt t/m zo 12 september 2021

Laura vd Akker

80			
2019-05-08	13.02	V40	Kampen
100			
2019-09-28	15.88	V40	Leeuwarden
2021-07-09	15.82w	V40	Steenwijk
hoog			
2019-09-28	1.20	V40	Leeuwarden
2021-09-08	1.25	V40	Hengelo
ver			
2021-08-28	3.90w	V40	Hoogeveen
discus 1			
2011-06-24	38.14	V	Groningen
2012-04-07	38.71	V	Steenwijk
2013-07-19	37.13	V35	Steenwijk
2018-10-06	32.63	V40	Heerenveen
2019-05-08	34.41	V40	Kampen
2020-09-26	33.84	V40	Heerenveen
2021-07-09	33.65	V40	Steenwijk
kogel 4			
2011-05-28	9.68	V	Heerenveen
2012-09-01	10.08	V35	Soest
2013-10-05	9.87	V35	Heerenveen
2018-10-06	8.99	V40	Heerenveen
2019-10-05	9.43	V40	Heerenveen
2020-08-14	8.57	V40	Deventer
2021-08-27	8.80	V40	Heerenveen
speer 600			
2011-10-01	28.85	V	Heerenveen
2012-10-06	28.17	V35	Heerenveen
2013-05-22	29.33	V35	Sneek
2018-10-06	25.88	V40	Heerenveen
2019-06-08	26.48	V40	Groningen
2020-08-14	25.65	V40	Deventer
2021-08-27	24.11	V40	Heerenveen
werp 3-kamp			
2011-06-10	1791	V	Steenwijk
2012-10-06	1897	V35	Heerenveen
2013-05-31	1878	V35	Steenwijk
2018-10-06	1849	V40	Heerenveen
2019-10-05	1897	V40	Heerenveen
2020-08-14	1563	V40	Deventer
2021-08-27	1764	V40	Heerenveen

Selena Algra

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

Hayat Askar

40			
2014-10-04	7.6	mpB	Heerenveen
60			
2015-06-06	10.1	mpA	Sneek
2016-05-28	9.7	mpA	Leeuwarden
2017-06-10	10.13	mD	Sneek
2018-10-06	9.55	mD	Heerenveen

80			
2019-10-05	12.0	mC	Heerenveen
600			
2017-04-08	2:14.45	mD	Heerenveen
2018-10-06	2:15.79	mD	Heerenveen
2019-10-05	2:02.1	mC	Heerenveen
1000			
2014-10-04	4:25.8	mpB	Heerenveen
2015-10-03	4:45.3	mpA	Heerenveen
2016-10-01	4:16.2	mpA	Heerenveen
duur 6'			
2016-05-28	1275	mpA	Leeuwarden
60h			
2015-04-11	12.2	mpA	Leeuwarden
2016-09-17	11.6	mpA	Heerenveen
60h 76,2			
2017-05-06	14.61	mD	Groningen
hoog			
2015-06-27	1.00	mpA	Steenwijk
2016-04-16	1.20	mpA	Sneek
2017-04-08	1.20	mD	Heerenveen
2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen
2019-06-22	1.30	mC	Stadskanaal
2020-07-02	1.25	mC	Heerenveen
2021-04-11	1.25	mB	Heerenveen
polsver			
2016-07-02	4.10	mpA	Drachten
ver			
2014-10-04	2.43	mpB	Heerenveen
2015-10-03	3.16	mpA	Heerenveen
2016-09-17	3.35	mpA	Heerenveen
2017-04-08	3.53	mD	Heerenveen
2020-09-26	4.02	mC	Heerenveen
2021-05-22	3.79	mB	Heerenveen
discus ¾			
2018-09-02	18.15	mD	Amsterdam
discus 1			
2019-04-28	19.66	mC	Epe
kogel 2			
2014-10-04	4.75	mpB	Heerenveen
2015-10-03	6.09	mpA	Heerenveen
2016-04-16	6.60	mpA	Sneek
2017-10-07	8.12	mD	Heerenveen
2018-05-12	9.36	mD	Heerenveen
kogel 3			
2019-04-06	8.30	mC	Heerenveen
2020-07-02	8.78	mC	Heerenveen
2020-09-26	9.11	mC	Heerenveen
2021-05-22	9.09	mB	Heerenveen
slingeren			
2016-05-28	18.50	mpA	Leeuwarden
speer 400			
2017-05-27	15.32	mD	Stadskanaal
2018-05-12	18,45	mD	Heerenveen
vortex			
2015-06-27	18.50	mpA	Steenwijk
2016-05-28	25.50	mpA	Leeuwarden

Mariam Azouz

40			
2019-10-05	8.2	mpC	Heerenveen
2020-09-26	7.9	mpB	Heerenveen
60			
2021-09-11	10.2	mpA	Drachten
600			
2019-10-05	2:35.5	mpC	Heerenveen
2020-09-26	2:35.0	mpB	Heerenveen
duur 4'			
2019-05-25	850	mpC	Steenwijk
40h			
2020-06-30	9.0	mpB	Heerenveen
60h			
2021-09-11	14.4	mpA	Drachten

hoog			
2019-05-25	0.75	mpC	Steenwijk
hurkhoog			
2020-06-30	0.75	mpB	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.42	mpC	Heerenveen
2020-09-26	2.85	mpB	Heerenveen
2021-04-06	2.90	mpA	Heerenveen
balstoten			
2019-05-25	3.70	mpC	Steenwijk
kogel 2			
2021-05-06	4.60	mpA	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	9.50	mpB	Heerenveen
2021-09-11	12.00	mpA	Drachten
vortex			
2019-05-25	11.00	mpC	Steenwijk
2020-06-02	13.00	mpB	Heerenveen
2021-05-06	14.00	mpA	Heerenveen

Sara Azouz

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

Sedra Azouz

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

Ylse Barkmeijer

60			
2014-10-04	10.7	mpA	Heerenveen
2015-10-03	10.1	mD	Heerenveen
600			
2015-10-03	2:02.0	mD	Heerenveen
2016-04-09	2:07.61	mD	Heerenveen
2017-04-08	2:08.94	mC	Heerenveen
800			
2016-08-26	3:09.43	mD	Assen
2017-05-06	2:54.67	mC	Groningen
2018-05-19	2:52.88	mC	Assen
1000			
2014-10-04	4:09.3	mpA	Heerenveen
2015-06-14	4:02.65	mD	Groningen
2016-06-11	3:44.18	mD	Groningen
2017-04-19	3:53.62	mC	Zwolle
2020-07-02	3:49.2	mB	Heerenveen

1500				300				2015-06-27	8.1	jpC	Steenwijk
2017-07-21	6:09.73	mC	Heiloo	2019-03-30	53.56	V40	Steenwijk	2016-07-02	7.7	jpB	Drachten
60h				2020-07-04	48.5	V40	Heerenveen	60h			
2014-06-28	11.6	mpA	Sneek	2021-07-09	47.20	V40	Steenwijk	2018-07-07	10.7	jpA	Steenwijk
hoog				400				80h 76,2			
2014-06-28	0.95	mpA	Sneek	2021-08-28	1:07.42	V40	Hoogeveen	2019-09-01	16.18	jD	Amsterdam
2015-04-11	1.10	mD	Heerenveen	800				2020-07-25	14.49	jD	Heerenveen
ver				2018-10-06	3:22.20	V40	Heerenveen	hoog			
2014-10-04	3.08	mpA	Heerenveen	2019-07-07	2:44.09	V40	Stadskanaal	2015-07-04	1.00	jpC	Assen
2015-10-03	3.52	mD	Heerenveen	2020-09-26	2:49.0	V40	Heerenveen	2016-09-17	1.00	jpB	Heerenveen
kogel 2				80h 76,2				2017-09-09	1.10	jpA	Sneek
2014-04-12	4.00	mpA	Drachten	2019-07-06	15.40	V40	Stadskanaal	2018-07-07	1.10	jpA	Steenwijk
2015-10-03	4.79	mD	Heerenveen	400h 76,2				hurkhoog			
vortex				2021-09-08	1:17.29	V40	Hengelo	2015-09-19	0.95	jpC	Heerenveen
2014-09-13	10.00	mpA	Leeuwarden	hoog				2016-05-28	1.10	jpB	Leeuwarden
Amarins Beijgaard				2018-10-06	1.25	V40	Heerenveen	polsver			
60				2019-07-06	1.30	V40	Stadskanaal	2018-07-07	3.95	jpA	Steenwijk
2018-10-06	9.81	mD	Heerenveen	2020-10-09	1.30	V40	Drachten	ver			
2019-10-05	9.4	mD	Heerenveen	ver				2015-10-03	3.11	jpC	Heerenveen
600				2018-10-06	3.63	V40	Heerenveen	2016-06-18	3.44	jpB	Heerenveen
2018-10-06	2:12.02	mD	Heerenveen	2019-10-05	4.32	V40	Heerenveen	2017-10-07	3.41	jpA	Heerenveen
2019-10-05	2:12.6	mD	Heerenveen	2020-09-26	4.52	V40	Heerenveen	2018-07-14	3.82	jpA	Heerenveen
2020-09-26	2:03.0	mC	Heerenveen	2021-09-08	4.66	V40	Hengelo	balstoten			
1000				discus 1				2015-09-19	5.00	jpC	Heerenveen
2018-06-30	3:52.20	mD	Groningen	2019-10-13	23.23	V40	Steenwijk	2016-05-28	5.30	jpB	Leeuwarden
duur 6'				2020-08-28	22.96	V40	Heerenveen	balwerpen 135			
2017-07-08	1425	mpA	Drachten	kogel 4				2015-07-04	10.72	jpC	Assen
60h				2018-10-06	6.78	V40	Heerenveen	kogel 2			
2017-07-08	12.0	mpA	Drachten	2019-09-28	8.09	V40	Leeuwarden	2016-04-03	4.67	jpB	Assen
hoog				2020-08-22	8.45	V40	Grootebroek	2017-10-07	5.69	jpA	Heerenveen
2017-07-08	0.95	mpA	Drachten	2021-09-08	9.11	V40	Hengelo	2018-07-14	6.56	jpA	Heerenveen
2019-10-05	1.25	mD	Heerenveen	speer 600				slingeren			
2020-09-26	1.25	mC	Heerenveen	2019-10-13	21.22	V40	Steenwijk	2016-04-16	17.50	jpB	Sneek
polsver				2020-07-04	24.17	V40	Heerenveen	2018-09-15	19.00	jpA	Heerenveen
2017-07-08	3.30	mpA	Drachten	werp 3-kamp				vortex			
ver				2019-10-05	1337	V40	Heerenveen	2015-10-03	17.30	jpC	Heerenveen
2018-04-14	3.11w	mD	Sneek	2019-10-13	1430	V40	Steenwijk	2016-05-28	18.00	jpB	Leeuwarden
kogel 2				2020-08-28	1392	V40	Heerenveen	2017-09-09	16.80	jpA	Sneek
2017-07-08	4.10	mpA	Drachten	7-kamp				2018-09-15	17.00	jpA	Heerenveen
2018-10-06	5.35	mD	Heerenveen	2019-07-07	3285	V40	Stadskanaal	Betty Bijker-Bangma			
speer 400				Mart Bijker				100			
2019-10-05	12.54	mD	Heerenveen	40				2018-06-10	15.96	V55	Apeldoorn
speer 500				2015-10-03	7.0	jpC	Heerenveen	2020-09-26	15.9	V55	Heerenveen
2020-09-26	14.07	mC	Heerenveen	2016-04-16	6.8	jpB	Sneek	150			
vortex				60				2018-07-13	23.18	V55	Steenwijk
2017-07-08	10.50	mpA	Drachten	2017-10-07	9.8	jpA	Heerenveen	200			
Jikke vd Berg				2018-06-17	9.44	jpA	Soest	2018-05-13	32.59	V55	Emmen
3000				80				300			
2018-06-10	12:33.25	V45	Apeldoorn	2019-04-06	12.22	jD	Heerenveen	2018-07-13	50.03	V55	Steenwijk
5000				150				400			
2020-09-26	22:30.0	V50	Heerenveen	2020-07-04	23.9	jD	Heerenveen	2018-04-29	1:11.38	V55	Sneek
Linda vd Berg				400				800			
80				2015-07-04	1:24.45	jpC	Assen	2017-10-07	2:48.9	V50	Heerenveen
2019-05-08	12.21	V40	Kampen	600				2018-06-10	2:39.65	V55	Apeldoorn
100				2015-10-03	2:15.0	jpC	Heerenveen	2019-03-30	2:44.24	V55	Steenwijk
2019-03-30	14.64w	V40	Steenwijk	800				2020-07-25	2:41.99	V55	Heerenveen
2020-08-22	14.25	V40	Grootebroek	2020-07-25	2:35.96	jD	Heerenveen	2021-08-13	2:39.23	V55	Heerhugowaard
2021-07-09	14.08w	V40	Steenwijk	2021-03-20	2:25.9	jC	Heerenveen	1000			
150				1000				2021-07-01	3:29.84	V55	Hengelo
2020-09-19	21.83	V40	Grootebroek	2016-06-18	4:01.89	jpB	Heerenveen	1500			
2021-07-09	21.34	V40	Steenwijk	2017-10-07	3:44.9	jpA	Heerenveen	2018-05-13	5:35.24	V55	Emmen
200				2018-06-17	3:29.15	jpA	Soest	mijl			
2018-10-06	35.02	V40	Heerenveen	2019-09-01	3:17.71	jD	Amsterdam	2021-07-09	6:13.93	V55	Steenwijk
2019-07-06	30.29	V40	Stadskanaal	2020-07-02	3:23.0	jD	Heerenveen	3000			
2020-08-22	29.57w	V40	Grootebroek	mijl				2018-10-06	13:08.51	V55	Heerenveen
2021-08-13	29.07	V40	Heerhugowaard	2019-07-05	5:50.07	jD	Steenwijk	Anke Binnema			
				duur 4'				40			
				2016-07-02	1100	jpB	Drachten	2011-07-16	7.38	mpC	Hoogeveen
				duur 6'				2012-06-16	7.11	mpB	Stadskanaal
				2018-04-21	1600	jpA	Drachten				
				40h							

60				balstoten				2015-10-03	4:22.8	mpA	Heerenveen
2013-09-01	9.85	mpA	Emmeloord	2011-06-25	4.20	mpC	Heerenveen	2016-10-01	3:58.3	mpA	Heerenveen
2014-05-31	9.73	mpA	Stadskanaal	balwerpen 135				duur 6'			
2015-04-18	9.31	mD	Assen	2011-06-07	20.50	mpC	Heerenveen	2016-07-02	1275	mpA	Drachten
2016-10-01	8.5	mD	Heerenveen	2012-07-07	20.00	mpB	Heerenveen	40h			
80				balwerpen 180				2013-04-13	8.3	mpC	Drachten
2017-06-24	11.14	mC	Stadskanaal	2013-05-11	19.88	mpA	Hoogeveen	2014-04-12	7.8	mpB	Drachten
2018-10-06	11.49	mC	Heerenveen	2014-10-04	25.01	mpA	Heerenveen	60h			
150				discus ¾				2015-04-11	10.9	mpA	Leeuwarden
2016-07-08	22.11	mD	Steenwijk	2015-10-10	17.88	mD	Steenwijk	2016-09-17	11.0	mpA	Heerenveen
2017-07-08	21.32	mC	Stadskanaal	2016-06-11	23.80	mD	Groningen	60h 76,2			
2018-05-20	21.83	mC	Amstelveen	discus 1				2017-07-08	11.40	mD	Stadskanaal
200				2017-10-15	19.29	mC	Steenwijk	2018-07-07	11.07w	mD	Stadskanaal
2015-05-16	32.13	mD	Heerenveen	2018-10-14	22.59	mC	Steenwijk	80h 76,2			
2019-10-05	30.1	mB	Heerenveen	kogel 2				2019-05-04	15.21	mC	Sneek
300				2012-06-16	5.18	mpB	Stadskanaal	hoog			
2016-04-09	49.51	mD	Heerenveen	2013-05-18	5.43	mpA	Stadskanaal	2011-05-24	0.70	mpm	Grou
400				2014-08-30	6.70	mpA	Assen	2012-06-09	0.90	mpm	Steenwijk
2018-04-02	1:13.86	mC	Amersfoort	2015-10-10	8.45	mD	Steenwijk	2014-05-31	1.00	mpB	Stadskanaal
600				2016-06-05	9.05	mD	Gemert	2015-06-13	1.10	mpA	Heerenveen
2011-06-25	2:16.1	mpC	Heerenveen	kogel 3				2016-06-04	1.25	mpA	Stadskanaal
2013-09-01	2:13.66	mpA	Emmeloord	2017-10-15	8.21	mC	Steenwijk	2017-07-09	1.35	mD	Stadskanaal
2015-08-30	1:58.21	mD	Stadskanaal	2018-10-14	8.98	mC	Steenwijk	2018-10-06	1.40	mD	Heerenveen
2016-07-03	1:52.00	mD	Stadskanaal	2019-06-23	10.40	mB	Drachten	2019-10-05	1.45	mC	Heerenveen
2017-07-09	1:50.43	mC	Stadskanaal	2020-09-19	10.01	mB	Grootebroek	2020-07-04	1.30	mC	Heerenveen
2018-07-08	2:03.66	mC	Stadskanaal	speer 400				2021-04-11	1.30	mB	Heerenveen
1000				2015-10-03	22.19	mD	Heerenveen	hurkhoog			
2012-06-05	3:55.6	mpB	Heerenveen	2016-09-17	24.04	mD	Zoetermeer	2013-09-14	0.85	mpC	Sneek
2013-05-18	3:54.17	mpA	Stadskanaal	speer 500				2014-09-13	1.00	mpB	Leeuwarden
2014-10-04	3:53.1	mpA	Heerenveen	2017-06-10	24.49	mC	Sneek	hss			
60h				2018-10-14	28.19	mC	Steenwijk	2021-04-11	9.43	mB	Heerenveen
2013-06-01	11.1	mpA	Heerenveen	2019-05-11	25.56	mB	Heerenveen	polshoog			
2014-06-14	10.5	mpA	Steenwijk	2020-09-26	29.29	mB	Heerenveen	2017-06-03	1.75	mD	Groningen
60h 76,2				speer 600				2018-05-12	1.95	mD	Heerenveen
2015-08-29	12.13	mD	Stadskanaal	2021-03-20	26.28	mA	Heerenveen	polsver			
2016-07-02	10.13	mD	Stadskanaal	vortex				2016-07-02	4.40	mpA	Drachten
80h 76,2				2013-08-31	26.57	mpA	Emmeloord	ver			
2017-05-14	12.81	mC	Sneek	2014-09-13	28.50	mpA	Leeuwarden	2011-05-14	2.44	mpm	Sneek
2018-05-12	13.39	mC	Heerenveen	werp 3-kamp				2012-07-03	2.65	mpm	Leeuwarden
100h 76,2				2015-10-10	1065	mD	Steenwijk	2013-09-14	2.80	mpC	Sneek
2019-10-05	17.2	mB	Heerenveen	2017-10-15	1044	mC	Steenwijk	2014-08-30	3.17	mpB	Assen
300h 76,2				2018-10-14	1293	mC	Steenwijk	2015-10-03	3.43	mpA	Heerenveen
2016-05-22	53.06	mD	Epe	6-kamp				2016-10-01	3.83	mpA	Heerenveen
2017-06-10	49.08	mC	Sneek	2015-08-30	2525	mD	Stadskanaal	2017-05-14	4.02	mD	Sneek
2018-06-30	51.29	mC	Groningen	2016-06-05	3041	mD	Gemert	2018-07-07	4.55	mD	Stadskanaal
400h 76,2				7-kamp				2019-05-05	4.23w	mC	Sneek
2021-05-01	1:14.12	mA	Heerenveen	2017-07-09	3562	mC	Stadskanaal	2020-08-01	4.51	mC	Amstelveen
hoog				2018-07-08	3256	mC	Stadskanaal	2021-05-01	4.37	mB	Heerenveen
2011-05-24	1.05	mpC	Grou	Jildou Binnema				balstoten			
2012-06-16	1.20	mpB	Stadskanaal	40				2011-05-14	2.90	mpm	Sneek
2013-09-01	1.25	mpA	Emmeloord	2011-10-01	8.2	mpm	Heerenveen	2012-07-07	3.92	mpm	Heerenveen
2014-05-31	1.30	mpA	Stadskanaal	2013-05-18	7.68	mpC	Stadskanaal	2013-09-14	4.40	mpC	Sneek
2015-10-03	1.40	mD	Heerenveen	2014-06-28	7.0	mpB	Sneek	2014-09-13	5.50	mpB	Leeuwarden
2016-09-17	1.50	mD	Zoetermeer	60				balwerpen 135			
2017-06-10	1.55	mC	Sneek	2015-10-03	9.9	mpA	Heerenveen	2011-06-21	8.95	mpm	Sneek
2018-10-06	1.45	mC	Heerenveen	2016-10-01	9.2	mpA	Heerenveen	2011-10-01	12.75	mpm	Heerenveen
2019-06-23	1.50	mB	Drachten	2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen	2013-10-05	20.66	mpC	Heerenveen
2021-03-20	1.45	mA	Heerenveen	2018-10-06	9.03	mD	Heerenveen	discus ¾			
hss				80				2017-05-06	18.87	mD	Groningen
2021-04-11	9.05	mA	Heerenveen	2019-10-05	11.8	mC	Heerenveen	2018-10-14	27.12	mD	Steenwijk
polshoog				150				discus 1			
2017-06-03	1.95	mC	Groningen	2018-04-02	23.07	mD	Amersfoort	2019-08-30	26.71	mC	Heerenveen
2018-05-12	1.95	mC	Heerenveen	2019-05-04	23.77	mC	Sneek	2020-08-28	28.25	mC	Apeldoorn
ver				2020-07-02	22.2	mC	Heerenveen	2021-05-22	29.69	mB	Heerenveen
2011-06-25	3.29	mpC	Heerenveen	600				kogel 2			
2012-07-03	3.49	mpB	Leeuwarden	2011-06-25	2:52.0	mpm	Heerenveen	2014-10-04	4.41	mpB	Heerenveen
2013-10-05	3.91	mpA	Heerenveen	2012-07-07	2:36.0	mpm	Heerenveen	2015-09-26	6.48	mpA	Leeuwarden
2014-08-30	4.15	mpA	Assen	2013-05-18	2:41.57	mpC	Stadskanaal	2016-10-01	7.23	mpA	Heerenveen
2015-08-30	4.20	mD	Stadskanaal	2017-05-14	2:06.52	mD	Sneek	2017-07-09	9.29	mD	Stadskanaal
2016-05-01	4.42	mD	Sneek	2018-07-08	2:01.53	mD	Stadskanaal	2018-10-14	10.48	mD	Steenwijk
2017-05-06	4.68w	mC	Groningen	2019-10-05	2:08.2	mC	Heerenveen	kogel 3			
2018-05-12	4.39	mC	Heerenveen	1000				2019-03-30	9.56	mC	Steenwijk
2019-03-30	4.42	mB	Steenwijk	2014-10-04	4:40.8	mpB	Heerenveen	2020-09-19	10.97	mC	Grootebroek
2020-09-26	4.85	mB	Heerenveen					2021-08-27	10.50	mB	Heerenveen

slingeren 2016-09-17	21.50	mpA	Heerenveen	hurkhoog 2016-05-28	0.95	mpC	Leeuwarden	Sophia Boomsma 40 2021-04-06	7.1	mpC	Heerenveen
speer 400 2017-09-03	27.15	mD	Amsterdam	2017-07-08	0.85	mpB	Drachten	600 2021-05-22	2:23.10	mpC	Heerenveen
2018-09-02	33.30	mD	Amsterdam	2021-05-23	2.17	mD	Heerenveen	duur 4' 2021-05-06	850	mpC	Heerenveen
speer 500 2019-08-30	31.67	mC	Heerenveen	polsver 2018-07-07	3.85	mpA	Steenwijk	40h 2020-06-30	10.0	mpm	Heerenveen
2020-09-26	35.60	mC	Heerenveen	2019-06-29	4.55	mpA	Leeuwarden	2021-05-22	8.48	mpC	Heerenveen
2021-03-20	36.23	mB	Heerenveen	ver 2016-09-17	3.10	mpC	Heerenveen	hurkhoog 2020-06-30	0.80	mpm	Heerenveen
vortex 2013-06-15	16.50	mpC	Steenwijk	2017-10-07	3.17	mpB	Heerenveen	2021-05-06	0.85	mpC	Heerenveen
2014-04-12	17.00	mpB	Drachten	2018-10-06	3.42	mpA	Heerenveen	ver 2021-05-22	2.86	mpC	Heerenveen
2015-06-27	21.50	mpA	Steenwijk	2019-09-14	3.20	mpA	Sneek	slingeren 2020-06-30	9.00	mpm	Heerenveen
2016-06-18	29.41	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3.71	mD	Heerenveen	2021-05-06	9.50	mpC	Heerenveen
werp 3-kamp 2017-10-15	1085	mD	Steenwijk	2021-07-03	4.08	mD	Assen	vortex 2021-05-22	15.91	mpC	Heerenveen
2018-10-14	1464	mD	Steenwijk	balstoten 2016-09-17	5.00	mpC	Heerenveen	Aafje Boorsma 40 2016-07-02	7.8	mpm	Drachten
2019-08-30	1365	mC	Heerenveen	2017-09-16	4.90	mpB	Heerenveen	2017-07-08	7.5	mpC	Drachten
2020-08-14	1384	mC	Deventer	kogel 2 2018-07-07	5.10	mpA	Steenwijk	2018-07-07	7.2	mpB	Steenwijk
2021-08-27	1281	mB	Heerenveen	2019-06-29	5.60	mpA	Leeuwarden	60 2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen
6-kamp 2017-07-09	2592	mD	Stadskanaal	slingeren 2016-07-02	13.50	mpC	Drachten	2020-09-26	9.9	mpA	Heerenveen
2018-07-08	2965	mD	Stadskanaal	2017-07-08	13.00	mpB	Drachten	2021-05-01	9.63	mD	Heerenveen
2019-05-05	2541	mC	Sneek	2018-09-15	14.50	mpA	Heerenveen	150 2021-05-01	23.68	mD	Heerenveen
Steijn Blaauw 40 2020-09-26	11.0	jpB	Heerenveen	2019-09-14	15.00	mpA	Sneek	600 2016-10-01	2:57.9	mpm	Heerenveen
600 2020-09-26	3:40.0	jpB	Heerenveen	vortex 2016-07-02	13.50	mpC	Drachten	2017-10-07	2:31.5	mpC	Heerenveen
ver 2020-09-26	1.87	jpB	Heerenveen	2017-10-07	17.99	mpB	Heerenveen	2018-07-14	2:27.95	mpB	Heerenveen
vortex 2020-09-26	5.49	jpB	Heerenveen	2018-05-26	17.00	mpA	Sneek	2020-09-26	2:22.0	mpA	Heerenveen
Lisa Bodewes 40 2016-10-01	7.4	mpC	Heerenveen	2019-04-20	18.00	mpA	Drachten	1000 2018-10-06	4:34.23	mpB	Heerenveen
2017-10-07	7.4	mpB	Heerenveen	Ype Boelens 5000 2020-09-04	22:16.52	M55	Leeuwarden	2019-10-05	4:10.1	mpA	Heerenveen
60 2018-05-26	9.8	mpA	Sneek	Keano de Boer 60 2021-04-06	12.7	jpA	Heerenveen	duur 4' 2016-07-02	775	mpm	Drachten
2019-09-14	9.2	mpA	Sneek	ver 2021-04-06	1.40	jpA	Heerenveen	2017-07-08	825	mpC	Drachten
2020-09-26	9.7	mD	Heerenveen	vortex 2021-04-06	6.00	jpA	Heerenveen	2018-07-07	975	mpB	Steenwijk
150 2020-09-19	24.19	mD	Grootebroek	Jelte Bontekoe 150 2020-07-02	25.9	jC	Heerenveen	2019-06-29	875	mpA	Leeuwarden
600 2016-10-01	2:27.2	mpC	Heerenveen	1000 2020-07-02	4:28.7	jC	Heerenveen	duur 6' 2020-09-12	1000	mpA	Heerenveen
2021-07-03	2:10.54	mD	Assen	hoog 2020-07-02	1.20	jC	Heerenveen	40h 2016-07-02	9.1	mpm	Drachten
800 2021-05-22	3:13.57	mD	Heerenveen	kogel 4 2020-07-02	4.93	jC	Heerenveen	2017-07-08	9.3	mpC	Drachten
1000 2017-10-07	4:32.3	mpB	Heerenveen	Marrit Bontekoe 60 2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen	2018-07-07	8.0	mpB	Steenwijk
2018-10-06	4:15.56	mpA	Heerenveen	2021-05-01	10.01	mD	Heerenveen	60h 2019-06-29	12.0	mpA	Leeuwarden
duur 4' 2016-07-02	900	mpC	Drachten	1000 2019-10-05	4:13.0	mpA	Heerenveen	2020-09-12	11.7	mpA	Heerenveen
2017-07-08	875	mpB	Drachten	hoog 2020-07-02	1.25	mD	Heerenveen	hoog 2017-05-20	0.90	mpC	Steenwijk
2019-06-29	900	mpA	Leeuwarden	ver 2019-10-05	3.33	mpA	Heerenveen	2018-05-26	1.00	mpB	Sneek
duur 6' 2018-07-07	1250	mpA	Steenwijk	2021-05-01	3.42	mD	Heerenveen	2019-06-29	1.15	mpA	Leeuwarden
2019-05-25	1350	mpA	Steenwijk	kogel 2 2019-10-05	5.59	mpA	Heerenveen	2020-06-30	1.15	mpA	Heerenveen
40h 2016-07-02	8.4	mpC	Drachten	2020-07-02	4.95	mD	Heerenveen	2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen
2017-07-08	7.9	mpB	Drachten	speer 400 2021-05-22	14.62	mD	Heerenveen	hurkhoog 2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden
60h 2018-07-07	11.0	mpA	Steenwijk	ver 2019-10-05	3.33	mpA	Heerenveen	2017-07-08	0.70	mpC	Drachten
2019-09-14	10.0	mpA	Sneek	2021-05-01	3.42	mD	Heerenveen	2018-07-07	0.85	mpB	Steenwijk
hoog 2016-09-17	0.90	mpC	Heerenveen	kogel 2 2019-10-05	5.59	mpA	Heerenveen	polsver 2019-06-29	3.40	mpA	Leeuwarden
2017-09-16	1.00	mpB	Heerenveen	2020-07-02	4.95	mD	Heerenveen	2020-09-12	3.15	mpA	Heerenveen
2018-04-21	1.05	mpA	Drachten	speer 400 2021-05-22	14.62	mD	Heerenveen	ver 2016-05-28	2.15	mpm	Leeuwarden
2019-04-20	1.15	mpA	Drachten	ver 2017-10-07	2.75	mpC	Heerenveen	2018-07-14	3.51	mpB	Heerenveen
2020-09-26	1.25	mD	Heerenveen	2019-10-05	3.40	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3.32	mpA	Heerenveen
2021-04-17	1.30	mD	Heerenveen								

2021-04-17	3.60	mD	Heerenveen	Hester Bos	60				
balstoten				80	2018-10-06	10.89	mpA	Heerenveen	
2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden	2017-05-06	2019-05-25	11.4	mpA	Steenwijk	
2017-05-20	4.60	mpC	Steenwijk	2018-06-30					
2018-05-26	5.00	mpB	Sneek	100	150				
kogel 2				2019-04-28	2020-07-02	28.8	mD	Heerenveen	
2018-07-14	3.94	mpB	Heerenveen	2020-09-26	600				
2019-10-05	4.29	mpA	Heerenveen	2021-05-01	2016-06-04	2:40.83	mpC	Stadskanaal	
2020-09-26	6.18	mpA	Heerenveen	150	2020-09-26	2:03.0	mD	Heerenveen	
slingeren				2018-05-19	2021-05-01	1:59.84	mD	Heerenveen	
2016-07-02	7.50	mpm	Drachten	2021-07-09	1000				
2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	2019-09-09	2017-09-09	4:14.28	mpB	Sneek	
2018-07-07	12.50	mpB	Steenwijk	2018-10-06	2018-10-06	4:10.55	mpA	Heerenveen	
2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen	2020-07-02	2020-07-02	4:08.3	mD	Heerenveen	
vortex				200	duur 4'				
2016-10-01	10.91	mpm	Heerenveen	2019-10-05	2016-07-02	925	mpC	Drachten	
2017-10-07	14.52	mpC	Heerenveen	2021-04-11	2017-07-08	925	mpB	Drachten	
2018-05-26	18.50	mpB	Sneek	300	duur 6'				
2019-06-29	15.50	mpA	Leeuwarden	2021-07-09	2018-07-07	1350	mpA	Steenwijk	
2020-06-02	26.00	mpA	Heerenveen	600	2019-04-20	1375	mpA	Drachten	
2020-09-12	25.00	mpA	Heerenveen	2017-10-07	40h				
Janne Rikst Boorsma				80h 76,2	2016-07-02	10.8	mpC	Drachten	
60				2017-05-06	2017-07-08	8.5	mpB	Drachten	
2017-09-16	10.1	mpA	Heerenveen	2018-05-19	60h				
2018-10-06	10.31	mpA	Heerenveen	100h 76,2	2018-07-07	12.3	mpA	Steenwijk	
2019-10-05	9.8	mD	Heerenveen	2019-06-23	2019-04-20	12.4	mpA	Drachten	
200				100h 83,8	hoog				
2019-05-11	33.54	mD	Heerenveen	2021-03-20	2016-09-17	0.80	mpC	Heerenveen	
600				300h 76,2	2017-09-16	0.90	mpB	Heerenveen	
2019-10-05	1:56.4	mD	Heerenveen	2017-06-10	2018-07-07	1.00	mpA	Steenwijk	
2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen	2018-06-30	2019-04-20	1.10	mpA	Drachten	
1000				400h 76,2	2020-07-25	1.15	mD	Heerenveen	
2017-10-07	4:19.0	mpA	Heerenveen	2021-04-11	hurkhoog				
2018-10-06	3:47.41	mpA	Heerenveen	hoog	2015-09-19	0.70	mpm	Heerenveen	
2019-04-06	3:30.35	mD	Heerenveen	2019-10-05	2016-05-28	0.85	mpC	Leeuwarden	
2020-07-02	3:41.7	mD	Heerenveen	hss	2017-07-08	0.75	mpB	Drachten	
duur 6'				2021-04-11	polsver				
2017-07-08	1375	mpA	Drachten	ver	2018-07-07	3.10	mpA	Steenwijk	
2018-04-21	1425	mpA	Drachten	2017-06-10	2019-04-20	3.35	mpA	Drachten	
60h				2018-10-06	ver				
2017-05-20	11.7	mpA	Steenwijk	2019-06-23	2015-09-19	2.00	mpm	Heerenveen	
2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk	2020-09-26	2016-05-28	3.20	mpC	Leeuwarden	
60h 76,2				2021-05-01	2017-10-07	2.83	mpB	Heerenveen	
2019-04-06	13.89	mD	Heerenveen	discus 1	2018-10-06	2.94	mpA	Heerenveen	
hoog				2017-10-07	2019-05-25	2.65	mpA	Steenwijk	
2017-07-08	1.05	mpA	Drachten	kogel 3	2020-07-25	3.29	mD	Heerenveen	
2018-07-14	1.20	mpA	Heerenveen	2018-10-06	balstoten				
2019-10-05	1.30	mD	Heerenveen	2019-10-05	2015-09-19	2.40	mpm	Heerenveen	
2020-07-02	1.35	mD	Heerenveen	speer 500	2016-09-17	3.80	mpC	Heerenveen	
2021-04-17	1.30	mC	Heerenveen	2019-10-05	2017-09-16	4.90	mpB	Heerenveen	
polsver				2020-09-26	balwerpen 135				
2017-07-08	3.85	mpA	Drachten	speer 600	2016-06-04	11.02	mpC	Stadskanaal	
2018-04-21	4.40	mpA	Drachten	2021-05-01	kogel 2				
ver				Jente Bosma	2018-10-06	4.93	mpA	Heerenveen	
2017-10-07	3.02	mpA	Heerenveen	60	2019-04-20	5.50	mpA	Drachten	
2018-10-06	3.57	mpA	Heerenveen	2020-09-26	slingeren				
discus ¾				80	2016-07-02	8.00	mpC	Drachten	
2020-09-26	20.19	mD	Heerenveen	2021-04-17	2017-07-08	11.00	mpB	Drachten	
discus 1				hoog	2018-09-15	12.00	mpA	Heerenveen	
2021-04-17	18.06	mC	Heerenveen	2020-09-26	2019-05-25	14.50	mpA	Steenwijk	
kogel 2				ver	vortex				
2017-10-07	5.51	mpA	Heerenveen	2021-04-17	2015-09-19	7.00	mpm	Heerenveen	
2018-07-07	6.80	mpA	Steenwijk	kogel 2	2016-09-17	10.00	mpC	Heerenveen	
2020-07-02	8.25	mD	Heerenveen	2020-09-26	2017-09-16	12.50	mpB	Heerenveen	
slingeren				kogel 3	2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen	
2017-05-20	14.50	mpA	Steenwijk	2021-04-17	2019-04-20	21.50	mpA	Drachten	
2018-05-26	18.50	mpA	Sneek	Foske Bouma	Julia Bouma				
speer 400				40	40				
2019-10-05	19.10	mD	Heerenveen	2016-07-02	2019-10-05	8.2	mpm	Heerenveen	
2020-07-25	15.87	mD	Heerenveen	2017-07-08	2020-09-26	8.2	mpC	Heerenveen	
vortex				8.2	600				
2017-09-16	20.00	mpA	Heerenveen	8.0	2019-10-05	3:10.5	mpm	Heerenveen	
2018-09-15	27.50	mpA	Heerenveen	mpB	2020-09-26	2:58.0	mpC	Heerenveen	
				Drachten	2021-05-22	2:55.54	mpB	Heerenveen	

duur 4'				hoog				duur 4'			
2020-09-12	850	mpC	Heerenveen	2019-05-11	1.30	mC	Heerenveen	2019-06-29	925	mpB	Leeuwarden
40h				2020-07-25	1.28	mB	Heerenveen	duur 6'			
2020-06-30	9.1	mpC	Heerenveen	2021-04-11	1.30	mB	Heerenveen	2020-09-12	1375	mpA	Heerenveen
2021-05-22	9.41	mpB	Heerenveen					2021-06-05	1425	mpA	Heerenveen
hurkhoog				Marije Brouwer				40h			
2020-09-12	0.75	mpC	Heerenveen	100				2019-06-29	8.0	mpB	Leeuwarden
ver				2020-09-26	15.0	mB	Heerenveen	60h			
2019-10-05	2.29	mpm	Heerenveen	2021-03-20	14.4	mB	Heerenveen	2020-09-12	11.5	mpA	Heerenveen
2020-09-26	2.43	mpC	Heerenveen	150				2021-09-11	12.1	mpA	Drachten
2021-05-22	2.44	mpB	Heerenveen	2020-07-04	22.0	mB	Heerenveen	hoog			
balstoten				200				2019-05-25	1.10	mpB	Steenwijk
2020-09-12	4.10	mpC	Heerenveen	2021-04-11	30.9	mB	Heerenveen	2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen
slingeren				100h 76,2				2021-05-06	1.25	mpA	Heerenveen
2020-06-30	6.50	mpC	Heerenveen	2021-03-20	18.4	mB	Heerenveen	hurkhoog			
2021-05-06	6.50	mpB	Heerenveen	hoog				2019-06-29	0.90	mpB	Leeuwarden
vortex				2020-07-04	1.42	mB	Heerenveen	polsver			
2019-10-05	6.05	mpm	Heerenveen	2021-04-11	1.45	mB	Heerenveen	2020-09-12	3.80	mpA	Heerenveen
2020-09-12	9.00	mpC	Heerenveen	kogel 3				ver			
2021-05-22	10.31	mpB	Heerenveen	2020-09-26	9.55	mB	Heerenveen	2019-10-05	3.05	mpB	Heerenveen
				2021-04-11	10.38	mB	Heerenveen	2020-06-02	2.60	mpA	Heerenveen
Leon Bouma				speer 500				2021-06-05	3.05	mpA	Heerenveen
60				2020-09-26	29.82	mB	Heerenveen	balstoten			
2021-05-06	11.1	jpA	Heerenveen	2021-05-22	28.43	mB	Heerenveen	2019-05-25	5.30	mpB	Steenwijk
duur 6'				Marvens Bruinsma				kogel 2			
2021-05-06	1025	jpA	Heerenveen	100				2020-09-12	5.30	mpA	Heerenveen
hoog				2015-10-03	12.7	jC	Heerenveen	2021-05-22	6.18	mpA	Heerenveen
2021-05-06	1.00	jpA	Heerenveen	2016-10-01	11.9	jC	Heerenveen	slingeren			
kogel 2				2017-06-18	12.02	jB	Harderwijk	2019-04-20	12.50	mpB	Drachten
2021-05-06	4.60	jpA	Heerenveen	2018-05-12	12.01	jB	Heerenveen	2021-06-05	17.00	mpA	Heerenveen
vortex				2019-06-08	13.47	jA	Groningen	vortex			
2021-05-06	14.50	jpA	Heerenveen	200				2019-10-05	14.88	mpB	Heerenveen
				2017-07-02	24.73	jB	Vught	2020-09-12	16.50	mpA	Heerenveen
Luc Bouma				300				2021-04-06	17.00	mpA	Heerenveen
40				2015-04-11	43.82	jC	Heerenveen	Jurre Buitendijk			
2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen	2018-04-07	40.34	jB	Steenwijk	40			
600				hoog				2020-06-02	9.3	jpm	Heerenveen
2020-09-26	3:09.0	jpm	Heerenveen	2017-05-28	1.60	jB	Drachten	2021-04-06	9.3	jpm	Heerenveen
duur 4'				hss				600			
2020-09-12	775	jpm	Heerenveen	2017-06-18	12.12	jB	Harderwijk	2021-05-22	2:49.22	jpm	Heerenveen
hurkhoog				ver				duur 4'			
2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen	2016-05-14	5.81	jC	Heerenveen	2020-09-12	875	jpm	Heerenveen
ver				2017-05-28	5.97	jB	Drachten	2021-05-06	825	jpm	Heerenveen
2020-09-26	2.05	jpm	Heerenveen	2018-05-12	5.82	jB	Heerenveen	40h			
balstoten				2019-03-30	5.86	jA	Steenwijk	2021-05-22	12.04	jpm	Heerenveen
2020-09-12	2.70	jpm	Heerenveen	discus 1¼				hurkhoog			
vortex				2019-10-13	26.51	jA	Steenwijk	2020-09-12	0.50	jpm	Heerenveen
2020-09-26	5.10	jpm	Heerenveen	kogel 6				2021-05-06	0.50	jpm	Heerenveen
				2019-10-13	10.56	jA	Steenwijk	ver			
Eva Brandsma				speer 600				2020-09-12	1.65	jpm	Heerenveen
800				2016-10-01	29.62	jC	Heerenveen	2021-05-22	1.85	jpm	Heerenveen
2018-10-06	3:18.39	V40	Heerenveen	speer 800				balstoten			
2019-05-11	3:07.08	V40	Heerenveen	2019-10-05	34.49	jA	Heerenveen	2020-09-12	2.50	jpm	Heerenveen
3000				sprint 2-kamp				slingeren			
2018-10-06	13:49.26	V40	Heerenveen	2017-05-14	1121	jB	Emmeloord	2021-05-06	9.00	jpm	Heerenveen
2019-05-11	14:29.36	V40	Heerenveen	werp 3-kamp				vortex			
				2019-10-13	1221	jA	Steenwijk	2020-09-12	9.00	jpm	Heerenveen
Kyra Brouwer				Eline Buitendijk				2021-05-22	10.36	jpm	Heerenveen
800				40				Liam Buitendijk			
2019-05-10	2:44.54	mC	Hoogeveen	2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen	40			
2021-05-22	2:40.39	mB	Heerenveen	60				2019-10-05	8.2	jpm	Heerenveen
1500				2020-06-02	9.6	mpA	Heerenveen	2020-06-02	7.5	jpC	Heerenveen
2021-05-22	5:26.82	mB	Heerenveen	2021-09-11	9.4	mpA	Drachten	2021-04-06	7.6	jpB	Heerenveen
3000				600				600			
2021-08-13	11:28.33	mB	Heerhugowaard	2021-05-22	2:17.42	mpA	Heerenveen	2019-10-05	2:37.8	jpm	Heerenveen
5000				1000				2021-05-22	2:23.52	jpA	Heerenveen
2020-09-04	20:09.28	mB	Leeuwarden	2019-10-05	4:13.2	mpB	Heerenveen	duur 4'			
400h 76,2								2019-05-25	850	jpm	Steenwijk
2020-07-25	1:19.77	mB	Heerenveen					2020-09-12	925	jpC	Heerenveen

2021-06-05	950	jpB	Heerenveen
40h			
2019-06-29	10.6	jpm	Leeuwarden
2021-06-05	9.0	jpB	Heerenveen
hoog			
2019-05-25	0.75	jpm	Steenwijk
2021-06-05	0.90	jpB	Heerenveen
hurkhoog			
2019-06-29	0.60	jpm	Leeuwarden
2020-09-12	0.65	jpC	Heerenveen
2021-05-06	0.70	jpB	Heerenveen
ver			
2019-05-25	1.95	jpm	Steenwijk
2020-09-12	2.40	jpC	Heerenveen
2021-06-05	2.80	jpB	Heerenveen
balstoten			
2019-05-25	2.60	jpm	Steenwijk
2020-09-12	3.60	jpC	Heerenveen
2021-06-05	4.40	jpB	Heerenveen
slingeren			
2019-06-29	8.00	jpm	Leeuwarden
2021-05-06	12.00	jpB	Heerenveen
vortex			
2019-10-05	10.24	jpm	Heerenveen
2020-06-02	12.00	jpC	Heerenveen
2021-05-22	16.22	jpB	Heerenveen

Sabrina Cruden

60			
2013-10-05	10.1	mpA	Heerenveen
2014-10-04	9.1	mpA	Heerenveen
2015-10-03	8.7	mD	Heerenveen
2016-04-09	8.70w	mD	Heerenveen
100			
2016-05-06	14.12	mD	Rijssen
2019-06-08	14.47	mB	Groningen
2020-07-11	13.79	mB	Epe
150			
2016-03-28	21.78w	mD	Purmerend
2020-07-04	21.2	mB	Heerenveen
200			
2015-05-16	31.23	mD	Heerenveen
2016-05-14	30.64	mD	Heerenveen
2019-06-01	28.35	mB	Amersfoort
2020-08-09	28.70w	mB	Haarlem
2021-09-04	29.10	mA	Assendelft
600			
2015-10-03	1:58.0	mD	Heerenveen
2016-07-03	1:56.18	mD	Stadskanaal
800			
2019-07-07	2:45.43	mB	Stadskanaal
2020-09-06	2:51.40	mB	Emmeloord
2021-09-05	2:56.09	mA	Assendelft
1000			
2013-10-05	4:17.0	mpA	Heerenveen
2014-10-04	4:18.4	mpA	Heerenveen
60h			
2014-06-28	10.5	mpA	Sneek
60h 76,2			
2015-09-19	10.15	mD	Zoetermeer
2016-07-02	10.03w	mD	Stadskanaal
100h 76,2			
2019-07-06	15.39	mB	Stadskanaal
2020-08-23	15.64w	mB	Lisse
100h 83,8			
2021-09-11	16.43	mA	Amersfoort
300h 76,2			
2015-04-26	56.58	mD	Epe
2016-05-22	54.43	mD	Epe
hoog			
2014-10-04	1.35	mpA	Heerenveen
2015-09-19	1.30	mD	Zoetermeer
2016-06-18	1.41	mD	Lisse
2019-07-06	1.49	mB	Stadskanaal

2020-08-23	1.50	mB	Lisse
2021-07-10	1.59	mA	Lisse
ver			
2013-10-05	3.21	mpA	Heerenveen
2014-08-30	3.79	mpA	Assen
2015-05-16	4.34	mD	Heerenveen
2016-06-19	4.54	mD	Lisse
2019-06-02	5.10	mB	Amersfoort
2020-08-09	5.07	mB	Haarlem
2021-09-05	5.26w	mA	Assendelft
discus ¾			
2016-05-14	19.96	mD	Heerenveen
kogel 2			
2013-10-05	5.44	mpA	Heerenveen
2014-06-28	8.00	mpA	Sneek
2015-10-03	9.93	mD	Heerenveen
2016-07-03	10.20	mD	Stadskanaal
kogel 3			
2019-06-01	11.46	mB	Amersfoort
2020-07-25	10.75	mB	Heerenveen
kogel 4			
2021-05-22	9.90	mA	Heerenveen
speer 400			
2015-09-19	20.22	mD	Zoetermeer
2016-06-04	24.13	mD	Gemert
speer 500			
2019-07-07	33.72	mB	Stadskanaal
2020-08-23	33.53	mB	Lisse
speer 600			
2021-07-04	31.67	mA	Dongen
vortex			
2014-06-14	22.00	mpA	Steenwijk
werp 3-kamp			
2021-08-27	1119	mA	Heerenveen
6-kamp			
2015-09-20	2669	mD	Zoetermeer
2016-07-03	2998	mD	Stadskanaal
7-kamp			
2019-07-07	4161	mB	Stadskanaal
2020-09-06	3902	mB	Emmeloord
2021-09-05	3824	mA	Assendelft
Esmee Dam			
40			
2021-04-06	9.4	mpm	Heerenveen
ver			
2021-04-06	2.30	mpm	Heerenveen
vortex			
2021-04-06	6.50	mpm	Heerenveen
Andrea Deelstra			
800			
2016-04-24	2:19.01	V	Grootebroek
1500			
2011-07-22	4:28.66	V	Wageningen
2012-06-24	4:32.67	V	Drachten
2013-06-16	4:31.66	V	Harderwijk
2000			
2011-04-27	6:08.06	V	Leiden
3000			
2011-05-27	9:23.39	V	Utrecht
2013-07-05	9:21.80	V	Utrecht
2015-07-10	9:27.30	V	Utrecht
2016-04-24	9:59.42	V	Grootebroek
2017-06-02	9:31.38	V	Utrecht
2019-05-24	9:45.08	V	Utrecht
5000			
2011-07-31	16:18.03	V	Amsterdam
2012-05-30	16:20.47	V	Wageningen
2013-05-19	17:11.71	V	Lokeren (Bel)
2016-05-27	16:16.61	V	Wageningen
2017-09-01	16:06.88	V	Utrecht
2019-06-07	16:55.65	V	Wageningen

10000				
2012-05-19	35:26.38	V		Kopenhagen (Den)
2013-06-08	34:55.31	V		Pravets (Bul)
2014-07-26	36:56.89	V		Amsterdam
2020-09-19	34:33.99	V35		Leiden
speer 600				
2013-09-15	20.08	V		Zwolle
Wouter den Dekker				
5000				
2020-09-26	20:12.0	M40		Heerenveen
Marianne Diallo				
40				
2014-10-04	8.0	mpm		Heerenveen
2015-10-03	7.2	mpC		Heerenveen
2016-10-01	6.9	mpB		Heerenveen
60				
2017-05-20	9.8	mpA		Steenwijk
2018-10-06	9.29	mpA		Heerenveen
2019-10-05	8.6	mD		Heerenveen
2020-07-25	8.73	mD		Heerenveen
80				
2021-05-01	11.08	mC		Heerenveen
150				
2020-07-04	21.5	mD		Heerenveen
2021-05-22	21.90	mC		Heerenveen
200				
2021-06-18	29.01	mC		Utrecht
600				
2015-10-03	2:26.0	mpC		Heerenveen
2019-10-05	2:01.0	mD		Heerenveen
2021-05-23	1:53.22	mC		Heerenveen
1000				
2016-10-01	4:04.1	mpB		Heerenveen
2017-10-07	4:16.6	mpA		Heerenveen
2018-10-06	4:01.99	mpA		Heerenveen
duur 4'				
2016-05-28	925	mpB		Leeuwarden
duur 6'				
2017-07-08	1375	mpA		Drachten
40h				
2015-04-11	8.6	mpC		Leeuwarden
2016-04-16	8.3	mpB		Sneek
60h				
2017-05-20	11.3	mpA		Steenwijk
2018-04-21	11.0	mpA		Drachten
60h 76,2				
2019-06-22	13.11	mD		Stadskanaal
80h 76,2				
2021-04-17	13.5	mC		Heerenveen
hoog				
2016-06-18	1.00	mpB		Heerenveen
2017-07-08	1.10	mpA		Drachten
2018-04-21	1.15	mpA		Drachten
2020-10-08	1.40	mD		Drachten
2021-05-22	1.35	mC		Heerenveen
hurkhoog				
2014-09-13	0.85	mpm		Leeuwarden
2015-09-19	0.95	mpC		Heerenveen
2016-05-28	0.95	mpB		Leeuwarden
polsver				
2017-04-08	3.55	mpA		Leeuwarden
2018-04-21	4.00	mpA		Drachten
ver				
2014-10-04	2.48	mpm		Heerenveen
2015-10-03	2.90	mpC		Heerenveen
2016-09-17	3.55	mpB		Heerenveen
2017-10-07	3.65	mpA		Heerenveen
2018-10-06	3.73	mpA		Heerenveen
2019-04-06	3.60	mD		Heerenveen
2021-08-28	4.67	mC		Amsterdam

[illegible]

2020-09-26	10.95	V45	Heerenveen	100				2018-06-30	3:30.48	jD	Groningen
kogel 4				2011-10-01	13.2	M40	Heerenveen	2019-09-01	3:18.03	jD	Amsterdam
2018-10-06	4.66	V45	Heerenveen	2017-05-26	13.63	M45	Hengelo	duur 6'			
2020-09-26	4.91	V45	Heerenveen	2018-05-11	14.43	M45	Winterlingen (Dui)	2016-07-02	1450	jpA	Drachten
speer 600				2019-04-24	13.79	M45	Zwolle	2017-05-20	1550	jpA	Steenwijk
2018-10-06	9.03	V45	Heerenveen	150				40h			
2020-09-26	8.44	V45	Heerenveen	2011-07-15	22.3	M40	Steenwijk	2015-06-27	7.9	jpB	Steenwijk
werp 3-kamp				2019-07-05	20.44w	M50	Steenwijk	60h			
2018-10-06	521	V45	Heerenveen	200				2016-07-02	11.5	jpA	Drachten
Pieter Dogger				2011-07-02	26.63	M40	Leeuwarden	2017-05-20	10.7	jpA	Steenwijk
150				2017-05-27	27.90	M45	Hengelo	80h 76,2			
2019-07-05	19.37	M	Steenwijk	2018-05-12	28.58	M45	Winterlingen (Dui)	2018-05-19	16.21	jD	Assen
200				2019-04-24	28.14	M45	Zwolle	2019-07-07	16.13	jD	Stadskanaal
2019-07-12	26.72	M	Utrecht	300				hoog			
2020-09-18	27.1	M35	Hoogeveen	2019-07-05	42.91	M50	Steenwijk	2015-06-13	0.90	jpB	Heerenveen
300				400				2016-04-16	1.15	jpA	Sneek
2019-07-05	41.71	M	Steenwijk	2011-05-28	56.58	M40	Heerenveen	2017-09-09	1.25	jpA	Sneek
400				2014-04-12	57.42	M40	Heerenveen	2018-06-02	1.25	jD	Stadskanaal
2019-05-11	59.42	M	Heerenveen	2017-05-25	1:00.82	M45	Hengelo	2019-07-07	1.35	jD	Stadskanaal
800				2018-05-10	1:05.65	M45	Winterlingen (Dui)	hurkhoog			
2018-02-06	2:26.0	M	Den Burg	2019-07-12	1:01.42	M50	Heiloo	2015-09-19	1.10	jpB	Heerenveen
2020-09-26	2:24.0	M35	Heerenveen	800				polsver			
Jiddu Duijsters				2011-05-06	2:08.43	M40	Utrecht	2016-04-16	4.10	jpA	Sneek
kogel 2				2012-05-12	2:10.10	M40	Heerenveen	2017-04-08	4.50	jpA	Leeuwarden
2021-05-06	6.10	jpA	Heerenveen	2014-04-05	2:10.64	M40	Steenwijk	ver			
vortex				2016-10-01	2:15.0	M45	Heerenveen	2015-10-03	3.22	jpB	Heerenveen
2021-05-06	15.50	jpA	Heerenveen	2017-04-01	2:21.37	M45	Steenwijk	2016-04-03	3.56	jpA	Assen
Tjalle-Durk van der Eems				2018-06-10	2:24.85	M45	Apeldoorn	2017-10-07	3.90	jpA	Heerenveen
100				2019-05-12	2:17.10	M45	Apeldoorn	2018-06-30	4.11	jD	Groningen
2021-07-09	12.00w	jB	Steenwijk	1000				2019-10-05	4.32	jD	Heerenveen
200				2017-04-19	3:01.89	M45	Zwolle	balstoten			
2021-04-11	24.8	jB	Heerenveen	2018-05-12	3:37.63	M45	Winterlingen (Dui)	2015-09-19	7.20	jpB	Heerenveen
400				2019-06-01	3:12.74	M45	Sömmerda (Dui)	kogel 2			
2021-09-04	53.47	jB	Assendelft	1500				2015-09-26	5.50	jpB	Leeuwarden
2021-09-05	4:38.96	jB	Assendelft	2016-04-09	4:44.78	M45	Heerenveen	2016-10-01	6.44	jpA	Heerenveen
2021-05-01	15.77	jB	Heerenveen	2017-05-25	4:51.13	M45	Hengelo	2017-10-07	7.24	jpA	Heerenveen
2021-09-04	1.88	jB	Assendelft	2018-05-10	5:22.66	M45	Winterlingen (Dui)	kogel 3			
2021-09-05	3.00	jB	Assendelft	2019-05-30	4:53.36	M45	Sömmerda (Dui)	2018-10-06	6.99	jD	Heerenveen
2021-09-04	6.21	jB	Assendelft	3000				2019-10-05	7.53	jD	Heerenveen
2021-05-23	39.44	jB	Heerenveen	2016-04-03	10:44.99	M45	Steenwijk	kogel 4			
2021-07-04	13.39	jB	Dongen	2017-05-20	10:35.04	M45	Heerenveen	2021-06-19	8.52	jC	Leeuwarden
2021-09-05	53.75	jB	Assendelft	2018-10-06	11:16.98	M45	Heerenveen	slingeren			
2021-08-27	1792	jB	Heerenveen	2019-05-31	11:16.38	M45	Sömmerda (Dui)	2016-09-17	17.50	jpA	Heerenveen
2021-09-05	6213	jB	Assendelft	5000				2017-05-20	19.00	jpA	Steenwijk
Edwin Eijgelaar				2016-04-15	18:30.1	M45	Hoogeveen	speer 400			
5000				2017-05-27	19:31.21	M45	Hengelo	2019-07-06	15.97	jD	Stadskanaal
2020-09-26	19:10.0	M50	Heerenveen	2018-05-12	22:37.52	M45	Winterlingen (Dui)	vortex			
Eddy Elsinga				2019-06-01	19:48.54	M45	Sömmerda (Dui)	2015-09-19	17.00	jpB	Heerenveen
60				10000				2016-09-17	19.00	jpA	Heerenveen
2017-05-25	8.69	M45	Hengelo	2017-05-28	41:03.97	M45	Hengelo	2017-05-20	17.50	jpA	Steenwijk
2018-05-10	8.83	M45	Winterlingen (Dui)	2018-05-13	47:58.14	M45	Winterlingen (Dui)	7-kamp			
2019-05-30	8.79	M45	Sömmerda (Dui)	2019-06-02	42:15.56	M45	Sömmerda (Dui)	2019-07-07	2920	jD	Stadskanaal
				ver				Sander Elsinga			
				2011-10-01	4.57	M40	Heerenveen	100			
				2019-04-07	4.50	M45	Amersfoort	2019-05-11	15.71	jC	Heerenveen
				kogel 7¼				150			
				2011-10-01	6.11	M40	Heerenveen	2020-07-02	21.0	jC	Heerenveen
				Jan Elsinga				1000			
				40				2020-07-02	3:43.7	jC	Heerenveen
				2015-10-03	6.8	jpB	Heerenveen	Andres Faber			
				60				800			
				2016-04-03	10.03	jpA	Assen	2014-10-04	2:36.5	M	Heerenveen
				2017-04-02	9.39	jpA	Assen	2017-10-07	2:43.3	M	Heerenveen
				80				2019-10-05	2:45.6	M	Heerenveen
				2018-10-06	12.01	jD	Heerenveen	mijl			
				2019-07-06	11.41	jD	Stadskanaal	2017-07-07	5:58.99	M	Steenwijk
				100				3000			
				2021-04-17	14.1	jC	Heerenveen	2015-05-16	11:58.94	M	Heerenveen
				800				2018-10-06	12:09.50	M	Heerenveen
				2021-06-19	2:29.65	jC	Leeuwarden				
				1000							
				2015-10-03	3:46.8	jpB	Heerenveen				
				2016-10-01	3:51.3	jpA	Heerenveen				
				2017-06-24	3:36.81	jpA	Stadskanaal				

2019-10-05	12:00.3	M	Heerenveen	2020-09-26	20.42	V55	Heerenveen	hoog			
5000				kogel 3				2021-06-26	1.05	mpA	Leeuwarden
2020-09-04	19:49.12	M	Leeuwarden	2017-10-07	7.11	V50	Heerenveen	polsver			
ver				2018-10-06	7.55	V55	Heerenveen	2021-06-26	2.65	mpA	Leeuwarden
2020-09-26	3.79	M	Heerenveen	2019-05-12	7.74	V55	Apeldoorn	ver			
				2020-09-26	7.34	V55	Heerenveen	2021-06-05	2.55	mpA	Heerenveen
Lisanne Faber				kogelsl. 3				kogel 2			
5000				2018-06-10	15.73	V55	Apeldoorn	2021-06-26	4.20	mpA	Leeuwarden
2020-09-26	22:33.0	Vneo	Heerenveen	2019-05-12	15.47	V55	Apeldoorn	slingeren			
				speer 500				2021-06-05	12.00	mpA	Heerenveen
Simone Falkena				2017-10-07	16.77	V50	Heerenveen	vortex			
100				2018-10-06	18.58	V55	Heerenveen	2021-06-26	10.00	mpA	Leeuwarden
2011-06-26	14.47	V	Drachten	2019-08-30	13.80	V55	Heerenveen				
2012-09-23	13.77	V	Tilburg	2020-09-26	17.58	V55	Heerenveen				
2013-04-21	14.13	V	Grootebroek	werp 3-kamp				Famke Groenendijk			
2015-06-14	14.10	V35	Groningen	2018-10-06	1561	V55	Heerenveen	60			
2016-04-09	13.81w	V35	Heerenveen	2019-08-30	1338	V55	Heerenveen	2020-09-26	11.2	mpA	Heerenveen
2019-05-12	15.14	V35	Apeldoorn					2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen
				Annamarijn van Ginneken				600			
150				100				2020-09-26	2:40.0	mpA	Heerenveen
2016-07-08	21.19	V35	Steenwijk	2021-04-11	15.0	mB	Heerenveen	2021-05-22	2:41.43	mpA	Heerenveen
200				100h 76,2				duur 6'			
2015-06-14	28.85	V35	Groningen	2021-05-01	17.47	mB	Heerenveen	2020-09-12	1150	mpA	Heerenveen
2016-06-26	28.76	V35	Harderwijk	400h 76,2				2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden
400				2021-05-01	1:18.51	mB	Heerenveen	60h			
2014-06-29	1:05.27	V	Enschede	hoog				2020-09-12	12.6	mpA	Heerenveen
2015-06-07	1:05.23	V35	Harderwijk	2021-05-01	1.40	mB	Heerenveen	2021-06-05	12.3	mpA	Heerenveen
100h 83,8				Thijmen Groenendal				hoog			
2013-06-16	19.23	V	Harderwijk	60				2020-09-12	1.00	mpA	Heerenveen
2014-05-04	18.83	V	Grootebroek	2020-09-26	10.1	jpA	Heerenveen	2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen
2016-10-01	20.2	V35	Heerenveen	2021-06-05	9.3	jpA	Heerenveen	polsver			
300h 76,2				600				2020-09-12	3.75	mpA	Heerenveen
2014-04-27	50.53	V	Epe	2020-09-26	2:00.0	jpA	Heerenveen	2021-06-26	3.25	mpA	Leeuwarden
400h 76,2				2021-05-22	2:03.39	jpA	Heerenveen	ver			
2011-06-05	1:16.39	V	Krommenie	1000				2020-09-26	2.83	mpA	Heerenveen
2012-09-23	1:12.16	V	Tilburg	2021-09-04	3:30.51	jpA	Hoogeveen	2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen
2013-09-15	1:15.24	V	Zwolle	duur 6'				kogel 2			
2014-05-25	1:09.39	V	Drachten	2021-06-26	1675	jpA	Leeuwarden	2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen
2015-05-03	1:11.27	V35	Emmeloord	60h				2021-06-26	5.20	mpA	Leeuwarden
hoog				2020-06-30	12.1	jpA	Heerenveen	slingeren			
2018-10-06	1.30	V35	Heerenveen	2021-06-05	10.7	jpA	Heerenveen	2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen
ver				hoog				2021-06-05	15.00	mpA	Heerenveen
2016-10-01	4.15	V35	Heerenveen	2020-06-30	0.95	jpA	Heerenveen	vortex			
2018-05-13	4.08	V35	Emmen	2021-05-06	1.10	jpA	Heerenveen	2020-06-02	12.50	mpA	Heerenveen
2019-04-07	4.07	V35	Amersfoort	polsver				2021-04-06	13.00	mpA	Heerenveen
discus 1				2021-06-26	4.55	jpA	Leeuwarden	Rixt de Grouw			
2013-10-05	25.82	V	Heerenveen	ver				100			
2014-05-04	25.29	V	Grootebroek	2020-09-26	3.46	jpA	Heerenveen	2021-04-11	15.9	mB	Heerenveen
2015-04-19	25.33	V35	Drachten	2021-06-05	3.75	jpA	Heerenveen	hoog			
kogel 4				kogel 2				2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen
2011-05-08	8.44	V	Assen	2020-09-26	5.37	jpA	Heerenveen	2021-04-11	1.25	mB	Heerenveen
2013-10-05	8.54	V	Heerenveen	2021-06-26	7.70	jpA	Leeuwarden	ver			
speer 600				slingeren				2020-09-26	3.72	mB	Heerenveen
2013-10-05	27.39	V	Heerenveen	2020-06-30	16.50	jpA	Heerenveen	speer 500			
2014-06-29	27.36	V	Enschede	2021-06-05	19.50	jpA	Heerenveen	2020-09-26	23.33	mB	Heerenveen
werp 3-kamp				vortex				2021-04-11	22.17	mB	Heerenveen
2013-10-05	1492	V	Heerenveen	2020-06-02	21.00	jpA	Heerenveen	Eline de Haan			
				2021-06-26	29.00	jpA	Leeuwarden	100			
Siska Folkertsma				Doutzen Groenendijk				2020-09-26	15.6	Vneo	Heerenveen
200				60				800			
2017-10-07	35.9	V50	Heerenveen	2021-06-05	10.4	mpA	Heerenveen	2020-09-26	3:06.0	Vneo	Heerenveen
2018-10-06	37.76	V55	Heerenveen	600				Elisabeth de Haan			
800				2021-05-22	2:33.55	mpA	Heerenveen	40			
2014-10-04	3:25.6	V50	Heerenveen	duur 6'				2015-06-27	7.0	mpC	Steenwijk
2017-10-07	3:30.0	V50	Heerenveen	2021-06-26	1300	mpA	Leeuwarden	2016-07-02	6.7	mpB	Drachten
2018-10-06	3:49.42	V55	Heerenveen	60h				60			
hoog				2021-06-26	10.8	mpA	Leeuwarden	2017-05-20	9.2	mpA	Steenwijk
2018-10-06	1.20	V55	Heerenveen					2018-10-06	8.66	mpA	Heerenveen
ver											
2017-10-07	2.86	V50	Heerenveen								
discus 1											
2018-10-06	21.72	V55	Heerenveen								
2019-08-30	20.18	V55	Heerenveen								

2019-04-06	8.41	mD	Heerenveen	Gerwin de Haan			2018-05-12	4.05	jA	Heerenveen
2020-09-26	8.4	mD	Heerenveen				2019-05-11	3.86	Mneo	Heerenveen
80				80						
2021-05-01	10.72	mC	Heerenveen	2011-07-05	12.2	jD	Leeuwarden	ver		
150				2012-07-07	11.81	jD	Stadskanaal	2011-05-28	3.77	jD
2019-09-01	20.84	mD	Amsterdam	2013-08-31	13.23	jC	Emmeloord	2012-07-13	4.38	jD
2020-07-02	20.4	mD	Heerenveen	2014-10-04	12.2	jC	Heerenveen	2013-09-15	5.10	jC
2021-05-22	20.30	mC	Heerenveen	2015-07-04	12.49	jB	Best	2014-09-20	5.66	jC
200				2016-07-09	12.04w	jB	Emmeloord	2015-08-14	5.72	jB
2019-05-11	29.54	mD	Heerenveen	2017-07-08	11.75	jA	Stadskanaal	2016-06-04	6.18	jB
2021-05-01	27.03	mC	Heerenveen	2018-04-28	12.10	jA	Sneek	2017-07-08	6.04	jA
600				150				2018-04-07	6.36w	jA
2019-10-05	1:59.5	mD	Heerenveen	2013-07-19	19.9	jC	Steenwijk	discus 1		
1000				2014-07-18	19.1	jC	Steenwijk	2011-07-02	22.25	jD
2017-10-07	4:18.0	mpA	Heerenveen	2015-07-10	18.63	jB	Steenwijk	2012-09-09	29.58	jD
2018-10-06	4:00.12	mpA	Heerenveen	200				2013-08-25	34.08	jC
duur 4'				2015-10-03	25.7	jB	Heerenveen	2014-09-21	41.40	jC
2016-07-02	925	mpB	Drachten	2016-10-01	24.8	jB	Heerenveen	discus 1½		
duur 6'				2018-05-12	24.43	jA	Heerenveen	2015-07-05	39.66	jB
2017-04-08	1325	mpA	Leeuwarden	300				2016-06-05	43.60	jB
2018-05-26	1350	mpA	Sneek	2018-04-07	38.21	jA	Steenwijk	discus 1¾		
40h				400				2017-05-20	40.22	jA
2015-06-27	7.2	mpC	Steenwijk	2015-07-04	57.43	jB	Best	2018-07-13	41.48	jA
2016-07-02	7.3	mpB	Drachten	2016-05-14	54.82	jB	Alphen a/d Rijn	kogel 3		
60h				2017-07-08	52.88	jA	Stadskanaal	2011-09-09	7.43	jD
2017-05-20	10.7	mpA	Steenwijk	800				2012-09-09	9.90	jD
2018-05-26	10.7	mpA	Sneek	2013-10-05	2:44.5	jC	Heerenveen	kogel 4		
60h 76,2				2014-10-04	2:40.7	jC	Heerenveen	2014-09-20	11.86	jC
2019-05-25	10.86	mD	Sneek	2015-10-03	2:22.4	jB	Heerenveen	kogel 5		
2020-07-25	10.39	mD	Heerenveen	2016-10-01	2:29.9	jB	Heerenveen	2015-07-04	12.07	jB
80h 76,2				1000				2016-04-20	12.66	jB
2021-04-17	14.7	mC	Heerenveen	2011-10-01	3:38.9	jD	Heerenveen	kogel 6		
hoog				2012-05-18	3:38.29	jD	Emmeloord	2017-05-13	12.71	jA
2016-09-17	1.15	mpB	Heerenveen	2013-09-01	3:18.39	jC	Emmeloord	2018-04-07	12.43	jA
2017-04-08	1.20	mpA	Leeuwarden	2014-09-21	3:19.00	jC	Tilburg	speer 400		
2018-07-14	1.40	mpA	Heerenveen	1500				2011-10-01	30.49	jD
2019-05-25	1.45	mD	Sneek	2015-08-30	5:10.29	jB	Stadskanaal	2012-10-14	37.10	jD
2020-07-02	1.45	mD	Heerenveen	2016-05-15	5:04.81	jB	Alphen a/d Rijn	speer 600		
hurkhoog				2017-05-14	4:59.35	jA	Emmeloord	2013-08-24	39.00	jC
2015-09-19	1.00	mpC	Heerenveen	2018-07-13	4:45.55	jA	Utrecht	2014-08-30	44.49	jC
2016-05-28	1.10	mpB	Leeuwarden	80h 76,2				speer 700		
polsver				2011-05-22	17.01	jD	Emmeloord	2015-10-03	48.80	jB
2017-04-08	4.00	mpA	Leeuwarden	2012-07-08	14.93	jD	Stadskanaal	2016-07-02	53.72	jB
2018-04-21	4.25	mpA	Drachten	100h 83,8				speer 800		
ver				2013-09-01	16.53	jC	Emmeloord	2017-06-30	51.52	jA
2015-09-19	2.60	mpC	Heerenveen	2014-05-10	15.18	jC	Drachten	2018-06-15	54.20	jA
2016-05-28	3.40	mpB	Leeuwarden	110h 91,4				werp 3-kamp		
2016-09-17	3.80	mpB	Heerenveen	2015-10-03	16.1	jB	Heerenveen	2011-10-09	1180	jD
2017-10-07	4.00	mpA	Heerenveen	2016-06-11	15.20	jB	Groningen	2012-10-14	1567	jD
2018-10-06	4.61	mpA	Heerenveen	110h 99,1				2013-05-22	1331	jC
2019-06-22	4.88	mD	Stadskanaal	2017-07-09	15.81	jA	Stadskanaal	2014-05-21	1707	jC
2020-07-25	4.94	mD	Heerenveen	2018-05-12	15.67	jA	Heerenveen	2015-06-05	1805	jB
2021-06-19	5.11	mC	Leeuwarden	300h 76,2				2016-10-09	1715	jB
balstoten				2013-04-06	50.40	jC	Steenwijk	2018-03-21	1770	jA
2015-09-19	5.30	mpC	Heerenveen	2014-04-27	45.92	jC	Epe	7-kamp		
2016-09-17	6.70	mpB	Heerenveen	400h 83,8				2011-05-22	2483	jD
kogel 2				2014-05-17	1:07.14	jC	Heerenveen	2012-05-18	3272	jD
2017-10-07	5.32	mpA	Heerenveen	2015-06-26	1:02.17	jB	Breda	8-kamp		
2018-04-21	6.40	mpA	Drachten	hoog				2013-09-01	4747	jC
2020-07-02	8.85	mD	Heerenveen	2011-10-01	1.40	jD	Heerenveen	2014-09-21	5457	jC
slingeren				2012-10-06	1.40	jD	Heerenveen	10-kamp		
2016-07-02	15.50	mpB	Drachten	2013-09-15	1.65	jC	Hoogeveen	2015-07-05	5195	jB
2017-09-16	16.00	mpA	Heerenveen	2014-09-20	1.80	jC	Tilburg	2016-06-05	6205	jB
2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen	2015-07-05	1.77	jB	Best	2017-07-09	6470	jA
speer 400				2016-08-27	1.78	jB	Amersfoort	2018-07-08	4222	jA
2019-10-05	17.66	mD	Heerenveen	2017-07-08	1.82	jA	Stadskanaal			
2020-09-26	17.20	mD	Heerenveen	2018-07-07	1.93	jA	Stadskanaal	Hilbert de Haan		
vortex				hss				60		
2015-06-27	17.50	mpC	Steenwijk	2013-09-15	10.52	jC	Hoogeveen	2017-05-25	8.05w	M
2016-07-02	17.50	mpB	Drachten	polshoog				100		
2017-09-16	17.00	mpA	Leeuwarden	2012-05-12	2.30	jD	Heerenveen	2014-10-04	12.0	M
2018-05-26	19.00	mpA	Sneek	2014-04-12	2.60	jC	Heerenveen	2017-05-26	12.78	M
				2015-07-04	2.73	jB	Best	200		
				2016-09-18	3.80	jB	Hengelo	2016-10-01	25.8	M
				2017-07-09	4.20	jA	Stadskanaal	2017-05-27	25.86	M

400				80h 76,2				100h 83,8			
2014-06-29	55.36	M	Enschede	2018-04-28	16.96	mC	Sneek	2021-05-23	16.88	jC	Heerenveen
2017-05-25	55.64	M	Hengelo	2019-05-25	17.17	mC	Sneek				
2018-05-27	53.44	M	Drachten					300h 76,2			
800				hoog				2021-05-01	52.08	jC	Heerenveen
2013-06-16	2:00.20	M	Harderwijk	2014-10-04	1.05	mpA	Heerenveen				
2014-09-21	1:59.05	M	Hoogeveen	2015-06-13	1.15	mpA	Heerenveen	hoog			
2016-10-01	2:12.6	M	Heerenveen	2016-10-01	1.25	mD	Heerenveen	2021-07-03	1.45	jC	Assen
2017-05-26	2:06.77	M	Hengelo	2017-06-03	1.30	mD	Groningen				
2018-10-06	2:07.69	M	Heerenveen	2018-04-07	1.15	mC	Steenwijk	polshoog			
								2021-08-29	2.70	jC	Amsterdam
1000				hurkhoog				ver			
2014-06-20	2:40.15	M	Utrecht	2013-09-14	1.05	mpB	Sneek	2021-08-29	5.23	jC	Amsterdam
2017-05-27	2:50.25	M	Hengelo	ver				discus 1			
1500				2013-10-05	2.63	mpB	Heerenveen	2021-05-23	20.12	jC	Heerenveen
2011-09-18	4:32.33	Mneo	Weert	2014-09-13	2.85	mpA	Leeuwarden				
2013-06-02	4:11.32	M	Drachten	2015-09-26	3.25	mpA	Leeuwarden	kogel 4			
2017-05-25	4:26.90	M	Hengelo	2016-05-01	3.14	mD	Sneek	2021-05-22	9.93	jC	Heerenveen
2018-07-20	4:32.23	M	Heiloo	2017-04-01	3.79	mD	Steenwijk				
mijl				2018-05-12	3.90	mC	Heerenveen	speer 600			
2014-07-18	4:43.5	M	Steenwijk	2019-05-18	3.91	mC	Stadskanaal	2021-05-23	26.22	jC	Heerenveen
2017-07-07	4:58.99	M	Steenwijk	2020-09-26	4.02	mB	Heerenveen	8-kamp			
2021-07-09	4:50.57	M	Steenwijk	2021-05-01	4.09	mB	Heerenveen	2021-05-23	4091	jC	Heerenveen
3000				balstoten							
2017-08-11	9:57.99	M	Utrecht	2013-09-14	5.10	mpB	Sneek	Linde Hamer			
2018-10-06	10:20.92	M	Heerenveen	discus ¾				40			
5000				2016-06-25	14.54	mD	Emmen	2020-06-02	7.6	mpB	Heerenveen
2013-06-16	17:27.75	M	Harderwijk	2017-06-24	22.20	mD	Stadskanaal	60			
2014-04-05	17:07.88	M	Steenwijk	discus 1				2021-09-11	10.6	mpA	Drachten
2017-06-18	18:39.39	M	Harderwijk	2018-04-07	21.24	mC	Steenwijk				
2020-09-04	17:11.21	M	Leeuwarden	2019-10-05	21.79	mC	Heerenveen	600			
10000				2020-09-26	24.88	mB	Heerenveen	2020-09-26	2:39.0	mpB	Heerenveen
2017-05-28	40:22.06	M	Hengelo	2021-05-22	25.30	mB	Heerenveen	2021-05-22	2:56.89	mpA	Heerenveen
400h 91,4				kogel 2				duur 4'			
2018-09-09	1:11.59	M	Grootebroek	2013-10-05	3.74	mpB	Heerenveen	2020-09-12	850	mpB	Heerenveen
hoog				2014-10-04	4.64	mpA	Heerenveen				
2014-10-04	1.70	M	Heerenveen	2015-09-26	6.46	mpA	Leeuwarden	duur 6'			
2016-10-01	1.60	M	Heerenveen	2016-06-04	8.62	mD	Stadskanaal	2021-06-05	1100	mpA	Heerenveen
2018-05-27	1.65	M	Drachten	2017-07-09	8.36	mD	Stadskanaal	60h			
ver								2021-09-11	15.4	mpA	Drachten
2016-10-01	4.80	M	Heerenveen	kogel 3				hoog			
speer 800				2018-06-30	7.92	mC	Groningen	2021-05-22	1.00	mpA	Heerenveen
2014-10-04	34.70	M	Heerenveen	2019-05-11	8.31	mC	Heerenveen				
				2020-09-26	8.52	mB	Heerenveen	hurkhoog			
				2021-05-22	8.39	mB	Heerenveen	2020-09-12	0.75	mpB	Heerenveen
Lisanne de Haan				speer 400				ver			
40				2016-10-09	14.33	mD	Steenwijk	2020-09-26	2.77	mpB	Heerenveen
2013-10-05	8.0	mpB	Heerenveen	2017-06-03	17.45	mD	Groningen	2021-06-05	2.40	mpA	Heerenveen
60				speer 500				balstoten			
2014-10-04	10.8	mpA	Heerenveen	2018-05-12	17.29	mC	Heerenveen	2020-09-12	4.90	mpB	Heerenveen
2015-10-03	10.2	mpA	Heerenveen	2019-10-13	17.69	mC	Steenwijk				
2016-10-01	9.9	mD	Heerenveen	2021-04-11	18.82	mB	Heerenveen	kogel 2			
2017-06-24	9.68w	mD	Stadskanaal	2021-05-01	19.96	mB	Heerenveen	2021-05-22	4.90	mpA	Heerenveen
80				vortex				slingeren			
2018-04-07	12.81	mC	Steenwijk	2013-09-14	12.50	mpB	Sneek	2021-09-11	13.00	mpA	Drachten
2019-10-05	13.2	mC	Heerenveen	2014-09-13	18.00	mpA	Leeuwarden				
100				2015-06-27	20.50	mpA	Steenwijk	vortex			
2021-04-11	16.4	mB	Heerenveen					2020-06-02	14.50	mpB	Heerenveen
150				werp 3-kamp				2021-09-11	16.50	mpA	Drachten
2018-04-28	24.82	mC	Sneek	2016-10-09	783	mD	Steenwijk				
600				2017-10-15	974	mD	Steenwijk	Rudy Hartog			
2016-05-01	2:18.48	mD	Sneek	2018-10-14	978	mC	Steenwijk	100			
2017-07-09	2:05.84	mD	Stadskanaal					2020-07-25	15.92	M65	Heerenveen
2019-10-05	2:45.5	mC	Heerenveen	6-kamp				200			
				2016-05-01	1634	mD	Sneek	2018-10-06	33.51	M65	Heerenveen
				2017-05-14	2016	mD	Sneek	2019-10-05	33.3	M65	Heerenveen
				7-kamp				2020-07-25	32.70w	M65	Heerenveen
				2018-04-29	1471	mC	Sneek				
				Sander de Haan				800			
2013-10-05	4:50.7	mpB	Heerenveen	100				2019-10-05	4:15.7	M65	Heerenveen
2014-10-04	4:40.6	mpA	Heerenveen	2021-06-18	12.86	jC	Utrecht	hoog			
2015-10-03	4:16.3	mpA	Heerenveen					2018-10-06	1.20	M65	Heerenveen
60h				150				2019-10-05	1.10	M65	Heerenveen
2014-09-13	12.1	mpA	Leeuwarden	2021-07-03	19.53	jC	Assen				
2015-04-11	10.2	mpA	Leeuwarden	800				ver			
60h 76,2				2021-03-20	2:54.2	jC	Heerenveen	2018-10-06	3.06	M65	Heerenveen
2016-04-30	13.94	mD	Sneek	1000				discus 1			
2017-07-08	12.78	mD	Stadskanaal	2021-05-23	3:37.78	jC	Heerenveen	2018-10-06	24.90	M65	Heerenveen
								2019-10-05	25.38	M65	Heerenveen

kogel 5				speer 600				polshoog			
2018-10-06	6.94	M65	Heerenveen	2012-10-06	15.87	V	Heerenveen	2017-06-03	2.35	jC	Groningen
2019-10-05	7.11	M65	Heerenveen					2018-05-12	2.75	jC	Heerenveen
				werp 3-kamp				2020-07-25	3.41	jB	Heerenveen
speer 600				2012-10-06	926	V	Heerenveen	2021-05-01	3.36	jA	Heerenveen
2018-10-06	19.35	M65	Heerenveen								
2019-10-05	17.99	M65	Heerenveen	Inge Helder				ver			
				3000				2017-05-20	5.14	jC	Heerenveen
werp 3-kamp				2014-10-04	15:03.9	V55	Heerenveen	2018-09-22	5.54	jC	Zoetermeer
2018-10-06	934	M65	Heerenveen					2019-04-13	5.58	jB	Haaksbergen
2019-10-05	925	M65	Heerenveen	Hans Hes				2020-07-04	6.02	jB	Heerenveen
				discus 1				2021-05-01	6.07	jA	Heerenveen
Jan vd Heide				2018-07-13	21.70	M75	Steenwijk				
100				2019-07-05	21.77	M75	Steenwijk				
2011-10-01	15.4	M60	Heerenveen	2020-08-28	19.66	M75	Heerenveen	discus 1½			
2012-10-06	15.6	M60	Heerenveen	2021-08-27	17.34	M75	Heerenveen	2019-06-30	33.28	jB	Alphen a/d Rijn
2020-09-26	17.1	M65	Heerenveen								
				kogel 4				kogel 4			
200				2018-04-07	8.13	M70	Steenwijk	2017-10-15	9.19	jC	Steenwijk
2017-10-07	34.4	M65	Heerenveen	2019-05-31	7.95	M75	Steenwijk	2018-07-13	10.56	jC	Steenwijk
2018-10-06	37.44	M65	Heerenveen	2020-09-26	7.71	M75	Heerenveen				
				2021-07-09	7.44	M75	Steenwijk	kogel 5			
400								2019-06-08	10.85	jB	Groningen
2018-05-13	1:36.64	M65	Emmen	speer 500							
				2018-10-14	13.55	M75	Steenwijk	speer 600			
800				2019-10-05	14.30	M75	Heerenveen	2017-10-15	33.69	jC	Steenwijk
2011-10-01	2:42.8	M60	Heerenveen	2020-09-26	13.18	M75	Heerenveen	2018-10-06	38.90	jC	Heerenveen
2012-10-06	2:50.5	M60	Heerenveen	2021-08-27	12.67	M75	Heerenveen				
2017-10-07	3:09.0	M65	Heerenveen					speer 700			
2018-10-06	3:19.17	M65	Heerenveen	werp 3-kamp				2018-10-14	36.07	jC	Steenwijk
				2018-10-06	848	M75	Heerenveen	2019-04-13	38.80	jB	Haaksbergen
1500				2019-10-05	816	M75	Heerenveen				
2018-05-13	6:43.86	M65	Emmen	2020-08-28	725	M75	Heerenveen	werp 3-kamp			
				2021-08-27	681	M75	Heerenveen	2017-10-15	1447	jC	Steenwijk
3000								2018-10-14	1288	jC	Steenwijk
2013-10-05	12:14.3	M60	Heerenveen	Ilona Hoeksma							
				5000				8-kamp			
hoog				2020-09-26	21:08.0	V	Heerenveen	2017-07-09	4678	jC	Stadskanaal
2018-10-06	1.00	M65	Heerenveen					2018-07-08	5361	jC	Stadskanaal
				Rutger Hoekstra							
ver				100				Lars van Hoeven			
2011-10-01	3.57	M60	Heerenveen	2017-06-24	12.92w	jC	Stadskanaal	80			
2012-10-06	3.19	M60	Heerenveen	2018-09-22	12.57	jC	Zoetermeer	2011-05-14	11.18	jD	Assen
2017-10-07	3.32	M65	Heerenveen	2019-04-13	13.44	jB	Haaksbergen	2012-05-17	10.62	jD	Emmeloord
2018-10-06	2.94	M65	Heerenveen	2021-04-11	12.4	jA	Heerenveen				
2020-09-26	3.27	M65	Heerenveen					100			
				200				2012-09-28	13.27	jD	Papenburg (Dui)
discus 1				2018-05-12	26.32	jC	Heerenveen	2013-09-21	12.23	jC	Leeuwarden
2017-10-07	20.10	M65	Heerenveen					2014-06-20	11.71	jC	Utrecht
2018-10-06	20.20	M65	Heerenveen	300				2015-04-19	11.81	jB	Drachten
2020-09-26	22.50	M65	Heerenveen	2018-07-13	41.36	jC	Steenwijk	2016-04-09	11.67	jB	Heerenveen
				2019-03-30	41.07	jB	Steenwijk	2017-04-01	11.56	jA	Steenwijk
kogel 5											
2017-10-07	6.95	M65	Heerenveen	400				150			
2018-10-06	6.70	M65	Heerenveen	2018-04-02	1:01.96	jC	Amersfoort	2011-07-15	20.4	jD	Steenwijk
								2012-06-08	20.27	jD	Hoogeveen
speer 600				800				2013-07-19	18.1	jC	Steenwijk
2011-10-01	23.53	M60	Heerenveen	2017-10-07	2:36.9	jC	Heerenveen	2014-08-08	17.57	jC	Utrecht
2012-10-06	24.30	M60	Heerenveen	2018-10-06	2:27.07	jC	Heerenveen	2015-07-10	17.01	jB	Steenwijk
2017-10-07	20.08	M65	Heerenveen					2016-05-07	17.60	jB	Lisse
2018-10-06	21.72	M65	Heerenveen	1000							
				2017-06-05	3:17.94	jC	Amstelveen	200			
werp 3-kamp				2018-05-21	3:06.55	jC	Amstelveen	2013-05-11	25.98	jC	Heerenveen
2017-10-07	816	M65	Heerenveen					2014-06-20	23.11	jC	Utrecht
2018-10-06	837	M65	Heerenveen	100h 83,8				2015-05-16	23.12	jB	Hoorn
				2017-07-09	16.10	jC	Stadskanaal	2016-07-09	22.99	jB	Emmeloord
Lenneke vd Heide				2018-07-08	14.71	jC	Stadskanaal	2017-05-28	22.66	jA	Drachten
100								2018-07-06	23.08	jA	Wageningen
2011-10-01	14.7	V	Heerenveen	110h 91,4							
				2019-04-13	18.89	jB	Haaksbergen	300			
800								2011-07-15	45.3	jD	Steenwijk
2011-10-01	2:51.1	V	Heerenveen	110h 99,1				2012-06-08	45.20	jD	Hoogeveen
2015-04-19	2:46.07	V35	Drachten	2021-05-01	15.70	jA	Heerenveen	2013-07-19	39.0	jC	Steenwijk
								2014-08-30	36.28	jC	Amsterdam
1500				300h 76,2				2015-07-10	36.07	jB	Steenwijk
2015-06-07	5:29.28	V35	Harderwijk	2017-08-27	48.62	jC	Amsterdam	2016-05-07	35.88	jB	Lisse
				2018-06-30	45.05	jC	Groningen	2017-04-01	36.28	jA	Steenwijk
3000											
2014-05-25	11:28.23	V35	Drachten	hoog				400			
2015-04-19	11:53.08	V35	Drachten	2017-05-27	1.70	jC	Stadskanaal	2013-09-07	54.41	jC	Zwolle
				2018-07-07	1.80	jC	Stadskanaal	2014-07-06	49.85	jC	Amsterdam
ver				2019-08-09	1.81	jB	Utrecht	2015-06-28	49.98	jB	Breda
2011-10-01	3.90	V	Heerenveen	2020-09-12	1.90	jB	Amersfoort	2016-05-28	50.06	jB	Oordegem (Bel)
				2021-06-13	1.84	jA	Heerenveen	2017-05-28	49.39	jA	Drachten
discus 1								2018-07-28	48.30	jA	Ninove (Bel)
2011-10-01	21.84	V	Heerenveen	hss				2021-07-21	48.21	Mneo	Ertvelde (Bel)
2012-10-06	18.06	V	Heerenveen	2018-08-25	12.10	jC	Amsterdam				
kogel 4											
2012-10-06	6.84	V	Heerenveen								

600				200				Floris vd Hoogen			
2017-04-08	1:22.20	jA	Heerenveen	2017-05-20	33.12	mD	Heerenveen	100			
2018-05-13	1:18.72	jA	Pliezhausen (Dui)	2018-05-12	33.68	mD	Heerenveen	2014-10-04	12.8	jC	Heerenveen
800				2019-08-02	31.03	mC	Heiloo	200			
2012-08-17	2:17.67	jD	Rotterdam	300				2017-10-07	25.6	jB	Heerenveen
2013-07-05	2:05.30	jC	Utrecht	2017-07-07	56.84	mD	Steenwijk	2019-10-05	26.2	jA	Heerenveen
2014-06-07	1:59.58	jC	Groningen	600				800			
2015-04-19	2:00.01	jB	Drachten	2017-05-14	2:13.45	mD	Sneek	2014-10-04	2:52.6	jC	Heerenveen
2016-07-30	1:56.03	jB	Leuven (Bel)	2018-10-06	2:22.56	mD	Heerenveen	2017-10-07	3:08.3	jB	Heerenveen
2017-06-17	1:53.62	jA	Leiden	2019-10-05	2:03.5	mC	Heerenveen	2019-10-05	2:55.8	jA	Heerenveen
2018-06-08	1:50.18	jA	Nijmegen	1000				80h 76,2			
2020-09-06	1:51.16	Mneo	Heusden (Bel)	2016-10-01	5:45.3	mpA	Heerenveen	2012-05-26	16.37	jD	Assen
2021-07-03	1:49.39	Mneo	Heusden (Bel)	duur 6'				100h 83,8			
1000				2016-07-02	1175	mpA	Drachten	2019-10-05	15.9	jA	Heerenveen
2011-07-31	3:10.03	jD	Amsterdam	60h				hoog			
2012-05-18	2:59.42	jD	Emmeloord	2016-07-02	11.8	mpA	Drachten	2012-04-14	1.15	jD	Heerenveen
2013-05-18	2:55.88	jC	Stadskanaal	60h 76,2				2019-10-05	1.40	jA	Heerenveen
2017-05-13	2:31.78	jA	Lisse	2017-05-27	13.02	mD	Stadskanaal	ver			
2020-09-12	2:26.97	Mneo	Tilburg	2018-04-14	13.37	mD	Sneek	2014-10-04	4.56	jC	Heerenveen
1500				80h 76,2				kogel 6			
2018-08-03	3:55.47	jA	Utrecht	2019-09-07	14.29	mC	Deventer	2019-10-05	8.58	jA	Heerenveen
80h 76,2				300h 76,2				speer 400			
2011-06-21	15.3	jD	Sneek	2019-06-22	53.41	mC	Stadskanaal	2012-04-21	19.83	jD	Drachten
2012-05-18	15.55	jD	Emmeloord	2020-07-11	54.87	mC	Epe	speer 600			
200h				hoog				2014-10-04	35.19	jC	Heerenveen
2017-09-02	27.82	jA	Assen	2016-07-02	1.00	mpA	Drachten	2017-10-07	35.04	jB	Heerenveen
hoog				2017-06-24	1.30	mD	Stadskanaal	speer 800			
2011-05-22	1.30	jD	Emmeloord	2018-10-13	1.30	mD	Veendam	2019-10-05	34.19	jA	Heerenveen
2012-05-18	1.40	jD	Emmeloord	2019-08-31	1.35	mC	Veendam				
2016-10-01	1.55	jB	Heerenveen	polsver				Hademar Hoornveld			
2017-10-07	1.50	jA	Heerenveen	2016-07-02	3.75	mpA	Drachten	40			
ver				ver				2014-10-04	7.7	jpC	Heerenveen
2011-07-02	4.61	jD	Leeuwarden	2016-10-01	3.06	mpA	Heerenveen	2015-04-11	7.8	jpB	Leeuwarden
2012-09-09	5.04	jD	Emmen	2017-06-10	3.88	mD	Sneek	60			
2013-09-21	5.74	jC	Leeuwarden	2018-04-07	4.34w	mD	Steenwijk	2016-10-01	10.5	jpA	Heerenveen
2016-10-01	5.45	jB	Heerenveen	2019-05-05	4.33w	mC	Sneek	2017-10-07	10.2	jpA	Heerenveen
2017-10-07	5.55	jA	Heerenveen	discus ¾				80			
discus 1				2018-10-06	22.39	mD	Heerenveen	2018-10-06	13.72	jD	Heerenveen
2011-07-15	20.76	jD	Steenwijk	discus 1				150			
2012-09-09	28.16	jD	Emmen	2019-07-05	21.63	mC	Steenwijk	2020-07-02	24.3	jC	Heerenveen
2013-04-20	31.27	jC	Drachten	2020-09-26	23.90	mC	Heerenveen	600			
2014-05-10	32.29	jC	Drachten	2021-05-22	21.65	mB	Heerenveen	2014-10-04	2:58.2	jpC	Heerenveen
kogel 3				kogel 2				1000			
2011-10-01	8.60	jD	Heerenveen	2016-07-02	5.90	mpA	Drachten	2015-10-03	5:01.7	jpB	Heerenveen
2012-09-09	9.79	jD	Emmen	2017-05-14	6.93	mD	Sneek	2016-10-01	4:45.9	jpA	Heerenveen
kogel 4				2018-06-09	9.43	mD	Groningen	2017-10-07	4:52.4	jpA	Heerenveen
2012-09-28	7.32	jD	Papenburg (Dui)	kogel 3				2018-10-06	4:45.11	jD	Heerenveen
2014-05-10	11.43	jC	Drachten	2019-10-05	8.89	mC	Heerenveen	duur 6'			
speer 400				2020-09-19	8.60	mC	Grootebroek	2016-05-28	1225	jpA	Leeuwarden
2011-07-02	26.58	jD	Leeuwarden	2021-04-11	9.77	mB	Heerenveen	40h			
2012-09-16	34.56	jD	Hoogeveen	slingeren				2015-04-11	9.2	jpB	Leeuwarden
speer 600				2016-09-17	16.50	mpA	Heerenveen	60h			
2013-10-05	31.09	jC	Heerenveen	speer 400				2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden
werp 3-kamp				2017-06-03	12.76	mD	Groningen	hoog			
2012-09-16	1454	jD	Hoogeveen	2018-10-14	18.41	mD	Steenwijk	2020-07-02	1.30	jC	Heerenveen
7-kamp				speer 500				hurkhoog			
2011-05-22	3038	jD	Emmeloord	2019-05-05	15.58	mC	Sneek	2015-04-11	0.75	jpB	Leeuwarden
2012-05-18	3839	jD	Emmeloord	vortex				ver			
Nanou Hofmann				2016-09-17	17.50	mpA	Heerenveen	2014-10-04	2.79	jpC	Heerenveen
60				werp 3-kamp				2015-10-03	3.02	jpB	Heerenveen
2016-10-01	10.6	mpA	Heerenveen	2018-10-14	1054	mD	Steenwijk	2016-10-01	3.43	jpA	Heerenveen
2017-06-24	9.53w	mD	Stadskanaal	6-kamp				2017-10-07	3.45	jpA	Heerenveen
2018-05-12	9.20	mD	Heerenveen	2017-05-14	1739	mD	Sneek	2018-10-06	3.01	jD	Heerenveen
80				2019-05-05	2582	mC	Sneek	balwerpen 135			
2018-05-25	12.12	mD	Soest	Marrit Hofstra				2014-10-04	13.68	jpC	Heerenveen
2019-10-05	11.3	mC	Heerenveen	100				kogel 2			
2020-07-25	11.61	mC	Heerenveen	2021-04-11	15.5	mB	Heerenveen	2016-10-01	4.59	jpA	Heerenveen
100				speer 500				2017-10-07	4.87	jpA	Heerenveen
2019-08-02	14.38	mC	Heiloo	2021-04-11	22.15	mB	Heerenveen	kogel 4			
150								2020-07-02	4.84	jC	Heerenveen
2017-09-03	23.41	mD	Amsterdam								
2018-07-13	23.26	mD	Steenwijk								
2019-07-05	21.72w	mC	Steenwijk								

slingeren 2016-09-17	15.00	jpA	Heerenveen	2018-07-07 2019-06-29	16.50 mpA 24.50 mpA	Steenwijk Leeuwarden	60h 2018-07-07	10.9	mpA	Steenwijk
speer 400 2018-10-06	11.63	jD	Heerenveen	Ilse Huisman			60h 76,2 2020-09-06 2021-07-03	11.39 9.85	mD mD	Barendrecht Assen
vortex 2015-10-03 2016-09-17	12.14 12.50	jpB jpA	Heerenveen Heerenveen	40 2020-09-26	7.3	mpB Heerenveen	hoog 2016-09-17 2017-09-09 2018-09-01 2019-07-06 2020-09-26 2021-09-11	1.10 1.20 1.30 1.30 1.50 1.55	mpC mpB mpA mpA mD mB	Heerenveen Sneek Deventer Emmeloord Heerenveen Zoetermeer
Britt Huisman				50 2019-10-05	7.6	mpC Heerenveen				
40 2016-10-01 2017-07-08	7.2 7.3	mpC mpB	Heerenveen Drachten	60 2021-04-06	10.2	mpA Heerenveen				
60 2018-10-06 2019-10-05 2020-09-26 2021-07-03	9.86 9.2 9.4 8.78	mpA mpA mD mD	Heerenveen Heerenveen Heerenveen Assen	600 2019-10-05 2020-09-26	2:31.9 2:29.0	mpC mpB Heerenveen	hurkhoog 2015-09-19 2016-07-02 2017-07-08	0.95 0.90 0.95	mpm mpC mpB	Heerenveen Drachten Drachten
150 2021-09-12	21.16	mD	Amsterdam	duur 4' 2019-06-29 2020-09-12	875 900	mpC mpB Leeuwarden Heerenveen	polsver 2018-07-07	3.95	mpA	Steenwijk
300 2021-07-09	46.87	mD	Steenwijk	40h 2019-06-29	8.3	mpC Leeuwarden	ver 2015-10-03 2016-10-01 2017-10-07 2018-06-17 2019-10-05 2020-09-26 2021-08-28	3.07 3.50 3.64 4.04 4.12 4.79 4.97	mpm mpC mpB mpA mpA mD mD	Heerenveen Heerenveen Heerenveen Soest Heerenveen Heerenveen Papendrecht
600 2016-10-01	2:26.8	mpC	Heerenveen	hurkhoog 2019-06-29 2020-09-12	0.80 0.95	mpC mpB Leeuwarden Heerenveen	balstoten 2015-09-19 2016-09-17 2017-09-16	4.30 5.90 6.70	mpm mpC mpB	Heerenveen Heerenveen Heerenveen
1000 2018-10-06 2019-10-05	4:09.11 4:02.1	mpA mpA	Heerenveen Heerenveen	ver 2019-10-05 2020-09-26 2021-04-06	3.12 3.03 3.45	mpC mpB mpA Heerenveen				
duur 4' 2016-07-02 2017-07-08 2019-06-29	925 925 975	mpC mpB mpA	Drachten Drachten Leeuwarden	balstoten 2019-05-25 2020-09-12	4.10 4.70	mpC mpB Steenwijk Heerenveen	discus ¾ 2021-08-28	24.99	mD	Papendrecht
duur 6' 2018-07-07	1375	mpA	Steenwijk	slingeren 2019-06-29	9.00	mpC Leeuwarden	kogel 2 2018-09-01 2019-10-05 2020-07-25 2021-09-12	6.75 8.13 10.03 13.32	mpA mpA mD mD	Deventer Heerenveen Heerenveen Zoetermeer
40h 2016-07-02 2017-07-08	8.0 7.5	mpC mpB	Drachten Drachten	vortex 2019-10-05 2020-09-12 2021-04-06	12.16 12.00 15.50	mpC mpB mpA Heerenveen	slingeren 2016-07-02 2017-07-08 2019-05-17	13.50 14.00 19.00	mpC mpB mpA	Drachten Drachten Amsterdam
60h 2018-07-07 2019-06-29	10.5 10.2	mpA mpA	Steenwijk Leeuwarden	Meike Huistra			speer 400 2020-09-26 2021-07-03	27.78 33.40	mD mD	Heerenveen Assen
60h 76,2 2021-04-17	10.6	mD	Heerenveen	40 2015-06-13 2016-10-01 2017-10-07	7.49 6.9 6.9	mpm mpC mpB Heerenveen	vortex 2015-10-03 2016-10-01 2017-09-09 2018-07-07 2019-05-26	12.60 18.15 20.40 23.50 27.62	mpm mpC mpB mpA mpA	Heerenveen Heerenveen Sneek Steenwijk Soest
hoog 2016-09-17 2017-09-16 2018-07-14 2019-06-29 2020-09-26 2021-07-03	0.95 1.00 1.15 1.30 1.35 1.40	mpC mpB mpA mpA mD mD	Heerenveen Heerenveen Heerenveen Leeuwarden Heerenveen Assen	60 2018-03-25 2019-10-05 2020-09-06 2021-08-28	9.88 9.2 8.89 8.57	mpA mpA mD mD Assen Barendrecht Papendrecht	5-kamp 2019-07-06	2534	mpA	Emmeloord
hurkhoog 2016-05-28 2017-07-08	0.95 0.90	mpC mpB	Leeuwarden Drachten	100 2021-07-04	13.90	mD Dongen	6-kamp 2021-09-12	3618	mD	Zoetermeer
polsver 2018-07-07 2019-06-29	3.85 5.00	mpA mpA	Steenwijk Leeuwarden	150 2020-09-19 2021-05-01	22.17 21.10	mD mD Grootebroek Heerenveen	Morris Hulsman			
ver 2016-06-18 2017-09-16 2018-10-06 2019-10-05 2020-09-26 2021-09-12	3.23 3.20 3.75 3.88 3.91 4.67	mpC mpB mpA mpA mD mD	Heerenveen Heerenveen Heerenveen Heerenveen Heerenveen Amsterdam	600 2015-10-03 2016-06-18 2019-04-07 2019-05-17 2020-07-25 2021-09-12	2:27.1 2:18.20 2:14.29 2:13.05 2:01.93 1:49.27	mpm mpC mpA mpA mD mD Heerenveen Zoetermeer	40 2014-10-04 2015-06-27	7.5 7.1	jpC jpB	Heerenveen Steenwijk
balstoten 2016-09-17 2017-09-16	4.70 4.50	mpC mpB	Heerenveen Heerenveen	1000 2017-10-07 2018-10-06 2019-10-05	4:12.7 3:56.15 3:51.2	mpB mpA mpA Heerenveen Heerenveen	60 2016-10-01 2017-10-07	9.9 9.3	jpA jpA	Heerenveen Heerenveen
kogel 2 2018-07-07 2019-10-05	5.70 6.53	mpA mpA	Steenwijk Heerenveen	duur 4' 2016-07-02 2017-07-08	950 950	mpC mpB Drachten Drachten	80 2018-10-06 2019-10-05	12.33 11.5	jD jD	Heerenveen Heerenveen
slingeren 2016-07-02 2017-04-08 2018-09-15	12.00 14.00 13.50	mpC mpB mpA	Drachten Leeuwarden Heerenveen	duur 6' 2018-07-07	1400	mpA Steenwijk	100 2020-09-26 2021-05-01	14.4 14.51	jC jC	Heerenveen Heerenveen
vortex 2016-07-02 2017-04-08	13.00 16.50	mpC mpB	Drachten Leeuwarden	40h 2016-07-02 2017-07-08	7.7 7.6	mpC mpB Drachten Drachten	150 2020-07-02	23.4	jC	Heerenveen
							200 2019-05-11	35.91	jD	Heerenveen
							600 2014-10-04	2:43.6	jpC	Heerenveen

1000			
2015-10-03	4:22.5	jpB	Heerenveen
2016-10-01	4:05.7	jpA	Heerenveen
2017-10-07	4:13.0	jpA	Heerenveen
2018-10-06	4:14.33	jD	Heerenveen
2019-10-05	4:14.1	jD	Heerenveen
duur 6'			
2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden
2017-07-08	1400	jpA	Drachten
40h			
2015-04-11	8.3	jpB	Leeuwarden
60h			
2016-05-28	11.7	jpA	Leeuwarden
2017-09-16	10.9	jpA	Heerenveen
hoog			
2016-06-18	1.15	jpA	Heerenveen
2017-04-08	1.15	jpA	Leeuwarden
2018-06-30	1.25	jD	Groningen
2020-07-25	1.40	jC	Heerenveen
2021-05-22	1.50	jC	Heerenveen
hurkhoog			
2015-06-27	0.80	jpB	Steenwijk
polsver			
2016-07-02	4.40	jpA	Drachten
2017-04-08	4.80	jpA	Leeuwarden
ver			
2014-10-04	3.01	jpC	Heerenveen
2015-10-03	3.24	jpB	Heerenveen
2016-10-01	3.55	jpA	Heerenveen
2017-10-07	3.88	jpA	Heerenveen
2018-04-07	3.80w	jD	Steenwijk
2019-05-11	4.01w	jD	Heerenveen
2020-09-26	4.37	jC	Heerenveen
2021-04-17	4.24	jC	Heerenveen
balwerpen 135			
2014-10-04	14.11	jpC	Heerenveen
discus 1			
2018-04-07	11.87	jD	Steenwijk
2019-05-25	14.58	jD	Sneek
kogel 2			
2015-09-26	4.01	jpB	Leeuwarden
2016-09-24	5.90	jpA	Leeuwarden
2017-10-07	6.00	jpA	Heerenveen
kogel 4			
2020-07-02	6.02	jC	Heerenveen
2021-05-22	7.02	jC	Heerenveen
slingeren			
2016-09-17	15.50	jpA	Heerenveen
2017-05-20	20.50	jpA	Steenwijk
speer 400			
2018-06-30	16.57	jD	Groningen
2019-04-06	17.07	jD	Heerenveen
speer 600			
2021-05-01	18.91	jC	Heerenveen
vortex			
2015-06-27	14.50	jpB	Steenwijk
2016-09-17	22.00	jpA	Heerenveen
2017-04-08	22.00	jpA	Leeuwarden
Anne Hulzebos			
40			
2019-10-05	8.4	mpB	Heerenveen
60			
2020-06-02	11.3	mpA	Heerenveen
2021-05-06	11.3	mpA	Heerenveen
600			
2020-09-26	2:46.0	mpA	Heerenveen
2021-05-22	2:49.71	mpA	Heerenveen
duur 6'			
2020-09-12	1125	mpA	Heerenveen
2021-06-05	1175	mpA	Heerenveen
60h			
2020-09-12	12.7	mpA	Heerenveen

2021-06-05	12.8	mpA	Heerenveen
hoog			
2020-06-30	1.00	mpA	Heerenveen
2021-05-06	1.00	mpA	Heerenveen
polsver			
2020-09-12	2.55	mpA	Heerenveen
ver			
2019-10-05	2.60	mpB	Heerenveen
2020-09-26	2.86	mpA	Heerenveen
2021-06-05	2.55	mpA	Heerenveen
kogel 2			
2020-09-12	5.00	mpA	Heerenveen
2021-05-06	5.00	mpA	Heerenveen
slingeren			
2020-06-30	12.00	mpA	Heerenveen
2021-06-05	17.00	mpA	Heerenveen
vortex			
2019-10-05	11.14	mpB	Heerenveen
2020-09-12	11.50	mpA	Heerenveen
2021-05-06	17.00	mpA	Heerenveen

Oukubay Huruy

800			
2020-07-25	2:15.40	M	Heerenveen
3000			
2017-05-20	10:13.19	M	Heerenveen
5000			
2020-09-04	16:04.94	M	Leeuwarden

Mark Jansen

25000			
2021-07-10	1:55:11	M45	Heerenveen

Feico Jansma

discus 1			
2017-06-17	26.15	M75	Emmeloord
2018-05-13	21.89	M75	Emmen
2019-07-05	23.81	M75	Steenwijk
2021-08-27	18.24	M75	Heerenveen
kogel 4			
2017-07-07	7.89	M75	Steenwijk
2019-07-05	7.14	M75	Steenwijk
speer			
2018-05-13	17.60	M75	Emmen
speer 500			
2019-08-30	17.33	M75	Heerenveen
werp 3-kamp			
2019-10-05	927	M75	Heerenveen
2021-08-27	257	M75	Heerenveen

Ronnie Jeeninga

100			
2019-05-12	14.74	M40	Apeldoorn
800			
2012-06-10	2:13.78	M35	Terneuzen
2013-05-15	2:15.10	M35	Groningen
2019-10-05	2:25.6	M40	Heerenveen
1500			
2013-06-08	4:31.42	M35	Epe
2019-04-07	5:08.34	M40	Amersfoort
hoog			
2019-04-07	1.25	M40	Amersfoort

Tim Jeeninga

60			
2018-09-15	10.7	jpA	Heerenveen
2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen
80			
2021-06-19	13.17	jD	Leeuwarden

150			
2020-07-02	27.0	jD	Heerenveen
800			
2021-05-01	3:08.98	jD	Heerenveen
1000			
2018-07-14	4:13.52	jpA	Heerenveen
2019-10-05	3:54.7	jpA	Heerenveen
duur 4'			
2019-06-29	925	jpA	Leeuwarden
duur 6'			
2018-04-21	1250	jpA	Drachten
2019-05-25	1350	jpA	Steenwijk
60h			
2018-05-26	12.9	jpA	Sneek
2019-09-14	11.5	jpA	Sneek
hoog			
2018-04-21	1.05	jpA	Drachten
2019-06-29	1.05	jpA	Leeuwarden
2020-09-26	1.30	jD	Heerenveen
polsver			
2018-04-21	3.25	jpA	Drachten
2019-06-29	3.55	jpA	Leeuwarden
ver			
2018-07-14	2.97	jpA	Heerenveen
2019-10-05	2.96	jpA	Heerenveen
kogel 2			
2018-07-14	5.04	jpA	Heerenveen
2019-06-29	5.60	jpA	Leeuwarden
kogel 3			
2020-07-02	5.45	jD	Heerenveen
slingeren			
2018-05-26	13.50	jpA	Sneek
2019-05-25	15.00	jpA	Steenwijk
speer 400			
2020-09-26	12.66	jD	Heerenveen
2021-06-19	16.37	jD	Leeuwarden
vortex			
2018-05-26	17.50	jpA	Sneek
2019-06-29	21.00	jpA	Leeuwarden
Manoa de Jong			
60			
2018-10-06	10.16	mpA	Heerenveen
2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen
2021-05-01	9.37	mD	Heerenveen
1000			
2018-07-14	4:36.80	mpA	Heerenveen
2019-10-05	4:33.6	mpA	Heerenveen
duur 4'			
2019-06-29	825	mpA	Leeuwarden
duur 6'			
2019-05-25	1200	mpA	Steenwijk
60h			
2018-09-15	12.4	mpA	Heerenveen
2019-09-14	11.4	mpA	Sneek
hoog			
2018-07-14	1.15	mpA	Heerenveen
2019-06-29	1.25	mpA	Leeuwarden
2021-04-17	1.25	mD	Heerenveen
polshoog			
2021-05-01	1.76	mD	Heerenveen
polsver			
2019-06-29	3.70	mpA	Leeuwarden
ver			
2018-10-06	3.37	mpA	Heerenveen
2019-10-05	3.70	mpA	Heerenveen
2021-04-17	4.04	mD	Heerenveen
kogel 2			
2018-10-06	4.55	mpA	Heerenveen
2019-06-29	5.60	mpA	Leeuwarden

slingeren				
2018-09-15	11.00	mpA	Heerenveen	
2019-09-14	15.00	mpA	Sneek	
vortex				
2018-09-15	11.50	mpA	Heerenveen	
2019-06-29	18.50	mpA	Leeuwarden	
Cas Jonker				
40				
2015-06-13	9.42	jpm	Heerenveen	
2016-07-02	7.8	jpm	Drachten	
2017-07-08	7.7	jpC	Drachten	
2018-04-21	7.4	jpB	Drachten	
60				
2020-09-26	10.4	jpA	Heerenveen	
80				
2021-05-22	13.29	jD	Heerenveen	
600				
2015-06-13	2:55.74	jpm	Heerenveen	
2017-10-07	2:30.5	jpC	Heerenveen	
2020-09-26	2:17.0	jpA	Heerenveen	
800				
2021-05-22	3:07.97	jD	Heerenveen	
1000				
2021-04-17	3:59.0	jD	Heerenveen	
duur 4'				
2016-07-02	925	jpm	Drachten	
2017-07-08	925	jpC	Drachten	
2018-04-21	925	jpB	Drachten	
40h				
2016-07-02	8.5	jpm	Drachten	
2017-07-08	9.1	jpC	Drachten	
2018-07-07	7.5	jpB	Steenwijk	
hoog				
2016-09-17	0.85	jpm	Heerenveen	
2017-05-20	0.85	jpC	Steenwijk	
hurkhoog				
2016-05-28	0.85	jpm	Leeuwarden	
2017-07-08	0.65	jpC	Drachten	
2018-04-21	0.75	jpB	Drachten	
ver				
2015-10-03	2.35	jpm	Heerenveen	
2016-05-28	3.25	jpm	Leeuwarden	
2017-10-07	2.44	jpC	Heerenveen	
2020-09-26	3.01	jpA	Heerenveen	
balstoten				
2016-09-17	4.50	jpm	Heerenveen	
2017-05-20	4.80	jpC	Steenwijk	
kogel 2				
2020-09-26	6.88	jpA	Heerenveen	
kogel 3				
2021-04-17	6.89	jD	Heerenveen	
slingeren				
2016-07-02	12.00	jpm	Drachten	
2017-07-08	15.00	jpC	Drachten	
2018-04-21	13.50	jpB	Drachten	
speer 400				
2021-04-17	16.46	jD	Heerenveen	
vortex				
2015-10-03	12.05	jpm	Heerenveen	
2016-05-28	11.00	jpm	Leeuwarden	
2017-05-20	12.50	jpC	Steenwijk	
2018-04-21	16.50	jpB	Drachten	
2020-06-02	22.50	jpA	Heerenveen	
Jan Sytze Jonker				
1500				
2013-04-13	4:28.49	M	Heerenveen	
3000				
2013-04-17	9:33.8	M	Sneek	
5000				
2013-04-06	17:02.11	M	Steenwijk	

Wietze Jonker				
5000				
2020-09-26	27:04.0	M65	Heerenveen	
25000				
2020-02-22	2:47:20	M65	Steenwijk	
Harmen Jorritsma				
800				
2014-10-04	2:43.7	M45	Heerenveen	
2018-10-06	2:46.86	M50	Heerenveen	
3000				
2014-10-04	11:01.6	M45	Heerenveen	
2018-10-06	11:15.68	M50	Heerenveen	
Erik Sjoerd Kan				
100				
2011-10-01	12.7	M	Heerenveen	
800				
2011-10-01	3:29.2	M	Heerenveen	
Rienk Kan				
100				
2011-10-01	12.4	JA	Heerenveen	
2012-06-24	12.27	JA	Drachten	
2013-06-14	12.25	Mneo	Utrecht	
2014-10-04	11.8	Mneo	Heerenveen	
2015-06-12	11.99	Mneo	Wageningen	
2016-05-16	11.79w	M	Tilburg	
2017-09-23	12.14	M	Amersfoort	
150				
2014-08-08	18.07	Mneo	Utrecht	
200				
2012-07-06	24.60	JA	Alkmaar	
2013-05-11	23.91	Mneo	Heerenveen	
2014-05-17	23.97	Mneo	Heerenveen	
2015-10-03	23.6	Mneo	Heerenveen	
2016-10-01	24.0	M	Heerenveen	
2017-10-07	25.1	M	Heerenveen	
300				
2014-08-08	39.32	Mneo	Utrecht	
400				
2011-06-24	58.52	JA	Groningen	
2014-05-04	53.87	Mneo	Grootebroek	
2015-05-08	53.99	Mneo	Utrecht	
2016-06-04	54.75	M	Gemert	
2017-07-08	58.76	M	Stadskanaal	
800				
2011-10-01	2:32.0	JA	Heerenveen	
2012-10-06	2:47.3	JA	Heerenveen	
2013-10-05	2:24.7	Mneo	Heerenveen	
2014-10-04	2:21.3	Mneo	Heerenveen	
2015-06-12	2:11.44	Mneo	Wageningen	
2016-10-01	2:29.6	M	Heerenveen	
2017-10-07	2:39.0	M	Heerenveen	
1500				
2015-07-31	4:54.38	Mneo	Amsterdam	
2016-06-05	5:13.72	M	Gemert	
2017-07-09	5:27.45	M	Stadskanaal	
110h 106,7				
2014-05-09	18.85	Mneo	Utrecht	
2015-07-31	17.62	Mneo	Amsterdam	
2016-06-05	18.06	M	Gemert	
2017-07-09	18.56	M	Stadskanaal	
2018-04-22	19.41	M	Assen	
hoog				
2011-10-01	1.70	JA	Heerenveen	
2012-05-20	1.75	JA	Harderwijk	
2014-05-31	1.66	Mneo	Gemert	
2015-08-29	1.77	Mneo	Stadskanaal	
2016-06-04	1.78	M	Gemert	
2017-07-08	1.70	M	Stadskanaal	
2018-04-22	1.70	M	Assen	
hss				
2011-07-10	13.17	JA	Alphen a/d Rijn	
2012-06-03	13.32	JA	Breda	

2013-07-20	13.84w	Mneo	Amsterdam	
2014-05-04	13.15	Mneo	Grootebroek	
2015-05-25	14,04	Mneo	Tilburg	
2016-06-26	13.62w	M	Harderwijk	
2017-06-18	13.12	M	Harderwijk	
2018-07-01	13.06	M	Harderwijk	
polshoog				
2015-08-30	2.60	Mneo	Stadskanaal	
2016-06-05	2.60	M	Gemert	
2017-07-09	2.50	M	Stadskanaal	
ver				
2011-04-02	6.06	JA	Steenwijk	
2012-04-25	6.18w	JA	Kampen	
2013-06-02	6.05	Mneo	Drachten	
2014-10-04	6.11	Mneo	Heerenveen	
2015-05-16	6.82w	Mneo	Heerenveen	
2016-05-16	6.78w	M	Tilburg	
2017-04-08	6.31	M	Heerenveen	
2018-09-09	6.07	M	Grootebroek	
discus 1¾				
2012-10-06	32.20	JA	Heerenveen	
discus 2				
2013-10-05	26.88	Mneo	Heerenveen	
2015-07-05	33.87	Mneo	Best	
2016-05-06	32.87	M	Rijssen	
2017-09-23	32.28	M	Amersfoort	
2018-07-01	31.87	M	Harderwijk	
kogel 7¼				
2013-06-16	9.26	Mneo	Harderwijk	
2014-05-21	9.13	Mneo	Sneek	
2015-10-03	10.45	Mneo	Heerenveen	
2016-05-29	10.41	M	Emmeloord	
2017-09-23	9.69	M	Amersfoort	
2018-04-22	10.01	M	Assen	
speer 800				
2011-10-01	37.81	JA	Heerenveen	
2014-10-04	41.19	Mneo	Heerenveen	
2015-07-31	47.24	Mneo	Amsterdam	
2016-06-05	44.21	M	Gemert	
2017-09-23	48.04	M	Amersfoort	
2018-05-27	47.32	M	Drachten	
sprint 2-kamp				
2012-05-12	1035	JA	Heerenveen	
werp 3-kamp				
2014-05-21	1367	Mneo	Sneek	
2015-06-05	1484	Mneo	Steenwijk	
10-kamp				
2015-07-05	5329	Mneo	Best	
2016-06-05	5285	M	Gemert	
2017-07-09	4728	M	Stadskanaal	
discus 2				
2014-06-29	30.44	Mneo	Enschede	
Roelof Kedde				
25000				
2021-07-10	2:22:51	M65	Heerenveen	
Norah Keijzer				
40				
2014-06-28	7.6	mpm	Sneek	
2015-06-13	7.75	mpC	Heerenveen	
2016-10-01	7.2	mpB	Heerenveen	
60				
2017-10-07	10.4	mpA	Heerenveen	
2018-10-06	9.94	mpA	Heerenveen	
2019-10-05	9.5	mD	Heerenveen	
80				
2021-06-19	12.18	mC	Leeuwarden	
150				
2020-07-04	22.6	mD	Heerenveen	
2021-07-09	22.07w	mC	Steenwijk	
200				
2019-05-11	33.97	mD	Heerenveen	
2021-05-01	29.75	mC	Heerenveen	

300				2016-10-01	14.04	mpB	Heerenveen	werp 3-kamp			
2020-07-04	50.0	mD	Heerenveen	2017-07-08	14.50	mpA	Drachten	2017-10-07	233	M65	Heerenveen
2021-07-09	48.25	mC	Steenwijk	2018-07-07	22.00	mpA	Steenwijk	2018-10-06	322	M70	Heerenveen
600				Bram Kielman				2019-10-05	480	M70	Heerenveen
2014-10-04	2:22.4	mpm	Heerenveen	1500				2020-08-28	145	M70	Heerenveen
2015-10-03	2:17.3	mpC	Heerenveen	2021-08-06	4:05.02	M	Utrecht	2021-08-27	254	M70	Heerenveen
2019-10-05	2:04.0	mD	Heerenveen	Femke Knijn				40			
2020-09-26	1:55.0	mD	Heerenveen	2015-06-13	8.52	mpC	Heerenveen	2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen
800				Fylèn Kirindongo				60			
2020-09-19	2:52.56	mD	Grootebroek	hoog				2017-09-16	10.6	mpA	Heerenveen
2021-08-28	2:40.32	mC	Amsterdam	2021-09-11	0.85	mpm	Drachten	2018-09-15	10.6	mpA	Heerenveen
1000				ver				2019-10-05	10.1	mD	Heerenveen
2016-10-01	4:00.6	mpB	Heerenveen	2021-09-11	2.65	mpm	Drachten	600			
2017-10-07	3:59.4	mpA	Heerenveen	balstoten				2015-05-16	2:41.66	mpC	Heerenveen
2018-10-06	3:50.19	mpA	Heerenveen	2021-09-11	2.90	mpm	Drachten	2019-10-05	2:10.7	mD	Heerenveen
duur 4'				vortex				2020-09-26	1:54.0	mD	Heerenveen
2016-07-02	950	mpB	Drachten	2021-09-11	9.50	mpm	Drachten	800			
duur 6'				Wieger Klijnstra				2021-04-17	2:36.5	mC	Heerenveen
2017-07-08	1450	mpA	Drachten	100				1000			
40h				2016-04-09	16.24w	M65	Heerenveen	2016-10-01	4:11.4	mpB	Heerenveen
2014-04-12	8.2	mpm	Drachten	2017-06-17	16.59	M65	Emmeloord	2020-07-02	3:32.1	mD	Heerenveen
2016-07-02	8.2	mpB	Drachten	2018-05-13	16.42	M65	Emmen	3000			
60h				2019-04-07	16.75	M70	Amersfoort	2021-04-11	11:21.6	mC	Heerenveen
2017-07-08	11.7	mpA	Drachten	2020-07-25	17.53	M70	Heerenveen	duur 4'			
2018-07-07	11.4	mpA	Steenwijk	150				2016-07-02	925	mpB	Drachten
hoog				2017-07-07	25.39w	M65	Steenwijk	duur 6'			
2014-08-30	0.80	mpm	Assen	2018-07-13	25.59	M65	Steenwijk	2017-07-08	1450	mpA	Drachten
2016-09-17	0.95	mpB	Heerenveen	2019-07-05	25.36w	M70	Steenwijk	2018-04-21	1475	mpA	Drachten
2017-07-08	1.05	mpA	Drachten	200				40h			
2018-07-14	1.10	mpA	Heerenveen	2015-10-03	35.0	M65	Heerenveen	2016-07-02	8.3	mpB	Drachten
2019-10-05	1.25	mD	Heerenveen	2017-10-07	35.9	M65	Heerenveen	60h			
hurkhoog				2018-06-10	35.51	M65	Apeldoorn	2017-07-08	12.7	mpA	Drachten
2014-09-13	0.75	mpm	Leeuwarden	2019-07-13	35.56	M70	Rotterdam	2018-04-21	12.2	mpA	Drachten
2015-09-19	0.90	mpC	Heerenveen	2020-07-25	37.41w	M70	Heerenveen	hoog			
polsver				300				2017-04-08	0.95	mpA	Leeuwarden
2017-07-08	3.45	mpA	Drachten	2018-07-13	1:02.13	M65	Steenwijk	2018-04-21	1.05	mpA	Drachten
2018-04-21	3.45	mpA	Drachten	2019-07-05	1:05.55	M70	Steenwijk	hurkhoog			
ver				800				2016-07-02	0.90	mpB	Drachten
2014-08-30	2.52	mpm	Assen	2015-10-03	4:10.6	M65	Heerenveen	polsver			
2015-10-03	2.83	mpC	Heerenveen	2018-10-06	4:17.13	M70	Heerenveen	2017-07-08	3.60	mpA	Drachten
2016-10-01	3.02	mpB	Heerenveen	2019-10-05	4:20.8	M70	Heerenveen	2018-04-21	3.85	mpA	Drachten
2017-10-07	3.22	mpA	Heerenveen	hoog				ver			
2018-10-06	3.76	mpA	Heerenveen	2015-10-03	1.00	M65	Heerenveen	2015-10-03	2.54	mpC	Heerenveen
2019-06-22	3.58	mD	Stadskanaal	2017-09-23	0.95	M65	Steenwijk	2016-10-01	2.68	mpB	Heerenveen
2020-07-25	3.91	mD	Heerenveen	2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	2017-05-20	2.75	mpA	Steenwijk
2021-07-03	4.13	mC	Assen	ver				2018-09-15	2.85	mpA	Heerenveen
balstoten				2015-10-03	2.21	M65	Heerenveen	2019-10-05	3.05	mD	Heerenveen
2014-09-13	3.40	mpm	Leeuwarden	2017-10-07	2.04	M65	Heerenveen	kogel 2			
2015-09-19	4.30	mpC	Heerenveen	2018-10-06	1.94	M70	Heerenveen	2017-07-08	4.40	mpA	Drachten
2016-09-17	4.50	mpB	Heerenveen	2019-10-05	1.85	M70	Heerenveen	2018-04-21	5.00	mpA	Drachten
balwerpen 135				discus 1				slingeren			
2014-08-30	11.68	mpm	Assen	2017-09-23	17.33	M65	Steenwijk	2016-04-16	11.00	mpB	Sneek
discus ¾				2018-10-06	15.65	M70	Heerenveen	2017-05-20	13.50	mpA	Steenwijk
2019-04-06	12.41	mD	Heerenveen	2019-10-05	18.19	M70	Heerenveen	2018-09-15	15.50	mpA	Heerenveen
discus 1				2020-09-26	16.41	M70	Heerenveen	vortex			
2021-05-22	18.89	mC	Heerenveen	2021-08-27	16.71	M70	Heerenveen	2015-10-03	10.26	mpC	Heerenveen
kogel 2				kogel 4				2016-10-01	16.96	mpB	Heerenveen
2017-04-08	5.00	mpA	Leeuwarden	2018-10-06	5.70	M70	Heerenveen	2017-07-08	19.00	mpA	Drachten
2018-06-02	6.28	mpA	Stadskanaal	2019-10-05	6.16	M70	Heerenveen	2018-04-21	20.00	mpA	Drachten
2019-10-05	7.81	mD	Heerenveen	2020-09-26	6.17	M70	Heerenveen	Johan Knoester			
kogel 3				2021-08-27	5.37	M70	Heerenveen	100			
2021-08-28	9.05	mC	Amsterdam	kogel 5				2020-09-26	19.1	M75	Heerenveen
slingeren				2015-10-03	5.48	M65	Heerenveen	200			
2016-07-02	12.50	mpB	Drachten	2017-09-23	5.53	M65	Steenwijk	2017-10-07	36.5	M70	Heerenveen
2018-09-15	17.00	mpA	Heerenveen	speer 500				2018-10-06	37.86	M70	Heerenveen
speer 400				2018-10-06	12.70	M70	Heerenveen	800			
2019-05-11	12.02	mD	Heerenveen	2019-10-05	13.61	M70	Heerenveen	2014-10-04	3:51.3	M65	Heerenveen
2020-09-26	18.50	mD	Heerenveen	2020-08-28	10.85	M70	Heerenveen				
speer 500				2021-08-27	10.05	M70	Heerenveen				
2021-06-19	20.53	mC	Leeuwarden	speer 600							
vortex				2015-10-03	11.97	M65	Heerenveen				
2014-06-28	11.00	mpm	Sneek	2017-09-23	12.63	M65	Steenwijk				
2015-10-03	15.09	mpC	Heerenveen								

3000				2019-04-06	9.49	mD	Heerenveen	kogel 2			
2012-10-06	16:08.1	M65	Heerenveen	80				2021-09-04	4.56	mpA	Hoogeveen
hoog				2020-07-25	12.10w	mC	Heerenveen	Marcel Kortekaas			
2018-10-06	1.00	M70	Heerenveen	2021-05-01	11.93	mC	Heerenveen	100			
ver				600				2014-10-04	16.2	M55	Heerenveen
2017-10-07	2.53	M70	Heerenveen	2014-10-04	2:43.5	mpC	Heerenveen	800			
2018-10-06	2.66	M70	Heerenveen	2019-10-05	2:13.0	mD	Heerenveen	2014-10-04	3:00.1	M55	Heerenveen
2020-09-26	2.76	M75	Heerenveen	800				ver			
discus 1				2021-05-01	2:46.60	mC	Heerenveen	2014-10-04	2.99	M55	Heerenveen
2017-10-07	18.74	M70	Heerenveen	1000				discus 1½			
2018-10-06	18.15	M70	Heerenveen	2015-10-03	4:47.5	mpB	Heerenveen	2014-10-04	14.31	M55	Heerenveen
2020-09-26	18.91	M75	Heerenveen	2016-10-01	4:24.8	mpA	Heerenveen	kogel 6			
kogel 4				2017-10-07	4:17.0	mpA	Heerenveen	2014-10-04	5.82	M55	Heerenveen
2017-10-07	6.53	M70	Heerenveen	2019-05-11	3:57.83	mD	Heerenveen	Annemarijn Kraak			
2018-10-06	6.73	M70	Heerenveen	duur 6'				100			
speer 500				2016-07-02	1225	mpA	Drachten	2020-09-26	14.3	mB	Heerenveen
2017-10-07	16.18	M70	Heerenveen	2017-07-08	1350	mpA	Drachten	2021-05-22	14.71	mB	Heerenveen
2018-10-06	18.81	M70	Heerenveen	40h				200			
2020-09-26	16.37	M75	Heerenveen	2014-04-12	9.2	mpC	Drachten	2021-04-11	31.5	mB	Heerenveen
werp 3-kamp				2015-04-11	9.0	mpB	Leeuwarden	ver			
2017-10-07	697	M70	Heerenveen	60h				2020-09-26	4.26	mB	Heerenveen
2018-10-06	516	M70	Heerenveen	2016-09-17	11.5	mpA	Heerenveen	2021-05-22	4.48	mB	Heerenveen
Riekele Kobes				2017-07-08	11.1	mpA	Drachten	discus 1			
5000				hoog				2021-05-22	20.81	mB	Heerenveen
2020-09-04	16:37.08	M	Leeuwarden	2014-08-30	0.90	mpC	Assen	Maaïke Kramer			
Jan Jelle Koerts				2016-07-02	1.05	mpA	Drachten	40			
hoog				2017-09-09	1.25	mpA	Sneek	2011-10-01	8.5	mpm	Heerenveen
2018-06-10	1.30	M45	Apeldoorn	2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen	2012-05-12	8.30	mpC	Hoogeveen
polshoog				2019-10-05	1.35	mD	Heerenveen	2013-04-13	7.2	mpB	Drachten
2011-06-05	2.00	M40	Assen	2020-09-26	1.45	mC	Heerenveen	60			
ver				2021-05-22	1.45	mC	Heerenveen	2014-10-04	11.0	mpA	Heerenveen
2018-06-10	3.90	M45	Apeldoorn	hurkhoog				2015-10-03	10.6	mpA	Heerenveen
discus 1½				2014-09-13	0.90	mpC	Leeuwarden	2016-10-01	9.7	mD	Heerenveen
2020-09-26	21.53	M50	Heerenveen	2015-09-19	1.10	mpB	Heerenveen	2017-05-06	10.00	mD	Groningen
2021-08-27	19.90	M50	Heerenveen	polsver				80			
discus 2				2016-07-02	3.45	mpA	Drachten	2018-10-06	12.59	mC	Heerenveen
2019-10-05	19.40	M45	Heerenveen	2017-07-08	3.60	mpA	Drachten	200			
kogel 6				ver				2017-05-20	34.89	mD	Heerenveen
2020-09-26	8.09	M50	Heerenveen	2014-09-13	2.70	mpC	Leeuwarden	600			
2021-08-27	7.67	M50	Heerenveen	2015-10-03	2.96	mpB	Heerenveen	2011-07-16	2:42.87	mpm	Hoogeveen
kogel 7¼				2016-10-01	3.21	mpA	Heerenveen	2012-04-14	2:32.3	mpC	Heerenveen
2019-10-05	7.29	M45	Heerenveen	2017-10-07	3.60	mpA	Heerenveen	2016-04-09	2:17.92	mD	Heerenveen
speer 700				2018-05-12	3.62	mD	Heerenveen	2017-10-07	2:14.5	mD	Heerenveen
2020-09-26	23.80	M50	Heerenveen	2019-06-08	3.85w	mD	Groningen	800			
2021-08-27	22.11	M50	Heerenveen	2020-09-26	4.16	mC	Heerenveen	2018-05-12	3:12.13	mC	Heerenveen
speer 800				2021-05-01	4.41	mC	Heerenveen	1000			
2014-10-04	25.19	M40	Heerenveen	balstoten				2013-10-05	4:21.3	mpB	Heerenveen
2015-10-03	23.25	M45	Heerenveen	2014-06-14	3.70	mpC	Steenwijk	2014-10-04	4:17.9	mpA	Heerenveen
2019-04-07	23.79	M45	Amersfoort	2015-09-19	5.20	mpB	Heerenveen	2015-10-03	4:11.2	mpA	Heerenveen
werp 3-kamp				balwerpen 135				2016-04-23	4:16.57	mD	Assen
2021-08-27	787	M50	Heerenveen	2014-10-04	10.98	mpC	Heerenveen	2017-06-10	3:51.05	mD	Sneek
werp 3-kamp				kogel 2				40h			
2019-10-05	912	M45	Heerenveen	2016-10-01	5.01	mpA	Heerenveen	2013-04-13	8.5	mpB	Drachten
2020-08-28	744	M50	Heerenveen	2017-06-24	5.75	mpA	Stadskanaal	60h			
Tjitte Koertshuis				kogel 3				2014-06-28	12.4	mpA	Sneek
100				2020-07-02	6.01	mC	Heerenveen	2015-04-11	10.9	mpA	Leeuwarden
2018-10-06	14.58	jC	Heerenveen	slingeren				hoog			
ver				2016-09-17	14.00	mpA	Heerenveen	2012-06-09	0.90	mpC	Steenwijk
2018-10-06	3.24	jC	Heerenveen	2017-09-16	16.50	mpA	Heerenveen	2014-06-28	1.05	mpA	Sneek
Kyla Koops				speer 400				2015-06-27	1.00	mpA	Steenwijk
40				2019-05-11	14.08	mD	Heerenveen	2016-10-01	1.15	mD	Heerenveen
2014-10-04	7.9	mpC	Heerenveen	vortex				hurkhoog			
2015-10-03	7.5	mpB	Heerenveen	2014-09-13	11.00	mpC	Leeuwarden	2013-09-14	1.10	mpB	Sneek
60				2015-09-19	14.50	mpB	Heerenveen	polshoog			
2016-10-01	10.2	mpA	Heerenveen	2016-09-17	17.50	mpA	Heerenveen	2018-06-09	2.26	mC	Groningen
2017-09-16	10.2	mpA	Heerenveen	2017-07-08	18.50	mpA	Drachten	2019-04-28	2.10	mC	Epe
2018-10-06	9.66	mD	Heerenveen	Myrthe Kootstra				2020-07-25	2.41	mB	Heerenveen
				60				2021-05-22	2.17	mB	Heerenveen
				2021-09-04	10.79	mpA	Hoogeveen				
				ver							
				2021-09-04	4.30	mpA	Hoogeveen				

ver					Folkert Oege Krol				kogel 2			
2011-05-14	2.35	mpm	Sneek						2018-10-06	5.84	jpA	Heerenveen
2012-07-07	2.58	mpC	Heerenveen	40								
2013-10-05	2.83	mpB	Heerenveen	2019-10-05	6.9	jpC	Heerenveen		kogel 3			
2014-06-14	2.50	mpA	Steenwijk	2020-06-02	6.7	jpB	Heerenveen		2019-10-05	6.32	jD	Heerenveen
2015-10-03	3.16	mpA	Heerenveen						2020-09-26	6.82	jD	Heerenveen
2017-10-07	3.80	mD	Heerenveen	60								
2018-10-06	3.65	mC	Heerenveen	2021-09-11	9.0	jpA	Drachten					
2019-05-11	3.82w	mC	Heerenveen						Sarah Kroon			
				600								
balstoten				2019-10-05	2:20.9	jpC	Heerenveen		40			
2011-05-14	3.48	mpm	Sneek	2020-09-26	2:14.0	jpB	Heerenveen		2019-10-05	6.7	mpB	Heerenveen
2012-06-09	4.02	mpC	Steenwijk						60			
2013-09-14	4.80	mpB	Sneek	duur 4'					2020-06-02	9.4	mpA	Heerenveen
				2019-06-29	975	jpC	Leeuwarden		2021-04-06	9.5	mpA	Heerenveen
				2020-09-12	1025	jpB	Heerenveen					
balwerpen 135				duur 6'					600			
2011-06-25	15.76	mpm	Heerenveen	2021-06-05	1525	jpA	Heerenveen		2020-09-26	2:32.0	mpA	Heerenveen
2012-07-07	16.00	mpC	Heerenveen						2021-05-22	2:45.21	mpA	Heerenveen
				40h								
discus ¾				2019-06-29	7.9	jpC	Leeuwarden		1000			
2016-10-01	14.55	mD	Heerenveen	2020-06-30	8.0	jpB	Heerenveen		2019-10-05	4:53.5	mpB	Heerenveen
2017-10-07	18.96	mD	Heerenveen									
				60h					duur 4'			
discus 1				2021-06-05	10.8	jpA	Heerenveen		2019-04-20	725	mpB	Drachten
2018-06-09	18.26	mC	Groningen									
2019-04-28	19.47	mC	Epe	hoog					duur 6'			
				2019-09-14	1.00	jpC	Sneek		2020-09-12	1175	mpA	Heerenveen
kogel 2				2021-05-06	1.15	jpA	Heerenveen		2021-06-05	1100	mpA	Heerenveen
2013-10-05	4.25	mpB	Heerenveen									
2014-06-28	5.40	mpA	Sneek	hurkhoog					40h			
2015-10-03	5.44	mpA	Heerenveen	2019-06-29	0.95	jpC	Leeuwarden		2019-04-20	7.6	mpB	Drachten
2016-06-25	6.03	mD	Emmen	2020-09-12	0.85	jpB	Heerenveen					
									60h			
kogel 3				ver					2020-09-12	11.8	mpA	Heerenveen
2018-06-30	7.15	mC	Groningen	2019-09-14	3.25	jpC	Sneek		2021-05-22	12.42	mpA	Heerenveen
2020-07-25	8.14	mB	Heerenveen	2020-09-26	3.39	jpB	Heerenveen					
				2021-06-05	3.55	jpA	Heerenveen		hoog			
speer 400									2019-09-14	1.05	mpB	Sneek
2016-04-09	10.34	mD	Heerenveen	balstoten					2020-09-12	1.10	mpA	Heerenveen
				2019-09-14	5.80	jpC	Sneek		2021-05-06	1.15	mpA	Heerenveen
vortex				2020-09-12	5.40	jpB	Heerenveen					
2013-06-15	14.50	mpB	Steenwijk						hurkhoog			
2014-04-12	17.50	mpA	Drachten	kogel 2					2019-04-20	0.80	mpB	Drachten
2015-06-27	15.50	mpA	Steenwijk	2021-05-06	5.30	jpA	Heerenveen					
									polsver			
Ties Kramer				slingeren					2020-09-12	2.95	mpA	Heerenveen
40				2019-06-29	15.00	jpC	Leeuwarden		ver			
2015-10-03	8.7	jpC	Heerenveen	2020-06-30	11.50	jpB	Heerenveen		2019-10-05	3.30	mpB	Heerenveen
				2021-06-05	18.00	jpA	Heerenveen		2020-09-26	3.37	mpA	Heerenveen
60									2021-06-05	3.20	mpA	Heerenveen
2018-10-06	11.30	jpA	Heerenveen	vortex								
				2019-09-14	24.50	jpC	Sneek		balstoten			
80				2020-09-26	28.84	jpB	Heerenveen		2019-09-14	4.50	mpB	Sneek
2019-06-22	15.15	jD	Stadskanaal	2021-05-06	33.50	jpA	Heerenveen					
									kogel 2			
600				Max Kroon					2020-09-26	5.00	mpA	Heerenveen
2015-10-03	2:55.8	jpC	Heerenveen	60					2021-05-22	6.04	mpA	Heerenveen
				2018-10-06	9.52	jpA	Heerenveen					
1000									slingeren			
2018-10-06	4:35.19	jpA	Heerenveen	80					2019-04-20	11.00	mpB	Drachten
				2019-10-05	11.7	jD	Heerenveen		2020-06-30	14.50	mpA	Heerenveen
40h				2020-07-25	11.24	jD	Heerenveen		2021-06-05	18.00	mpA	Heerenveen
2015-06-27	9.3	jpC	Steenwijk									
				100					vortex			
hurkhoog				2021-04-17	13.7	jC	Heerenveen		2019-10-05	13.66	mpB	Heerenveen
2015-06-06	0.80	jpC	Sneek						2020-09-12	14.00	mpA	Heerenveen
									2021-04-06	15.50	mpA	Heerenveen
polshoog				150								
2020-07-25	1.66	jD	Heerenveen	2019-09-01	22.31	jD	Amsterdam					
2021-05-01	1.76	jC	Heerenveen	2020-09-19	21.68	jD	Grootebroek		Liam de Lang			
				2021-07-03	20.47	jC	Assen					
ver									40			
2015-10-03	2.64	jpC	Heerenveen	200					2016-10-01	8.2	jpm	Heerenveen
2018-10-06	3.11	jpA	Heerenveen	2021-05-01	27.97	jC	Heerenveen		2017-09-09	7.80	jpm	Sneek
2019-05-11	3.23w	jD	Heerenveen						2018-10-06	7.04	jpC	Heerenveen
				1000					2019-10-05	6.7	jpB	Heerenveen
balstoten				2018-10-06	3:42.47	jpA	Heerenveen					
2015-06-06	3.40	jpC	Sneek	2019-05-25	3:36.62	jD	Sneek		60			
									2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen
kogel 2				80h 76,2					2021-09-11	8.9	jpA	Drachten
2018-10-06	5.55	jpA	Heerenveen	2019-05-25	16.69	jD	Sneek					
				2020-07-25	14.30	jD	Heerenveen		600			
kogel 3									2016-10-01	2:57.8	jpm	Heerenveen
2019-04-06	4.07	jD	Heerenveen	100h 83,8					2017-09-09	2:43.68	jpm	Sneek
				2021-07-03	18.48	jC	Assen		2018-10-06	2:29.12	jpC	Heerenveen
speer 400									2019-09-22	2:17.82	jpB	Edam
2019-06-22	10.84	jD	Stadskanaal	ver					2020-09-26	2:16.0	jpA	Heerenveen
				2018-10-06	3.85	jpA	Heerenveen		2021-05-22	2:16.64	jpA	Heerenveen
vortex				2019-09-01	4.05	jD	Amsterdam					
2015-06-27	10.50	jpC	Steenwijk	2020-07-25	4.79	jD	Heerenveen		800			
				2021-04-17	5.24	jC	Heerenveen		2021-07-04	3:09.14	ipA	Dongen

1000				duur 6'			balstoten				
2019-05-18	4:26.05	jpB	Stadskanaal	2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen	2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen
duur 4'				40h				2019-09-14	4.20	mpC	Sneek
2017-05-20	850	jpm	Steenwijk	2018-07-07	10.0	jpC	Steenwijk	2020-09-12	4.30	mpB	Heerenveen
2018-07-07	875	jpC	Steenwijk	2019-04-20	8.7	jpB	Drachten	kogel 2			
2019-05-25	900	jpB	Steenwijk	60h				2021-05-22	3.81	mpA	Heerenveen
duur 6'				2020-09-12	13.3	jpA	Heerenveen	slingeren			
2020-09-12	1275	jpA	Heerenveen	2021-05-22	12.55	jpA	Heerenveen	2018-07-07	6.50	mpm	Steenwijk
2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden	hoog				2019-06-29	8.50	mpC	Leeuwarden
40h				2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen	2020-06-30	8.00	mpB	Heerenveen
2017-07-08	9.0	jpm	Drachten	2019-05-25	1.05	jpB	Steenwijk	vortex			
2018-04-21	7.7	jpC	Drachten	2020-09-12	1.10	jpA	Heerenveen	2018-09-15	7.50	mpm	Heerenveen
2019-04-20	7.5	jpB	Drachten	2021-05-22	1.05	jpA	Heerenveen	2019-09-14	9.50	mpC	Sneek
60h				hurkhoog				2020-09-12	10.50	mpB	Heerenveen
2020-09-12	10.7	jpA	Heerenveen	2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk	2021-04-06	10.50	mpA	Heerenveen
2021-09-11	10.4	jpA	Drachten	2019-04-20	0.95	jpB	Drachten				
hoog				polsver				Wendy Leenstra			
2017-09-16	0.90	jpm	Heerenveen	2020-09-12	2.70	jpA	Heerenveen	150			
2018-09-15	1.05	jpC	Heerenveen	ver				2020-07-02	25.1	mC	Heerenveen
2019-09-14	1.25	jpB	Sneek	2018-09-15	2.80	jpC	Heerenveen	hoog			
2020-09-12	1.35	jpA	Heerenveen	2019-05-25	2.90	jpB	Steenwijk	2020-07-02	1.20	mC	Heerenveen
2021-05-06	1.40	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2.73	jpA	Heerenveen	ver			
hurkhoog				2021-04-06	3.15	jpA	Heerenveen	2020-09-26	3.32	mC	Heerenveen
2017-07-08	0.80	jpm	Drachten	balstoten				kogel 3			
2018-07-07	0.95	jpC	Steenwijk	2018-09-15	4.80	jpC	Heerenveen	2020-07-02	6.21	mC	Heerenveen
2019-06-29	1.10	jpB	Leeuwarden	2019-05-25	4.60	jpB	Steenwijk				
polsver				kogel 2				Iris Linnebank			
2020-09-12	3.00	jpA	Heerenveen	2020-09-12	5.60	jpA	Heerenveen	40			
2021-06-26	4.65	jpA	Leeuwarden	2021-05-22	5.60	jpA	Heerenveen	2016-07-02	7.9	mpC	Drachten
ver				slingeren				2017-10-07	6.9	mpB	Heerenveen
2016-10-01	2.21	jpm	Heerenveen	2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk	60			
2017-09-16	2.80	jpm	Heerenveen	2019-04-20	12.50	jpB	Drachten	2018-10-06	10.48	mpA	Heerenveen
2018-09-15	3.65	jpC	Heerenveen	vortex				2019-10-05	10.0	mpA	Heerenveen
2019-10-05	3.78	jpB	Heerenveen	2018-09-15	14.50	jpC	Heerenveen	150			
2020-09-26	3.98	jpA	Heerenveen	2019-04-20	14.00	jpB	Drachten	2021-05-22	25.32	mD	Heerenveen
2021-06-05	4.15	jpA	Heerenveen	2020-09-12	22.50	jpA	Heerenveen	600			
balstoten				2021-04-06	24.50	jpA	Heerenveen	2016-10-01	2:29.1	mpC	Heerenveen
2017-09-16	4.60	jpm	Heerenveen	Yara Lanza				2020-09-26	2:11.0	mD	Heerenveen
2018-09-15	6.10	jpC	Heerenveen	40				1000			
2019-09-14	7.50	jpB	Sneek	2018-07-14	8.16	mpm	Heerenveen	2017-09-09	4:26.33	mpB	Sneek
balwerpen 135				2019-10-05	7.6	mpC	Heerenveen	2018-10-06	4:02.95	mpA	Heerenveen
2017-06-24	19.75	jpm	Stadskanaal	2020-06-02	7.1	mpB	Heerenveen	2019-10-05	4:02.1	mpA	Heerenveen
2018-06-02	25,34	jpC	Stadskanaal	60				duur 4'			
kogel 2				2021-05-06	10.8	mpA	Heerenveen	2016-07-02	950	mpC	Drachten
2019-09-22	6.55	jpB	Edam	600				2017-07-08	925	mpB	Drachten
2020-09-12	7.60	jpA	Heerenveen	2018-10-06	2:42.07	mpm	Heerenveen	duur 6'			
2021-09-04	7.73	jpA	Hoogeveen	2019-10-05	2:30.0	mpC	Heerenveen	2018-07-07	1325	mpA	Steenwijk
slingeren				2021-05-22	2:27.01	mpA	Heerenveen	2019-04-20	1375	mpA	Drachten
2017-07-08	10.50	jpm	Drachten	duur 4'				40h			
2018-07-07	16.00	jpC	Steenwijk	2018-07-07	800	mpm	Steenwijk	2016-07-02	9.4	mpC	Drachten
2019-04-20	18.00	jpB	Drachten	2019-05-25	850	mpC	Steenwijk	2017-07-08	8.7	mpB	Drachten
2020-06-30	20.50	jpA	Heerenveen	2020-09-12	950	mpB	Heerenveen	60h			
2021-06-05	25.00	jpA	Heerenveen	duur 6'				2018-09-15	12.6	mpA	Heerenveen
vortex				2021-05-06	1250	mpA	Heerenveen	2019-09-14	11.0	mpA	Sneek
2016-10-01	14.00	jpm	Heerenveen	40h				hoog			
2017-07-08	18.00	jpm	Drachten	2018-07-07	9.6	mpm	Steenwijk	2017-05-20	0.95	mpB	Steenwijk
2018-10-06	23.78	jpC	Heerenveen	2019-04-20	8.9	mpC	Drachten	2018-07-07	1.00	mpA	Steenwijk
2019-09-14	29.50	jpB	Sneek	2020-06-30	8.5	mpB	Heerenveen	2019-04-20	1.10	mpA	Drachten
2020-06-02	30.00	jpA	Heerenveen	60h				hurkhoog			
2021-06-26	36.50	jpA	Leeuwarden	2021-05-22	12.69	mpA	Heerenveen	2016-07-02	0.75	mpC	Drachten
Joris de Lange				hoog				2017-07-08	0.75	mpB	Drachten
40				2018-05-26	0.80	mpm	Sneek	polsver			
2018-07-07	9.7	jpC	Steenwijk	2019-05-25	0.95	mpC	Steenwijk	2018-07-07	3.70	mpA	Steenwijk
2019-04-20	7.8	jpB	Drachten	2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen	2019-04-20	3.60	mpA	Drachten
60				hurkhoog				ver			
2020-09-26	11.7	jpA	Heerenveen	2018-07-07	0.55	mpm	Steenwijk	2016-10-01	2.84	mpC	Heerenveen
2021-04-06	10.8	jpA	Heerenveen	2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden	2017-09-09	2.99	mpB	Sneek
600				2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen	2018-10-06	3.20	mpA	Heerenveen
2020-09-26	3:29.0	jpA	Heerenveen	ver				2019-10-05	3.38	mpA	Heerenveen
2021-05-22	2:34.66	jpA	Heerenveen	2018-10-06	2.66	mpm	Heerenveen	2021-04-17	3.20	mD	Heerenveen
duur 4'				2019-10-05	3.01	mpC	Heerenveen	balstoten			
2018-05-26	750	jpC	Sneek	2020-09-12	2.90	mpB	Heerenveen	2016-09-24	5.18	mpC	Leeuwarden
2019-05-25	775	jpB	Steenwijk	2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen				

2017-05-20	5.10	mpB	Steenwijk	2015-09-19	6.70	jpB	Heerenveen	600			
kogel 2				balwerpen 135				2019-10-05	2:21.2	jpC	Heerenveen
2018-10-06	5.04	mpA	Heerenveen	2014-10-04	16.54	jpC	Heerenveen	2020-09-26	2:42.0	jpB	Heerenveen
2019-10-05	6.10	mpA	Heerenveen	kogel 2				2021-05-22	2:52.81	jpA	Heerenveen
2020-09-26	6.16	mD	Heerenveen	2015-09-26	4.65	jpB	Leeuwarden	duur 4'			
2021-04-17	6.78	mD	Heerenveen	2016-09-24	6.27	jpA	Leeuwarden	2020-09-12	750	jpB	Heerenveen
slingeren				2017-04-08	6.60	jpA	Leeuwarden	duur 6'			
2016-07-02	9.00	mpC	Drachten	kogel 3				2021-05-06	1150	jpA	Heerenveen
2017-07-08	11.00	mpB	Drachten	2018-10-06	5.61	jD	Heerenveen	40h			
2018-05-26	12.50	mpA	Sneek	2019-05-25	6.22	jD	Sneek	2020-06-30	8.8	jpB	Heerenveen
2019-05-25	16.00	mpA	Steenwijk	kogel 4				60h			
vortex				2020-09-26	6.04	jC	Heerenveen	2021-09-11	13.6	jpA	Drachten
2016-07-02	16.00	mpC	Drachten	slingeren				hoog			
2017-04-08	16.00	mpB	Leeuwarden	2016-09-17	17.00	jpA	Heerenveen	2021-05-06	0.90	jpA	Heerenveen
2018-09-15	15.00	mpA	Heerenveen	2017-05-20	20.00	jpA	Steenwijk	hurkhoog			
2019-09-14	19.50	mpA	Sneek	vortex				2020-06-30	0.70	jpB	Heerenveen
Jens Linnebank				2014-06-14	11.00	jpC	Steenwijk	2020-09-12	0.80	jpB	Heerenveen
40				2015-09-19	20.50	jpB	Heerenveen	ver			
2014-10-04	7.4	jpC	Heerenveen	2016-07-02	22.50	jpA	Drachten	2019-10-05	2.38	jpC	Heerenveen
2015-09-26	7.39	jpB	Leeuwarden	2017-05-20	21.50	jpA	Steenwijk	2020-09-26	2.64	jpB	Heerenveen
60				Ilse Ludwig				2021-09-11	2.40	jpA	Drachten
2016-10-01	9.9	jpA	Heerenveen	40				balstoten			
2017-10-07	9.6	jpA	Heerenveen	2019-10-05	7.1	mpB	Heerenveen	2020-09-12	4.50	jpB	Heerenveen
80				60				kogel 2			
2018-10-06	12.17	jD	Heerenveen	2020-06-02	9.8	mpA	Heerenveen	2021-05-06	4.00	jpA	Heerenveen
2019-10-05	11.8	jD	Heerenveen	2021-04-06	10.4	mpA	Heerenveen	slingeren			
100				600				2020-06-30	8.50	jpB	Heerenveen
2020-09-26	14.5	jC	Heerenveen	2021-05-22	2:43.76	mpA	Heerenveen	2021-09-11	13.00	jpA	Drachten
150				1000				vortex			
2020-07-02	22.4	jC	Heerenveen	2019-10-05	5:12.5	mpB	Heerenveen	2019-10-05	10.46	jpC	Heerenveen
200				duur 6'				2020-09-26	15.63	jpB	Heerenveen
2019-05-11	32.99	jD	Heerenveen	2021-05-06	1025	mpA	Heerenveen	2021-05-06	12.00	jpA	Heerenveen
600				60h				Sjoerd vd Meer			
2014-10-04	2:28.2	jpC	Heerenveen	2020-06-30	12.9	mpA	Heerenveen	40			
1000				2021-05-22	12.76	mpA	Heerenveen	2017-10-07	8.6	jpm	Heerenveen
2015-10-03	4:17.2	jpB	Heerenveen	hoog				2018-10-06	7.26	jpC	Heerenveen
2016-10-01	4:02.0	jpA	Heerenveen	2020-06-30	1.05	mpA	Heerenveen	2019-10-05	7.1	jpB	Heerenveen
2017-09-09	4:03.98	jpA	Sneek	2021-05-06	1.05	mpA	Heerenveen	60			
2018-10-06	3:46.28	jD	Heerenveen	ver				2020-09-26	9.8	jpA	Heerenveen
2019-04-06	3:46.10	jD	Heerenveen	2019-10-05	2.98	mpB	Heerenveen	2021-04-06	9.9	jpA	Heerenveen
duur 6'				2020-06-02	2.45	mpA	Heerenveen	600			
2016-05-28	1350	jpA	Leeuwarden	2021-04-06	2.80	mpA	Heerenveen	2017-10-07	2:32.6	jpm	Heerenveen
2017-07-08	1400	jpA	Drachten	kogel 2				2018-10-06	2:20.38	jpC	Heerenveen
40h				2021-05-22	4.56	mpA	Heerenveen	2020-09-26	2:07.0	jpA	Heerenveen
2014-06-28	8.0	jpC	Sneek	slingeren				1000			
2015-06-27	8.2	jpB	Steenwijk	2020-06-30	13.50	mpA	Heerenveen	2019-10-05	4:03.6	jpB	Heerenveen
60h				vortex				duur 4'			
2016-09-17	10.9	jpA	Heerenveen	2019-10-05	11.56	mpB	Heerenveen	2017-07-08	850	jpm	Drachten
2017-09-16	10.3	jpA	Heerenveen	2020-06-02	13.00	mpA	Heerenveen	2018-07-07	1025	jpC	Steenwijk
80h 76,2				2021-05-06	14.50	mpA	Heerenveen	2019-06-29	1025	jpB	Leeuwarden
2019-05-25	15.83	jD	Sneek	Florian Marks				duur 6'			
hoog				40				2021-05-06	1450	jpA	Heerenveen
2015-06-13	1.05	jpB	Heerenveen	2021-04-06	8.7	jpm	Heerenveen	40h			
2016-07-02	1.20	jpA	Drachten	hoog				2017-07-08	10.6	jpm	Drachten
2017-09-09	1.30	jpA	Sneek	2021-09-11	0.75	jpm	Drachten	2018-07-07	8.3	jpC	Steenwijk
2018-04-14	1.22	jD	Sneek	ver				2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden
hurkhoog				2021-09-11	2.40	jpm	Drachten	60h			
2014-06-14	0.90	jpC	Steenwijk	balstoten				2020-06-30	11.8	jpA	Heerenveen
2015-09-19	1.15	jpB	Heerenveen	2021-09-11	3.50	jpm	Drachten	hoog			
polsver				vortex				2017-09-16	0.75	jpm	Heerenveen
2016-07-02	3.90	jpA	Drachten	2021-09-11	14.00	jpm	Drachten	2018-09-15	0.85	jpC	Heerenveen
2017-04-08	4.25	jpA	Leeuwarden	Siem vd Meer				2019-05-25	1.05	jpB	Steenwijk
ver				40				2020-06-30	1.20	jpA	Heerenveen
2014-09-13	3.15	jpC	Leeuwarden	2019-10-05	7.7	jpC	Heerenveen	2021-05-06	1.25	jpA	Heerenveen
2015-10-03	3.38	jpB	Heerenveen	2020-09-26	7.9	jpB	Heerenveen	hurkhoog			
2016-09-17	3.55	jpA	Heerenveen	60				2017-07-08	0.75	jpm	Drachten
2017-10-07	3.70	jpA	Heerenveen	2021-09-11	10.6	jpA	Drachten	2018-04-21	0.85	jpC	Drachten
2018-10-06	3.76	jD	Heerenveen					2019-06-29	0.95	jpB	Leeuwarden
2019-10-05	3.99	jD	Heerenveen					ver			
2020-09-26	4.03	jC	Heerenveen					2017-09-16	2.40	jpm	Heerenveen
balstoten								2018-10-06	3.05	jpC	Heerenveen
2014-09-13	5.20	jpC	Leeuwarden								

2019-05-25	3.10	jpB	Steenwijk	duur 6'			duur 6'				
2020-09-26	3.61	jpA	Heerenveen	2016-05-28	1275	jpA	Leeuwarden	2018-07-07	700	jpA	Steenwijk
2021-04-06	3.20	jpA	Heerenveen					2019-04-20	750	jpA	Drachten
balstoten				60h				60h			
2017-09-16	4.50	jpm	Heerenveen	2016-07-02	11.5	jpA	Drachten	2018-09-15	15.3	jpA	Heerenveen
2018-09-15	6.50	jpC	Heerenveen	80h 76,2				2019-04-20	13.9	jpA	Drachten
2019-05-25	7.20	jpB	Steenwijk	2017-04-08	19.07	jD	Heerenveen				
				2018-04-14	18.49	jD	Sneek	hoog			
kogel 2				hoog				2018-07-07	0.95	jpA	Steenwijk
2020-09-26	6.30	jpA	Heerenveen	2016-07-02	1.20	jpA	Drachten	2019-04-20	1.00	jpA	Drachten
2021-05-06	6.20	jpA	Heerenveen	2017-05-06	1.20	jD	Groningen	2020-07-02	1.00	jD	Heerenveen
				2019-10-05	1.15	jC	Heerenveen				
slingeren								polsver			
2017-07-08	9.00	jpm	Drachten					2018-07-07	3.00	jpA	Steenwijk
2018-07-07	12.00	jpC	Steenwijk	polsver				2019-04-20	2.65	jpA	Drachten
2019-06-29	14.50	jpB	Leeuwarden	2016-07-02	3.90	jpA	Drachten				
2020-06-30	16.00	jpA	Heerenveen					ver			
				ver				2017-10-07	2.20	jpB	Heerenveen
vortex				2015-10-03	3.33	jpA	Heerenveen	2018-05-26	2.60	jpA	Sneek
2017-09-16	13.00	jpm	Heerenveen	2016-05-28	3.85	jpA	Leeuwarden	2019-10-05	2.84	jpA	Heerenveen
2018-09-15	21.50	jpC	Heerenveen	2017-05-20	3.47	jD	Heerenveen				
2019-10-05	28.12	jpB	Heerenveen	2018-10-06	3.54	jD	Heerenveen	kogel 2			
2020-06-02	25.00	jpA	Heerenveen					2018-07-07	4.70	jpA	Steenwijk
2021-05-06	28.50	jpA	Heerenveen	discus 1				2019-04-20	5.20	jpA	Drachten
				2017-10-07	9.70	jD	Heerenveen				
								kogel 3			
Bea vd Mei				kogel 2				2020-07-02	5.04	jD	Heerenveen
				2015-10-03	4.14	jpA	Heerenveen				
200				2016-10-01	5.90	jpA	Heerenveen	slingeren			
2017-10-07	35.4	V50	Heerenveen					2018-05-26	13.00	jpA	Sneek
				kogel 3							
800				2017-06-10	5.63	jD	Sneek	vortex			
2017-10-07	3:10.6	V50	Heerenveen	2018-06-30	6.80	jD	Groningen	2017-10-07	8.42	jpB	Heerenveen
								2018-09-15	12.00	jpA	Heerenveen
ver				slingeren				2019-04-20	11.50	jpA	Drachten
2017-10-07	3.21	V50	Heerenveen	2016-05-28	15.50	jpA	Leeuwarden				
kogel 3				speer 600				Lennert Naeff			
2017-10-07	5.24	V50	Heerenveen	2019-10-05	16.05	jC	Heerenveen	40			
								2011-07-16	7.49	jpB	Hoogeveen
speer 500				vortex							
2017-10-07	11.18	V50	Heerenveen	2016-07-02	18.00	jpA	Drachten	50			
								2017-06-14	7.24	jC	Poitiers (Fra)
Sietse vd Mei				Dean Meindertsma							
								60			
100				60				2012-07-07	9.9	jpA	Heerenveen
2014-10-04	16.4	M55	Heerenveen	2017-09-16	10.4	jpA	Heerenveen	2013-05-18	10.11	jpA	Stadskanaal
				2018-10-06	10.63	jpA	Heerenveen				
800								80			
2014-10-04	3:03.7	M55	Heerenveen	duur 6'				2014-05-24	12.26	jD	Assen
ver				2017-05-20	1225	jpA	Steenwijk	2015-05-24	12.09	jD	Amstelveen
2014-10-04	3.23	M55	Heerenveen	2018-05-26	1100	jpA	Sneek				
								100			
speer 700				60h				2016-07-02	14.57	jC	Stadskanaal
2014-10-04	18.68	M55	Heerenveen	2017-05-20	12.7	jpA	Steenwijk	2017-07-08	13.49	jC	Stadskanaal
				2018-05-26	13.0	jpA	Sneek	2018-05-26	12.72	jB	Loudun (Fra)
Dylan Meijer								2019-06-01	12.71	jB	Talence (Fra)
				ver							
80				2017-05-20	2.70	jpA	Steenwijk	200			
2016-05-21	12.23w	jD	Drachten	2018-05-26	3.15	jpA	Sneek	2014-05-17	32.02	jD	Heerenveen
ver				kogel 2				300			
2016-05-21	3.26w	jD	Drachten	2018-10-06	5.67	jpA	Heerenveen	2015-04-11	50.23	jD	Heerenveen
2017-06-10	3.72	jD	Sneek								
				slingeren				400			
discus 1				2017-09-16	17.00	jpA	Heerenveen	2018-05-12	1:05.99	jB	La Rochelle (Fra)
2016-05-21	11.69	jD	Drachten	2018-05-26	17.00	jpA	Sneek	2019-05-11	1:00.29	jB	Cérizay (Fra)
2017-06-10	12.30	jD	Sneek								
				vortex				800			
Kjeld Meijer				2017-09-16	16.50	jpA	Heerenveen	2014-04-21	3:00.05	jD	Dronten
				2018-05-26	15.00	jpA	Sneek				
								1000			
60				Thea Mooij				2011-06-07	4:10.2	jpB	Heerenveen
2015-10-03	10.5	jpA	Heerenveen					2012-07-07	4:00.8	jpA	Heerenveen
2016-10-01	10.3	jpA	Heerenveen	100				2013-10-05	3:58.3	jpA	Heerenveen
				2014-10-04	19.1	V50	Heerenveen	2014-06-15	3:53.64	jD	Dronten
80								2015-08-30	3:58.02	jD	Stadskanaal
2017-05-20	13.16	jD	Heerenveen	ver				2016-05-16	3:58.87	jC	Amstelveen
2018-10-06	12.94	jD	Heerenveen	2014-10-04	2.22	V50	Heerenveen	2017-07-09	3:38.14	jC	Stadskanaal
100				Noah Mosselaar				1500			
2019-10-05	15.5	jC	Heerenveen					2018-05-13	6:07.73	jB	La Rochelle (Fra)
				40				2019-06-02	5:44.24	jB	Talence (Fra)
800				2017-10-07	8.0	jpB	Heerenveen				
2019-10-05	3:30.5	jC	Heerenveen					80h			
				60				2015-08-30	16.31	jD	Stadskanaal
1000				2018-09-15	11.9	jpA	Heerenveen				
2015-10-03	4:29.2	jpA	Heerenveen	2019-10-05	11.4	jpA	Heerenveen	80h 76,2			
2016-10-01	4:20.2	jpA	Heerenveen					2014-06-15	17.80	jD	Dronten
2017-10-07	4:26.0	jD	Heerenveen	1000							
2018-10-06	4:35.80	jD	Heerenveen	2017-10-07	5:46.8	jpB	Heerenveen	100h 83,8			
				2019-10-05	6:09.8	jpA	Heerenveen	2016-06-05	20.40	jC	Gemert
								2017-07-09	18.22	jC	Stadskanaal

110h 91,4				7-kamp			slingeren				
2018-05-13	19.50	jB	La Rochelle (Fra)	2014-06-15	2430	jD	Dronten	2019-06-29	11.50	mpB	Leeuwarden
2019-06-01	17.34	jB	Talence (Fra)	2015-08-30	2851	jD	Stadskanaal	2020-06-30	9.50	mpA	Heerenveen
300h 76,2				8-kamp				2021-06-05	14.00	mpA	Heerenveen
2015-04-26	1:01.06	jD	Epe	2016-06-05	3311	jC	Gemert	vortex			
2016-06-25	59.02	jC	Emmen	2017-07-09	3940	jC	Stadskanaal	2019-06-29	10.00	mpB	Leeuwarden
hoog				10-kamp				2020-09-12	12.50	mpA	Heerenveen
2011-07-16	1.10	jpB	Hoogeveen	2018-05-13	3496	jB	La Rochelle (Fra)	2021-04-06	12.00	mpA	Heerenveen
2012-10-06	1.25	jpA	Heerenveen	2019-06-02	5209	jB	Talence (Fra)	Martijn Nota			
2013-10-05	1.25	jpA	Heerenveen					5000			
2014-09-07	1.40	jD	Amsterdam	Iris Nanninga				2020-09-26	20:07.0	M40	Heerenveen
2015-08-30	1.40	jD	Stadskanaal	60				Sverre Nota			
2016-10-15	1.45	jC	Neuville-de-Poitou (Fra)	2021-09-11	10.0	mpA	Drachten	60			
2017-03-26	1.60	jC	Chasseneuil-sur-Bonnieure	60h				2019-10-05	9.3	jpA	Heerenveen
2018-06-16	1.79	jB	Niort (Fra)	2021-09-11	12.6	mpA	Drachten	80			
2019-06-09	1.92	jB	Angoulême (Fra)	ver				2021-07-03	11.86	jD	Assen
2020-07-24	1.95	jA	Brive-la-Gaillarde (Fra)	2021-09-11	2.20	mpA	Drachten	150			
polshoog				slingeren				2020-07-02	25.1	jD	Heerenveen
2016-06-11	2.20	jC	Groningen	2021-09-11	14.00	mpA	Drachten	1000			
2018-07-01	3.30	jB	Brive-la-Gaillarde (Fra)	vortex				2019-10-05	3:51.9	jpA	Heerenveen
2019-06-29	4.15	jB	Alphen a/d Rijn	2021-09-11	9.00	mpA	Drachten	duur 4'			
ver				Stefan de Nekker				2019-06-29	975	jpA	Leeuwarden
2011-05-24	3.35	jpB	Grou	800				duur 6'			
2012-06-09	3.45	jpA	Steenwijk	2020-09-26	2:20.0	M	Heerenveen	2019-05-25	1400	jpA	Steenwijk
2013-06-23	3.57	jpA	Soest	3000				60h			
2014-05-31	3.97	jD	Stadskanaal	2019-10-05	9:38.4	M	Heerenveen	2019-09-14	10.6	jpA	Sneek
2015-08-23	4.42	jD	Amsterdam	2020-09-18	9:15.1	M	Hoogeveen	80h 76,2			
2016-04-09	4.45	jC	Heerenveen	5000				2021-07-03	15.08	jD	Assen
2017-06-14	4.78	jC	Poitiers (Fra)	2019-08-30	17:17.05	M	Utrecht	hoog			
2018-05-12	4.97	jB	La Rochelle (Fra)	2020-09-04	16:18.67	M	Leeuwarden	2019-06-29	1.20	jpA	Leeuwarden
2019-06-01	6.16	jB	Talence (Fra)	2021-06-13	17:09.12	M	Amersfoort	2020-09-26	1.30	jD	Heerenveen
balwerpen 135				Maren Nota				2021-03-20	1.40	jD	Heerenveen
2011-06-07	26.00	jpB	Heerenveen	40				polshoog			
balwerpen 180				2019-06-29	7.7	mpB	Leeuwarden	2021-09-12	2.40	jD	Amsterdam
2012-06-19	30.17	jpA	Sneek	60				polsver			
2013-10-05	28.74	jpA	Heerenveen	2020-06-02	11.2	mpA	Heerenveen	2019-06-29	4.45	jpA	Leeuwarden
discus 1				2021-06-05	11.8	mpA	Heerenveen	ver			
2014-05-21	17.46	jD	Sneek	600				2019-10-05	3.48	jpA	Heerenveen
2015-06-21	22.45	jD	Emmen	2020-09-26	2:45.0	mpA	Heerenveen	2020-09-26	4.11	jD	Heerenveen
2016-05-14	23.11	jC	Heerenveen	1000				2021-07-03	4.51	jD	Assen
2017-07-09	23.15	jC	Stadskanaal	2019-10-05	5:17.0	mpB	Heerenveen	kogel 2			
discus 1½				duur 4'				2019-10-05	6.85	jpA	Heerenveen
2018-01-28	24.46	jB	Angoulême (Fra)	2019-06-29	825	mpB	Leeuwarden	kogel 3			
2019-06-02	36.14	jB	Talence (Fra)	duur 6'				2020-09-26	7.11	jD	Heerenveen
kogel 2				2020-09-12	1125	mpA	Heerenveen	2021-03-20	7.52	jD	Heerenveen
2011-06-21	5.89	jpB	Sneek	2021-06-05	1075	mpA	Heerenveen	slingeren			
2012-07-03	6.55	jpA	Leeuwarden	40h				2019-09-14	17.00	jpA	Sneek
2013-05-11	6.99	jpA	Hoogeveen	2019-06-29	9.1	mpB	Leeuwarden	vortex			
kogel 3				60h				2019-06-29	23.00	jpA	Leeuwarden
2014-05-21	6.82	jD	Sneek	2020-09-12	12.7	mpA	Heerenveen	Jilke Oswald			
2015-08-30	8.17	jD	Stadskanaal	2021-06-05	12.7	mpA	Heerenveen	100			
kogel 4				hoog				2021-05-01	13.01	jB	Heerenveen
2016-04-03	8.31	jC	Steenwijk	2019-05-25	0.90	mpB	Steenwijk	400			
2017-04-01	8.70	jC	Migné-Auxances (Fra)	2020-09-12	0.95	mpA	Heerenveen	2021-05-01	1:04.71	jB	Heerenveen
kogel 5				hurkhoog				ver			
2018-05-12	8.62	jB	La Rochelle (Fra)	2019-06-29	0.80	mpB	Leeuwarden	2021-04-11	5.26	jB	Heerenveen
2019-05-11	11.20	jB	Cérizay (Fra)	polsver				kogel 5			
speer 400				2020-09-12	2.45	mpA	Heerenveen	2021-03-20	7.38	jB	Heerenveen
2014-09-07	29.84	jD	Amsterdam	ver				Klaas Peereboom			
2015-04-11	31.53	jD	Heerenveen	2019-09-14	3.25	mpB	Sneek	discus 1			
speer 600				2020-09-26	2.71	mpA	Heerenveen	2018-10-06	18.33	M65	Heerenveen
2016-10-15	31.52	jC	Neuville-de-Poitou (Fra)	2021-06-05	2.80	mpA	Heerenveen	2019-08-30	19.03	M65	Heerenveen
2017-06-02	35.11	jC	Chasseneuil-sur-Bonnieure	balstoten				2020-08-28	20.70	M65	Heerenveen
speer 700				2019-05-25	4.40	mpB	Steenwijk	2021-07-09	19.82	M65	Steenwijk
2018-04-21	41.07	jB	Poitiers (Fra)	kogel 2							
2019-05-12	40.36	jB	Cérizay (Fra)	2020-09-12	4.90	mpA	Heerenveen				
speer 800											
2020-08-14	43.99	jA	Cerizay (Fra)								
werp 3-kamp											
2014-05-21	1017	jD	Sneek								
2015-10-10	1120	jD	Steenwijk								

kogel 5				balstoten				150			
2018-10-06	7.97	M65	Heerenveen	2018-09-15	5.60	mpB	Heerenveen	2020-07-02	22.9	mD	Heerenveen
2019-05-12	7.09	M65	Apeldoorn	kogel 2				2021-05-22	21.90	mC	Heerenveen
2020-09-26	7.53	M65	Heerenveen	2018-03-25	4.56	mpB	Assen	200			
2021-07-09	7.33	M65	Steenwijk	2019-04-20	6.30	mpA	Drachten	2019-05-11	33.22	mD	Heerenveen
speer 600				slingeren				2021-05-01	28.49	mC	Heerenveen
2018-10-06	19.53	M65	Heerenveen	2018-04-21	10.00	mpB	Drachten	400			
2019-08-30	17.90	M65	Heerenveen	2019-05-25	14.50	mpA	Steenwijk	2019-05-05	1:14.16	mD	Sneek
2020-08-28	17.55	M65	Heerenveen	vortex				600			
werp 3-kamp				2015-10-03	14.74	mpC	Heerenveen	2019-05-05	2:06.33	mD	Sneek
2018-10-06	849	M65	Heerenveen	2018-09-15	16.50	mpB	Heerenveen	2020-09-26	1:52.0	mD	Heerenveen
2019-08-30	730	M65	Heerenveen	2019-06-29	24.50	mpA	Leeuwarden	2021-05-23	1:48.04	mC	Heerenveen
2020-08-28	754	M65	Heerenveen					800			
Jeroen Piek				Eric Portema				2020-09-19	2:47.24	mD	Grootebroek
60				discus 2				2021-06-19	2:32.40	mC	Leeuwarden
2019-08-25	7.26	M	Alkmaar	2011-10-09	27.23	M	Steenwijk	1000			
100				2013-10-05	28.81	M	Heerenveen	2016-10-01	3:56.0	mpB	Heerenveen
2011-07-30	10.94w	Mneo	Amsterdam	2015-09-05	25.58	M	Groningen	2017-06-24	3:43.95	mpA	Stadskanaal
2012-04-22	11.34	M	Ede	2016-05-13	24.21	M	Apeldoorn	2018-06-02	3:43.11	mpA	Stadskanaal
2016-08-14	10.99w	M	Alkmaar	kogel 7¼				2019-04-06	3:35.53	mD	Heerenveen
2018-09-09	11.17	M	Grootebroek	2011-06-05	11.45	M	Assen	1500			
2019-07-06	11.14	M	Woerden	2012-05-20	10.53	M	Harderwijk	2021-07-03	6:01.52	mC	Assen
2021-07-10	11.34	M	Epe	2013-04-21	11.39	M	Grootebroek	duur 4'			
150				2014-05-25	11.25	M	Drachten	2016-07-02	975	mpB	Drachten
2016-07-08	16.84w	M	Steenwijk	2015-05-03	10.19	M	Emmeloord	duur 6'			
2019-08-09	16.80	M	Utrecht	2016-05-13	9.00	M	Apeldoorn	2017-07-08	1450	mpA	Drachten
200				kogelsl. 7¼				2018-04-21	1500	mpA	Drachten
2016-08-14	22.32	M	Alkmaar	2013-04-21	18.75	M	Grootebroek	40h			
2019-07-06	22.68	M	Woerden	2014-05-04	20.88	M	Grootebroek	2016-07-02	8.7	mpB	Drachten
2021-07-10	23.59	M	Epe	speer 800				60h			
300				2011-10-09	46.88	M	Steenwijk	2017-09-16	12.3	mpA	Heerenveen
2019-08-09	37.38	M	Utrecht	2012-05-17	49.52	M	Hengelo	2018-09-15	12.1	mpA	Heerenveen
kogel 7¼				2013-05-09	51.48	M	Groningen	60h 76,2			
2012-05-20	11.70	Mneo	Harderwijk	2014-06-29	50.58	M	Enschede	2019-05-25	13.32	mD	Sneek
sprint 2-kamp				2015-06-07	47.09	M	Harderwijk	80h 76,2			
2016-08-13	1714	M	Alkmaar	2016-05-29	46.18	M	Emmeloord	2021-05-22	15.60	mC	Heerenveen
Norah Pont				2017-05-28	42.58	M	Drachten	hoog			
40				werp 3-kamp				2016-09-17	1.00	mpB	Heerenveen
2015-10-03	7.8	mpC	Heerenveen	2011-10-09	1463	M	Steenwijk	2017-09-09	1.15	mpA	Sneek
2018-04-21	6.8	mpB	Drachten	2013-10-05	1593	M	Heerenveen	2018-07-07	1.20	mpA	Steenwijk
60				2016-05-13	1251	M	Apeldoorn	2019-10-05	1.30	mD	Heerenveen
2019-05-25	9.5	mpA	Steenwijk	Jasper Post				2020-09-26	1.40	mD	Heerenveen
2021-07-03	8.46	mD	Assen	40				2021-04-17	1.40	mC	Heerenveen
150				2018-10-06	8.95	jpm	Heerenveen	hurkhoog			
2021-09-12	20.88w	mD	Amsterdam	600				2016-07-02	0.75	mpB	Drachten
600				2018-10-06	2:57:28	jpm	Heerenveen	polsver			
2015-10-03	2:31.8	mpC	Heerenveen	ver				2017-07-08	3.65	mpA	Drachten
duur 4'				2018-10-06	2.10	jpm	Heerenveen	2018-07-07	4.05	mpA	Steenwijk
2018-05-26	1050	mpB	Sneek	kogel 2				ver			
2019-06-29	975	mpA	Leeuwarden	2021-05-06	4.10	jpA	Heerenveen	2016-10-01	3.01	mpB	Heerenveen
duur 6'				vortex				2017-10-07	3.39	mpA	Heerenveen
2019-05-25	1425	mpA	Steenwijk	2018-10-06	8.89	jpm	Heerenveen	2018-10-06	3.60	mpA	Heerenveen
40h				2021-05-06	14.00	jpA	Heerenveen	2019-05-05	3.63w	mD	Sneek
2018-04-21	7.5	mpB	Drachten	Gearard Posthumus				2021-08-28	4.12	mC	Amsterdam
60h				5000				balstoten			
60h 76,2				2020-09-26	19:20.0	M35	Heerenveen	2016-09-17	5.00	mpB	Heerenveen
2021-09-12	10.20	mD	Amsterdam	Patrick Postma				discus ¾			
hoog				3000				2019-03-30	10.10	mD	Steenwijk
2018-09-15	1.05	mpB	Heerenveen	2019-03-30	10:14.41	M	Steenwijk	kogel 2			
2019-06-29	1.20	mpA	Leeuwarden	5000				2017-10-07	5.30	mpA	Heerenveen
2021-05-22	1.35	mD	Heerenveen	2012-06-24	18:26.80	Mneo	Drachten	2018-10-06	6.62	mpA	Heerenveen
hurkhoog				Sanne Pultrum				2019-10-05	7.77	mD	Heerenveen
2018-04-21	0.85	mpB	Drachten	40				2020-07-02	8.45	mD	Heerenveen
polsver				2016-10-01	7.0	mpB	Heerenveen	kogel 3			
2019-04-20	4.25	mpA	Drachten	60				2021-04-17	7.58	mC	Heerenveen
ver				2017-10-07	10.0	mpA	Heerenveen	slingeren			
2015-10-03	2.21	mpC	Heerenveen	2018-10-06	9.81	mpA	Heerenveen	2016-07-02	11.50	mpB	Drachten
2018-09-15	3.20	mpB	Heerenveen	2019-10-05	9.2	mD	Heerenveen	2017-05-20	14.50	mpA	Steenwijk
2019-05-25	3.45	mpA	Steenwijk	2020-07-25	9.21	mD	Heerenveen	2018-09-15	16.00	mpA	Heerenveen
								speer 400			
								2019-03-30	9.53	mD	Steenwijk

speer 500 2021-05-23	14.12	mC	Heerenveen	2020-09-12	10.4	mpA	Heerenveen	Nynke Rijpma			
vortex 2016-07-02	12.00	mpB	Drachten	60h 76,2 2021-07-03	12.62	mD	Assen	80 2020-09-26	10.9	mC	Heerenveen
2017-07-08	14.00	mpA	Drachten	hoog 2016-09-17	0.85	mpm	Heerenveen	2021-04-17	11.1	mC	Heerenveen
2018-09-15	18.00	mpA	Heerenveen	2017-09-16	0.90	mpC	Heerenveen	150 2021-09-12	21.05	mC	Zoetermeer
6-kamp 2019-05-05	1767	mD	Sneek	2018-09-15	1.10	mpB	Heerenveen	200 2021-05-01	29.10	mC	Heerenveen
7-kamp 2021-05-23	2844	mC	Heerenveen	2019-06-29	1.15	mpA	Leeuwarden	300 2020-09-19	49.89	mC	Grootebroek
Finn Richardson				2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen	600 2020-07-25	1:57.69	mC	Heerenveen
40 2020-09-26	8.9	jpm	Heerenveen	hurkhoog 2015-09-19	0.65	mpm	Heerenveen	2021-05-23	1:58.17	mC	Heerenveen
2021-05-06	8.4	jpm	Heerenveen	2016-07-02	0.75	mpm	Drachten	80h 76,2 2020-07-25	15.24	mC	Heerenveen
600 2020-09-26	3:18.0	jpm	Heerenveen	2017-07-08	0.80	mpC	Drachten	2021-09-11	13.70	mC	Zoetermeer
2021-05-22	2:53.80	jpm	Heerenveen	2018-07-07	0.90	mpB	Steenwijk	300h 76,2 2020-07-04	52.6	mC	Heerenveen
duur 4' 2020-09-12	750	jpm	Heerenveen	polsver 2019-06-29	4.05	mpA	Leeuwarden	2021-05-01	51.83	mC	Heerenveen
2021-06-05	825	jpm	Heerenveen	2020-09-12	3.30	mpA	Heerenveen	400h 76,2 2021-04-11	1:15.7	mC	Heerenveen
40h 2021-06-05	8.9	jpm	Heerenveen	ver 2015-09-19	1.55	mpm	Heerenveen	hoog 2020-09-26	1.45	mC	Heerenveen
hoog 2021-06-05	0.70	jpm	Heerenveen	2016-10-01	2.96	mpm	Heerenveen	2021-09-11	1.40	mC	Zoetermeer
hurkhoog 2020-06-30	0.70	jpm	Heerenveen	2017-09-09	2.97	mpC	Sneek	hss 2021-04-11	9.74	mC	Heerenveen
2021-05-06	0.70	jpm	Heerenveen	2018-09-15	3.30	mpB	Heerenveen	2021-08-29	10.35	mC	Amsterdam
ver 2020-09-26	2.32	jpm	Heerenveen	2019-04-07	3.33	mpA	Assen	ver 2020-09-26	4.91	mC	Heerenveen
2021-06-05	2.50	jpm	Heerenveen	2020-06-02	3.50	mpA	Heerenveen	2021-05-23	5.17	mC	Heerenveen
balstoten 2020-09-12	4.30	jpm	Heerenveen	2021-04-17	3.93	mD	Heerenveen	kogel 3 2021-09-11	9.68	mC	Zoetermeer
2021-06-05	4.70	jpm	Heerenveen	balstoten 2015-09-19	2.20	mpm	Heerenveen	speer 500 2021-05-23	23.82	mC	Heerenveen
slingeren 2020-06-30	3.00	jpm	Heerenveen	2016-09-17	3.60	mpm	Heerenveen	7-kamp 2021-05-23	3564	mC	Heerenveen
2021-05-06	12.00	jpm	Heerenveen	2017-09-16	4.70	mpC	Heerenveen	Teade Rispens			
vortex 2020-09-26	11.54	jpm	Heerenveen	2018-09-15	5.50	mpB	Heerenveen	3000 2014-10-04	11:19.2	M	Heerenveen
2021-05-06	13.00	jpm	Heerenveen	balwerpen 180 2017-06-24	11.30	mpC	Stadskanaal	Bernice Ritsema			
Loïs Richardson				kogel 2 2018-07-14	3.98	mpB	Heerenveen	40 2018-07-07	9.3	mpm	Steenwijk
40 2016-10-01	7.5	mpm	Heerenveen	2019-04-20	5.40	mpA	Drachten	2019-10-05	7.9	mpC	Heerenveen
2017-09-02	7.66	mpC	Deventer	2020-09-12	6.40	mpA	Heerenveen	2020-06-02	7.5	mpB	Heerenveen
2018-10-06	7.21	mpB	Heerenveen	slingeren 2016-07-02	9.00	mpm	Drachten	60 2021-04-06	10.9	mpA	Heerenveen
60 2019-10-05	9.9	mpA	Heerenveen	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten	600 2018-10-06	2:46.79	mpm	Heerenveen
2020-06-02	10.0	mpA	Heerenveen	2018-07-07	13.50	mpB	Steenwijk	2019-10-05	2:32.9	mpC	Heerenveen
2021-04-17	9.4	mD	Heerenveen	2019-09-14	15.50	mpA	Sneek	2020-09-26	2:17.0	mpB	Heerenveen
100 2021-07-09	15.38	mD	Steenwijk	2020-06-30	15.50	mpA	Heerenveen	2021-05-22	2:23.41	mpA	Heerenveen
600 2016-10-01	2:44.1	mpm	Heerenveen	vortex 2015-09-19	4.50	mpm	Heerenveen	duur 4' 2018-07-07	800	mpm	Steenwijk
2017-10-07	2:19.9	mpC	Heerenveen	2016-10-01	11.20	mpm	Heerenveen	2019-05-25	900	mpC	Steenwijk
2019-04-07	2:19.90	mpA	Assen	2017-09-09	12.60	mpC	Sneek	2020-09-12	1000	mpB	Heerenveen
1000 2018-10-06	4:29.34	mpB	Heerenveen	2018-10-06	14.07	mpB	Heerenveen	40h 2018-07-07	11.6	mpm	Steenwijk
2019-10-05	4:11.0	mpA	Heerenveen	2019-06-29	21.50	mpA	Leeuwarden	2019-06-29	10.7	mpC	Leeuwarden
duur 4' 2016-07-02	875	mpm	Drachten	2020-09-12	21.00	mpA	Heerenveen	2020-06-30	9.8	mpB	Heerenveen
2017-05-20	900	mpC	Steenwijk	Stef Rijpkema				60h 2021-05-22	13.56	mpA	Heerenveen
2018-05-26	950	mpB	Sneek	60 2020-09-26	8.4	jpC	Heerenveen	hoog 2019-05-25	0.80	mpC	Steenwijk
2019-06-29	925	mpA	Leeuwarden	2020-09-26	2:48.0	jpC	Heerenveen	2021-05-22	0.95	mpA	Heerenveen
duur 6' 2019-05-25	1325	mpA	Steenwijk	duur 4' 2021-06-05	950	jpB	Heerenveen	hurkhoog 2018-07-07	0.50	mpm	Steenwijk
40h 2016-07-02	9.5	mpm	Drachten	40h 2020-06-30	9.6	jpC	Heerenveen	2019-06-29	0.55	mpC	Leeuwarden
2017-07-08	8.8	mpC	Drachten	2021-06-05	8.2	jpB	Heerenveen	2020-09-12	0.70	mpB	Heerenveen
2018-07-07	7.5	mpB	Steenwijk	hoog 2021-06-05	0.95	jpB	Heerenveen				
60h 2019-06-29	10.8	mpA	Leeuwarden	hurkhoog 2020-06-30	0.75	jpC	Heerenveen				
				ver 2020-09-26	2.82	jpC	Heerenveen				
				2021-06-05	3.25	jpB	Heerenveen				
				balstoten 2021-06-05	4.80	jpB	Heerenveen				
				slingeren 2020-06-30	9.50	jpC	Heerenveen				
				vortex 2020-09-26	16.18	jpC	Heerenveen				

ver				1000				duur 4'			
2018-10-06	1.96	mpm	Heerenveen	2018-10-06	4:01.79	mpA	Heerenveen	2020-09-12	850	jpC	Heerenveen
2019-10-05	2.46	mpC	Heerenveen	2019-10-05	3:52.0	mpA	Heerenveen	2021-06-05	875	jpB	Heerenveen
2020-09-26	2.79	mpB	Heerenveen								
2021-04-06	2.85	mpA	Heerenveen	duur 4'				40h			
balstoten				2019-06-29	1025	mpA	Leeuwarden	2020-06-30	9.2	jpC	Heerenveen
2018-09-15	2.00	mpm	Heerenveen	duur 6'				2021-06-05	8.7	jpB	Heerenveen
2019-09-14	3.40	mpC	Sneek	2018-07-07	1275	mpA	Steenwijk	hoog			
2020-09-12	3.80	mpB	Heerenveen	60h				2019-09-14	0.65	jpm	Sneek
				2018-07-07	11.5	mpA	Steenwijk	2021-06-05	0.85	jpB	Heerenveen
kogel 2				2019-09-14	11.4	mpA	Sneek				
2021-05-22	3.54	mpA	Heerenveen					hurkhoog			
								2020-06-30	0.75	jpC	Heerenveen
slingeren				hoog				ver			
2018-07-07	6.00	mpm	Steenwijk	2018-07-14	1.05	mpA	Heerenveen	2019-09-14	2.15	jpm	Sneek
2019-06-29	7.50	mpC	Leeuwarden	2019-06-29	1.05	mpA	Leeuwarden	2020-09-26	2.80	jpC	Heerenveen
2020-06-30	9.50	mpB	Heerenveen	2020-09-26	1.30	mD	Heerenveen	2021-06-05	3.00	jpB	Heerenveen
vortex				polsver				balstoten			
2018-07-07	5.00	mpm	Steenwijk	2018-07-07	3.40	mpA	Steenwijk	2019-09-14	4.20	jpm	Sneek
2019-06-29	9.00	mpC	Leeuwarden	2019-06-29	3.65	mpA	Leeuwarden	2020-09-12	4.70	jpC	Heerenveen
2020-09-26	9.54	mpB	Heerenveen					2021-06-05	5.40	jpB	Heerenveen
2021-04-06	7.00	mpA	Heerenveen	ver							
				2018-10-06	3.25	mpA	Heerenveen	slingeren			
				2019-10-05	3.50	mpA	Heerenveen	2020-06-30	10.50	jpC	Heerenveen
				2020-09-26	3.47	mD	Heerenveen	2021-05-06	11.50	jpB	Heerenveen
				kogel 2				vortex			
40				2018-10-06	4.82	mpA	Heerenveen	2019-09-14	13.00	jpm	Sneek
2018-10-06	6.92	mpB	Heerenveen	2019-10-05	5.29	mpA	Heerenveen	2020-09-26	14.84	jpC	Heerenveen
60								2021-05-06	18.50	jpB	Heerenveen
2019-09-14	9.6	mpA	Sneek	slingeren							
2020-09-26	9.4	mpA	Heerenveen	2018-09-15	13.00	mpA	Heerenveen				
				2019-09-14	12.50	mpA	Sneek				
600											
2018-07-14	2:02.47	mpB	Heerenveen	vortex							
2020-09-26	1:59.0	mpA	Heerenveen	2018-07-07	11.50	mpA	Steenwijk	40			
2021-03-20	1:53.4	mD	Heerenveen	2019-09-14	14.00	mpA	Sneek	2017-10-07	7.7	jpC	Heerenveen
								2018-07-07	7.4	jpB	Steenwijk
1000											
2018-10-06	3:56.76	mpB	Heerenveen					60			
								2019-10-05	9.7	jpA	Heerenveen
duur 4'				60				2020-09-26	10.5	jpA	Heerenveen
2018-07-07	1050	mpB	Steenwijk	2020-08-23	7.37w	jB	Alkmaar				
2019-06-29	1075	mpA	Leeuwarden					600			
				100				2017-10-07	2:50.2	jpC	Heerenveen
duur 6'				2020-07-25	11.70w	jB	Heerenveen	2020-09-26	2:29.0	jpA	Heerenveen
2020-09-12	1600	mpA	Heerenveen	2021-07-09	11.32w	jA	Steenwijk				
40h				150				1000			
2018-07-07	7.6	mpB	Steenwijk	2020-07-11	18.18	jB	Epe	2018-10-06	5:51.79	jpB	Heerenveen
				2021-07-09	17.16w	jA	Steenwijk	2019-10-05	4:28.3	jpA	Heerenveen
60h											
2019-09-14	10.9	mpA	Sneek	200				duur 4'			
2020-09-12	10.8	mpA	Heerenveen	2021-09-12	23.76	jA	Amersfoort	2017-05-20	875	jpC	Steenwijk
								2018-04-21	875	jpB	Drachten
hoog				400				2019-06-29	825	jpA	Leeuwarden
2019-06-29	1.05	mpA	Leeuwarden	2021-05-01	55.10	jA	Heerenveen				
2020-06-30	1.10	mpA	Heerenveen					duur 6'			
				800				2019-05-25	1225	jpA	Steenwijk
hurkhoog				2021-03-20	2:10.5	jA	Heerenveen	2020-09-12	1225	jpA	Heerenveen
2018-07-07	0.80	mpB	Steenwijk	ver							
				2021-03-20	5.56	jA	Heerenveen	40h			
polsver								2017-04-08	9.7	jpC	Leeuwarden
2019-06-29	3.85	mpA	Leeuwarden					2018-07-07	8.0	jpB	Steenwijk
ver								60h			
2018-10-06	3.04	mpB	Heerenveen	Talia Ruijg				2019-05-25	11.2	jpA	Steenwijk
2019-09-14	3.15	mpA	Sneek	100				2020-09-12	11.3	jpA	Heerenveen
2020-09-26	3.53	mpA	Heerenveen	2019-05-12	15.13	V35	Apeldoorn				
2021-03-20	3.76	mD	Heerenveen	2020-07-25	15.12	V35	Heerenveen	hoog			
								2017-05-20	0.95	jpC	Steenwijk
kogel 2				ver				2018-09-15	1.10	jpB	Heerenveen
2018-07-14	3.19	mpB	Heerenveen	2019-06-08	3.52	V35	Groningen	2019-06-29	1.15	jpA	Leeuwarden
2019-06-29	4.10	mpA	Leeuwarden	2020-07-25	3.34	V35	Heerenveen	2020-09-12	1.30	jpA	Heerenveen
2020-09-12	5.20	mpA	Heerenveen					2021-04-17	1.25	jD	Heerenveen
				kogel 4							
slingeren				2019-06-08	7.78	V35	Groningen	hurkhoog			
2018-07-07	10.50	mpB	Steenwijk					2017-04-08	0.70	jpC	Leeuwarden
2019-09-14	15.50	mpA	Sneek					2018-07-07	1.00	jpB	Steenwijk
2020-06-30	17.00	mpA	Heerenveen	Jeroen Schorning							
vortex				800				polsver			
2018-07-07	10.50	mpB	Steenwijk	2020-09-26	2:24.0	M	Heerenveen	2019-04-20	4.00	jpA	Drachten
2019-09-14	12.00	mpA	Sneek					2020-09-12	3.60	jpA	Heerenveen
2020-06-02	22.50	mpA	Heerenveen								
								ver			
								2017-05-20	2.80	jpC	Steenwijk
Solène Ritsema				40				2018-09-15	3.25	jpB	Heerenveen
60				2019-10-05	8.3	jpm	Heerenveen	2019-10-05	3.59	jpA	Heerenveen
2018-10-06	10.56	mpA	Heerenveen	2020-09-26	8.2	jpC	Heerenveen	2020-09-26	3.55	jpA	Heerenveen
2019-10-05	9.7	mpA	Heerenveen	2021-04-06	7.6	jpB	Heerenveen				
2020-09-26	10.2	mD	Heerenveen					balstoten			
				600				2017-09-16	5.80	jpC	Heerenveen
				2019-10-05	3:10.4	jpm	Heerenveen	2018-09-15	6.40	jpB	Heerenveen
				2020-09-26	2:52.0	ipC	Heerenveen				

kogel 2				Noortje Sieperda				40h			
2018-07-14	5.23	jpB	Heerenveen	100h 76,2				2016-04-16	9.1	mpB	Sneek
2019-06-29	7.50	jpA	Leeuwarden	2021-05-22	18.30	mB	Heerenveen	60h			
2020-09-26	7.66	jpA	Heerenveen	2021-07-04	17.90	mB	Dongen	2017-05-20	13.6	mpA	Steenwijk
kogel 3				400h 76,2				2018-04-21	12.1	mpA	Drachten
2021-04-17	6.77	jD	Heerenveen	2021-04-11	1:21.7	mB	Heerenveen	hoog			
slingeren				ver				2016-09-17	0.85	mpB	Heerenveen
2017-04-08	9.50	jpC	Leeuwarden	2021-05-22	4.35	mB	Heerenveen	2017-04-08	0.85	mpA	Leeuwarden
2018-07-07	17.00	jpB	Steenwijk	discus 1				2018-04-21	0.95	mpA	Drachten
2019-05-25	18.00	jpA	Steenwijk	2021-07-09	22.12	mB	Steenwijk	hurkhoog			
2020-06-30	20.00	jpA	Heerenveen	kogel 3				2016-05-28	0.80	mpB	Leeuwarden
speer 400				2021-07-09	8.96	mB	Steenwijk	polsver			
2021-04-17	15.75	jD	Heerenveen	speer 500				2017-04-08	3.20	mpA	Leeuwarden
vortex				2021-05-01	22.03	mB	Heerenveen	2018-04-21	3.60	mpA	Drachten
2017-09-16	20.00	jpC	Heerenveen	Jolanda Smedinga				ver			
2018-10-06	24.09	jpB	Heerenveen	100				2016-06-18	2.89	mpB	Heerenveen
2019-09-14	27.00	jpA	Sneek	2011-05-28	15.26w	V45	Heerenveen	2017-10-07	2.83	mpA	Heerenveen
2020-09-12	29.50	jpA	Heerenveen	2012-06-09	15.63	V45	Terneuzen	2018-10-06	3.61	mpA	Heerenveen
Lars Seijsener				2018-05-12	16.55	V50	Heerenveen	2019-05-25	3.28	mD	Sneek
40				2020-08-23	16.79w	V55	Alkmaar	balstoten			
2020-06-02	9.0	jpB	Heerenveen	2021-09-08	16.59	V55	Hengelo	2016-09-17	5.00	mpB	Heerenveen
60				150				discus ¾			
2021-04-06	12.8	jpA	Heerenveen	2011-07-15	23.2	V45	Steenwijk	2019-04-06	13.24	mD	Heerenveen
ver				2018-07-13	26.02	V50	Steenwijk	kogel 2			
2020-06-02	2.05	jpB	Heerenveen	2019-07-05	24.86w	V50	Steenwijk	2017-10-07	5.80	mpA	Heerenveen
2021-04-06	2.00	jpA	Heerenveen	200				2018-10-06	6.09	mpA	Heerenveen
kogel 2				2011-08-19	32.60	V45	Den Haag	2019-05-25	7.20	mD	Sneek
2021-05-06	3.80	jpA	Heerenveen	2012-06-10	32.30	V45	Terneuzen	slingeren			
vortex				2018-06-09	35.07	V50	Groningen	2016-04-16	9.00	mpB	Sneek
2020-06-02	9.00	jpB	Heerenveen	2019-05-19	35.05	V50	Gouda	2017-05-20	11.50	mpA	Steenwijk
2021-04-06	10.00	jpA	Heerenveen	2021-08-28	36.00	V55	Hoogeveen	2018-05-26	15.00	mpA	Sneek
Milou Sieperda				300				speer 400			
60				2011-07-15	51.4	V45	Steenwijk	2019-05-25	10.01	mD	Sneek
2020-09-19	9.31	mD	Grootebroek	2018-07-13	57.60	V50	Steenwijk	vortex			
150				2019-07-05	56.36	V50	Steenwijk	2016-05-28	13.50	mpB	Leeuwarden
2021-07-10	21.82	mC	Delft	400				2017-09-16	15.50	mpA	Heerenveen
600				2011-06-24	1:11.87	V45	Groningen	2018-05-26	17.00	mpA	Sneek
2020-09-13	2:12.19	mD	Zoetermeer	2012-09-08	1:13.64	V45	Zwolle	Henri Spieksma			
2021-07-11	1:59.80	mC	Delft	2018-05-13	1:23.02	V50	Emmen	5000			
60h 106,7				2019-05-18	1:21.44	V50	Gouda	2020-09-04	23:35.29	M65	Leeuwarden
2020-09-12	11.08w	mD	Zoetermeer	2020-08-07	1:21.99	V50	Utrecht	Marit Staal			
80h 76,2				2021-07-01	1:21.64	V55	Hengelo	40			
2021-07-10	14.22	mC	Delft	800				2013-10-05	7.6	mpB	Heerenveen
hoog				2011-06-19	2:47.45	V45	Den Haag	60			
2020-09-26	1.50	mD	Heerenveen	2012-05-25	2:48.57	V45	Utrecht	2014-10-04	10.0	mpA	Heerenveen
2021-09-11	1.60	mC	Zoetermeer	2019-06-13	3:05.25	V50	Leeuwarden	2015-06-13	10.03	mpA	Heerenveen
ver				2020-09-16	3:01.0	V55	Dronten	2016-04-09	9.61w	mD	Heerenveen
2020-09-26	4.58	mD	Heerenveen	2021-09-08	3:01.75	V55	Hengelo	2017-05-20	9.32	mD	Heerenveen
2021-07-04	4.67	mC	Dongen	ver				80			
discus ¾				2011-10-01	2.85	V45	Heerenveen	2018-05-12	11.50	mC	Heerenveen
2020-09-19	21.61	mD	Grootebroek	2018-06-10	2.67	V50	Apeldoorn	2019-10-05	11.8	mC	Heerenveen
discus 1				speer 600				100			
2021-04-17	24.53	mC	Heerenveen	2011-10-01	14.45	V45	Heerenveen	2020-07-11	14.20w	mB	Epe
kogel 2				sprint 2-kamp				2021-03-20	13.9	mB	Heerenveen
2020-09-13	12.15	mD	Zoetermeer	2012-05-12	215	V45	Heerenveen	150			
kogel 3				Sian Smit				2018-05-19	21.56	mC	Assen
2021-08-28	10.79	mC	Amsterdam	40				2020-07-04	21.6	mB	Heerenveen
speer 400				2016-10-01	7.5	mpB	Heerenveen	200			
2020-09-06	31.18	mD	Heerenveen	60				2018-05-12	29.56	mC	Heerenveen
speer 500				2017-05-20	10.8	mpA	Steenwijk	2020-07-25	30.39	mB	Heerenveen
2021-08-29	32.30	mC	Amsterdam	2018-10-06	9.83	mpA	Heerenveen	600			
6-kamp				1000				2017-10-07	2:04.7	mD	Heerenveen
2020-09-13	2367	mD	Zoetermeer	2016-10-01	4:58.0	mpB	Heerenveen	2019-10-05	2:16.4	mC	Heerenveen
7-kamp				2017-10-07	5:06.3	mpA	Heerenveen	1000			
2021-07-11	3562	mC	Delft	2018-10-06	4:39.67	mpA	Heerenveen	2013-10-05	5:01.5	mpB	Heerenveen
				duur 4'				2014-08-30	4:23.2	mpA	Assen
				2016-05-28	775	mpB	Leeuwarden	2015-09-26	4:21.03	mpA	Leeuwarden
				duur 6'				60h 76,2			
				2017-05-20	1125	mpA	Steenwijk	2016-09-04	13.28	mD	Amsterdam
				2018-04-21	1225	mpA	Drachten				

60h				ver				kogel 5			
2014-06-28	11.1	mpA	Sneek	2018-10-06	2.88	jpB	Heerenveen	2020-09-26	11.59	jb	Heerenveen
2015-04-11	10.0	mpA	Leeuwarden	2019-10-05	3.20	jpA	Heerenveen	vortex			
60h 76,2				2020-09-26	3.16	jpA	Heerenveen	2014-06-14	19.50	jpA	Steenwijk
2017-04-08	11.82	mD	Heerenveen	2021-04-17	2.87	jD	Heerenveen	2015-09-19	24.50	jpA	Heerenveen
hoog				kogel 2				Merle Sterkenburgh			
2014-06-28	1.05	mpA	Sneek	2019-10-05	5.10	jpA	Heerenveen	40			
2015-06-13	1.00	mpA	Heerenveen	2020-09-26	5.74	jpA	Heerenveen	2016-06-04	8.10	mpm	Stadskanaal
2020-09-26	1.20	mB	Heerenveen	slingeren				2017-10-07	7.6	mpC	Heerenveen
ver				2018-04-21	11.50	jpB	Drachten	2018-10-06	7.67	mpB	Heerenveen
2013-10-05	3.00	mpB	Heerenveen	speer 400				60			
2014-08-30	3.12	mpA	Assen	2021-04-17	10.48	jD	Heerenveen	2019-09-14	10.5	mpA	Sneek
2015-09-26	3.34	mpA	Leeuwarden	vortex				2020-09-26	10.1	mpA	Heerenveen
2017-09-03	3.96	mD	Amsterdam	2018-10-06	15.06	jpB	Heerenveen	2021-05-01	9.96	mD	Heerenveen
2018-05-12	4.23	mC	Heerenveen	2020-06-02	18.50	jpA	Heerenveen	600			
2019-10-05	3.90	mC	Heerenveen	Hugo Stegeman				2016-10-01	2:39.6	mpm	Heerenveen
2020-09-19	4.14	mB	Grootebroek	40				2017-10-07	2:33.0	mpC	Heerenveen
2021-05-01	4.03	mB	Heerenveen	2013-10-05	7.1	jpB	Heerenveen	2020-09-26	2:15.0	mpA	Heerenveen
kogel 2				60				1000			
2013-10-05	3.37	mpB	Heerenveen	2014-10-04	9.7	jpA	Heerenveen	2018-10-06	4:33.66	mpB	Heerenveen
2014-06-28	4.80	mpA	Sneek	2015-10-03	9.1	jpA	Heerenveen	duur 4'			
2015-09-26	5.08	mpA	Leeuwarden	80				2016-07-02	875	mpm	Drachten
2017-10-07	7.22	mD	Heerenveen	2016-05-21	11.87	jD	Drachten	2017-04-08	825	mpC	Leeuwarden
kogel 3				2017-10-07	10.7	jD	Heerenveen	2018-04-21	900	mpB	Drachten
2018-10-06	6.75	mC	Heerenveen	100				duur 6'			
2019-10-05	6.39	mC	Heerenveen	2018-06-30	12.41	jC	Groningen	2019-05-25	1275	mpA	Steenwijk
vortex				2019-10-05	11.8	jC	Heerenveen	2020-09-12	1325	mpA	Heerenveen
2014-06-28	16.50	mpA	Sneek	2020-09-26	11.6	jb	Heerenveen	40h			
2015-09-19	21.00	mpA	Heerenveen	2021-03-20	12.1	jb	Heerenveen	2016-07-02	10.4	mpm	Drachten
Jordi Stam				200				2017-07-08	9.3	mpC	Drachten
1500				2021-04-11	25.6	jb	Heerenveen	2018-07-07	8.5	mpB	Steenwijk
2011-04-09	4:43.3	jb	Heerenveen	800				60h			
3000				2018-10-06	2:46.13	jC	Heerenveen	2019-05-25	11.8	mpA	Steenwijk
2011-04-20	10:02.4	jb	Sneek	2019-10-05	2:48.0	jC	Heerenveen	2020-09-12	11.1	mpA	Heerenveen
2013-05-24	9:58.87	ja	Utrecht	1000				hoog			
5000				2013-10-05	4:33.9	jpB	Heerenveen	2016-06-04	0.85	mpm	Stadskanaal
2012-04-22	17:27.87	jb	Ede	2014-10-04	4:23.1	jpA	Heerenveen	2017-05-20	0.80	mpC	Steenwijk
2020-09-26	17:59.0	M	Heerenveen	2015-10-03	3:58.9	jpA	Heerenveen	2018-09-15	0.95	mpB	Heerenveen
ver				2016-10-01	4:04.9	jD	Heerenveen	2019-04-20	0.95	mpA	Drachten
2020-09-26	4.21	M	Heerenveen	2017-10-07	4:01.6	jD	Heerenveen	2020-09-12	1.15	mpA	Heerenveen
Arie vd Steen				60h				2021-05-01	1.20	mD	Heerenveen
100000				2014-04-12	11.1	jpA	Drachten	hurkhoog			
2018-02-17	10:28:54	M50	Steenwijk	2015-06-27	11.1	jpA	Steenwijk	2015-09-19	0.70	mpm	Heerenveen
2019-02-23	9:45:15	M50	Steenwijk	80h 76,2				2016-05-28	0.75	mpm	Leeuwarden
6-uurloop				2016-05-21	15.95	jD	Drachten	2017-07-08	0.85	mpC	Drachten
2019-12-29	31200	M55	Almere	100h 83,8				2018-04-21	0.90	mpB	Drachten
Daan Stegeman				2019-04-06	16.29w	jC	Heerenveen	polsver			
40				hoog				2019-04-20	3.80	mpA	Drachten
2018-10-06	7.77	jpB	Heerenveen	2014-10-04	1.25	jpA	Heerenveen	2020-09-12	3.60	mpA	Heerenveen
60				2015-06-27	1.30	jpA	Steenwijk	ver			
2019-10-05	10.4	jpA	Heerenveen	2016-10-01	1.45	jD	Heerenveen	2015-09-19	1.95	mpm	Heerenveen
2020-09-26	10.0	jpA	Heerenveen	2017-05-20	1.50	jD	Heerenveen	2016-05-28	2.60	mpm	Leeuwarden
80				2018-10-06	1.70	jC	Heerenveen	2017-10-07	2.91	mpC	Heerenveen
2021-04-17	13.5	jD	Heerenveen	2019-10-05	1.82	jC	Heerenveen	2018-09-15	3.15	mpB	Heerenveen
600				2020-09-26	1.85	jb	Heerenveen	2019-09-14	3.15	mpA	Sneek
2020-09-26	2:29.0	jpA	Heerenveen	2021-03-20	1.85	jb	Heerenveen	2020-09-26	3.33	mpA	Heerenveen
1000				ver				2021-04-17	3.58	mD	Heerenveen
2018-10-06	4:16.41	jpB	Heerenveen	2013-10-05	3.33	jpB	Heerenveen	balstoten			
2019-10-05	4:51.1	jpA	Heerenveen	2014-09-13	3.45	jpA	Leeuwarden	2015-09-19	2.10	mpm	Heerenveen
duur 4'				2015-10-03	4.16	jpA	Heerenveen	2016-09-17	3.70	mpm	Heerenveen
2018-04-21	775	jpB	Drachten	2016-04-09	3.79	jD	Heerenveen	2017-05-20	4.50	mpC	Steenwijk
40h				kogel 2				2018-09-15	5.10	mpB	Heerenveen
2018-04-21	8.7	jpB	Drachten	2013-10-05	4.08	jpB	Heerenveen	balwerpen 135			
hoog				2014-06-28	6.40	jpA	Sneek	2016-06-04	10.52	mpm	Stadskanaal
2021-04-17	1.10	jD	Heerenveen	2015-06-27	7.50	jpA	Steenwijk	kogel 2			
hurkhoog				kogel 3				2018-07-14	3.63	mpB	Heerenveen
2018-04-21	0.80	jpB	Drachten	2016-10-01	6.40	jD	Heerenveen	2019-04-20	5.10	mpA	Drachten
				2017-10-07	8.74	jD	Heerenveen	2020-09-26	6.08	mpA	Heerenveen
				kogel 4				slingeren			
				2018-10-06	9.69	jC	Heerenveen	2016-07-02	9.50	mpm	Drachten
				2019-06-22	12.48	jC	Stadskanaal	2017-07-08	11.00	mpC	Drachten
								2018-07-07	13.00	mpB	Steenwijk
								2019-09-14	15.00	mpA	Sneek
								2020-06-30	15.00	mpA	Heerenveen

vortex				slingeren				Amila Turkovic			
2015-09-19	7.00	mpm	Heerenveen	2017-07-08	8.00	jpC	Drachten	ver			
2016-09-17	10.50	mpm	Heerenveen	2018-07-07	11.00	jpB	Steenwijk	2020-09-26	3.15	mD	Heerenveen
2017-04-08	12.50	mpC	Leeuwarden	2020-06-30	15.00	jpA	Heerenveen	discus $\frac{3}{4}$			
2018-04-21	15.50	mpB	Drachten					2020-09-26	13.30	mD	Heerenveen
2019-04-20	20.00	mpA	Drachten	speer 400				kogel 2			
2020-06-02	21.00	mpA	Heerenveen	2021-04-17	13.17	jD	Heerenveen	2020-09-26	6.38	mD	Heerenveen
Floris Swart				vortex				Ilma Turkovic			
800				2016-10-01	8.26	jpm	Heerenveen	ver			
2020-09-26	2:23.0	jC	Heerenveen	2017-07-08	10.50	jpC	Drachten	2020-09-26	3.63	mD	Heerenveen
1500				2018-07-07	14.00	jpB	Steenwijk	discus $\frac{3}{4}$			
2021-05-22	5:14.63	jB	Heerenveen	2019-04-20	16.50	jpA	Drachten	2020-09-26	17.42	mD	Heerenveen
3000				2020-09-12	17.50	jpA	Heerenveen	kogel 2			
2021-04-11	11:21.9	jB	Heerenveen					2020-09-26	7.74	mD	Heerenveen
Hessel Teijema				Alicia vd Tempel				Rebecca Ugen			
40				60				60			
2016-10-01	8.7	jpm	Heerenveen	2015-10-03	10.7	mpA	Heerenveen	2019-10-05	10.6	mpA	Heerenveen
2017-10-07	8.4	jpC	Heerenveen	2016-10-01	10.3	mpA	Heerenveen	1000			
2018-10-06	7.91	jpB	Heerenveen	2017-05-06	9.83	mD	Groningen	2019-10-05	4:52.0	mpA	Heerenveen
60				2018-10-06	9.71	mD	Heerenveen	hoog			
2019-10-05	10.7	jpA	Heerenveen	150				2020-07-02	1.20	mD	Heerenveen
150				2017-07-07	24.50w	mD	Steenwijk	2021-05-22	1.15	mC	Heerenveen
2021-05-01	27.55	jD	Heerenveen	200				ver			
600				2017-05-20	34.13	mD	Heerenveen	2019-10-05	3.17	mpA	Heerenveen
2016-10-01	2:51.1	jpm	Heerenveen	300				2021-05-22	3.14	mC	Heerenveen
2017-10-07	2:41.0	jpC	Heerenveen	2017-07-07	55.77	mD	Steenwijk	kogel 2			
2018-07-14	2:33.88	jpB	Heerenveen	600				2019-10-05	4.65	mpA	Heerenveen
800				2017-05-14	2:10.95	mD	Sneek	2020-07-02	5.58	mD	Heerenveen
2021-05-01	3:35.41	jD	Heerenveen	2018-10-06	2:16.88	mD	Heerenveen	speer 500			
1000				1000				2021-05-22	14.59	mC	Heerenveen
2018-10-06	4:22.10	jpB	Heerenveen	2015-10-03	4:40.2	mpA	Heerenveen	Dennis Veenker			
2019-10-05	4:37.0	jpA	Heerenveen	2016-10-01	4:23.9	mpA	Heerenveen	100			
duur 4'				2017-06-10	4:10.87	mD	Sneek	2013-08-31	11.83	Mneo	Amersfoort
2017-07-08	850	jpC	Drachten	2018-06-09	3:58.83	mD	Groningen	2014-05-25	11.64	Mneo	Drachten
2018-05-26	875	jpB	Sneek	duur 6'				2015-06-07	11.54w	M	Harderwijk
2019-06-29	825	jpA	Leeuwarden	2016-07-02	1275	mpA	Drachten	2016-04-09	11.24	M	Heerenveen
duur 6'				60h				2017-05-28	11.42w	M	Drachten
2019-04-20	1225	jpA	Drachten	2016-05-28	12.3	mpA	Leeuwarden	2018-07-01	11.94	M	Harderwijk
2020-09-12	1250	jpA	Heerenveen	60h 76,2				150			
40h				2017-06-10	13.19	mD	Sneek	2015-07-10	17.33	M	Steenwijk
2017-07-08	9.8	jpC	Drachten	2018-05-19	13.23	mD	Assen	200			
2018-07-07	9.6	jpB	Steenwijk	hoog				2014-05-17	24.06	Mneo	Heerenveen
60h				2016-07-02	1.10	mpA	Drachten	2016-10-01	23.6	M	Heerenveen
2019-04-20	13.0	jpA	Drachten	2017-05-20	1.20	mD	Heerenveen	400			
60h				2018-10-06	1.30	mD	Heerenveen	2014-05-31	57.45	Mneo	Gemert
2020-09-12	12.4	jpA	Heerenveen	2019-04-28	1.30	mC	Epe	2013-08-31	59.28	M	Amersfoort
hoog				polshoog				2015-07-30	55.73	M	Amsterdam
2017-09-16	0.80	jpC	Heerenveen	2017-06-03	1.75	mD	Groningen	800			
2018-07-14	0.95	jpB	Heerenveen	2018-05-12	1.95	mD	Heerenveen	2013-10-05	2:39.3	M	Heerenveen
2019-06-29	1.00	jpA	Leeuwarden	2019-06-08	1.96	mC	Groenlo	2016-10-01	2:43.8	M	Heerenveen
2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen	2020-07-25	2.26	mC	Heerenveen	1500			
hurkhoog				2021-05-01	2.26	mB	Heerenveen	2013-09-01	5:41.30	M	Amersfoort
2017-07-08	0.70	jpC	Drachten	polsver				2014-06-01	5:18.97	M	Gemert
2018-07-07	0.80	jpB	Steenwijk	2016-04-16	4.00	mpA	Sneek	2015-07-31	5:29.19	M	Amsterdam
polsver				ver				110h 106,7			
2019-06-29	3.45	jpA	Leeuwarden	2015-10-03	3.12	mpA	Heerenveen	2013-09-01	16.23	Mneo	Amersfoort
2020-09-12	3.15	jpA	Heerenveen	2016-06-18	3.33	mpA	Heerenveen	2014-07-06	15.85	Mneo	Stadskanaal
ver				2017-05-20	3.44	mD	Heerenveen	2015-06-07	15.67	M	Harderwijk
2016-10-01	2.19	jpm	Heerenveen	kogel 2				2016-04-24	15.66w	M	Grootebroek
2017-09-16	2.30	jpC	Heerenveen	2015-10-03	4.12	mpA	Heerenveen	hoog			
2018-09-15	2.70	jpB	Heerenveen	2016-10-01	4.35	mpA	Heerenveen	2013-08-31	1.60	M	Amersfoort
2021-05-01	3.04	jD	Heerenveen	2017-05-14	6.25	mD	Sneek	2014-07-05	1.65	M	Stadskanaal
balstoten				2018-10-06	7.12	mD	Heerenveen	2015-08-29	1.71	M	Stadskanaal
2017-09-16	4.20	jpC	Heerenveen	slinger				2016-10-01	1.60	M	Heerenveen
2018-09-15	4.80	jpB	Heerenveen	2016-09-17	12.50	mpA	Heerenveen	polshoog			
kogel 2				speer 400				2013-07-05	4.60	Mneo	Utrecht
2018-07-14	4.06	jpB	Heerenveen	2017-05-13	10.60	mD	Sneek	2014-07-06	4.50	M	Stadskanaal
2019-10-05	5.19	jpA	Heerenveen	vortex				2015-08-30	4.40	M	Stadskanaal
2020-09-12	5.90	jpA	Heerenveen	2016-05-28	17.50	mpA	Leeuwarden				
				6-kamp							
				2017-05-14	1621	mD	Sneek				

ver				150				Bert Velkers				
2013-08-31	6.28	Mneo	Amersfoort	2018-04-02	22.05	jD	Amersfoort	800				
2014-05-25	6.35	Mneo	Drachten	2019-05-25	19.51	jC	Sneek	2018-10-06	2:51.96	M45	Heerenveen	
discus 2				2020-07-04	18.6	jC	Heerenveen	3000				
2013-09-01	27.57	Mneo	Amersfoort	200				2018-10-06	12:38.37	M45	Heerenveen	
2014-07-06	27.98	Mneo	Stadskanaal	2021-04-11	24.9	jB	Heerenveen	5000				
2015-07-31	31.84	M	Amsterdam	800				2020-09-26	22:17.0	M45	Heerenveen	
2017-06-18	31.40	M	Harderwijk	2019-10-05	3:03.0	jC	Heerenveen	discus 2				
kogel 7¼				1000				2018-10-06	14.60	M45	Heerenveen	
2013-08-31	10.42	Mneo	Amersfoort	2014-10-04	5:17.2	jpB	Heerenveen	2020-09-26	16.01	M45	Heerenveen	
2014-05-21	11.28	Mneo	Sneek	2015-10-03	4:37.1	jpA	Heerenveen	kogel 7¼				
2015-08-29	11.27	M	Stadskanaal	2016-10-01	4:28.2	jpA	Heerenveen	2018-10-06	6.65	M45	Heerenveen	
2016-09-18	12.01	M	Hengelo	2017-10-07	4:13.9	jD	Heerenveen	speer 800				
2017-06-18	11.31	M	Harderwijk	2018-10-06	3:50.64	jD	Heerenveen	2018-10-06	21.80	M45	Heerenveen	
2018-05-27	11.35	M	Drachten	duur 6'				2020-09-26	20.66	M45	Heerenveen	
kogelsl. 7¼				2016-07-02	1200	jpA	Drachten	werp 3-kamp				
2016-05-14	29.70	M	Heerenveen	60h				2018-10-06	654	M45	Heerenveen	
2017-04-30	31.56	M	Hoorn	2015-04-11	10.9	jpA	Leeuwarden	Rick Velkers				
speer 800				2016-04-16	10.2	jpA	Sneek	60				
2013-09-01	40.68	M	Amersfoort	80h 76,2				2015-06-13	9.84	jpA	Heerenveen	
2014-10-04	44.27	M	Heerenveen	2017-05-27	16.95	jD	Stadskanaal	80				
2015-08-30	44.48	M	Stadskanaal	2018-06-09	13.35	jD	Groningen	2016-10-01	12.1	jD	Heerenveen	
werp 3-kamp				100h 83,8				2017-10-07	11.0	jD	Heerenveen	
2014-05-21	1515	Mneo	Sneek	2019-05-11	16.87	jC	Heerenveen	100				
10-kamp				2020-07-25	15.17	jC	Heerenveen	2018-05-12	13.73	jC	Heerenveen	
2013-09-01	5413	Mneo	Amersfoort	2021-05-01	16.59	jB	Heerenveen	2020-09-26	12.1	jB	Heerenveen	
2014-07-06	5699	Mneo	Stadskanaal	hoog				150				
2015-08-30	5740	M	Stadskanaal	2015-06-27	1.00	jpA	Steenwijk	2016-09-04	23.87	jD	Amsterdam	
Hugo Veenker				2016-06-04	1.20	jpA	Stadskanaal	2018-05-19	20.79	jC	Assen	
discus 1				2017-05-14	1.15	jD	Sneek	2019-05-25	19.35	jC	Sneek	
2018-05-02	23.07	M60	Dronten	2018-05-12	1.35	jD	Heerenveen	200				
2021-08-27	22.12	M60	Heerenveen	2019-10-05	1.50	jC	Heerenveen	2016-05-14	35.10	jD	Heerenveen	
kogel 5				2020-09-26	1.60	jC	Heerenveen	2019-05-11	27.35	jC	Heerenveen	
2018-05-02	7.70	M60	Dronten	hss				2021-04-11	25.5	jB	Heerenveen	
2021-08-27	6.66	M60	Heerenveen	2020-09-04	10.31	jC	Leeuwarden	400				
kogel 6				2021-09-12	11.52	jB	Amersfoort	2019-04-22	1:01.96	jC	Amersfoort	
2016-10-01	8.59	M55	Heerenveen	polsver				600				
speer 600				2016-07-02	4.20	jpA	Drachten	2017-06-24	1:55.54	jD	Stadskanaal	
2021-08-27	18.04	M60	Heerenveen	ver				800				
werp 3-kamp				2014-10-04	2.70	jpB	Heerenveen	2019-04-06	2:23.24	jC	Heerenveen	
2021-08-27	791	M60	Heerenveen	2015-10-03	3.52	jpA	Heerenveen	2020-09-26	2:22.0	jB	Heerenveen	
Ina Veenstra				2016-09-17	3.65	jpA	Heerenveen	1000				
3000				2017-05-13	4.07	jD	Sneek	2015-10-03	3:47.5	jpA	Heerenveen	
2012-10-06	16:20.8	V50	Heerenveen	2018-05-12	5.02	jD	Heerenveen	2016-06-25	3:37.27	jD	Emmen	
Hayco van der Velde				2019-05-11	5.53w	jC	Heerenveen	2017-09-03	3:22.24	jD	Amsterdam	
5000				2020-09-19	5.46	jC	Grootebroek	60h				
2020-09-26	19:19.0	M40	Heerenveen	2021-08-28	5.82w	jB	Hoogeveen	2015-04-11	10.8	jpA	Leeuwarden	
Henri Veldman				discus 1				80h 76,2				
3000				2017-04-01	13.34	jD	Steenwijk	2017-05-14	16.52	jD	Sneek	
2018-10-06	10:42.22	M55	Heerenveen	2018-06-02	24.03	jD	Stadskanaal	400h 83,8				
5000				2019-05-18	21.62	jC	Stadskanaal	2021-04-11	1:09.1	jB	Heerenveen	
2020-09-26	17:48.0	M55	Heerenveen	kogel 2				hoog				
Ziggy Veldman				2014-10-04	4.02	jpB	Heerenveen	2015-06-27	1.10	jpA	Steenwijk	
40				2015-06-27	6.70	jpA	Steenwijk	2016-10-01	1.25	jD	Heerenveen	
2014-10-04	7.1	jpB	Heerenveen	2016-10-01	8.18	jpA	Heerenveen	2017-05-14	1.35	jD	Sneek	
60				kogel 3				ver				
2015-06-06	9.2	jpA	Sneek	2017-10-07	7.77	jD	Heerenveen	2015-10-03	3.73	jpA	Heerenveen	
2016-10-01	9.2	jpA	Heerenveen	2018-10-06	7.26	jD	Heerenveen	2016-04-09	3.80	jD	Heerenveen	
80				kogel 4				2017-06-24	4.25	jD	Stadskanaal	
2017-09-03	11.52w	jD	Amsterdam	2019-10-05	8.49	jC	Heerenveen	2018-10-06	4.61	jC	Heerenveen	
2018-10-06	10.93	jD	Heerenveen	kogel 5				discus 1				
100				2021-03-20	8.78	jB	Heerenveen	2016-05-21	7.53	jD	Drachten	
2019-10-05	12.4	jC	Heerenveen	slingeren				2018-10-06	18.99	jC	Heerenveen	
2020-09-26	12.1	jC	Heerenveen	2016-09-17	20.50	jpA	Heerenveen	2019-04-06	23.59	jC	Heerenveen	
2021-05-01	11.95	jB	Heerenveen	speer 400				kogel 2				
				2017-05-13	18.83	jD	Sneek	2015-06-27	6.60	jpA	Steenwijk	
				vortex				kogel 3				
				2015-09-19	16.00	jpA	Heerenveen	2017-10-07	7.63	jD	Heerenveen	
				2016-09-17	21.00	jpA	Heerenveen					
				7-kamp								
				2017-05-14	2349	jD	Sneek					

speer 400					
2016-04-09	18.49	jD	Heerenveen		
2017-05-13	22.95	jD	Sneek		
speer 600					
2018-04-02	21.14	jC	Amersfoort		
vortex					
2015-09-19	26.00	jpA	Heerenveen		
7-kamp					
2017-05-14	2893	jD	Sneek		
Tom Velkers					
100					
2020-09-26	14.6	jC	Heerenveen		
150					
2020-07-02	23.4	jC	Heerenveen		
hoog					
2020-09-26	1.30	jC	Heerenveen		
2021-04-17	1.20	jC	Heerenveen		
ver					
2020-09-26	3.79	jC	Heerenveen		
kogel 4					
2020-07-02	5.38	jC	Heerenveen		
Elle Veltman					
800					
2018-05-19	3:13.80	mC	Assen		
1000					
2017-10-07	4:03.4	mC	Heerenveen		
2020-07-02	3:52.8	mB	Heerenveen		
Baudien Venema					
100					
2021-06-18	12.86	mB	Utrecht		
200					
2021-06-18	26.82	mB	Utrecht		
ver					
2021-05-01	4.44	mB	Heerenveen		
Jodie Vianen					
40					
2018-10-06	8.21	mpm	Heerenveen		
2019-10-05	7.4	mpC	Heerenveen		
2020-06-02	6.9	mpB	Heerenveen		
60					
2021-05-06	10.1	mpA	Heerenveen		
600					
2018-10-06	2:36.26	mpm	Heerenveen		
2019-10-05	2:21.6	mpC	Heerenveen		
2021-05-22	2:12.33	mpA	Heerenveen		
duur 4'					
2018-07-07	850	mpm	Steenwijk		
2019-06-29	950	mpC	Leeuwarden		
2020-09-12	1025	mpB	Heerenveen		
duur 6'					
2021-05-06	1400	mpA	Heerenveen		
40h					
2018-07-07	9.4	mpm	Steenwijk		
2019-06-29	8.6	mpC	Leeuwarden		
2020-06-30	8.2	mpB	Heerenveen		
60h					
2021-05-22	12.78	mpA	Heerenveen		
hoog					
2018-09-15	0.75	mpm	Heerenveen		
2019-09-14	0.95	mpC	Sneek		
2021-05-06	1.10	mpA	Heerenveen		
hurkhoog					
2018-07-07	0.60	mpm	Steenwijk		
2019-06-29	0.80	mpC	Leeuwarden		
2020-09-12	0.90	mpB	Heerenveen		

ver					
2018-10-06	2.52	mpm	Heerenveen		
2019-09-14	2.75	mpC	Sneek		
2020-09-12	3.00	mpB	Heerenveen		
2021-04-06	3.15	mpA	Heerenveen		
balstoten					
2018-09-15	3.40	mpm	Heerenveen		
2019-09-14	4.00	mpC	Sneek		
2020-09-12	4.70	mpB	Heerenveen		
kogel 2					
2021-05-22	4.59	mpA	Heerenveen		
slingeren					
2018-07-07	7.50	mpm	Steenwijk		
2019-04-20	12.50	mpC	Drachten		
2020-06-30	8.50	mpB	Heerenveen		
vortex					
2018-07-14	9.03	mpm	Heerenveen		
2019-09-14	12.50	mpC	Sneek		
2020-09-12	15.00	mpB	Heerenveen		
2021-05-06	16.00	mpA	Heerenveen		
Fedde Visser					
40					
2017-10-07	9.5	jpm	Heerenveen		
2018-10-06	8.31	jpm	Heerenveen		
2019-10-05	7.6	jpC	Heerenveen		
2020-09-26	7.6	jpB	Heerenveen		
60					
2021-04-06	10.2	jpA	Heerenveen		
600					
2017-10-07	3:03.8	jpm	Heerenveen		
2018-10-06	2:40.59	jpm	Heerenveen		
2019-10-05	2:36.0	jpC	Heerenveen		
2020-09-26	2:28.0	jpB	Heerenveen		
2021-05-22	2:39.66	jpA	Heerenveen		
duur 4'					
2020-09-12	925	jpB	Heerenveen		
duur 6'					
2021-06-05	1250	jpA	Heerenveen		
60h					
2021-05-22	13.77	jpA	Heerenveen		
hoog					
2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen		
2018-09-15	0.80	jpm	Heerenveen		
2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen		
hurkhoog					
2020-09-12	0.85	jpB	Heerenveen		
ver					
2017-09-16	1.85	jpm	Heerenveen		
2018-10-06	2.29	jpm	Heerenveen		
2019-10-05	2.58	jpC	Heerenveen		
2020-09-26	2.81	jpB	Heerenveen		
2021-04-06	2.85	jpA	Heerenveen		
balstoten					
2017-09-16	2.20	jpm	Heerenveen		
2018-09-15	3.40	jpm	Heerenveen		
2020-09-12	4.70	jpB	Heerenveen		
kogel 2					
2021-05-22	4.03	jpA	Heerenveen		
slingeren					
2021-06-05	12.00	jpA	Heerenveen		
vortex					
2017-10-07	4.30	jpm	Heerenveen		
2018-09-15	12.00	jpm	Heerenveen		
2019-10-05	6.83	jpC	Heerenveen		
2020-09-12	10.50	jpB	Heerenveen		
2021-04-06	9.00	jpA	Heerenveen		
Jacob Visser					
100					
2017-04-08	18.49	M70	Heerenveen		
2020-09-26	17.9	M75	Heerenveen		
200					
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	jpB	Heerenveen		
60					
2018-10-06	10.67	jpA	Heerenveen		
2019-10-05	10.1	jpA	Heerenveen		
80					
2020-09-26	13.4	jD	Heerenveen		
800					
2020-09-26	2:55.0	jD	Heerenveen		
1000					
2017-10-07	4:20.5	jpB	Heerenveen		
2018-10-06	3:52.61	jpA	Heerenveen		
2019-10-05	3:52.2	jpA	Heerenveen		
2020-07-02	3:46.3	jD	Heerenveen		
duur 4'					
2017-05-20	975	jpB	Steenwijk		
2019-06-29	1025	jpA	Leeuwarden		
duur 6'					
2018-05-26	1450	jpA	Sneek		
60h					
2018-07-07	11.8	jpA	Steenwijk		
2019-09-14	10.7	jpA	Sneek		
hoog					
2017-09-16	1.00	jpB	Heerenveen		
2018-07-07	1.05	jpA	Steenwijk		
2019-06-29	1.15	jpA	Leeuwarden		
polsver					
2018-07-07	3.95	jpA	Steenwijk		
2019-06-29	3.95	jpA	Leeuwarden		
ver					
2017-10-07	2.72	jpB	Heerenveen		
2018-10-06	3.22	jpA	Heerenveen		
2019-10-05	3.30	jpA	Heerenveen		
balstoten					
2017-09-16	5.00	jpB	Heerenveen		

kogel 2				1500st				2019-10-05	4.40	jB	Heerenveen
2018-04-21	5.40	jpA	Drachten	2019-04-22	6:17.39	mC	Amersfoort	discus 1			
2019-10-05	6.22	jpA	Heerenveen	hoog				2015-04-04	17.55	jD	Steenwijk
slingeren				2016-10-01	1.15	mD	Heerenveen	2016-09-04	29.67	jD	Amsterdam
2018-05-26	13.50	jpA	Sneek	2017-10-07	1.20	mD	Heerenveen	2017-05-20	36.33	jC	Heerenveen
2019-09-14	15.00	jpA	Sneek	2020-09-26	1.25	mB	Heerenveen	2018-08-26	39.37	jC	Amsterdam
vortex				polshoog				discus 1½			
2017-05-20	12.50	jpB	Steenwijk	2018-06-09	1.96	mC	Groningen	2019-03-30	32.12	jB	Steenwijk
2018-05-26	17.50	jpA	Sneek	2019-06-08	2.16	mC	Groningen	kogel 2			
2019-06-29	20.00	jpA	Leeuwarden	ver				2014-06-28	7.50	jpA	Sneek
Anneke Visser-Bosma				2015-10-03	3.14	mpA	Heerenveen	kogel 3			
800				2016-06-04	3.18	mD	Gemert	2015-09-26	8.15	jD	Leeuwarden
2015-10-03	3:21.9	V35	Heerenveen	2017-06-24	3.55	mD	Stadskanaal	2016-08-26	11.33	jD	Assen
				2018-05-12	4.17	mC	Heerenveen	kogel 4			
				2020-09-26	4.09	mB	Heerenveen	2017-05-20	10.65	jC	Heerenveen
Jan Jouke Vos				discus ¾				2018-10-14	11.36	jC	Steenwijk
800				2016-10-01	13.94	mD	Heerenveen	kogel 5			
2012-10-06	2:19.9	M	Heerenveen	2017-10-07	15.39	mD	Heerenveen	2019-03-30	10.85	jB	Steenwijk
2014-08-24	2:21.01	M	Newcastle (GBr)	discus 1				kogelsl. 4			
2019-10-05	2:30.4	M35	Heerenveen	2018-04-14	15.37	mC	Sneek	2018-08-25	28.99	jC	Amsterdam
3000				kogel 2				speer 400			
2011-07-17	9:22.02	M	Utrecht	2015-10-03	5.75	mpA	Heerenveen	2015-04-04	19.32	jD	Steenwijk
2012-10-06	9:59.0	M	Heerenveen	2016-06-05	6.76	mD	Gemert	2016-10-09	26.68	jD	Steenwijk
2014-10-04	10:16.0	M	Heerenveen	kogel 3				speer 600			
2018-05-12	10:48.80	M35	Heerenveen	2018-10-06	8.08	mC	Heerenveen	2017-05-27	31.69	jC	Stadskanaal
5000				2019-04-22	8.42	mC	Amersfoort	2018-10-14	36.01	jC	Steenwijk
2011-06-26	16:13.44	M	Emmen	2020-09-26	8.39	mB	Heerenveen	speer 700			
2012-04-22	16:27.26	M	Ede	speer 400				2019-10-13	32.89	jB	Steenwijk
2013-04-21	16:54.49	M	Grootebroek	2016-06-04	11.03	mD	Gemert	vortex			
3000st				2017-04-08	18.30	mD	Heerenveen	2014-09-13	28.50	jpA	Leeuwarden
2011-06-15	10:02.00	M	Wageningen	6-kamp				werp 3-kamp			
2012-05-20	10:20.92	M	Harderwijk	2016-06-05	1636	mD	Gemert	2015-10-10	871	jD	Steenwijk
2013-06-02	10:40.18	M	Drachten	Johan de Vries				2016-10-09	1453	jD	Steenwijk
Pieter Vos				60				2017-10-15	1474	jC	Steenwijk
discus 1				2014-10-04	10.2	jpA	Heerenveen	2018-10-14	1762	jC	Steenwijk
2014-10-04	16.22	M60	Heerenveen	80				2019-10-13	1324	jB	Steenwijk
kogel 5				2015-08-29	12.81	jD	Stadskanaal	7-kamp			
2014-10-04	6.97	M60	Heerenveen	2016-10-01	11.4	jD	Heerenveen	2015-08-30	2296	jD	Stadskanaal
speer 600				100				2016-07-03	3147	jD	Stadskanaal
2014-10-04	22.94	M60	Heerenveen	2017-10-07	13.6	jC	Heerenveen	8-kamp			
werp 3-kamp				2018-10-06	13.31	jC	Heerenveen	2017-05-14	3919	jC	Sneek
2014-10-04	659	M60	Heerenveen	200				2018-07-08	4307	jC	Stadskanaal
Féra Fieke de Vries				2019-10-05	27.4	jB	Heerenveen	Julian Vries			
60				800				80			
2015-10-03	9.8	mpA	Heerenveen	2018-10-06	2:48.72	jC	Heerenveen	2015-10-03	12.7	jD	Heerenveen
2016-10-01	9.3	mD	Heerenveen	1000				2016-10-01	11.6	jD	Heerenveen
2017-10-07	9.6	mD	Heerenveen	2014-10-04	4:20.9	jpA	Heerenveen	100			
80				2015-10-03	4:07.1	jD	Heerenveen	2017-05-20	14.09	jC	Heerenveen
2018-10-06	12.17	mC	Heerenveen	2016-10-01	3:59.5	jD	Heerenveen	2018-10-06	12.99	jC	Heerenveen
300				2017-05-14	4:00.71	jC	Sneek	2021-03-20	13.0	JA	Heerenveen
2016-04-09	55.25	mD	Heerenveen	2018-07-08	3:52.31	jC	Stadskanaal	150			
2017-04-08	53.03	mD	Heerenveen	60h				2016-09-04	22.76	jD	Amsterdam
400				2014-06-28	11.6	jpA	Sneek	2017-07-07	21.32w	jC	Steenwijk
2018-04-02	1:16.47	mC	Amersfoort	80h 76,2				2018-05-19	22.20	jC	Assen
600				2015-08-30	17.02	jD	Stadskanaal	200			
2016-10-01	2:00.0	mD	Heerenveen	2016-07-03	13.98w	jD	Stadskanaal	2016-05-14	32.81	jD	Heerenveen
2017-04-08	2:05.18	mD	Heerenveen	100h 83,8				2017-05-20	29.64	jC	Heerenveen
800				2017-07-09	16.77	jC	Stadskanaal	2019-10-05	26.4	jB	Heerenveen
2018-06-30	2:44.44	mC	Groningen	2018-07-08	16.14	jC	Stadskanaal	2021-04-11	26.1	JA	Heerenveen
2019-04-06	2:40.73	mC	Heerenveen	2019-10-05	15.3	jB	Heerenveen	300			
1000				hoog				2017-07-07	46.64	jC	Steenwijk
2015-10-03	3:55.7	mpA	Heerenveen	2014-10-04	1.10	jpA	Heerenveen	600			
2016-09-04	3:47.94	mD	Amsterdam	2015-08-30	1.30	jD	Stadskanaal	2015-04-11	2:19.6	jD	Heerenveen
2017-06-10	3:49.03	mD	Sneek	2016-10-01	1.45	jD	Heerenveen	2016-04-09	2:05.81	jD	Heerenveen
2018-10-06	3:42.93	mC	Heerenveen	2017-05-27	1.50	jC	Stadskanaal	800			
60h 76,2				2018-10-06	1.65	jC	Heerenveen	2017-10-07	2:44.2	jC	Heerenveen
2016-06-04	14.09	mD	Gemert	2019-10-05	1.60	jB	Heerenveen	2018-06-09	2:25.64	jC	Groningen
1000st				ver				1000			
2017-09-03	4:07.97	mD	Amsterdam	2014-09-13	3.40	jpA	Leeuwarden	2015-10-03	3:54.6	jD	Heerenveen
				2015-05-16	3.74	jD	Heerenveen	2016-10-01	3:47.0	jD	Heerenveen
				2016-05-14	4.29	jD	Heerenveen				
				2017-05-13	4.48	jC	Sneek				
				2018-04-28	4.46	jC	Sneek				

80h 76,2				hoog			duur 4'				
2016-05-21	15.73	jD	Drachten	2017-09-09	1.05	jpB	Sneek	2020-09-12	825	jpB	Heerenveen
100h 83,8				hurkhoog				duur 6'			
2017-05-27	19.46	jC	Stadskanaal	2017-07-08	1.00	jpB	Drachten	2021-06-26	1200	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	16.3	jB	Heerenveen	ver				40h			
300h 76,2				2017-06-24	3.65	jpB	Stadskanaal	2020-06-30	9.1	jpB	Heerenveen
2017-06-10	52.71	jC	Sneek	2018-07-14	3.79	jpA	Heerenveen	60h			
hoog				2019-04-07	3.89	jpA	Assen	2021-06-26	13.6	jpA	Leeuwarden
2015-04-11	1.15	jD	Heerenveen	kogel 2				hoog			
2019-10-05	1.60	jB	Heerenveen	2017-06-24	5.72	jpB	Stadskanaal	2021-06-26	0.90	jpA	Leeuwarden
ver				2018-03-25	6.92	jpA	Assen	hurkhoog			
2015-10-03	3.69	jD	Heerenveen	2019-04-07	7.24	jpA	Assen	2020-09-12	0.75	jpB	Heerenveen
2016-10-01	3.95	jD	Heerenveen	slingeren				polsver			
2017-05-20	4.29	jC	Heerenveen	2017-07-08	16.00	jpB	Drachten	2021-06-26	2.80	jpA	Leeuwarden
2018-06-30	5.07	jC	Groningen	vortex				ver			
2019-05-11	5.29	jB	Heerenveen	2017-09-09	19.60	jpB	Sneek	2020-09-12	2.65	jpB	Heerenveen
2021-03-20	5.47	jA	Heerenveen					2021-04-06	2.80	jpA	Heerenveen
discus 1				Ilse vd Wal				balstoten			
2016-10-01	17.49	jD	Heerenveen	60				2020-09-12	4.10	jpB	Heerenveen
2018-10-06	20.38	jC	Heerenveen	2020-09-26	11.9	mpA	Heerenveen	kogel 2			
kogel 3				2021-05-06	11.8	mpA	Heerenveen	2021-06-26	4.80	jpA	Leeuwarden
2015-10-03	5.30	jD	Heerenveen	600				slingeren			
kogel 5				2020-09-26	2:53.0	mpA	Heerenveen	2020-06-30	9.50	jpB	Heerenveen
2019-10-05	8.12	jB	Heerenveen	2021-05-22	2:53.77	mpA	Heerenveen	2021-09-11	13.00	jpA	Drachten
speer 600				duur 6'				vortex			
2017-10-07	16.64	jC	Heerenveen	2021-06-05	1175	mpA	Heerenveen	2020-09-12	13.50	jpB	Heerenveen
speer 700				60h				2021-06-26	15.50	jpA	Leeuwarden
2019-10-05	24.39	jB	Heerenveen	2020-06-30	13.5	mpA	Heerenveen				
				2021-05-22	13.61	mpA	Heerenveen				
Lara de Vries				hoog				Marja vd Werf-Zoer			
40				2020-06-30	0.95	mpA	Heerenveen	800			
2021-04-06	9.8	mpm	Heerenveen	2021-05-06	1.00	mpA	Heerenveen	2019-10-05	3:37.1	V55	Heerenveen
600				ver				3000			
2021-05-22	3:22.55	mpm	Heerenveen	2020-09-26	2.46	mpA	Heerenveen	2014-10-04	14:21.9	V50	Heerenveen
40h				2021-04-06	2.65	mpA	Heerenveen	2017-10-07	14:52.5	V50	Heerenveen
2021-05-22	12.63	mpm	Heerenveen	kogel 2				2018-10-06	14:42.91	V55	Heerenveen
hurkhoog				2020-09-26	3.35	mpA	Heerenveen	2019-10-05	14:32.0	V55	Heerenveen
2021-05-06	0.55	mpm	Heerenveen	2021-05-22	4.06	mpA	Heerenveen	5000			
ver				slingeren				2020-09-26	26:12.0	V55	Heerenveen
2021-04-06	1.80	mpm	Heerenveen	2020-06-30	11.50	mpA	Heerenveen				
slingeren				2021-06-05	13.00	mpA	Heerenveen	Jimte Wierda			
2021-05-06	6.00	mpm	Heerenveen	vortex				40			
vortex				2020-06-02	10.00	mpA	Heerenveen	2020-09-26	8.5	jpm	Heerenveen
2021-05-06	8.50	mpm	Heerenveen	2021-04-06	9.00	mpA	Heerenveen	2021-04-06	8.1	jpC	Heerenveen
				Bob vd Weg				600			
Thygo de Vries				3000				2020-09-26	2:53.0	jpm	Heerenveen
40				2013-10-05	11:00.1	M45	Heerenveen	2021-05-22	2:41.55	jpC	Heerenveen
2017-10-07	6.6	jpB	Heerenveen	2014-10-04	10:56.2	M45	Heerenveen	duur 4'			
60				2016-10-01	11:09.1	M45	Heerenveen	2020-09-12	850	jpm	Heerenveen
2018-10-06	9.46	jpA	Heerenveen	5000				2021-06-05	875	jpC	Heerenveen
2019-04-07	9.43	jpA	Assen	2020-09-26	19:23.0	M50	Heerenveen	40h			
80				25000				2020-06-30	9.8	jpm	Heerenveen
2021-04-17	11.1	jD	Heerenveen	2021-07-10	1:51:48	M50	Heerenveen	2021-06-05	9.4	jpC	Heerenveen
150				50000				hoog			
2020-07-02	21.6	jD	Heerenveen	2018-02-17	3:54:49	M45	Steenwijk	2021-09-11	0.80	jpC	Drachten
600				lenskje vd Weg				hurkhoog			
2019-04-07	1:59.27	jpA	Assen	3000				2020-06-30	0.65	jpm	Heerenveen
800				2012-10-06	15:10.8	V40	Heerenveen	2021-05-06	0.75	jpC	Heerenveen
2020-09-26	2:35.0	jD	Heerenveen	Finn vd Werf				ver			
2021-05-22	2:30.98	jD	Heerenveen	40				2020-09-12	2.20	jpm	Heerenveen
1000				2020-09-26	8.3	jpB	Heerenveen	2021-06-05	2.90	jpC	Heerenveen
2017-06-24	3:41.88	jpB	Stadskanaal	60				balstoten			
2018-07-14	3:31.75	jpA	Heerenveen	2021-09-11	10.5	jpA	Drachten	2020-09-12	3.90	jpm	Heerenveen
2020-07-02	3:28.2	jD	Heerenveen	600				2021-09-11	4.80	jpC	Drachten
2021-09-12	3:04.70	jD	Amsterdam	2020-09-26	2:51.0	jpB	Heerenveen	slingeren			
duur 4'				2021-05-22	3:11.58	jpA	Heerenveen	2020-06-30	9.00	jpm	Heerenveen
2017-07-08	1050	jpB	Drachten					2021-05-06	13.00	jpC	Heerenveen
40h								vortex			
2017-07-08	7.6	jpB	Drachten					2020-09-26	13.66	jpm	Heerenveen
								2021-09-11	16.50	jpC	Drachten

Ties Wierda				kogel 7¼				hoog			
hoog				2012-10-06	9.66	M	Heerenveen	2021-09-11	0.80	jpm	Drachten
2021-09-11	0.75	jpm	Drachten	2013-08-31	9.10	M	Amersfoort				
				2014-05-31	8.90	M	Gemert	hurkhoog			
ver				2015-10-03	8.70	M	Heerenveen	2020-09-12	0.60	jpm	Heerenveen
2021-09-11	2.35	jpm	Drachten					2021-06-26	0.65	jpm	Leeuwarden
				kogelsl. 7¼				ver			
balstoten				2015-04-19	23.94	M	Drachten	2020-09-26	2.06	jpm	Heerenveen
2021-09-11	3.70	jpm	Drachten	2016-04-24	25.34	M	Grootebroek	2021-06-05	2.50	jpm	Heerenveen
vortex				speer 800				balstoten			
2021-09-11	9.50	jpm	Drachten	2012-10-06	39.06	M	Heerenveen	2020-09-12	2.60	jpm	Heerenveen
				2013-09-01	39.07	M	Amersfoort	2021-09-11	3.70	jpm	Drachten
				2014-05-21	36.30	M	Sneek				
				2015-10-03	32.64	M	Heerenveen	slingeren			
Sybout Wijma								2021-06-26	7.00	jpm	Leeuwarden
100				werp 3-kamp				vortex			
2011-05-25	12.15	M	Heerde	2012-10-06	1237	M	Heerenveen	2020-09-26	6.68	jpm	Heerenveen
2012-04-22	11.71	M	Ede	2014-05-21	1235	M	Sneek	2021-09-11	10.00	jpm	Drachten
2013-08-31	12.14	M	Amersfoort								
2014-10-04	11.9	M	Heerenveen	10-kamp							
				2013-09-01	5171	M	Amersfoort				
				2014-06-01	5019	M	Gemert				
								Jente Wolters			
200				Cor Wijnja				60			
2011-05-08	24.42	M	Ede	800				2020-09-26	9.7	mD	Heerenveen
2012-07-06	23.98	M	Alkmaar	2014-10-04	3:21.4	M55	Heerenveen	80			
2014-05-04	25.41	M	Grootebroek					2021-04-17	12.1	mC	Heerenveen
2015-10-03	26.8	M	Heerenveen	3000				600			
2016-10-01	28.5	M	Heerenveen	2014-10-04	13:29.6	M55	Heerenveen	2020-09-26	2:06.0	mD	Heerenveen
								800			
400				Thymo Willemse				2021-04-17	2:40.8	mC	Heerenveen
2011-06-26	54.03	M	Emmen	40				ver			
2012-05-12	53.99	M	Heerenveen	2019-06-29	7.6	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	3.13	mD	Heerenveen
2013-04-21	55.45	M	Grootebroek	60				speer 400			
2014-05-31	56.55	M	Gemert	2020-09-26	11.0	jpA	Heerenveen	2020-09-26	11.01	mD	Heerenveen
				2021-04-06	10.7	jpA	Heerenveen				
800				600				Sverre Wolters			
2011-04-20	2:05.03	M	Epe	2020-09-26	2:41.0	jpA	Heerenveen	40			
2014-10-04	2:15.2	M	Heerenveen	2021-05-22	2:34.48	jpA	Heerenveen	2018-04-21	7.5	jpC	Drachten
2015-10-03	2:27.3	M	Heerenveen					2019-10-05	7.2	jpB	Heerenveen
2016-10-01	2:41.0	M	Heerenveen	1000				60			
2017-10-07	2:35.9	M	Heerenveen	2019-10-05	4:34.1	jpB	Heerenveen	2020-09-26	10.3	jpA	Heerenveen
								2021-09-11	9.5	jpA	Drachten
1500				duur 4'				600			
2013-09-01	4:56.54	M	Amersfoort	2019-06-29	875	jpB	Leeuwarden	2020-09-26	2:25.0	jpA	Heerenveen
2014-06-01	4:45.02	M	Gemert	40h				1000			
2015-05-29	5:04.94	M	Utrecht	2019-06-29	8.2	jpB	Leeuwarden	2019-10-05	4:25.9	jpB	Heerenveen
				60h				duur 4'			
110h 106,7				2021-05-22	13.10	jpA	Heerenveen	2018-07-07	875	jpC	Steenwijk
2012-07-20	16.43	M	Wageningen	hoog				2019-06-29	850	jpB	Leeuwarden
2013-06-16	15.86	M	Harderwijk	2021-05-22	1.00	jpA	Heerenveen	duur 6'			
2014-05-04	16.04	M	Grootebroek	hurkhoog				2020-09-12	1325	jpA	Heerenveen
2015-10-03	17.0	M	Heerenveen	2019-06-29	0.85	jpB	Leeuwarden	2021-06-26	1375	jpA	Leeuwarden
2017-06-18	17.08	M	Harderwijk	ver				40h			
				2019-10-05	2.68	jpB	Heerenveen	2018-07-07	9.3	jpC	Steenwijk
200h				2020-09-26	3.05	jpA	Heerenveen	2019-06-29	8.6	jpB	Leeuwarden
2012-07-06	25.73	M	Alkmaar	2021-04-06	2.55	jpA	Heerenveen	60h			
				kogel 2				2020-09-12	11.9	jpA	Heerenveen
300h 83,8				2020-09-26	5.34	jpA	Heerenveen	2021-06-26	11.5	jpA	Leeuwarden
2011-05-02	40.13	M	Epe	2021-05-22	6.45	jpA	Heerenveen	hoog			
2012-04-29	39.67	M	Epe	slingeren				2017-09-16	0.70	jpm	Heerenveen
2014-04-16	43.1	M	Sneek	2019-06-29	10.50	jpB	Leeuwarden	2018-09-15	0.80	jpC	Heerenveen
				vortex				2019-09-14	0.95	jpB	Sneek
400h 91,4				2019-10-05	15.51	jpB	Heerenveen	2020-09-12	1.00	jpA	Heerenveen
2011-07-17	56.77	M	Utrecht	2021-04-06	20.00	jpA	Heerenveen	2021-06-26	1.10	jpA	Leeuwarden
2012-05-25	56.05	M	Utrecht	Bjarne Wolters				hurkhoog			
2013-05-09	58.48	M	Groningen	40				2018-07-07	0.75	jpC	Steenwijk
2014-05-25	58.56	M	Drachten	2020-09-26	9.3	jpm	Heerenveen	2019-06-29	0.80	jpB	Leeuwarden
2015-05-03	1:00.47	M	Emmeloord	2021-04-06	7.9	jpm	Heerenveen				
2018-05-27	1:02.82	M	Drachten	600				polsver			
hoog				2020-09-26	3:32.0	jpm	Heerenveen	2020-09-12	3.10	jpA	Heerenveen
2013-08-31	1.78	M	Amersfoort					2021-06-26	3.90	jpA	Leeuwarden
2014-10-04	1.75	M	Heerenveen	duur 4'				ver			
2015-10-03	1.70	M	Heerenveen	2020-09-12	625	jpm	Heerenveen	2017-09-16	2.05	jpm	Heerenveen
2016-10-01	1.70	M	Heerenveen	2021-06-26	750	jpm	Leeuwarden	2018-09-15	2.50	jpC	Heerenveen
2017-10-07	1.65	M	Heerenveen	40h				2019-10-05	2.89	jpB	Heerenveen
				2021-06-26	10.3	jpm	Leeuwarden	2020-09-26	3.26	jpA	Heerenveen
polshoog											
2013-09-01	2.65	M	Amersfoort								
2014-06-29	2.70	M	Enschede								
ver											
2013-07-05	6.08	M	Utrecht								
2014-05-09	5.65	M	Utrecht								
2015-10-03	5.61	M	Heerenveen								
2016-10-01	5.36	M	Heerenveen								
discus 2											
2012-10-06	23.83	M	Heerenveen								
2013-09-01	25.63	M	Amersfoort								
2014-05-21	28.25	M	Sneek								

2021-06-05	3.35	jpA	Heerenveen	2021-05-22	2.07	jC	Heerenveen	150			
balstoten				ver				2018-07-13	21.40	mD	Steenwijk
2017-09-16	2.50	jpm	Heerenveen	2014-10-04	2.33	jpm	Heerenveen	2019-07-05	21.12	mC	Steenwijk
2018-05-26	3.80	jpC	Sneek	2015-10-03	3.18	jpC	Heerenveen	2020-07-04	20.9	mB	Heerenveen
2019-09-14	5.20	jpB	Sneek	2016-10-01	3.28	jpB	Heerenveen	200			
kogel 2				2017-10-07	3.29	jpA	Heerenveen	2019-04-28	28.67	mC	Epe
2020-09-26	5.86	jpA	Heerenveen	2018-10-06	3.75	jpA	Heerenveen	2020-09-04	30.29	mB	Leeuwarden
2021-06-26	6.20	jpA	Leeuwarden	balstoten				300			
slingeren				2015-09-19	4.30	jpC	Heerenveen	2018-07-13	48.91	mD	Steenwijk
2018-07-07	8.50	jpC	Steenwijk	balwerpen 135				2019-07-05	45.66	mC	Steenwijk
2019-06-29	10.00	jpB	Leeuwarden	2014-10-04	6.49	jpm	Heerenveen	2020-07-04	47.0	mB	Heerenveen
2020-06-30	12.50	jpA	Heerenveen	kogel 2				400			
2021-06-05	17.50	jpA	Heerenveen	2017-10-07	5.22	jpA	Heerenveen	2019-04-22	1:05.61	mC	Amersfoort
vortex				2018-10-06	6.51	jpA	Heerenveen	2021-05-01	1:05.43	mB	Heerenveen
2017-09-16	7.50	jpm	Heerenveen	vortex				600			
2018-09-15	13.00	jpC	Heerenveen	2015-09-19	14.50	jpC	Heerenveen	2013-10-05	2:28.0	mpC	Heerenveen
2019-10-05	17.95	jpB	Heerenveen	2016-10-01	21.46	jpB	Heerenveen	2017-05-14	1:58.97	mD	Sneek
2020-09-12	19.50	jpA	Heerenveen					2018-06-02	1:54.45	mD	Stadskanaal
2021-05-06	24.00	jpA	Heerenveen					2019-05-18	1:48.87	mC	Stadskanaal
								2020-07-25	1:54.67	mB	Heerenveen
Albert vd Woude				Saher Yousef				800			
800				3000				2018-04-02	2:40.13	mD	Amersfoort
2021-05-01	2:25.44	jb	Heerenveen	2018-10-06	10:24.06	M50	Heerenveen	2019-06-22	2:30.17	mC	Stadskanaal
hoog				5000				2021-03-20	2:38.3	mB	Heerenveen
2021-05-01	1.60	jb	Heerenveen	2018-06-10	17:27.00	M50	Apeldoorn	1000			
Berber vd Woude				Harm Zijlstra				2014-05-31	4:29.91	mpB	Stadskanaal
60				100				2015-06-13	4:26.67	mpA	Heerenveen
2014-10-04	11.5	mpA	Heerenveen	2020-07-25	17.32	M55	Heerenveen	2016-10-01	4:03.4	mpA	Heerenveen
2015-10-03	11.2	mpA	Heerenveen	200				2017-05-06	3:54.71	mD	Groningen
2016-10-01	10.1	mD	Heerenveen	2019-10-05	34.8	M55	Heerenveen	2018-05-19	3:25.67	mD	Assen
2017-10-07	10.6	mD	Heerenveen	2020-07-25	34.39w	M55	Heerenveen	duur 6'			
600				400				2016-07-02	1275	mpA	Drachten
2016-10-01	2:29.2	mD	Heerenveen	2019-04-07	1:14.36	M55	Amersfoort	40h			
1000				800				2013-06-15	8.2	mpC	Steenwijk
2014-10-04	5:11.2	mpA	Heerenveen	2018-06-10	2:48.32	M55	Apeldoorn	2014-06-28	8.1	mpB	Sneek
2015-10-03	4:53.0	mpA	Heerenveen	2019-05-11	2:43.46	M55	Heerenveen	60h			
2017-10-07	4:40.8	mD	Heerenveen	1500				2015-06-06	11.4	mpA	Sneek
hoog				2011-05-28	5:26.52	M50	Heerenveen	2016-07-02	10.9	mpA	Drachten
2015-06-13	0.90	mpA	Heerenveen	2016-04-09	5:14.61	M50	Heerenveen	60h 76,2			
ver				2019-04-07	5:29.88	M55	Amersfoort	2017-07-08	12.82	mD	Stadskanaal
2014-10-04	2.57	mpA	Heerenveen	3000				hoog			
2015-10-03	2.88	mpA	Heerenveen	2013-10-05	11:04.8	M50	Heerenveen	2013-05-18	0.90	mpC	Stadskanaal
2016-10-01	2.90	mD	Heerenveen	2017-05-20	11:37.15	M55	Heerenveen	2014-05-31	1.05	mpB	Stadskanaal
2017-10-07	2.95	mD	Heerenveen	5000				2015-06-27	1.20	mpA	Steenwijk
kogel 2				2013-09-21	19:31.40	M50	Leeuwarden	2016-07-02	1.25	mpA	Drachten
2014-10-04	3.72	mpA	Heerenveen	2017-07-14	20:01.1	M55	Steenwijk	2017-06-24	1.30	mD	Stadskanaal
2015-10-03	4.04	mpA	Heerenveen	2019-05-12	19:59.83	M55	Apeldoorn	hurkhoog			
2016-10-01	5.06	mD	Heerenveen	10000				2013-09-14	0.80	mpC	Sneek
2017-10-07	5.91	mD	Heerenveen	2011-07-15	42:45.5	M50	Steenwijk	2014-06-14	1.05	mpB	Steenwijk
vortex				2017-07-07	42:07.52	M55	Steenwijk	polsver			
2015-06-13	8.31	mpA	Heerenveen	ver				2016-07-02	4.00	mpA	Drachten
Pelle vd Woude				2019-10-05	2.07	M55	Heerenveen	ver			
40				kogel 6				2013-09-14	2.80	mpC	Sneek
2014-10-04	7.8	jpm	Heerenveen	2019-10-05	5.12	M55	Heerenveen	2014-08-30	3.38	mpB	Assen
2015-10-03	7.3	jpC	Heerenveen	speer 700				2015-06-06	3.60	mpA	Sneek
2016-10-01	6.9	jpB	Heerenveen	2019-10-05	13.73	M55	Heerenveen	2016-10-01	3.91	mpA	Heerenveen
60				Ruth Zijlstra				2017-05-14	4.03	mD	Sneek
2017-10-07	10.6	jpA	Heerenveen	40				2018-06-09	4.44	mD	Groningen
2018-10-06	9.47	jpA	Heerenveen	2013-05-18	7.52	mpC	Stadskanaal	2019-05-18	4.23	mC	Stadskanaal
600				2014-10-04	7.1	mpB	Heerenveen	2020-09-26	4.36	mB	Heerenveen
2014-10-04	3:03.1	jpm	Heerenveen	60				2021-03-20	4.17	mB	Heerenveen
2015-10-03	2:25.0	jpC	Heerenveen	2015-09-19	10.1	mpA	Heerenveen	balstoten			
1000				2016-10-01	9.4	mpA	Heerenveen	2013-09-14	4.00	mpC	Sneek
2016-10-01	4:34.5	jpB	Heerenveen	2017-10-07	9.0	mD	Heerenveen	2014-09-13	5.70	mpB	Leeuwarden
2017-10-07	4:40.9	jpA	Heerenveen	2018-06-02	8.90	mD	Stadskanaal	balwerpen 135			
2018-10-06	4:03.15	jpA	Heerenveen	80				2013-10-05	11.35	mpC	Heerenveen
hurkhoog				2019-06-22	11.55	mC	Stadskanaal	kogel 2			
2015-09-19	1.00	jpC	Heerenveen	2020-07-25	11.43w	mB	Heerenveen	2014-10-04	4.90	mpB	Heerenveen
polshoog				100				2015-06-27	5.50	mpA	Steenwijk
2019-05-11	1.66	jD	Heerenveen	2020-09-26	14.1	mB	Heerenveen	2016-10-01	6.29	mpA	Heerenveen
2020-07-25	1.86	jD	Heerenveen	2021-05-01	14.08	mB	Heerenveen	2017-10-07	7.35	mD	Heerenveen
								2018-10-06	8.57	mD	Heerenveen
								slingeren			
								2016-05-28	17.00	mpA	Leeuwarden

speer 400
2017-05-13 14.65 mD Sneek

vortex
2013-09-14 11.50 mpC Sneek
2014-04-12 13.00 mpB Drachten
2015-06-27 14.50 mpA Steenwijk
2016-04-16 15.50 mpA Sneek

6-kamp
2017-05-14 2127 mD Sneek

Timotej Zoetendal

40
2017-10-07 7.7 jpC Heerenveen
2018-10-06 7.24 jpB Heerenveen

60
2019-10-05 9.7 jpA Heerenveen
2020-09-26 10.0 jpA Heerenveen

80
2021-05-01 12.96 jD Heerenveen

150
2021-05-01 25.35 jD Heerenveen

600
2017-10-07 2:20.2 jpC Heerenveen
2018-07-14 2:16.12 jpB Heerenveen
2020-09-26 2:32.0 jpA Heerenveen

1000
2018-10-06 4:23.17 jpB Heerenveen
2019-10-05 4:13.9 jpA Heerenveen

60h
2020-06-30 13.7 jpA Heerenveen

hoog
2017-09-16 0.90 jpC Heerenveen
2018-07-14 0.95 jpB Heerenveen
2020-06-30 1.15 jpA Heerenveen
2021-04-17 1.10 jD Heerenveen

ver
2017-10-07 2.61 jpC Heerenveen
2018-10-06 3.01 jpB Heerenveen
2020-09-26 3.20 jpA Heerenveen
2021-04-17 3.50 jD Heerenveen

balstoten
2017-09-16 5.00 jpC Heerenveen

kogel 2
2018-07-14 4.79 jpB Heerenveen
2020-09-26 6.33 jpA Heerenveen

kogel 3
2021-05-22 5.37 jD Heerenveen

slingeren
2020-06-30 14.50 jpA Heerenveen

speer 400
2021-05-22 16.60 jD Heerenveen

vortex			
2017-10-07	13.44	jpC	Heerenveen
2018-10-06	17.35	jpB	Heerenveen
2020-06-02	16.50	jpA	Heerenveen