



**Jaaroverzicht baan outdoor**

**2024**

# Inleiding

Heerenveen, 27 april 2026

Dit overzicht is door omstandigheden helaas veel later verschenen dan gepland (begin november 2024). Daardoor ontbreken ook enkele rubrieken die extra veel tijd kosten.

Het outdoor seizoen loopt van 1 november 2023 t/m 31 oktober 2024 en dit overzicht omvat de beste jaarprestaties en pr's neergezet in outdoor baanwedstrijden. Verbeteringen en aanvullingen kunnen zoals altijd gemeld worden via mail: <mailto:HarmZijlstra@Outlook.com>. Hierbij wordt iedereen weer bedankt die dit al in de loop van het seizoen heeft gedaan, met name de prestaties in het buitenland.

Er wordt in dit overzicht geen onderscheid gemaakt tussen handtijden en elektronische tijden op de sprintnummers (t/m 400 meter). Dus geen dubbele boekhouding, maar de 'beste' tijd wordt gerekend. Daarbij krijgen handtijden de gebruikelijke correctie van +0.24 (t/m 300 meter) of +0.14. Een tijd van 12.0 seconden over 100 meter is dus gelijkwaardig aan een elektronisch gemeten tijd van 12.24 seconden. Bij enkele prestaties was er een gering verschil tussen hand- en elektronische tijd. In die gevallen is ter illustratie ook de handtijd opgenomen bij de prestaties van de atleet.

Helaas wordt er bij de korte sprint- en hordenummers (t/m 200 meter) nog lang niet altijd de windsnelheid gemeten. Daar is in dit overzicht dus ook geen rekening mee gehouden, zodat diverse beste jaarprestaties of pr's "illegaal" kunnen zijn zonder dat we dat (zeker) weten. Wanneer wel een windmeting is gedaan, is een 'w' toegevoegd als er meer dan 2,0 m/s werd gemeten.

Voor actuele overzichten en ranglijsten kijk op de website: [www.avHeerenveen.nl](http://www.avHeerenveen.nl) (via menu → Baanatletiek → Clubrecords → Klik [hier](#) voor de prestaties baan, of rechtstreeks via deze weblink:

[Baanatletiek outdoor AV Heerenveen | Klimaatarchief.nl](http://Baanatletiek%20outdoor%20AV%20Heerenveen%20|%20Klimaatarchief.nl)

Daar zijn ook andere overzichten te bekijken of te downloaden, zoals de actuele clubrecords en AT-lijsten. De prestaties van AV Heerenveen hou ik bij in mijn eigen domain, vandaar "Klimaatarchief" in de naam van de link.

Inhoud:

Aantallen prestaties per wedstrijd	3
Aantallen prestaties per locatie	3
Aantallen prestaties per categorie	5
Aantallen prestaties per nummer	5
Kampioenschappen	6
Verbeterde en nieuwe clubrecords	8
Oudste actieve clubrecords	11
Aantallen nieuwe clubrecords per atleet	11
Aantal actieve clubrecords per atleet	11
Resultaten competitie	12
Aller tijden lijsten, nieuwe klasseringen	13
PR-klassementen	15
Jaarprestaties en pr's	17
Ranglijsten	29

Versiebeheer:

1.0 2026-04-27

Eerste versie

## Prestaties per wedstrijd

Wanneer en waar werden de jaarprestaties geleverd (aantallen per wedstrijd)

2024-03-20	Sneek	2
2024-03-28	Ommen	1
2024-03-30	Steenwijk	7
2024-03-30	Groningen	1
2024-04-06	Emmeloord	15
2024-04-07	Niort (Fra)	1
2024-04-14	Drachten	9
2024-04-20	Leeuwarden	56
2024-04-20	Harderwijk	1
2024-04-21	Almelo	3
2024-04-25	Hoogeveen	4
2024-04-28	Hoogeveen	15
2024-05-04	Heerenveen	6
2024-05-05	Heerenveen	10
2024-05-11	Lisse	1
2024-05-12	Uden	3
2024-05-12	Cognac (Fra)	1
2024-05-15	Kampen	11
2024-05-18	Sneek	10
2024-05-20	Tilburg	1
2024-05-25	Steenwijk	57
2024-05-25	Heerenveen	28
2024-05-25	Hilversum	3
2024-05-25	Leiden	1
2024-05-26	Hilversum	1
2024-05-26	Herentals (Bel)	1
2024-06-01	Emmeloord	1
2024-06-01	Amsterdam	1
2024-06-02	Gendringen	2
2024-06-05	Kampen	1
2024-06-05	Niort (Fra)	1
2024-06-07	Arnhem	7
2024-06-09	Wageningen	5
2024-06-09	Eindhoven	1
2024-06-14	Utrecht	3
2024-06-15	Leeuwarden	13
2024-06-15	Utrecht	3
2024-06-16	Utrecht	5
2024-06-22	Heerenveen	20
2024-06-23	Drachten	4
2024-06-28	Steenwijk	3
2024-06-28	Hengelo	1
2024-06-29	Sneek	107
2024-06-29	Hengelo	2
2024-06-29	Uddevalla (Zwe)	1
2024-06-30	Hengelo	3
2024-07-05	Leeuwarden	7
2024-07-06	Göteborg (Zwe)	1
2024-07-06	Best	1
2024-07-07	Best	3
2024-07-07	Göteborg (Zwe)	2
2024-07-07	Hengelo	1
2024-07-11	Heerenveen	2
2024-07-13	Groningen	2
2024-08-16	Wageningen	2
2024-08-24	Amsterdam	1
2024-08-25	Amsterdam	3
2024-08-31	Amersfoort	2

2024-09-01	Amsterdam	3
2024-09-21	Heerenveen	66
2024-09-28	Amstelveen	2
2024-09-29	Amstelveen	5
2024-10-05	Heerenveen	293
2024-10-05	Heerde	1
2024-10-13	Steenwijk	4
2024-10-27	Barendrecht	2

## Prestaties per locatie

Waar werden de jaarprestaties geleverd

Heerenveen	425
Sneek	119
Leeuwarden	76
Steenwijk	71
Hoogeveen	19
Emmeloord	16
Drachten	13
Kampen	12
Utrecht	11
Amsterdam	8
Hengelo	7
Arnhem	7
Amstelveen	7
Wageningen	7
Hilversum	4
Best	4
Groningen	3
Almelo	3
Uden	3
Göteborg (Zwe)	3
Amersfoort	2
Gendringen	2
Barendrecht	2
Niort (Fra)	2
Leiden	1
Tilburg	1
Lisse	1
Heerde	1
Harderwijk	1
Herentals (Bel)	1
Eindhoven	1
Ommen	1
Cognac (Fra)	1
Uddevalla (Zwe)	1

Hoogste van de tien voorgaande jaren:

2014	Heerenveen	368
2015	Heerenveen	507
2016	Heerenveen	500
2017	Heerenveen	385
2018	Heerenveen	496
2019	Heerenveen	369
2020	Heerenveen	705
2021	Heerenveen	615
2022	Heerenveen	397
2023	Heerenveen	339

Idem, hoogste buiten Heerenveen:

2014	Drachten	75
2015	Steenwijk	79
2016	Drachten	162
2017	Drachten	162
2018	Steenwijk	184
2019	Leeuwarden	144
2020	Grootebroek	18
2021	Best	39
2022	Drachten	90
2023	Drachten	70

## Prestaties per categorie

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

V U8	22	3
V U9	38	5
V U10	38	4
V U12	109	12
V U14	57	8
V U16	16	3
V U18	57	8
V U20	11	2
V U23	24	4
V	1	1
V35	4	1
V40	20	4
V45	9	3
V55	5	2
V60	4	1
M U7	9	1
M U8	44	5
M U9	58	6
M U10	37	4
M U12	91	11
M U14	46	8
M U16	43	5
M U18	36	7
M U20	27	5
M U23	7	2
M	1	1
M35	2	1
M40	7	2
M45	8	2
M70	2	1
M75	3	1
Totaal	836	123

Totalen van de tien voorgaande jaren:

2014	856	156
2015	902	146
2016*	1059	157
2017	1073	153
2018	1047	164
2019	992	160
2020	773	172
2021	835	161
2022	818	137
2023	691	120

Categorie met het grootste aantal prestaties:

2014	V U14	116	17
2015	M U12	115	19
2016*	M U12	166	19
2017	M U12	123	15
2018	V U12	171	18
2019	V U12	168	18
2020	M U12	114	15
2021	V U12	134	19
2022	V U16	105	12
2023	M U12	65	9

\* in 2013 werden de eerste nummers van de Athletic Champs toegevoegd aan deze overzichten, in 2016 ook de rest (polsver, slingeren en de duuraftanden 4' / 6').

## Prestaties per nummer

Op welke nummers werden de meeste jaarprestaties geleverd (hoogste 10)

ver	95
kogel	68
hoog	61
vortex	58
slingeren	50
speer	40
600	38
100	35
60	29
40	29

Hoogste van de tien voorgaande jaren:

2014	ver	102
2015	ver	121
2016	ver	117
2017	ver	117
2018	ver	111
2019	ver	105
2020	ver	95
2021	ver	103
2022	ver	87
2023	ver	74

# Kampioenschappen

## Clubkampioenschappen baan

1	Elina vd Wal	V U8	meerkamp	286	Heerenveen	2024-10-05
1	Benthe Tolsma	V U9	meerkamp	350	Heerenveen	2024-10-05
1	Vesper Spijkman	V U10	meerkamp	328	Heerenveen	2024-10-05
1	Sophia Boomsma	V U12	meerkamp	455	Heerenveen	2024-10-05
1	Myrthe Kootstra	V U14	meerkamp	2154	Heerenveen	2024-10-05
1	Julia Klinker	V U16	meerkamp	1313	Heerenveen	2024-10-05
1	Meike Huistra	V U18	meerkamp	3232	Heerenveen	2024-10-05
1	Nynke Rijpma	V U20	meerkamp	2181	Heerenveen	2024-10-05
1	Ferren Grafhorst	M U8	meerkamp	378	Heerenveen	2024-10-05
1	Jesper Kootstra	M U9	meerkamp	393	Heerenveen	2024-10-05
1	Ties Wierda	M U10	meerkamp	400	Heerenveen	2024-10-05
1	Jimte Wierda	M U12	meerkamp	352	Heerenveen	2024-10-05
1	Folkert Krol	M U14	meerkamp	2804	Heerenveen	2024-10-05
1	Liam de Lang	M U16	meerkamp	2865	Heerenveen	2024-10-05
1	Max Kroon	M U18	meerkamp	2326	Heerenveen	2024-10-05
1	Ziggy Veldman	M U20	meerkamp	2630	Heerenveen	2024-10-05
1	Lucas Peereboom	M	meerkamp	1546	Heerenveen	2024-10-05
1	Harold Brouwer	M masters	meerkamp	1765	Heerenveen	2024-10-05
1	Suzanne Looper-Hartwig	V masters	meerkamp	1244	Heerenveen	2024-10-05

## C-spelen (U16)

½ fin. 4	Norah Pont	V U16	300h	47.19	Amsterdam	2024-08-24
fin. 3	Norah Pont	V U16	300h	45.77	Amsterdam	2024-08-24
7	Liam de Lang	M U16	hss	10.84	Amsterdam	2024-08-24
57	Tim den Braven	M U16	100	14.31	Amsterdam	2024-08-25
33	Thijmen Groenendal	M U16	800	2:20.50	Amsterdam	2024-08-25
½ fin. 5	Norah Pont	V U16	80h	12.49	Amsterdam	2024-08-25
fin. 3	Norah Pont	V U16	80h	12.31	Amsterdam	2024-08-25
series 8	Norah Pont	V U16	80h	12.78	Amsterdam	2024-08-25
29	Liam de Lang	M U16	ver	5.00	Amsterdam	2024-08-25
44	Tim den Braven	M U16	ver	4.08	Amsterdam	2024-08-25

## D-spelen (U14)

43	Fedde Visser	M U14	80	12.73	Amsterdam	2024-09-01
26	Ilse Huisman	V U14	150	21.72	Amsterdam	2024-09-01
½ fin. 4	Folkert Krol	M U14	150	19.78	Amsterdam	2024-09-01
fin. 6	Folkert Krol	M U14	150	20.02	Amsterdam	2024-09-01
38	Lia Hoekstra	V U14	60h	12.54	Amsterdam	2024-09-01
22	Ilse Huisman	V U14	ver	4.13	Amsterdam	2024-09-01
35	Myrthe Kootstra	V U14	ver	3.71	Amsterdam	2024-09-01
26	Fedde Visser	M U14	ver	3.66	Amsterdam	2024-09-01
27	Folkert Krol	M U14	ver	3.39	Amsterdam	2024-09-01
	Lia Hoekstra	V U14	speer	NM	Amsterdam	2024-09-01

## Nederlandse Kampioenschappen baan

5	Jolanda Smedinga	V55	400	1:24.57	Hilversum	2024-05-25
<b>1</b>	<b>Betty Bijker-Bangma</b>	<b>V60</b>	<b>400</b>	<b>1:10.13</b>	<b>Hilversum</b>	<b>2024-05-25</b>
<b>1</b>	<b>Linda vd Berg</b>	<b>V45</b>	<b>80h</b>	<b>14.53</b>	<b>Hilversum</b>	<b>2024-05-25</b>
<b>1</b>	<b>Linda vd Berg</b>	<b>V45</b>	<b>speer</b>	<b>27.21</b>	<b>Hilversum</b>	<b>2024-05-25</b>
<b>1</b>	<b>Betty Bijker-Bangma</b>	<b>V60</b>	<b>200</b>	<b>31.84</b>	<b>Hilversum</b>	<b>2024-05-26</b>
<b>1</b>	<b>Betty Bijker-Bangma</b>	<b>V60</b>	<b>800</b>	<b>2:45.99</b>	<b>Hilversum</b>	<b>2024-05-26</b>
3	Linda vd Berg	V45	ver	4.38	Hilversum	2024-05-26
16	Marit Versfeld	V U18	7-kamp	3985	Emmeloord	2024-06-02
6	Meike Huistra	V U18	7-kamp	4988	Emmeloord	2024-06-02

53	Anita Postma	V	U18	100	14.26	Utrecht	2024-06-14
series 17	Meike Huistra	V	U18	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
½ fin. 13	Meike Huistra	V	U18	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
39	Max Kroon	M	U18	100	11.88	Utrecht	2024-06-14
32	Floris van Hardeveld	M	U18	100	11.75	Utrecht	2024-06-14
38	Norah Keijzer	V	U18	800	2:39.79	Utrecht	2024-06-14
13	Nynke Rijpma	V	U20	400h	1:10.76	Utrecht	2024-06-14
3	Roy Veenstra	M	U20	hss	12.89	Utrecht	2024-06-14
27	Norah Keijzer	V	U18	400	1:03.76	Utrecht	2024-06-15
series 10	Marit Versfeld	V	U18	400	1:01.45	Utrecht	2024-06-15
½ fin. 20	Marit Versfeld	V	U18	400	1:05.24	Utrecht	2024-06-15
kwal. 2	Meike Huistra	V	U18	ver	5.57	Utrecht	2024-06-15
2	Meike Huistra	V	U18	ver	5.68	Utrecht	2024-06-15
22	Max Kroon	M	U18	ver	5.66	Utrecht	2024-06-15
32	Sanne Pultrum	V	U18	200	26.90	Utrecht	2024-06-16
48	Anita Postma	V	U18	200	29.22	Utrecht	2024-06-16
series 11	Nynke Rijpma	V	U20	200	26.55	Utrecht	2024-06-16
½ fin. 15	Nynke Rijpma	V	U20	200	30.88	Utrecht	2024-06-16
26	Floris van Hardeveld	M	U18	200	23.94	Utrecht	2024-06-16
3	Nynke Rijpma	V	U20	hss	11.65	Utrecht	2024-06-16
12	Anita Postma	V	U18	polshoog	2.20	Utrecht	2024-06-16
6	Ziggy Veldman	M	U20	ver	6.85	Utrecht	2024-06-16
series 17	Britt Huisman	V	U18	400	56.97	Hengelo	2024-06-28
½ fin. 20	Britt Huisman	V	U18	400	58.85	Hengelo	2024-06-28
17	Lars van Hoeven	M		800	1:54.75	Hengelo	2024-06-28
28	Romée de Best	V	U23	200	26.67	Hengelo	2024-06-29
12	Nynke Rijpma	V	U20	hss	11.08	Hengelo	2024-06-29
18	Romée de Best	V	U23	100h	15.69	Hengelo	2024-06-30
9	Sabrina Cruden	V	U23	7-kamp	5105	Hengelo	2024-06-30
½ fin. 2	AV Heerenveen	V	U20	4x100	50.25	Amstelveen	2024-09-28
fin. 3	AV Heerenveen	V	U20	4x100	50.69	Amstelveen	2024-09-28
5	AV Heerenveen	V	U20	4x200	1:52.36	Amstelveen	2024-09-28
3	AV Heerenveen	V	U18	4x400	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
23	AV Heerenveen	V	U14	4x60	34.88	Amstelveen	2024-09-29
24	AV Heerenveen	M	U16	4x100	54.21	Amstelveen	2024-09-29
20	AV Heerenveen	V	U14	Zwd. est.	2:49.44	Amstelveen	2024-09-29
½ fin. 3	AV Heerenveen	V	U18	Zwd. est.	2:27.91	Amstelveen	2024-09-29
fin. 2	AV Heerenveen	V	U18	Zwd. est.	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
20	AV Heerenveen	M	U16	Zwd. est.	2:31.13	Amstelveen	2024-09-29

### Nederlandse Studentenkampioenschappen

series 4	Romée de Best	V	U23	200	27.59	Eindhoven	2024-06-09
fin. 4	Romée de Best	V	U23	100h	16.11	Eindhoven	2024-06-09
series 3	Romée de Best	V	U23	100h	16.11	Eindhoven	2024-06-09
3	Marrit Oosterbaan	V	U23	speer	36.88	Eindhoven	2024-06-09

# Clubrecords

## Verbeterde en nieuwe records

V55	Betty Bijker-Bangma <i>Marja de Wit</i>	15.46	2004-06-12	100	15.33	Steenwijk	2024-03-30
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	15.4	2023-09-30	100	15.33	Steenwijk	2024-03-30
M75	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			300	1:08.93	Steenwijk	2024-03-30
V U18	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>			4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:20.91	2023-04-23	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:13.98	2011-09-18	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
V	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:13.57	2012-09-23	4x400	4:09.47	Drachten	2024-04-14
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	2:22.74	2023-09-24	Zwd. est. <i>Amstelveen</i>	2:21.94	Hoogeveen	2024-04-28
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U20) 2:22.74	2023-09-24	Zwd. est. <i>Amstelveen</i>	2:21.94	Hoogeveen	2024-04-28
M U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	2:10.17	2023-05-28	Zwd. est. <i>Harderwijk</i>	2:09.21	Hoogeveen	2024-04-28
V U23	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	14.68	2023-07-29	100h <i>Breda</i>	14.42	Heerenveen	2024-05-04
V	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	(U23) 14.68	2023-07-29	100h <i>Breda</i>	14.42	Heerenveen	2024-05-04
V U18	Meike Huistra <i>Fiona van Es</i>	4683	1989-09-24	7-kamp <i>Zwolle</i>	4797	Heerenveen	2024-05-05
V U18	Britt Huisman <i>Britt Huisman</i>	41.84	2023-09-03	300 <i>Amsterdam</i>	40.87	Lisse	2024-05-11
V U20	Britt Huisman <i>Marian Zandberg</i>	(U18) 41.50	2008-04-05	300 <i>Steenwijk</i>	40.87	Lisse	2024-05-11
M U14	Folkert Krol <i>Thijmen Groenendal</i>	1:43.0	2023-09-30	600 <i>Heerenveen</i>	1:41.16	Sneek	2024-05-18
M75	Wieger Klijnstra <i>Jacob Visser</i>	17.9h	2020-09-26	100 <i>Heerenveen</i>	17.97	Heerenveen	2024-05-25
M75	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			200	39.80	Heerenveen	2024-05-25
V U20	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	10.88	2008-06-29	hss <i>Apeldoorn</i>	11.03	Heerenveen	2024-05-25
V U23	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	(U20) 10.88	2008-06-29	hss <i>Apeldoorn</i>	11.03	Heerenveen	2024-05-25
V	Nynke Rijpma <i>Marrit van Gelderen</i>	(U20) 10.88	2008-06-29	hss <i>Apeldoorn</i>	11.03	Heerenveen	2024-05-25
V50	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	(V60) 1:10.50	2022-04-24	400 <i>Emmen</i>	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
V55	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	(V60) 1:10.50	2022-04-24	400 <i>Emmen</i>	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	1:11.86	2023-05-13	400 <i>Harderwijk</i>	1:10.13	Hilversum	2024-05-25
V U23	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	5010	2023-07-30	7-kamp <i>Breda</i>	5067	Herentals (Bel)	2024-05-25
V	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	(U23) 5010	2023-07-30	7-kamp <i>Breda</i>	5067	Herentals (Bel)	2024-05-25
V60	Betty Bijker-Bangma <i>Betty Bijker-Bangma</i>	31.7	2023-09-30	200 <i>Heerenveen</i>	31.84	Hilversum	2024-05-26
V U18	Meike Huistra <i>Jildou Binnema</i>	38.08	2022-05-21	speer <i>Heerenveen</i>	38.18	Heerenveen	2024-06-01
V U18	Meike Huistra <i>Meike Huistra</i>	4797	2024-05-05	7-kamp <i>Heerenveen</i>	4988	Emmeloord	2024-06-02

V U20	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	11.03	2024-05-25	hss Heerenveen	11.60	Gendringen	2024-06-02
V U23	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.03	2024-05-25	hss Heerenveen	11.60	Gendringen	2024-06-02
V	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.03	2024-05-25	hss Heerenveen	11.60	Gendringen	2024-06-02
M U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	46.44	2006-05-14	4x100 Emmen	46.41	Wageningen	2024-06-09
V U18	Meike Huistra <i>Fiona van Es</i>	5.59	1989-04-23	ver Zwolle	5.68	Utrecht	2024-06-15
V U20	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	11.60	2024-06-02	hss Gendringen	11.65	Utrecht	2024-06-16
V U23	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.60	2024-06-02	hss Gendringen	11.65	Utrecht	2024-06-16
V	Nynke Rijpma <i>Nynke Rijpma</i>	(U20) 11.60	2024-06-02	hss Gendringen	11.65	Utrecht	2024-06-16
V45	Laura vd Akker <i>Cobi de Boer</i>	23.06	1997-07-02	discus Sneek	29.06	Steenwijk	2024-06-28
M U8	Daan Looper <i>Jonne Pieter Hijlkema</i>	13.50	2019-06-29	slingeren Leeuwarden	13.50	Sneek	2024-06-29
M U20	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.59	2023-07-02	200 Göteborg (Zwe)	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
M U23	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.59	2023-07-02	200 Göteborg (Zwe)	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
M	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.59	2023-07-02	200 Göteborg (Zwe)	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
V U23	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	5067	2024-05-25	7-kamp Herentals (Bel)	5105	Hengelo	2024-06-30
V	Sabrina Cruden <i>Sabrina Cruden</i>	(U23) 5067	2024-05-25	7-kamp Herentals (Bel)	5105	Hengelo	2024-06-30
M U18	Bram Persson <i>Bram Persson</i>	11.12	2023-07-30	100 Hässleholm	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
M U20	Bram Persson <i>Bram Persson</i>	(U18) 11.12	2023-07-30	100 Hässleholm	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
M U23	Bram Persson <i>Jeroen Piek</i>	(U18) 10.94	2011-07-30	100 Amsterdam	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
V U18	Meike Huistra <i>Meike Huistra</i>	4988	2024-06-02	7-kamp Emmeloord	5062	Beek	2024-07-07
M U18	Bram Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.79	2022-09-04	200 Helsinki (Fin)	21.54	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U20	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	21.50	2024-06-29	200 Uddevalla (Zwe)	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U23	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.50	2024-06-29	200 Uddevalla (Zwe)	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M	Jeroen Persson <i>Jeroen Persson</i>	(U20) 21.50	2024-06-29	200 Uddevalla (Zwe)	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
M U8	Dorian de Raat <i>Liam de Lang</i>	0.90	2017-09-16	hoog Heerenveen	0.95	Heerenveen	2024-09-21
M U8	Daan Looper <i>Liam de Lang</i>	18.50	2017-07-08	vortex Drachten	18.50	Heerenveen	2024-09-21
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	50.56	2007-09-29	4x100 Amstelveen	50.25	Amstelveen	2024-09-28
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U20) 50.26	2011-06-05	4x100 Krommenie	50.25	Amstelveen	2024-09-28
V U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	4:09.47	2024-04-14	4x400 Drachten	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 Drachten	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 Drachten	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18) 4:09.47	2024-04-14	4x400 Drachten	4:06.87	Amstelveen	2024-09-28
V U14	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>			Zwd. est.	2:49.44	Amstelveen	2024-09-29

V U18	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>		Zwd. est.	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
		2:22.74	2024-09-24	<i>Amstelveen</i>		
V U20	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18)	Zwd. est.	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
		2:21.94	2024-04-28	<i>Hoogeveen</i>		
V U23	AV Heerenveen <i>AV Heerenveen</i>	(U18)	Zwd. est.	2:21.03	Amstelveen	2024-09-29
		2:21.94	2024-04-28	<i>Hoogeveen</i>		
M U16	AV Heerenveen <i>Nieuw record</i>		Zwd. est.	2:31.13	Amstelveen	2024-09-29
M U8	Dorian de Raat <i>Jonne Pieter Hijlkema</i>	7.4	40	7.4	Heerenveen	2024-10-05
			2019-04-20	<i>Drachten</i>		
M U14	Folkert Krol <i>Lars van Hoeven</i>	45.20	300	42.3	Heerenveen	2024-10-05
			2012-06-08	<i>Hoogeveen</i>		
V45	Laura vd Akker <i>Laura vd Akker</i>	29.06	discus	29.96	Steenwijk	2024-10-13
			2024-06-28	<i>Steenwijk</i>		
V45	Laura vd Akker <i>Hilde Oenema</i>	1326	werp 3-kamp	1814	Steenwijk	2024-10-13
			2011-10-01	<i>Heerenveen</i>		

In totaal 69 verbeterde en nieuwe clubrecords

Aantal nieuwe CR's in de tien voorgaande jaren:

2014	67
2015	42
2016	56
2017	77
2018	127
2019	83
2020	38
2021	73
2022	93
2023	98

## De tien oudste actieve clubrecords (zonder estafettes)

1957	kogel	V	11.83	Drachten	Zwaantje de Jong
1962-10-07	200h	M	24.9	Groningen	Henk Evers
1963-07-27	ver	M	7.28	Innsbruck (Oos)	Henk Evers
1963-07-27	hss	M	15.64	Innsbruck (Oos)	Henk Evers
1964-08-12	2000	M	5:52.3	Apeldoorn	Tjeerd vd Iest
1965	200	V	25.0	Enschede	Geke Dijkstra
1965-08-07	100	V	12.0	Amsterdam	Geke Dijkstra
1972	3000	M40	9:07.5	Groningen	Wiebe Kruihof
1973-09-02	600	mC	1:38.8	Amsterdam	Anke Scholten
1974-08-03	5000	M	14:12.4	Papendal	Piet Deelstra

## Aantal verbeterde clubrecords per atleet (zonder estafettes)

Nynke Rijpma	9
Jeroen Persson	6
Betty Bijker-Bangma	6
Sabrina Cruden	6
Meike Huistra	5
Bram Persson	4
Laura vd Akker	3
Wieger Klijnstra	3
Daan Looper	2
Dorian de Raat	2
Folkert Krol	2
Britt Huisman	2

## Hoogste van de tien voorgaande jaren:

2014	Lars van Hoeven	24
2015	Simone Falkena	6
2016	Lars van Hoeven	8
2017	Jacob Visser	17
2018	Betty Bijker-Bangma	21
2019	Linda vd Berg	12
2020	Linda vd Berg	13
2021	Linda vd Berg	22
2022	Linda vd Berg	30
2023	Linda vd Berg	13

## Competitie

Resultaten in de clubcompetitie van de Atletiekunie

### V U14

poule 66	3	4136	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	2	4484	2024-05-18	Sneek
poule 66	3	4843	2024-06-22	Heerenveen

### V U20

poule 37	4	6038	2024-04-14	Drachten
poule 37	3	6981	2024-04-28	Hoogeveen
poule 37	17	2576	2024-06-09	Wageningen

### V

3e divisie, poule 14	12	3794	2024-04-21	Almelo
3e divisie, poule 14	8	5621	2024-06-02	Gendringen
3e divisie, poule 14	7	5034	2024-06-23	Drachten

### M U14

poule 66	7	2862	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	6	3043	2024-05-18	Sneek
poule 66	5	3554	2024-06-22	Heerenveen

### M U16

poule 66	5	4549	2024-04-06	Emmeloord
poule 66	8	3913	2024-05-18	Sneek
poule 66	9	3985	2024-06-22	Heerenveen

### M U20

poule 37	7	4945	2024-04-14	Drachten
poule 37	8	4622	2024-04-28	Hoogeveen
poule 37	12	2970	2024-06-09	Wageningen

### V masters

poule 23	8	3753	2024-05-12	Uden
----------	---	------	------------	------

## Aller tijden lijsten

### Verbeterde en nieuwe klasseringen

13	Lennert Naeff	(U23)	M	speer	44.99	Niort (Fra)	2024-04-07
14	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.52	Drachten	2024-04-14
22	Norah Pont	(U16)	V	200	27.09	Drachten	2024-04-14
9	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.00	Drachten	2024-04-14
15	Romée de Best	(U23)	V	kogel	10.14	Almelo	2024-04-21
17	Norah Pont	(U16)	V	200	26,55	Hoogeveen	2024-04-28
18	Sanne Pultrum	(U18)	V	200	26.55	Hoogeveen	2024-04-28
6	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.54	Hoogeveen	2024-04-28
19	Nynke Rijpma	(U20)	V	ver	5.21	Hoogeveen	2024-04-28
11	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.32	Heerenveen	2024-05-04
1	Sabrina Cruden	(U23)	V	100h	14.42	Heerenveen	2024-05-04
5	Romée de Best	(U23)	V	100h	15.52	Heerenveen	2024-05-04
4	Romée de Best	(U23)	V	7-kamp	4131	Heerenveen	2024-05-05
2	Britt Huisman	(U18)	V	300	40.87	Lisse	2024-05-11
20	Nynke Rijpma	(U20)	V	200	26.82	Kampen	2024-05-15
13	Quinten Geleyense	(U20)	M	polshoog	3.30	Kampen	2024-05-15
4	Nynke Rijpma	(U20)	V	400h	1:09.01	Heerenveen	2024-05-25
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.03	Heerenveen	2024-05-25
4	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.30	Heerenveen	2024-05-25
12	Sander de Haan	(U18)	M	polshoog	3.30	Heerenveen	2024-05-25
20	Pelle vd Woude	(U18)	M	polshoog	3.00	Heerenveen	2024-05-25
1	Sabrina Cruden	(U23)	V	7-kamp	5067	Herentals (Bel)	2024-05-25
3	Sabrina Cruden	(U23)	V	speer	39.87	Herentals (Bel)	2024-05-26
10	Meike Huistra	(U18)	V	200	26.21	Emmeloord	2024-06-01
14	Norah Pont	(U16)	V	400	1:01.68	Amsterdam	2024-06-02
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.60	Gendringen	2024-06-02
4	Anita Postma	(U18)	V	polshoog	2.30	Kampen	2024-06-05
12	Norah Pont	(U16)	V	400	1:00.99	Wageningen	2024-06-09
7	Marrit Oosterbaan	(U23)	V	speer	36.88	Eindhoven	2024-06-09
15	Meike Huistra	(U18)	V	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
15	Meike Huistra	(U18)	V	100	12.91	Utrecht	2024-06-14
14	Marit Versfeld	(U18)	V	400	1:01.45	Utrecht	2024-06-15
4	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.68	Utrecht	2024-06-15
6	Meike Huistra	(U18)	V	ver	5.57	Utrecht	2024-06-15
19	Nynke Rijpma	(U20)	V	200	26.55	Utrecht	2024-06-16
1	Nynke Rijpma	(U20)	V	hss	11.65	Utrecht	2024-06-16
8	Roy Veenstra	(U20)	M	hss	12.89	Utrecht	2024-06-16
5	Romée de Best	(U23)	V	100h	15.42	Drachten	2024-06-23
3	Sabrina Cruden	(U23)	V	ver	5.73	Hengelo	2024-06-24
20	Romée de Best	(U23)	V	200	26.67	Hengelo	2024-06-29
1	Jeroen Persson	(U20)	M	200	21.50	Uddevalla (Zwe)	2024-06-29
1	Sabrina Cruden	(U23)	V	7-kamp	5105	Hengelo	2024-06-30
2	Bram Persson	(U18)	M	100	10.89	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
6	Meike Huistra	(U18)	V	200	25.91	Best	2024-07-06
1	Jeroen Persson	(U20)	M	200	21.34	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
2	Bram Persson	(U18)	M	200	21.54	Göteborg (Zwe)	2024-07-07
6	Nynke Rijpma	(U20)	V	100	12.4	Heerenveen	2024-10-05
17	Britt Huisman	(U18)	V	100	12.7	Heerenveen	2024-10-05
11	Annemijn Schoonhoven	(U18)	V	3000	10:58.8	Heerenveen	2024-10-05

In totaal 49 verbeterde en nieuwe klasseringen

NB: de plaats op de AT-ranglijst (1<sup>e</sup> kolom) is i.v.m. de late publicatie van dit overzicht niet de plaats van het eind van 2024, maar van het begin van 2026.

Aantallen in de tien voorgaande jaren:

2014	67
2015	49
2016	59
2017	50
2018	40
2019	18
2020*	16
2021	62
2022	68
2023	80

\* vanaf 2020 zijn deze ranglijsten 'bevroren' v.w.b. de minst goede prestatie. Dus als er voor een bepaald nummer een nieuwe prestatie in aanmerking komt, wordt de huidige "nummer laatst" niet verwijderd. De betreffende AT-lijst wordt dan dus één positie langer en de vereiste minimum prestatie om de lijst te halen blijft steeds hetzelfde.

## PR klassement

Aantal pr's of cr's (zonder estafettes)

Quin Kok	26	Sabrina Cruden	8
Jesper Kootstra	25	Tim den Braven	8
Maja Wijma	25	Julia Klinker	7
Tess Brouwer	24	Max Kroon	7
Roan Leenes	22	Anna Kootstra	7
Elin van Barneveld	22	Marit Versfeld	7
Ties Wierda	22	Laura vd Akker	7
Hedzer Kootstra	21	David Yousef	6
Zara Danes	20	Tessa Visser	6
Meike Huistra	20	Elina vd Wal	6
Dorian de Raat	19	Coen Claes	6
Floris vd Schaaf	19	Judith Postmus	6
Levy de Lang	19	Britt Huisman	6
Ruben Eerdmans	19	Aafje Boorsma	6
Hanna Rekelhof	19	Steijn Hendriksen	6
Jimte Wierda	18	Yente Groenhof	6
Leanne Haitsma	18	Sanne Heerschop	6
Hannah Ruizendaal	18	Jodie Vianen	5
Vesper Spijkman	18	Fedde Visser	5
Sophia Boomsma	17	Lasse Lenis	5
Myrthe Kootstra	17	Quinten Geleynse	5
Julian Scholte	17	Luuk den Braven	5
Jasha Meijer	16	Nora Hoefman	5
Ilse Huisman	16	Wout Visser	5
Melle Campmans	15	Famke Salomons	5
Lia Hoekstra	14	Sofie Heerschop	5
Jula van Aurich	14	Jouke Boersma	5
Martien Ensing	14	Ids Geertsma	5
Anita Postma	14	Joost Kemme	5
Milan van Winsum	14	Dirkje Krol	4
Daan Looper	14	Suzanne Looper-Hartwig	4
Thijmen Groenendal	14	Lucas Peereboom	4
Jurre Buitendijk	13	Peter Spijkman	4
Liam de Lang	13	Sybren van Gelder	4
Sarah Hartsema	13	Harold Brouwer	4
Julian Huisman	13	Marco Visser	4
Lara de Vries	12	Norah Keijzer	4
Folkert Krol	12	Liam Buitendijk	4
Fenna vd Meer	12	Leonie Mollenhorst	4
Evi-Lynn Piersma	12	Aron Hagg	4
Nynke Rijpma	11	Marieke de Vries	4
Jouke vd Werff	11	Wieger Klijnstra	4
Thijs Hartsema	10	Sanne Pultrum	3
Vayen de Roo	10	Pelle vd Woude	3
Lieuwe Vianen	10	Ziggy Veldman	3
Loeck ter Wee	10	Remco Klinker	3
Ferren Grafhorst	10	Jelte Dijkstra	3
Jens Linnebank	10	Betty Bijker-Bangma	3
Femke Piersma	10	Jeroen Persson	2
Benthe Tolsma	10	Sander de Haan	2
Lieke Reijenga	10	Jente Wolters	2
Roy Veenstra	9	Klaas Peereboom	2
Romée de Best	9	Lennert Naeff	2
Rosa Sanders	9	Hessel Teijema	2
Bjarne Wolters	9	Bram Persson	2
Norah Pont	8	Marylou Fischer	2
AV Heerenveen	8	Hester Bos	2
Floris van Hardeveld	8	Marrit Oosterbaan	1
Doutzen Wierda	8	Pieter Dogger	1
		Annemijn Schoonhoven	1
		Tineke van Berkum	1
		Anneke Visser	1

Hoogste van de voorgaande jaren:

2014	Gerwin de Haan	47
2015	Gerwin de Haan	32
2016	Anke Binnema	31
2017	Rutger Hoekstra	36
2018	Rutger Hoekstra	42
2019	Nanou Hofmann	30
2020	Meike Huistra	16
2021	Tjalle-Durk van der Eems	33
2022	Meike Huistra	24
2023	Quinten Geleijnse	27

Hoogste aantal pr's vanaf 2011

Gerwin de Haan	267
Jildou Binnema	196
Meike Huistra	182
Lennert Naeff	181
Anke Binnema	176
Liam de Lang	156
Sabrina Cruden	143
Sanne Pultrum	141
Rikst Slot	137
Terri Talan	136

Totaal aantal pr's per jaar:

2014	1224
2015	1301
2016*	1598
2017	1404
2018	1443
2019	1224
2020	732
2021	1108
2022	1016
2023	857
2024	1134

\* vanaf 2013 worden de eerste nummers van de Athletic Champs erkend als pr of cr, in 2016 ook de rest (polsver, slingeren en de duorafstanden 4'/6').

# Jaarprestaties en PR's

Een persoonlijk record (pr) wordt gegeven bij de evenaring of verbetering van een bestaande beste prestatie (voor zover bekend). Indoorprestaties blijven hiervoor buiten beschouwing. Meedoen aan een nieuw nummer is altijd een pr. Als nieuw nummer geldt ook: hogere horden en zwaarder werpmateriaal. Masters beginnen in iedere vijfjaarlijkse categorie met een 'schone lijst'.

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.

## categorie: V U8

### Elin van Barneveld

40	9.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	9.0	pr	Sneek	2024-06-29
40	8.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:58.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	675	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	725	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	800	pr	Sneek	2024-06-29
40h	10.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	10.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.60	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.60	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.05	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	3.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	6.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	8.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	5.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	6.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Sneek	2024-06-29

### Tessa Visser

40	8.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	3:04.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.35	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

### Elina vd Wal

60	8.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

## categorie: V U9

### Yente Groenhof

40	9.2	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	525	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.50	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	9.50	pr	Sneek	2024-06-29

vortex 12.50 pr Sneek 2024-06-29

### Lieke Reijenga

40	7.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:52.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.80	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.49	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	6.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	9.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

### Vayen de Roo

40	7.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:47.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.34	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	6.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	6.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

### Rosa Sanders

40	9.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:50.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.49	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	9.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

### Benthe Tolsma

40	7.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.30	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	10.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	10.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

## categorie: V U10

### Femke Piersma

40	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	775	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	9.6	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

### Hanna Rekelhof

40	7.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.3	pr	Sneek	2024-06-29

1000	4:33.40	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	900	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	925	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	8.4		Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	6.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	3.15	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	12.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	13.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Hannah Ruizendaal

40	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.0	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	500	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	775	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	800	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	10.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	12.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	8.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Vesper Spijkman

40	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:41.0		Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	725	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.2	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.93	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	6.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	12.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	16.50	pr	Sneek	2024-06-29

categorie: **V U12**

#### Jula van Aurich

40	7.08		Heerenveen	2024-07-11
60	9.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
600	2:31.9		Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1200	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.6	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.05	pr	Leeuwarden	2024-04-20

hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.08	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	14.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	18.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	21.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Sophia Boomsma

60	9.82	pr	Leeuwarden	2024-06-15
60	9.2	pr	Heerenveen	2024-09-21
600	2:01.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	4:05.70	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 6'	1300	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	10.7		Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.10	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.20	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.40	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.87	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	5.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	6.36	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	6.90	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	22.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	25.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Tess Brouwer

60	10.0	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.87	pr	Heerenveen	2024-07-11
60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:12.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	4:15.66	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 6'	1325	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.20	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.48	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	3.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	5.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	5.77	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	6.70	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	19.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	18.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	19.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	22.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	22.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Zara Danes

60	10.1	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:19.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1175	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1225	pr	Sneek	2024-06-29
60h	12.8	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	4.20	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.14	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	3.44	pr	Leeuwarden	2024-06-15
kogel 2	4.80	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

slingeren	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Leanne Haitzma

60	11.6	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	11.3	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	10.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:32.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1225	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	15.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	14.5	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.06	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.15	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.45	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.89	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.70	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	12.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	13.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Sarah Hartsema

60	10.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:21.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.00	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.55	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.97	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.90	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	19.00	pr	Sneek	2024-06-29

#### Sanne Heerschop

60	10.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:38.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.94	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	8.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	12.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Nora Hoefman

60	10.2	pr	Heerenveen	2024-09-21
60h	11.9	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### Evi-Lynn Piersma

60	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1300	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	14.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.30	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.05	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	8.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

#### Judith Postmus

60	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:46.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.08	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	9.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Lara de Vries

60	11.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:44.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1200	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.90	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.75	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.38	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	3.60	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	4.20	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	11.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Maja Wijma

60	9.8	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:13.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1375	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1425	pr	Sneek	2024-06-29
60h	12.6	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.2	pr	Sneek	2024-06-29
60h	10.7	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.95	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.95	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.10	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.37	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	5.50	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	9.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	19.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

#### categorie: V U14

#### AV Heerenveen

4x60	33.79	pr	Heerenveen	2024-06-22
Zwd. est.	2:49.44	cr	Amstelveen	2024-09-29

#### Sofie Heerschop

60	10.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:11.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.82	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	6.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	8.39	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Lia Hoekstra

60	9.79	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
80	12.73	pr	Hoogeveen	2024-04-25
300	53.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:06.31	pr	Sneek	2024-05-18

1000	4:05.96	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	12.38	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	12.34	pr	Sneek	2024-05-18
60h 76,2	12.19	pr	Heerenveen	2024-06-22
ver	3.33	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	3.46	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	3.51	pr	Heerenveen	2024-10-05
discus ¾	15.09	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	6.71		Heerenveen	2024-10-05
speer 400	15.50	pr	Sneek	2024-05-18
speer 400	18.19	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	20.12		Arnhem	2024-06-07

#### Ilse Huisman

60	9.11	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.08	pr	Sneek	2024-05-18
60	8.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
80	11.64w	pr	Hoogeveen	2024-04-25
80	11.63	pr	Arnhem	2024-06-07
150	21.83	pr	Heerenveen	2024-05-25
150	21.72w	pr	Amsterdam	2024-09-01
300	48.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.09	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.17	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.27	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	4.41	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	7.83	pr	Hoogeveen	2024-04-25
kogel 2	8.18	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	13.44	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	20.80		Arnhem	2024-06-07

#### Myrthe Kootstra

60	9.76	pr	Sneek	2024-05-18
60	9.53	pr	Heerenveen	2024-05-25
60	9.46	pr	Heerenveen	2024-06-22
60	9.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
80	12.30	pr	Arnhem	2024-06-07
300	50.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.30	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.85	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	3.98	pr	Arnhem	2024-06-07
ver	4.26	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	8.16	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 2	8.32	pr	Sneek	2024-05-18
kogel 2	8.76	pr	Arnhem	2024-06-07
kogel 2	8.98	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 2	9.75	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	15.72	pr	Heerenveen	2024-05-25
speer 400	21.32	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	32.35		Arnhem	2024-06-07

#### Fenna vd Meer

60	8.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	22.12	pr	Heerenveen	2024-05-25
300	50.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
60h	11.37	pr	Heerenveen	2024-06-22
60h 76,2	12.57	pr	Emmeloord	2024-04-06
60h 76,2	11.45	pr	Sneek	2024-05-18
hoog	1.35	pr	Emmeloord	2024-04-06
hoog	1.35	pr	Sneek	2024-05-18
hoog	1.40	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.09	pr	Heerenveen	2024-05-25
kogel 2	7.55	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	18.42	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Famke Salomons

60	9.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	55.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.39	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	5.77	pr	Heerenveen	2024-10-05

speer 400	11.25	pr	Heerenveen	2024-10-05
-----------	-------	----	------------	------------

#### Jodie Vianen

60	9.26	pr	Emmeloord	2024-04-06
60	9.20	pr	Heerenveen	2024-07-11
60	9.09	pr	Heerenveen	2024-07-11
1000	3:34.18	pr	Heerenveen	2024-06-22
60h 76,2	11.33	pr	Heerenveen	2024-06-22

#### Doutzen Wierda

600	2:17.65	pr	Sneek	2024-05-18
1000	4:13.23	pr	Heerenveen	2024-06-22
ver	2.59	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	2.80	pr	Sneek	2024-05-18
ver	3.25	pr	Heerenveen	2024-06-22
discus ¾	9.94	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 2	6.49	pr	Heerenveen	2024-06-22
speer 400	10.52	pr	Emmeloord	2024-04-06

#### categorie: V U16

#### Aafje Boorsma

400	1:06.54	pr	Leeuwarden	2024-07-05
800	2:36.62	pr	Drachten	2024-04-14
800	2:33.85	pr	Heerenveen	2024-05-25
800	2:32.96	pr	Wageningen	2024-06-09
800	2:31.57	pr	Leeuwarden	2024-06-15
1500	5:37.17	pr	Hoogeveen	2024-04-28

#### Julia Klinker

80	12.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	55.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	53.37	pr	Barendrecht	2024-10-27
1500	6:03.62	pr	Barendrecht	2024-10-27
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	5.04	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 500	12.32	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Norah Pont

100	13.32	pr	Hilversum	2024-05-12
100	13.24	pr	Amsterdam	2024-06-01
150	20.47		Wageningen	2024-08-16
200	27.09	pr	Drachten	2024-04-14
200	26.55w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
300	44.79	pr	Wageningen	2024-08-16
400	1:06.31	pr	Hilversum	2024-05-12
400	1:01.68	pr	Amsterdam	2024-06-01
400	1:00.99	pr	Wageningen	2024-06-09
80h 76,2	12.31		Amsterdam	2024-08-25
300h 76,2	45.77		Amsterdam	2024-08-25

#### categorie: V U18

#### AV Heerenveen

4x400	4:09.47	cr	Drachten	2024-04-14
4x400	4:06.87	cr	Amstelveen	2024-09-28
Zwd. est.	2:21.03	cr	Amstelveen	2024-09-29

#### Britt Huisman

100	12.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
200	26.22w	pr	Kampen	2024-05-15
300	40.87	cr	Lisse	2024-05-11
400	56.97		Hengelo	2024-06-28
800	2:28.44	pr	Drachten	2024-04-14
ver	4.74		Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	8.45	pr	Heerenveen	2024-10-05





categorie: **M U8**

**Coen Claes**

40	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	3:07.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
hurkhoog	0.60	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.10	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	7.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	7.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Ferren Grafhorst**

40	8.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:37.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.75	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.55	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.74	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	8.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Levy de Lang**

40	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.3	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:46.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	725	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.1	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.60	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.65	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.65	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.45	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.61	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.40	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	8.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	9.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	14.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	17.50	pr	Sneek	2024-06-29

**Daan Looper**

40	8.75	pr	Leeuwarden	2024-06-15
600	3:00.55	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	775	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.55	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.10	pr	Leeuwarden	2024-06-15
ver	2.20	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.48	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.25	pr	Leeuwarden	2024-06-15
balstoten	4.70	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	13.50	cr	Sneek	2024-06-29
vortex	16.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	18.50	cr	Heerenveen	2024-09-21

**Dorian de Raat**

40	8.3	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	cr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:50.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	9.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.95	cr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Heerenveen	2024-10-05

ver	2.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.55	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.77	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	3.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.60	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	10.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	14.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

categorie: **M U9**

**Quin Kok**

40	7.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.74	pr	Leeuwarden	2024-06-15
40	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.41	pr	Groningen	2024-09-07
40	7.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:41.30	pr	Leeuwarden	2024-06-15
600	2:40.60	pr	Groningen	2024-09-07
600	2:40.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	825	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	900	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	7.9	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.31	pr	Leeuwarden	2024-06-15
balstoten	5.70	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.70	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	13.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	14.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	19.00	pr	Sneek	2024-06-29

**Hedzer Kootstra**

40	7.7	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:34.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	825	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	875	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	875	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.1	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.85	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.75	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.98	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	13.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	15.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	16.50	pr	Sneek	2024-06-29

**Jesper Kootstra**

40	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
40	7.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:27.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	875	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	875	pr	Sneek	2024-06-29
40h	8.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.7	pr	Sneek	2024-06-29

hoog	0.85	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.95	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	3.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	5.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.30	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	15.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	17.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	18.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Roan Leenes

40	8.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	7.4	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:42.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	700	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	725	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.80	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.45	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.65	pr	Heerenveen	2024-09-21
ver	2.81	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	4.10	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	9.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	10.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	9.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	8.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Floris vd Schaaf

40	9.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	9.5	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	675	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	700	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	725	pr	Sneek	2024-06-29
40h	11.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	10.7	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.60	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.80	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	3.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	9.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	10.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	7.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	8.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	12.00	pr	Sneek	2024-06-29

#### Julian Scholte

40	8.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	8.2	pr	Sneek	2024-06-29
duur 4'	800	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	825	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 4'	825	pr	Sneek	2024-06-29
40h	9.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	9.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20

hurkhoog	0.65	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.65	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	5.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	19.50	pr	Sneek	2024-06-29

#### categorie: M U10

#### Jouke Boersma

40	7.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	425	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	6.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	10.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20

#### Ruben Eerdmans

40	7.40	pr	Leeuwarden	2024-06-15
40	7.1	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:44.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
1000	5:17.69	pr	Leeuwarden	2024-06-15
duur 4'	775	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.75	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.90	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
balstoten	6.40	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	7.10	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	5.04	pr	Leeuwarden	2024-06-15
slingeren	15.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	17.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	16.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	16.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

#### Loeck ter Wee

40	8.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	700	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	8.8	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	0.80	pr	Steenwijk	2024-05-25
hurkhoog	0.75	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.75	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	4.30	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	11.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	12.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

#### Ties Wierda

40	7.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40	6.8	pr	Sneek	2024-06-29
600	2:17.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 4'	925	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 4'	1000	pr	Steenwijk	2024-05-25
40h	7.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
40h	7.5	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-09-21
hurkhoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hurkhoog	0.90	pr	Sneek	2024-06-29
hurkhoog	0.90	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

ver	3.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
balstoten	6.20	pr	Steenwijk	2024-05-25
balstoten	6.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	13.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	16.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	25.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	27.50	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	28.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

### Joost Kemme

duur 6'	1325	pr	Sneek	2024-06-29
60h	11.6	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.95	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.40	pr	Sneek	2024-06-29
kogel 2	4.80	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	15.00		Sneek	2024-06-29

### Lasse Lenis

60	9.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1100	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.60		Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Steenwijk	2024-05-25

### Jasha Meijer

60	10.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1075	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1075	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.2	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	12.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.00	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.90	pr	Sneek	2024-06-29
ver	2.55	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	5.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	6.30	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	16.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	23.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	26.00	pr	Sneek	2024-06-29

### Jimte Wierda

60	10.3	pr	Heerenveen	2024-09-21
60	9.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:17.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1350	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.9	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	11.2	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	1.10	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.70	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	4.50	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.30	pr	Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	7.30	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	17.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	18.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	19.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	25.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	29.00	pr	Sneek	2024-06-29
vortex	31.00	pr	Heerenveen	2024-09-21

### Milan van Winsum

60	10.1	pr	Heerenveen	2024-09-21
duur 6'	1170	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.7	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	11.0	pr	Sneek	2024-06-29
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.15	pr	Sneek	2024-06-29
polsver	3.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	3.60	pr	Sneek	2024-06-29
ver	3.45	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	4.40	pr	Leeuwarden	2024-04-20
kogel 2	5.20	pr	Sneek	2024-06-29
slingeren	13.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	21.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	27.50	pr	Sneek	2024-06-29

## categorie: M U12

### Jurre Buitendijk

60	10.2	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	10.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:12.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1425	pr	Leeuwarden	2024-04-20
duur 6'	1475	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.5	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.1	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.85	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.70		Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	4.20	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	19.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	21.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

### Melle Campmans

60	9.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1275	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	14.0	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.3	pr	Steenwijk	2024-05-25
60h	13.0	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	0.80	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.65	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.50	pr	Steenwijk	2024-05-25
ver	2.90	pr	Heerenveen	2024-09-21
kogel 2	4.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	13.00	pr	Heerenveen	2024-09-21
vortex	11.50	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	13.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

### Steijn Hendriksen

60	9.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:05.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.25	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.45	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	15.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	15.50	pr	Heerenveen	2024-10-05

### Julian Huisman

60	10.7	pr	Steenwijk	2024-05-25
60	10.3	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:19.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
duur 6'	1350	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	12.4	pr	Heerenveen	2024-09-21
hoog	1.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
hoog	1.05	pr	Heerenveen	2024-10-05
polsver	3.55	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	3.11		Heerenveen	2024-10-05
kogel 2	4.90		Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	14.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
slingeren	14.50	pr	Heerenveen	2024-09-21
slingeren	15.00	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	24.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
vortex	25.50	pr	Heerenveen	2024-09-21

**Bjarne Wolters**

60	11.9	pr	Steenwijk	2024-05-25
duur 6'	1100	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Leeuwarden	2024-04-20
60h	13.4	pr	Steenwijk	2024-05-25
hoog	0.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
polsver	2.90	pr	Leeuwarden	2024-04-20
ver	2.35		Steenwijk	2024-05-25
kogel 2	4.00	pr	Leeuwarden	2024-04-20
slingeren	18.00	pr	Steenwijk	2024-05-25
vortex	15.00	pr	Steenwijk	2024-05-25

**David Yousef**

60	10.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:10.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	0.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.66	pr	Heerenveen	2024-10-05
slingeren	16.50	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	26.00	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie: **M U14****AV Heerenveen**

4x80	50.65		Emmeloord	2024-04-06
------	-------	--	-----------	------------

**Luuk den Braven**

60	9.70		Heerenveen	2024-07-11
80	12.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	57.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.59	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	6.12	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	18.65	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Liam Buitendijk**

80	13.49	pr	Heerenveen	2024-06-22
1000	3:44.56	pr	Emmeloord	2024-04-06
hoog	1.15	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.12	pr	Heerenveen	2024-06-22

**Ids Geertsma**

80	11.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	48.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	4.20	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	4.94	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	17.04	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Aron Hagg**

80h 76,2	19.08	pr	Emmeloord	2024-04-06
80h 76,2	18.76	pr	Heerenveen	2024-06-22
hoog	1.15	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.06	pr	Heerenveen	2024-06-22

**Thijs Hartsema**

80	14.6	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:11.0	pr	Heerenveen	2024-10-05
hoog	1.00		Sneek	2024-05-18
ver	3.16		Sneek	2024-05-18
discus 1	11.04	pr	Sneek	2024-05-18
discus 1	12.08	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	4.77	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 3	5.47	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	5.81	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	12.56	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 400	13.13	pr	Heerenveen	2024-06-22
speer 400	14.40	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Folkert Krol**

80	11.17	pr	Steenwijk	2024-03-30
80	10.69	pr	Emmeloord	2024-04-06
80	10.6		Heerenveen	2024-10-05
150	19.78	pr	Amsterdam	2024-09-01
300	42.3	cr	Heerenveen	2024-10-05
600	1:41.16	cr	Sneek	2024-05-18
1000	3:08.98	pr	Heerenveen	2024-06-22
80h 76,2	13.30	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.66w	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.97	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 3	7.88	pr	Hoogeveen	2024-04-25
kogel 3	9.21	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	29,23	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	46.89		Hoogeveen	2024-04-25

**Fedde Visser**

80	11.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:00.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
600	2:11.92	pr	Sneek	2024-05-18
ver	3.66	pr	Amsterdam	2024-09-01
kogel 3	4.66	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	8.26		Heerenveen	2024-10-05

**Wout Visser**

80	14.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	1:05.2	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	2.74	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 3	5.07	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 400	12.06	pr	Heerenveen	2024-10-05

categorie: **M U16****AV Heerenveen**

4x100	54.21		Amstelveen	2024-09-29
Zwd. est.	2:31.13	cr	Amstelveen	2024-09-29

**Tim den Braven**

100	15.01	pr	Heerenveen	2024-06-22
100	14.31	pr	Amsterdam	2024-08-25
100	13.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	52.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	4.08	pr	Amsterdam	2024-08-25
discus 1	14.83	pr	Heerenveen	2024-06-22
kogel 4	6.34	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	21.51	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Jelte Dijkstra**

discus 1	18.76	pr	Emmeloord	2024-04-06
kogel 4	6.67	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 600	23.24	pr	Emmeloord	2024-04-06

**Thijmen Groenendal**

80	11.83		Hoogeveen	2024-04-25
100	14.70	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	14.1	pr	Heerenveen	2024-10-05
300	44.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
800	2:28.19	pr	Emmeloord	2024-04-06
800	2:21.03	pr	Heerenveen	2024-05-25
800	2:20.68	pr	Heerenveen	2024-06-22
800	2:19.94	pr	Groningen	2024-07-13
1000	3:15.68		Steenwijk	2024-03-30
1500	5:06.28	pr	Sneek	2024-05-18
hss	9.56	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	4.36w	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	4.44	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	4.44	pr	Heerenveen	2024-05-25

kogel 3	7.86		Arnhem	2024-06-07
kogel 4	6.95	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	18.69	pr	Heerenveen	2024-10-05
vortex	31.96		Arnhem	2024-06-07

**Liam de Lang**

80	10.93		Arnhem	2024-06-07
100	12.8	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	19.96	pr	Heerenveen	2024-05-25
200	27.19w	pr	Kampen	2024-05-15
300	44.5	pr	Heerenveen	2024-10-05
100h 83,8	17.64	pr	Emmeloord	2024-04-06
100h 83,8	16.95	pr	Sneek	2024-05-18
300h 76,2	49.27	pr	Heerenveen	2024-06-22
hoog	1.55		Heerenveen	2024-06-22
hss	10.80	pr	Heerenveen	2024-05-25
hss	10.84w	pr	Amsterdam	2024-08-24
hss	10.83		Amsterdam	2024-08-24
ver	4.85	pr	Hoogeveen	2024-04-25
ver	5.14w	pr	Kampen	2024-05-15
ver	4.99		Groningen	2024-07-13
kogel 3	10.02		Arnhem	2024-06-07
kogel 4	8.96	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	33.79	pr	Heerde	2024-10-05
vortex	36.12		Hoogeveen	2024-04-25

**Hessel Teijema**

800	3:00.93	pr	Emmeloord	2024-04-06
speer 600	17.18	pr	Emmeloord	2024-04-06

**Jouke vd Werff**

100	14.51	pr	Emmeloord	2024-04-06
100	14.07	pr	Kampen	2024-05-15
100	13.7	pr	Heerenveen	2024-10-05
150	21.77	pr	Sneek	2024-05-18
300	47.9	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	3.79	pr	Emmeloord	2024-04-06
ver	3.79	pr	Kampen	2024-05-15
ver	3.95	pr	Sneek	2024-05-18
ver	4.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 4	6.36	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 600	22.48	pr	Heerenveen	2024-10-05

**categorie: M U18**

**AV Heerenveen**

4x100	46.41	cr	Wageningen	2024-06-09
-------	-------	----	------------	------------

**Martien Ensing**

100	13.96	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	13.75	pr	Heerenveen	2024-05-04
300	50.19	pr	Steenwijk	2024-03-30
400	1:07.46	pr	Heerenveen	2024-05-04
1500	6:09.27	pr	Heerenveen	2024-05-05
110h 91,4	21.18	pr	Heerenveen	2024-05-05
hoog	1.30	pr	Heerenveen	2024-05-04
polshoog	2.15	pr	Heerenveen	2024-05-05
ver	4.23	pr	Heerenveen	2024-05-04
discus 1½	17.79	pr	Steenwijk	2024-03-30
discus 1½	18.56	pr	Heerenveen	2024-05-05
kogel 5	8.22	pr	Steenwijk	2024-03-30
speer 700	27.96	pr	Heerenveen	2024-05-05
10-kamp	2558	pr	Heerenveen	2024-05-05

**Sybren van Gelder**

discus 1½	34.20	pr	Drachten	2024-04-14
discus 1½	35.50	pr	Wageningen	2024-06-09
kogel 5	13.02	pr	Drachten	2024-04-14

speer 700	39.34	pr	Drachten	2024-04-14
-----------	-------	----	----------	------------

**Sander de Haan**

100	11.99		Heerenveen	2024-05-25
200	25.26		Groningen	2024-07-13
hoog	1.55		Drachten	2024-04-14
polshoog	3.30	pr	Heerenveen	2024-05-25
ver	5.49	pr	Leeuwarden	2024-07-05

**Floris van Hardeveld**

100	11.85	pr	Steenwijk	2024-03-30
100	11.80	pr	Hoogeveen	2024-04-28
100	11.75w	pr	Utrecht	2024-06-14
200	24.37	pr	Drachten	2024-04-14
200	24.10w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
200	23.94	pr	Utrecht	2024-06-16
400	57.55	pr	Leeuwarden	2024-07-05
ver	5.48	pr	Leeuwarden	2024-07-05

**Max Kroon**

100	11.76	pr	Hoogeveen	2024-04-28
100	11.6		Heerenveen	2024-10-05
200	23.91w	pr	Hoogeveen	2024-04-28
400	59.4	pr	Heerenveen	2024-10-05
ver	5.77	pr	Drachten	2024-04-14
ver	5.87	pr	Leeuwarden	2024-07-05
kogel 6	9.06	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 700	30.37	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Bram Persson**

100	10.89	cr	Göteborg (Zwe)	2024-07-06
200	21.54	cr	Göteborg (Zwe)	2024-07-07

**Pelle vd Woude**

200	26.37	pr	Heerenveen	2024-05-25
hoog	1.55	pr	Hoogeveen	2024-04-28
polshoog	3.00	pr	Heerenveen	2024-05-25

**categorie: M U20**

**AV Heerenveen**

4x400	3:49.53		Drachten	2024-04-14
Zwd. est.	2:09.21	cr	Hoogeveen	2024-04-28

**Quinten Geleynse**

polshoog	3.30	pr	Kampen	2024-05-15
kogel 6	11.03	pr	Drachten	2024-04-14
kogel 6	11.82	pr	Hoogeveen	2024-04-28
speer 800	33.94	pr	Drachten	2024-04-14
speer 800	36.13	pr	Hoogeveen	2024-04-28

**Jens Linnebank**

100	12.57w	pr	Kampen	2024-05-15
100	12.48	pr	Heerenveen	2024-05-25
100	12.3		Heerenveen	2024-10-05
200	25.25w	pr	Kampen	2024-05-15
200	25.10	pr	Heerenveen	2024-05-25
300	38.93	pr	Steenwijk	2024-06-28
400	57.20	pr	Hoogeveen	2024-04-28
400	54.95	pr	Leeuwarden	2024-07-05
ver	5.03	pr	Heerenveen	2024-10-05
kogel 6	7.52	pr	Heerenveen	2024-10-05
speer 800	17.30	pr	Heerenveen	2024-10-05

**Jeroen Persson**  
 200 21.50w cr Uddevalla (Zwe) 2024-06-29  
 200 21.34w cr Göteborg (Zwe) 2024-07-07  
 400 48.05 Uddevalla (Zwe) 2024-06-29

ver 3.77 pr Heerenveen 2024-10-05  
 kogel 7¼ 8.45 pr Heerenveen 2024-10-05

**Roy Veenstra**

100 12.2 pr Heerenveen 2024-10-05  
 200 24.58w pr Kampen 2024-05-15  
 200 24.49 pr Heerenveen 2024-05-25  
 400 57.8 Heerenveen 2024-10-05  
 400h 91,4 1:05.24 Drachten 2024-04-14  
 hss 11.94 pr Hoogeveen 2024-04-28  
 hss 12.89 pr Utrecht 2024-06-16  
 ver 5.97w pr Kampen 2024-05-15  
 ver 6.01 pr Heerenveen 2024-10-05  
 kogel 6 8.95 pr Heerenveen 2024-10-05  
 speer 800 27.69 pr Heerenveen 2024-10-05

categorie: **M45**

**Harold Brouwer**

100 13.2 pr Heerenveen 2024-10-05  
 400 1:05.1 pr Heerenveen 2024-10-05  
 ver 4.16 pr Heerenveen 2024-10-05  
 kogel 7¼ 9.33 pr Heerenveen 2024-10-05

**Marco Visser**

100 15.3 pr Heerenveen 2024-10-05  
 400 1:23.0 pr Heerenveen 2024-10-05  
 ver 3.79 pr Heerenveen 2024-10-05  
 kogel 7¼ 10.03 pr Heerenveen 2024-10-05

**Ziggy Veldman**

100 11.6 Heerenveen 2024-10-05  
 400 57.2 pr Heerenveen 2024-10-05  
 ver 6.85w Utrecht 2024-06-15  
 ver 6.72 Utrecht 2024-06-15  
 kogel 6 10.25 pr Heerenveen 2024-10-05  
 speer 800 25.64 pr Heerenveen 2024-10-05

categorie: **M70**

**Klaas Peereboom**

discus 1 19.42 pr Steenwijk 2024-03-30  
 kogel 4 8.06 pr Steenwijk 2024-03-30

categorie: **M U23**

**Lennert Naeff**

hoog 1.95 Niort (Fra) 2024-06-05  
 discus 2 29.41 pr Cognac (Fra) 2024-05-12  
 speer 800 44.99 pr Niort (Fra) 2024-04-07

categorie: **M75**

**Wieger Klijnstra**

100 18.37 pr Steenwijk 2024-03-30  
 100 17.97 cr Heerenveen 2024-05-25  
 200 39.80 cr Heerenveen 2024-05-25  
 300 1:08.93 cr Steenwijk 2024-03-30

**Lucas Peereboom**

100 12.8 pr Heerenveen 2024-10-05  
 400 1:07.6 pr Heerenveen 2024-10-05  
 ver 5.21 pr Heerenveen 2024-10-05  
 kogel 7¼ 9.80 pr Heerenveen 2024-10-05

categorie: **M**

**Lars van Hoeven**

800 1:49.95 Hengelo 2024-07-07

categorie: **M35**

**Pieter Dogger**

300 42.76 Steenwijk 2024-06-28  
 3000 11:49.7 pr Heerenveen 2024-10-05

categorie: **M40**

**Remco Klinker**

400 1:08.7 pr Heerenveen 2024-10-05  
 1500 5:26.8 pr Heerenveen 2024-10-05  
 3000 12:09.0 pr Heerenveen 2024-10-05

**Peter Spijkman**

100 15.7 pr Heerenveen 2024-10-05  
 400 1:27.9 pr Heerenveen 2024-10-05

# Ranglijsten

40

6.8	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
7.08	Jula van Aurich	V U12	2024-07-11
7.1	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-29
7.1	Quin Kok	M U9	2024-10-05
7.3	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-29
7.3	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
7.4	Roan Leenes	M U9	2024-06-29
7.4	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29
7.4	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
7.6	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
7.6	Benthe Tolisma	V U9	2024-10-05
7.7	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
7.7	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
7.9	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
7.9	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
7.9	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
8.0	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
8.0	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
8.1	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
8.2	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
8.3	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
8.4	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
8.75	Daan Looper	M U8	2024-06-15
8.7	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
9.0	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
9.2	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
9.5	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20
9.5	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
10.6	Coen Claes	M U8	2024-10-05

60

8.6	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05
8.7	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05
9.09	Jodie Vianen	V U14	2024-07-11
9.1	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05
9.2	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
9.4	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
9.79	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-06
9.6	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
9.6	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
9.6	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
9.7	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
9.7	Melle Campmans	M U12	2024-05-25
9.8	Zara Danes	V U12	2024-10-05
9.8	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
9.9	Jula van Aurich	V U12	2024-05-25
10.1	Milan van Winsum	M U12	2024-09-21
10.1	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
10.2	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
10.2	Jurre Buitendijk	M U12	2024-10-05
10.2	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
10.3	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
10.3	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
10.3	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
10.6	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
10.6	David Yousef	M U12	2024-10-05
10.9	Leanne Haitsma	V U12	2024-10-05
11.1	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
11.2	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
11.9	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25

80

10.69	Folkert Krol	M U14	2024-04-06
10.93	Liam de Lang	M U16	2024-06-07
11.63	Ilse Huisman	V U14	2024-06-07
11.83	Thijmen Groenendal	M U16	2024-04-25
11.7	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05
11.9	Fedde Visser	M U14	2024-10-05
12.30	Myrthe Kootstra	V U14	2024-06-07
12.2	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
12.4	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
12.73	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-25
13.49	Liam Buitendijk	M U14	2024-06-22
14.6	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05
14.8	Wout Visser	M U14	2024-10-05

100

10.89	Bram Persson	M U18	2024-07-06
11.75w	Floris van Hardeveld	M U18	2024-06-14
11.76	Max Kroon	M U18	2024-04-28
11.6	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05
11.99	Sander de Haan	M U18	2024-05-25
12.2	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05
12.48	Jens Linnebank	M U20	2024-05-25
12.4	Nynke Rijpma	V U20	2024-10-05
12.91	Meike Huistra	V U18	2024-06-14
12.7	Britt Huisman	V U18	2024-10-05
12.8	Liam de Lang	M U16	2024-10-05
12.8	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05
13.14	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-14
13.24	Norah Pont	V U16	2024-06-01
13.2	Harold Brouwer	M45	2024-10-05
13.64	Jente Wolters	V U18	2024-04-28
13.72	Marit Versfeld	V U18	2024-06-23
13.5	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05
13.75	Martien Ensing	M U18	2024-05-04
13.91	Hester Bos	V U23	2024-05-25
13.7	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05
14.08	Marylou Fischer	V U20	2024-05-25
13.9	Tim den Braven	M U16	2024-10-05
14.26w	Anita Postma	V U18	2024-06-14
14.1	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05
15.33	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-03-30
15.3	Marco Visser	M45	2024-10-05
15.8	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
16.29	Anna Kootstra	V40	2024-05-25
16.78	Jolanda Smedinga	V55	2024-07-05
15.7	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
17.97	Wieger Klijnstra	M75	2024-05-25
18.3	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
18.6	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
20.4	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05

150

19.78	Folkert Krol	M U14	2024-09-01
19.96	Liam de Lang	M U16	2024-05-25
20.47	Norah Pont	V U16	2024-08-16
21.72w	Ilse Huisman	V U14	2024-09-01
21.77	Jouke vd Werff	M U16	2024-05-18
22.12	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25

200

21.34w	Jeroen Persson	M U20	2024-07-07
21.54	Bram Persson	M U18	2024-07-07
23.91w	Max Kroon	M U18	2024-04-28

23.94	Floris van Hardeveld	M U18	2024-06-16	1:06.54	Aafje Boorsma	V U16	2024-07-05
24.49	Roy Veenstra	M U20	2024-05-25	1:07.46	Martien Ensing	M U18	2024-05-04
25.10	Jens Linnebank	M U20	2024-05-25	1:07.6	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05
25.26	Sander de Haan	M U18	2024-07-13	1:08.7	Remco Klinker	M40	2024-10-05
25.91	Meike Huistra	V U18	2024-07-06	1:10.13	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-05-25
26.22w	Britt Huisman	V U18	2024-05-15	1:15.56	Hester Bos	V U23	2024-06-02
26.37	Pelle vd Woude	M U18	2024-05-25	1:15.7	Anita Postma	V U18	2024-10-05
26.55w	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-28	1:20.9	Jolanda Smedinga	V55	2024-10-05
26.55w	Norah Pont	V U16	2024-04-28	1:23.0	Marco Visser	M45	2024-10-05
26.55w	Nynke Rijpma	V U20	2024-06-16	1:23.8	Anna Kootstra	V40	2024-10-05
26.58	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-29	1:27.2	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
26.67	Romée de Best	V U23	2024-06-29	1:27.9	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
27.19w	Liam de Lang	M U16	2024-05-15	1:36.3	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
27.41w	Marit Versfeld	V U18	2024-05-04	1:39.4	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
28.44	Jente Wolters	V U18	2024-05-15	1:47.6	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
28.74	Norah Keijzer	V U18	2024-06-23				
29.22w	Anita Postma	V U18	2024-06-16				
29.76	Marylou Fischer	V U20	2024-05-25				
31.16	Hester Bos	V U23	2024-04-21				
31.84	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-05-26				
34.50	Anna Kootstra	V40	2024-05-25				
34.86w	Jolanda Smedinga	V55	2024-04-20				
39.80	Wieger Klijnstra	M75	2024-05-25				
<b>300</b>				<b>600</b>			
38.93	Jens Linnebank	M U20	2024-06-28	1:41.16	Folkert Krol	M U14	2024-05-18
40.87	Britt Huisman	V U18	2024-05-11	2:01.9	Sophia Boomsma	V U12	2024-10-05
42.3	Folkert Krol	M U14	2024-10-05	2:05.8	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
42.76	Pieter Dogger	M35	2024-06-28	2:06.31	Lia Hoekstra	V U14	2024-05-18
44.5	Liam de Lang	M U16	2024-10-05	2:10.5	David Yousef	M U12	2024-10-05
44.79	Norah Pont	V U16	2024-08-16	2:11.92	Fedde Visser	M U14	2024-05-18
44.9	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05	2:12.2	Jurre Buitendijk	M U12	2024-10-05
45.77	Marit Versfeld	V U18	2024-06-28	2:12.9	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
47.9	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05	2:13.9	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
48.6	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05	2:17.1	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
48.8	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05	2:17.65	Doutzen Wierda	V U14	2024-05-18
50.19	Martien Ensing	M U18	2024-03-30	2:17.9	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
50.5	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	2:19.7	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
50.9	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05	2:19.7	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
52.5	Tim den Braven	M U16	2024-10-05	2:19.8	Zara Danes	V U12	2024-10-05
53.37	Julia Klinker	V U16	2024-10-27	2:21.2	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
53.7	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05	2:27.9	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
55.5	Famke Salomons	V U14	2024-10-05	2:31.9	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
57.6	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05	2:32.2	Leanne Haitisma	V U12	2024-10-05
1:00.2	Fedde Visser	M U14	2024-10-05	2:34.7	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
1:05.2	Wout Visser	M U14	2024-10-05	2:37.5	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
1:08.93	Wieger Klijnstra	M75	2024-03-30	2:38.0	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
1:11.0	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05	2:40.1	Quin Kok	M U9	2024-10-05
1:11.8	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05	2:41.0	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
<b>400</b>				2:42.7	Roan Leenes	M U9	2024-10-05
48.05	Jeroen Persson	M U20	2024-06-29	2:44.0	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
54.95	Jens Linnebank	M U20	2024-07-05	2:44.3	Ruben Eerdmans	M U10	2024-10-05
56.97	Britt Huisman	V U18	2024-06-28	2:44.3	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
57.2	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05	2:44.9	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
57.55	Floris van Hardeveld	M U18	2024-07-05	2:46.9	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
57.8	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	2:46.9	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
59.4	Max Kroon	M U18	2024-10-05	2:47.7	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
1:00.99	Norah Pont	V U16	2024-06-09	2:50.4	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
1:01.44	Naomi Verkerk	V	2024-05-25	2:50.6	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
1:01.45	Marit Versfeld	V U18	2024-06-15	2:52.5	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
1:02.1	Meike Huistra	V U18	2024-10-05	2:58.3	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
1:03.53	Norah Keijzer	V U18	2024-04-28	3:00.55	Daan Looper	M U8	2024-06-15
1:05.1	Harold Brouwer	M45	2024-10-05	3:04.2	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
				3:07.8	Coen Claes	M U8	2024-10-05
<b>800</b>							
1:49.95	Lars van Hoeven	M	2024-07-07				
2:19.94	Thijmen Groenendal	M U16	2024-07-13				
2:27.37	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30				
2:28.07	Meike Huistra	V U18	2024-07-07				
2:28.44	Britt Huisman	V U18	2024-04-14				
2:31.57	Aafje Boorsma	V U16	2024-06-15				
2:37.85	Romée de Best	V U23	2024-05-05				

2:39.53	Norah Keijzer	V U18	2024-05-25	1275	Sarah Hartsema	V U12	2024-04-20
2:39.96	Marit Versfeld	V U18	2024-05-05	1300	Sophia Boomsma	V U12	2024-04-20
2:42.84	Betty Bijker-Bangma	V60	2024-06-15	1300	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
3:00.93	Hessel Teijema	M U16	2024-04-06	1325	Tess Brouwer	V U12	2024-04-20
3:27.1	Jolanda Smedinga	V55	2024-03-28	1325	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
<b>1000</b>				1350	Julian Huisman	M U12	2024-04-20
3:08.98	Folkert Krol	M U14	2024-06-22	1350	Jimte Wierda	M U12	2024-04-20
3:15.68	Thijmen Groenendal	M U16	2024-03-30	1425	Maja Wijma	V U12	2024-06-29
3:34.18	Jodie Vianen	V U14	2024-06-22	1475	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25
3:44.56	Liam Buitendijk	M U14	2024-04-06	<b>40h</b>			
4:05.70	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-15	7.5	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
4:05.96	Lia Hoekstra	V U14	2024-04-06	7.9	Quin Kok	M U9	2024-06-29
4:13.23	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22	8.2	Vesper Spijkman	V U10	2024-06-29
4:15.66	Tess Brouwer	V U12	2024-06-15	8.4	Ruben Eerdmans	M U10	2024-04-20
4:33.40	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-15	8.4	Roan Leenes	M U9	2024-04-20
5:17.69	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-15	8.4	Hanna Rekelhof	V U10	2024-04-20
<b>1500</b>				8.5	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
5:06.28	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-18	8.7	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29
5:26.8	Remco Klinker	M40	2024-10-05	8.8	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
5:37.17	Aafje Boorsma	V U16	2024-04-28	8.8	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
6:03.62	Julia Klinker	V U16	2024-10-27	8.9	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
6:09.27	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	9.0	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
8:11.0	Tineke van Berkum	V55	2024-10-05	9.1	Levy de Lang	M U8	2024-04-20
8:28.4	Anneke Visser	V45	2024-10-05	9.6	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
<b>3000</b>				9.9	Dorian de Raat	M U8	2024-04-20
10:58.8	Annemijn Schoonhoven	V U18	2024-10-05	10.6	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29
11:49.7	Pieter Dogger	M35	2024-10-05	10.7	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
12:09.0	Remco Klinker	M40	2024-10-05	11.0	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29
14:04.62	Sanne Pultrum	V U18	2024-04-14	11.0	Daan Looper	M U8	2024-06-29
<b>196 duur 4'</b>				11.2	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20
425	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20	<b>60h</b>			
525	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29	10.7	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
700	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20	10.7	Maja Wijma	V U12	2024-09-21
725	Roan Leenes	M U9	2024-05-25	11.0	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29
725	Levy de Lang	M U8	2024-06-29	11.0	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29
725	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29	11.33	Jodie Vianen	V U14	2024-06-22
775	Ruben Eerdmans	M U10	2024-04-20	11.37	Fenna vd Meer	V U14	2024-06-22
775	Femke Piersma	V U10	2024-04-20	11.2	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29
775	Daan Looper	M U8	2024-06-29	11.6	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
800	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25	11.6	Jula van Aurich	V U12	2024-09-21
800	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29	11.9	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
800	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29	12.19	Lia Hoekstra	V U14	2024-06-22
825	Dorian de Raat	M U8	2024-05-25	12.0	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
825	Vesper Spijkman	V U10	2024-05-25	12.3	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
825	Julian Scholte	M U9	2024-06-29	12.4	Julian Huisman	M U12	2024-09-21
875	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29	12.5	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
875	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29	12.6	Zara Danes	V U12	2024-06-29
900	Quin Kok	M U9	2024-06-29	13.0	Melle Campmans	M U12	2024-09-21
925	Hanna Rekelhof	V U10	2024-05-25	13.1	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25
1000	Ties Wierda	M U10	2024-05-25	13.3	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
<b>197 duur 6'</b>				13.4	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
1075	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25	13.7	Lara de Vries	V U12	2024-04-20
1100	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20	13.9	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29
1100	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25	<b>80h</b>			
1170	Milan van Winsum	M U12	2024-04-20	12.31	Norah Pont	V U16	2024-08-25
1200	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20	13.30	Folkert Krol	M U14	2024-05-18
1200	Lara de Vries	V U12	2024-04-20	14.53	Linda vd Berg	V45	2024-05-25
1225	Leanne Haitsma	V U12	2024-04-20	18.76	Aron Hagg	M U14	2024-06-22
1225	Zara Danes	V U12	2024-06-29	<b>100h</b>			
1275	Melle Campmans	M U12	2024-04-20	14.36	Meike Huistra	V U18	2024-05-20
				14.42	Sabrina Cruden	V U23	2024-05-04

15.42	Romée de Best	V U23	2024-06-23	1.05	Ties Wierda	M U10	2024-09-21
16.01w	Marit Versfeld	V U18	2024-04-28	1.05	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
16.95	Liam de Lang	M U16	2024-05-18	1.05	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
19.9	Hester Bos	V U23	2024-03-20	1.05	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
<b>110h</b>							
21.18	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	1.00	Thijs Hartsema	M U14	2024-05-18
<b>300h</b>							
45.77	Norah Pont	V U16	2024-08-25	1.00	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
49.27	Liam de Lang	M U16	2024-06-22	1.00	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
<b>400h</b>							
1:05.24	Roy Veenstra	M U20	2024-04-14	1.00	Quin Kok	M U9	2024-09-21
1:09.01	Nynke Rijpma	V U20	2024-05-25	1.00	Hedzer Kootstra	M U9	2024-09-21
1:12.91	Marit Versfeld	V U18	2024-05-25	0.95	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
<b>4x60</b>							
33.79	AV Heerenveen	V U14	2024-06-22	0.95	Dorian de Raat	M U8	2024-09-21
<b>520 4x80</b>							
50.65	AV Heerenveen	M U14	2024-04-06	0.95	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
<b>4x100</b>							
46.41	AV Heerenveen	M U18	2024-06-09	0.95	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
50.25	AV Heerenveen	V U20	2024-09-28	0.95	David Yousef	M U12	2024-10-05
54.21	AV Heerenveen	M U16	2024-09-29	0.90	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20
1:01.24	AV Heerenveen	V40	2024-05-12	0.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-05-25
<b>4x400</b>							
3:49.53	AV Heerenveen	M U20	2024-04-14	0.90	Lara de Vries	V U12	2024-06-29
4:06.87	AV Heerenveen	V U18	2024-09-28	0.90	Hanna Rekelhof	V U10	2024-09-21
<b>Zweedse est.</b>							
2:09.21	AV Heerenveen	M U20	2024-04-28	0.85	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20
2:21.03	AV Heerenveen	V U18	2024-09-29	0.85	Femke Piersma	V U10	2024-05-25
2:21.94	AV Heerenveen	V U20	2024-04-28	0.85	Jesper Kootstra	M U9	2024-09-21
2:31.13	AV Heerenveen	M U16	2024-09-29	0.85	Levy de Lang	M U8	2024-09-21
2:49.44	AV Heerenveen	V U14	2024-09-29	0.85	Roan Leenes	M U9	2024-09-21
<b>hoog</b>							
1.95	Lennert Naeff	M U23	2024-06-05	0.85	Benthe Tolsma	V U9	2024-09-21
1.66	Sabrina Cruden	V U23	2024-08-31	0.80	Melle Campmans	M U12	2024-04-20
1.58	Meike Huistra	V U18	2024-06-01	0.80	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20
1.55	Sander de Haan	M U18	2024-04-14	0.80	Julian Scholte	M U9	2024-05-25
1.55	Pelle vd Woude	M U18	2024-04-28	0.80	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25
1.55	Liam de Lang	M U16	2024-06-22	0.80	Lieke Reijenga	V U9	2024-09-21
1.45	Milou Sieperda	V U18	2024-04-28	0.80	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21
1.45	Romée de Best	V U23	2024-06-02	0.75	Ferren Grafhorst	M U8	2024-09-21
1.45	Marit Versfeld	V U18	2024-06-09	0.70	Elin van Barneveld	V U8	2024-05-25
1.40	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25	0.70	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
1.40	Anita Postma	V U18	2024-06-09	0.70	Daan Looper	M U8	2024-09-21
1.30	Myrthe Kootstra	V U14	2024-04-06	0.70	Vayen de Roo	V U9	2024-09-21
1.30	Martien Ensing	M U18	2024-05-04	0.70	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21
1.30	Ilse Huisman	V U14	2024-05-25	<b>hurkhoog</b>			
1.30	Sophia Boomsma	V U12	2024-10-05	0.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-10-05
1.25	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05	0.90	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
1.20	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29	0.85	Quin Kok	M U9	2024-10-05
1.15	Liam Buitendijk	M U14	2024-04-06	0.85	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
1.15	Aron Hagg	M U14	2024-04-06	0.85	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
1.15	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29	0.85	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
1.10	Anna Kootstra	V40	2024-05-12	0.85	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
1.10	Zara Danes	V U12	2024-06-29	0.80	Roan Leenes	M U9	2024-06-29
1.10	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29	0.80	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-29
1.06	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29	0.80	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-06-29
1.05	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-09-21	0.75	Loeck ter Wee	M U10	2024-04-20
				0.75	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
				0.70	Jouke Boersma	M U10	2024-04-20
				0.70	Femke Piersma	V U10	2024-04-20
				0.70	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
				0.70	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
				0.70	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
				0.70	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
				0.65	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
				0.65	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
				0.65	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
				0.65	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
				0.60	Floris vd Schaaf	M U9	2024-06-29
				0.60	Elin van Barneveld	V U8	2024-10-05
				0.60	Coen Claes	M U8	2024-10-05
				0.55	Lieuwe Vianen	M U7	2024-04-20

0.55	Daan Looper	M U8	2024-06-29	4.06	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05
0.50	Yente Groenhof	V U9	2024-06-29	3.87	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-15
<b>hss</b>							
12.89	Roy Veenstra	M U20	2024-06-16	3.79	Marco Visser	M45	2024-10-05
11.65w	Nynke Rijpma	V U20	2024-06-16	3.77	Peter Spijkman	M40	2024-10-05
10.84w	Liam de Lang	M U16	2024-08-24	3.66	Fedde Visser	M U14	2024-09-01
9.56	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-25	3.65	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
<b>polshoog</b>							
3.30	Quinten Geleynse	M U20	2024-05-15	3.59	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
3.30	Sander de Haan	M U18	2024-05-25	3.51	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05
3.00	Pelle vd Woude	M U18	2024-05-25	3.50	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
2.30	Anita Postma	V U18	2024-06-05	3.50	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05
2.15	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	3.50	Ties Wierda	M U10	2024-10-05
<b>polsver</b>							
4.60	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29	3.45	Milan van Winsum	M U12	2024-09-21
4.50	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29	3.45	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
4.40	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-29	3.39	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
4.20	Zara Danes	V U12	2024-06-29	3.37	Maja Wijma	V U12	2024-10-05
4.10	Maja Wijma	V U12	2024-06-29	3.31	Quin Kok	M U9	2024-06-15
3.90	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29	3.30	Jimte Wierda	M U12	2024-05-25
3.75	Lara de Vries	V U12	2024-06-29	3.25	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22
3.60	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29	3.16	Thijs Hartsema	M U14	2024-05-18
3.55	Julian Huisman	M U12	2024-04-20	3.14	Zara Danes	V U12	2024-10-05
3.55	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29	3.12	Liam Buitendijk	M U14	2024-06-22
3.45	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29	3.11	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
3.40	Joost Kemme	M U12	2024-06-29	3.08	Jula van Aurich	V U12	2024-10-05
3.20	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20	3.08	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
2.90	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20	3.05	Jesper Kootstra	M U9	2024-10-05
2.80	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20	3.00	Nora Hoefman	V U12	2024-09-21
2.65	Melle Campmans	M U12	2024-04-20	2.98	Hedzer Kootstra	M U9	2024-10-05
2.30	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20	2.97	Sarah Hartsema	V U12	2024-10-05
<b>ver</b>							
6.85w	Ziggy Veldman	M U20	2024-06-15	2.95	Benthe Tolsma	V U9	2024-10-05
6.01	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	2.94	Sanne Heerschop	V U12	2024-10-05
5.87	Max Kroon	M U18	2024-07-05	2.93	Vesper Spijkman	V U10	2024-10-05
5.73	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30	2.90	Melle Campmans	M U12	2024-09-21
5.68w	Meike Huistra	V U18	2024-06-15	2.90	Ruben Eerdmans	M U10	2024-09-21
5.49	Sander de Haan	M U18	2024-07-05	2.89	Leanne Haitsma	V U12	2024-10-05
5.48	Floris van Hardeveld	M U18	2024-07-05	2.82	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
5.33	Romée de Best	V U23	2024-06-23	2.81	Roan Leenes	M U9	2024-10-05
5.21w	Nynke Rijpma	V U20	2024-04-28	2.80	Hanna Rekelhof	V U10	2024-05-25
5.21	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05	2.77	Dorian de Raat	M U8	2024-10-05
5.14w	Liam de Lang	M U16	2024-05-15	2.75	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25
5.03	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05	2.74	Ferren Grafhorst	M U8	2024-10-05
4.97	Folkert Krol	M U14	2024-06-22	2.74	Wout Visser	M U14	2024-10-05
4.90	Marit Versfeld	V U18	2024-05-15	2.70	Jurre Buitendijk	M U12	2024-05-25
4.74	Britt Huisman	V U18	2024-10-05	2.70	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
4.64	Milou Sieperda	V U18	2024-05-15	2.66	David Yousef	M U12	2024-10-05
4.58	Hester Bos	V U23	2024-04-21	2.65	Femke Piersma	V U10	2024-05-25
4.44	Thijmen Groenendal	M U16	2024-05-25	2.65	Julian Scholte	M U9	2024-05-25
4.43	Linda vd Berg	V45	2024-05-15	2.61	Levy de Lang	M U8	2024-10-05
4.41	Ilse Huisman	V U14	2024-06-22	2.60	Lasse Lenis	M U12	2024-05-25
4.30	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05	2.57	Anna Kootstra	V40	2024-10-05
4.28	Anita Postma	V U18	2024-10-05	2.55	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
4.26	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	2.52	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
4.23	Martien Ensing	M U18	2024-05-04	2.51	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
4.20	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05	2.49	Lieke Reijenga	V U9	2024-10-05
4.16	Harold Brouwer	M45	2024-10-05	2.49	Rosa Sanders	V U9	2024-10-05
4.09	Fenna vd Meer	V U14	2024-05-25	2.48	Daan Looper	M U8	2024-10-05
4.08	Tim den Braven	M U16	2024-08-25	2.40	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-05-25
4.06	Aron Hagg	M U14	2024-06-22	2.38	Lara de Vries	V U12	2024-10-05
				2.35	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
				2.35	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
				2.34	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05
				2.20	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25
				2.20	Elin van Barneveld	V U8	2024-09-21
				2.10	Coen Claes	M U8	2024-10-05
				2.06	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05

2.05	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25	8.41	Nynke Rijpma	V U20	2024-10-05
2.00	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21	8.36	Laura vd Akker	V45	2024-10-13
<b>balstoten</b>							
7.10	Ruben Eerdmans	M U10	2024-09-21	8.22	Martien Ensing	M U18	2024-03-30
6.50	Ties Wierda	M U10	2024-09-21	8.18	Ilse Huisman	V U14	2024-10-05
6.20	Hanna Rekelhof	V U10	2024-09-21	8.06	Klaas Peereboom	M70	2024-03-30
6.00	Vesper Spijkman	V U10	2024-05-25	7.55	Fenna vd Meer	V U14	2024-10-05
5.80	Hedzer Kootstra	M U9	2024-05-25	7.52	Jens Linnebank	M U20	2024-10-05
5.70	Quin Kok	M U9	2024-06-15	7.30	Jimte Wierda	M U12	2024-06-29
5.30	Jesper Kootstra	M U9	2024-09-21	7.23	Anna Kootstra	V40	2024-05-25
5.30	Benthe Tolsma	V U9	2024-09-21	6.95	Thijmen Groenendal	M U16	2024-10-05
5.20	Julian Scholte	M U9	2024-05-25	6.90	Sophia Boomsma	V U12	2024-06-29
5.10	Roan Leenes	M U9	2024-09-21	6.71	Lia Hoekstra	V U14	2024-10-05
4.80	Hannah Ruizendaal	V U10	2024-05-25	6.70	Tess Brouwer	V U12	2024-06-29
4.70	Daan Looper	M U8	2024-09-21	6.67	Jelte Dijkstra	M U16	2024-04-06
4.60	Dorian de Raat	M U8	2024-09-21	6.49	Doutzen Wierda	V U14	2024-06-22
4.50	Floris vd Schaaf	M U9	2024-09-21	6.49	Anita Postma	V U18	2024-10-05
4.40	Femke Piersma	V U10	2024-05-25	6.47	Hester Bos	V U23	2024-03-20
4.40	Levy de Lang	M U8	2024-09-21	6.36	Jouke vd Werff	M U16	2024-10-05
4.30	Loeck ter Wee	M U10	2024-05-25	6.35	Marieke de Vries	V40	2024-10-05
4.00	Lieke Reijenga	V U9	2024-09-21	6.34	Tim den Braven	M U16	2024-10-05
3.70	Vayen de Roo	V U9	2024-09-21	6.30	Jasha Meijer	M U12	2024-06-29
3.60	Ferren Graffhorst	M U8	2024-09-21	6.12	Luuk den Braven	M U14	2024-10-05
3.50	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21	6.06	Sofie Heerschop	V U14	2024-10-05
3.20	Elin van Barneveld	V U8	2024-09-21	5.81	Thijs Hartsema	M U14	2024-10-05
3.00	Lieuwe Vianen	M U7	2024-05-25	5.77	Famke Salomons	V U14	2024-10-05
<b>discus</b>							
35.50	Sybren van Gelder	M U18	2024-06-09	5.50	Maja Wijma	V U12	2024-06-29
29.96	Laura vd Akker	V45	2024-10-13	5.34	Leonie Mollenhorst	V40	2024-10-05
29.41	Lennert Naeff	M U23	2024-05-12	5.20	Milan van Winsum	M U12	2024-06-29
19.42	Klaas Peereboom	M70	2024-03-30	5.07	Wout Visser	M U14	2024-10-05
18.76	Jelte Dijkstra	M U16	2024-04-06	5.04	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-15
18.56	Martien Ensing	M U18	2024-05-05	5.04	Julia Klinker	V U16	2024-10-05
16.91	Anna Kootstra	V40	2024-05-12	4.94	Ids Geertsma	M U14	2024-10-05
15.09	Lia Hoekstra	V U14	2024-06-22	4.90	Jula van Aurich	V U12	2024-04-20
14.83	Tim den Braven	M U16	2024-06-22	4.90	Julian Huisman	M U12	2024-04-20
12.08	Thijs Hartsema	M U14	2024-06-22	4.90	Sarah Hartsema	V U12	2024-06-29
9.94	Doutzen Wierda	V U14	2024-04-06	4.85	Dirkje Krol	V40	2024-10-05
<b>kogel</b>							
13.02	Sybren van Gelder	M U18	2024-04-14	4.80	Joost Kemme	M U12	2024-06-29
12.38	Meike Huistra	V U18	2024-04-28	4.80	Zara Danes	V U12	2024-06-29
11.91	Marit Versfeld	V U18	2024-05-15	4.70	Leanne Haitsma	V U12	2024-06-29
11.82	Quinten Geleynse	M U20	2024-04-28	4.66	Fedde Visser	M U14	2024-10-05
11.22	Sabrina Cruden	V U23	2024-08-31	4.50	Melle Campmans	M U12	2024-04-20
10.25	Ziggy Veldman	M U20	2024-10-05	4.20	Jurre Buitendijk	M U12	2024-04-20
10.14	Romée de Best	V U23	2024-04-21	4.20	Lara de Vries	V U12	2024-06-29
10.03	Marco Visser	M45	2024-10-05	4.00	Bjarne Wolters	M U12	2024-04-20
9.81	Suzanne Looper-Hartwig	V35	2024-10-05	3.15	Hanna Rekelhof	V U10	2024-06-15
9.80	Lucas Peereboom	M U23	2024-10-05	2.80	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-04-20
9.75	Myrthe Kootstra	V U14	2024-10-05	<b>slingeren</b>			
9.49	Norah Keijzer	V U18	2024-10-05	19.00	Tess Brouwer	V U12	2024-10-05
9.40	Milou Sieperda	V U18	2024-04-14	19.00	Jimte Wierda	M U12	2024-10-05
9.33	Harold Brouwer	M45	2024-10-05	18.00	Bjarne Wolters	M U12	2024-05-25
9.26	Linda vd Berg	V45	2024-05-15	17.50	Sophia Boomsma	V U12	2024-09-21
9.21	Folkert Krol	M U14	2024-10-05	17.00	Ruben Eerdmans	M U10	2024-06-29
9.06	Max Kroon	M U18	2024-10-05	17.00	Julian Scholte	M U9	2024-06-29
8.96	Liam de Lang	M U16	2024-10-05	16.50	Ties Wierda	M U10	2024-06-29
8.95	Roy Veenstra	M U20	2024-10-05	16.50	David Yousef	M U12	2024-10-05
8.72	Marrit Oosterbaan	V U23	2024-03-30	16.00	Jasha Meijer	M U12	2024-05-25
8.45	Britt Huisman	V U18	2024-10-05	15.50	Steijn Hendriksen	M U12	2024-10-05
8.45	Peter Spijkman	M40	2024-10-05	15.00	Maja Wijma	V U12	2024-05-25
				15.00	Hedzer Kootstra	M U9	2024-06-29
				15.00	Jesper Kootstra	M U9	2024-06-29
				15.00	Julian Huisman	M U12	2024-10-05
				14.50	Jula van Aurich	V U12	2024-05-25
				14.50	Leanne Haitsma	V U12	2024-09-21



9.50	Evi-Lynn Piersma	V U12	2024-05-25
9.00	Rosa Sanders	V U9	2024-09-21
8.50	Elin van Barneveld	V U8	2024-06-29
7.50	Tessa Visser	V U8	2024-10-05
7.00	Coen Claes	M U8	2024-10-05
7.00	Judith Postmus	V U12	2024-10-05
7.00	Elina vd Wal	V U8	2024-10-05
6.00	Vayen de Roo	V U9	2024-10-05

**werp 3-kamp**

1814	Laura vd Akker	V45	2024-10-13
------	----------------	-----	------------

**7-kamp**

5105	Sabrina Cruden	V U23	2024-06-30
5062	Meike Huistra	V U18	2024-07-07
4131	Romée de Best	V U23	2024-05-05
4018	Marit Versfeld	V U18	2024-05-05

**10-kamp**

2558	Martien Ensing	M U18	2024-05-05
------	----------------	-------	------------