

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 8.24 is daarbij dus gelijkwaardig aan een handtijd van 8.0.

Beste seizoenprestaties (BSP) vanaf het indoorseizoen 2010/11

Deze lijst is bijgewerkt t/m 16 maart 2019

Laura vd Akker

40					
	6.88	V35	Tuk	2013-03-02	
	7.11	V40	Steenwijk	2019-03-09	
50					
	8.34	V	Heerenveen	2012-03-17	
	8.44	V35	Tuk	2013-03-02	
	8.42	V40	Heerenveen	2019-03-16	
60					
	9.78	V40	Heerenveen	2019-03-16	
kogel 4					
	9.66	V	Heerenveen	2012-03-17	
	8.87	cr V40	Heerenveen	2019-03-16	
sprint 2-kamp					
	322	V	Heerenveen	2012-03-17	
	638	V35	Tuk	2013-03-02	
	642	V40	Heerenveen	2019-03-16	

Hayat Askar

40					
	7.70	mpA	Steenwijk	2015-03-07	
	7.33	mpA	Steenwijk	2016-03-12	
	7.1	mD	Drachten	2018-02-03	
50					
	8.54	mD	Heerenveen	2017-03-18	
	8.70	mD	Heerenveen	2018-03-17	
	8.39	mC	Heerenveen	2019-03-16	
60					
	11.33	mpA	Heerenveen	2015-03-21	
	10.65	mpA	Heerenveen	2016-03-19	
	9.97	mD	Heerenveen	2017-03-18	
	9.88	mD	Heerenveen	2018-03-17	
	9.63	mC	Heerenveen	2019-03-16	
40h					
	9.4	mpA	Drachten	2015-02-07	
hoog					
	1.05	mpA	Heerenveen	2015-03-21	
	1.05	mpA	Heerenveen	2016-03-19	
	1.20	mD	Heerenveen	2017-03-18	
	1.25	mD	Drachten	2018-02-03	
	1.25	mC	Heerenveen	2019-03-16	
ver					
	2.74	mpA	Steenwijk	2015-03-07	
kogel 2					
	5.47	mpA	Steenwijk	2015-03-07	
	6.81	mpA	Heerenveen	2016-03-19	
	7.72	mD	Heerenveen	2017-03-18	
	8.93	mD	Heerenveen	2018-03-17	
kogel 3					
	8.48	mC	Heerenveen	2019-03-16	
sprint 2-kamp					
	774	mD	Heerenveen	2017-03-18	
	760	mD	Heerenveen	2018-03-17	
	855	mC	Heerenveen	2019-03-16	

Ylse Barkmeijer

50					
	9.19	mD	Heerenveen	2015-03-21	
60					
	10.81	mD	Heerenveen	2015-03-21	
1000					
	4:04.35	mD	Apeldoorn	2015-01-17	
	3:53.41	mD	Apeldoorn	2016-01-23	
1500					
	5:57.63	mC	Apeldoorn	2017-01-22	
hoog					
	1.05	mD	Heerenveen	2015-03-21	
sprint 2-kamp					
	545	mD	Heerenveen	2015-03-21	

Rutger Berends

40					
	7.46	jpB	Steenwijk	2013-03-02	
	7.26	jpA	Steenwijk	2014-03-08	
	6.6	jD	Drachten	2017-02-04	
50					
	8.26	jD	Heerenveen	2016-03-19	
60					
	10.25	jpA	Heerenveen	2014-03-15	
	10.22	jpA	Heerenveen	2015-03-21	
	9.51	jD	Heerenveen	2016-03-19	
	9.23	jD	Heerenveen	2017-03-18	
600					
	2:00.85	jD	Stadskanaal	2016-01-09	
	1:55.06	jD	Apeldoorn	2016-12-27	
1000					
	3:26.20	jD	Apeldoorn	2016-01-23	
	3:15.20	jD	Apeldoorn	2017-01-21	
	3:04.51	cr jC	Apeldoorn	2018-01-07	
40h					
	7.5	jpA	Drachten	2014-02-01	
50h					
	10.40	jD	Stadskanaal	2016-01-09	
60h					
	12.19	jD	Apeldoorn	2016-01-23	
	11.98	jD	Apeldoorn	2016-12-27	
hoog					
	0.95	jpB	Heerenveen	2013-03-09	
	1.15	jpA	Heerenveen	2014-03-15	
	1.10	jpA	Heerenveen	2015-03-21	
ver					
	2.55	jpB	Steenwijk	2013-03-02	
	3.40	jpA	Steenwijk	2014-03-08	
kogel 2					
	4.01	jpB	Heerenveen	2013-03-09	
	6.08	jpA	Heerenveen	2014-03-15	
	6.97	jpA	Heerenveen	2015-03-21	
kogel 3					
	5.78	jD	Apeldoorn	2016-01-23	
	8.14	jD	Heerenveen	2017-03-18	
sprint 2-kamp					
	900	jD	Heerenveen	2016-03-19	
	506	jD	Heerenveen	2017-03-18	

Linda vd Berg

40					
	6.94	V40	Steenwijk	2019-03-09	
50					
	8.13	V40	Heerenveen	2019-03-16	

60					9.03	mD	Heerenveen		2016-03-19
	9.53	cr	V40	Heerenveen	2019-03-16	8.88	mC	Heerenveen	2017-03-18
hoog					8.89	mC	Amsterdam		2017-12-30
	1.25	cr	V40	Heerenveen	2019-03-16	9.09	mB	Heerenveen	2019-03-16
ver					150				
	3.66	cr	V40	Steenwijk	2019-03-09	22.21	mD	Apeldoorn	2016-02-06
kogel 4					200				
	7.07		V40	Heerenveen	2019-03-16	29.70	mC	Apeldoorn	2017-12-03
sprint 2-kamp					300				
	763		V40	Heerenveen	2019-03-16	49.25	mD	Apeldoorn	2016-02-06
Mart Bijker					600				
					2:19.11	mpA	Stadskanaal		2013-01-12
40					50h				
	7.30	jpB		Apeldoorn	2016-03-06	11.15	mD	Stadskanaal	2015-01-11
	7.2	jpA		Drachten	2017-02-04	9.91	mD	Stadskanaal	2015-12-18
50					60h				
	8.48	jd		Stadskanaal	2019-01-13	13.04	mD	Stadskanaal	2015-01-11
					10.44	mD	Utrecht		2016-01-30
60					9.99	mC	Apeldoorn		2017-01-22
	9.5	jpA		Heerenveen	2017-11-25	9.83	mC	Apeldoorn	2018-01-07
	9.53	jd		Apeldoorn	2019-01-19	10.85	mB	Apeldoorn	2019-01-06
600					hoog				
	2:11.43	cr	jpB	Apeldoorn	2016-03-06	0.95	mpC	Heerenveen	2011-03-19
	1:59.76		jd	Stadskanaal	2019-01-13	1.15	cr mpB	Drachten	2012-02-04
1000					1.20	mpA	Utrecht		2013-01-26
	3:58.09		jpB	Alkmaar	2015-12-12	1.30	mpA	Utrecht	2014-02-01
	3:18.06		jd	Apeldoorn	2019-01-19	1.35	mD	Drachten	2015-02-07
					1.45	mD	Heerenveen		2016-03-19
60h					1.50	mC	Heerenveen		2017-03-18
	11.2	jpA		Heerenveen	2017-11-25	1.50	mC	Utrecht	2017-12-16
hoog					1.50	mB	Heerenveen		2019-03-16
	1.00	jpB		Alkmaar	2015-12-12	ver			
	1.05	jpA		Drachten	2017-02-04	2.87	mpC	Steenwijk	2011-03-05
	1.10	jpA		Heerenveen	2017-11-25	3.11	mpB	Steenwijk	2012-03-03
ver					3.87	mpA	Utrecht		2012-12-15
	3.26	jpB		Apeldoorn	2016-03-06	4.02	mpA	Utrecht	2014-01-12
kogel 2					3.97	mD	Apeldoorn		2015-01-17
	4.58	jpB		Apeldoorn	2016-03-06	4.49	mD	Utrecht	2015-12-12
	6.00	jpA		Drachten	2017-02-04	4.68	mC	Amsterdam	2017-02-18
	5.40	jpA		Heerenveen	2017-11-25	4.58	mC	Utrecht	2017-11-11
sprint 2-kamp					kogel 2				
	792	jd		Stadskanaal	2019-01-13	4.90	mpB	Drachten	2012-02-04
					5.50	mpA	Drachten		2013-02-02
					6.42	mpA	Heerenveen		2014-03-15
					7.34	mD	Drachten		2015-02-07
					8.93	mD	Amsterdam		2015-11-21
Anke Binnema					kogel 3				
30					7.89	mC	Heerenveen		2017-03-18
	5.49	mD		Dronten	2014-12-29	8.51	mC	Heerenveen	2018-03-17
35					9.14	mB	Heerenveen		2019-03-16
	6.74	mpC		Emmeloord	2011-10-29	sprint 2-kamp			
	6.68	mpB		Emmeloord	2012-10-27	856	mD	Heerenveen	2015-03-21
40					1072	mD	Heerenveen		2016-03-19
	7.81	mpC		Heerenveen	2011-03-19	1100	mC	Heerenveen	2017-03-18
	7.1	mpB		Drachten	2012-02-04	1058	mC	Heerenveen	2018-03-17
	7.22	mpA		Steenwijk	2013-03-02	915	mB	Heerenveen	2019-03-16
	7.15	mpA		Steenwijk	2014-03-08				
	6.7	mD		Drachten	2015-02-07	Jildou Binnema			
	6.5	mC		Drachten	2018-02-03	30			
50					5.92	mpA	Dronten		2014-12-29
	8.33	mD		Heerenveen	2015-03-21	35			
	7.80	mD		Heerenveen	2016-03-19	7.88	mpm	Emmeloord	2011-10-29
	7.84	mC		Heerenveen	2017-03-18	7.36	mpC	Emmeloord	2012-10-27
	7.78	mC		Heerenveen	2018-03-17	40			
	7.91	mB		Heerenveen	2019-03-16	9.68	mpm	Heerenveen	2011-03-19
60					8.49	mpm	Steenwijk		2012-03-03
	10.06	mpA		Amsterdam	2013-02-23	7.70	mpC	Amsterdam	2013-02-23
	9.74	mpA		Utrecht	2013-12-14				
	9.67	mD		Utrecht	2014-12-19				

	7.79	mpB	Heerenveen	2014-03-15	60				
	7.27	mpA	Steenwijk	2016-03-12		9.21	mD	Heerenveen	2014-03-15
	6.53	mD	Steenwijk	2018-03-10		9.04	mC	Heerenveen	2015-03-21
	6.64	mC	Steenwijk	2019-03-09					
50					hoog				
	9.48	mpC	Utrecht	2012-12-15		1.35	mD	Heerenveen	2014-03-15
	9.48	mpB	Utrecht	2013-12-14		1.30	mC	Heerenveen	2015-03-21
	8.13	mD	Heerenveen	2017-03-18	kogel 2				
	7.94	mD	Heerenveen	2018-03-17		7.41	mD	Heerenveen	2014-03-15
	8.02	mC	Heerenveen	2019-03-16	kogel 3				
						7.74	mC	Heerenveen	2015-03-21
60					sprint 2-kamp				
	10.54	mpA	Heerenveen	2015-03-21		1099	mC	Heerenveen	2015-03-21
	10.10	mpA	Apeldoorn	2016-03-06					
	9.42	mD	Utrecht	2016-12-17					
	9.27	mD	Heerenveen	2018-03-17					
	9.18	mC	Utrecht	2018-11-10					
					Fenna Bodewes				
600					40				
						8.3	mpm	Drachten	2018-02-03
	2:49.76	mpC	Stadskanaal	2013-01-12		8.18	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	2:35.01	mpA	Stadskanaal	2015-01-11					
	2:34.17	mpA	Apeldoorn	2016-03-06	40h				
						9.8	cr mpm	Heerenveen	2017-11-25
60h					hoog				
	11.56	mD	Utrecht	2017-01-28		0.75	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	11.09	mD	Apeldoorn	2018-01-20					
	11.08	mC	Dordrecht	2019-01-12					
hoog					hurkhoog				
	0.80	mpm	Heerenveen	2012-03-17		0.65	mpm	Heerenveen	2017-11-25
	0.90	mpC	Amsterdam	2013-02-23		0.80	mpC	Drachten	2019-02-02
	0.95	mpB	Heerenveen	2014-03-15	balstoten				
	1.05	mpA	Heerenveen	2015-03-21		3.20	mpm	Drachten	2018-02-03
	1.25	mpA	Heerenveen	2016-03-19		4.10	mpC	Drachten	2019-02-02
	1.30	mD	Heerenveen	2017-03-18					
	1.35	mD	Heerenveen	2018-03-17					
	1.35	mC	Heerenveen	2019-03-16					
ver					Lisa Bodewes				
	1.81	mpm	Steenwijk	2011-03-05	40				
	1.95	mpm	Steenwijk	2012-03-03		7.68	mpC	Heerenveen	2016-03-19
	3.03	cr mpC	Utrecht	2013-01-26		7.51	mpB	Heerenveen	2017-03-18
	2.88	mpB	Utrecht	2014-01-12		7.5	mpA	Drachten	2018-02-03
	3.73	mpA	Utrecht	2015-12-12		7.4	mpA	Drachten	2019-02-02
	4.21	mD	Utrecht	2016-12-17					
	4.31	mD	Apeldoorn	2018-01-20	60				
	4.46	mC	Utrecht	2018-11-10		10.79	mpA	Heerenveen	2018-03-17
						10.72	mpA	Heerenveen	2019-03-16
balstoten					600				
	3.94	mpm	Steenwijk	2012-03-03		2:21.58	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
balwerpen 135					60h				
	15.41	mpC	Stadskanaal	2013-01-12		12.2	mpA	Heerenveen	2017-11-25
kogel 1					hoog				
	3.86	mpm	Emmeloord	2011-10-29		0.80	mpC	Heerenveen	2016-03-19
	4.17	mpC	Heerenveen	2013-03-09		0.90	mpB	Heerenveen	2017-03-18
kogel 2						1.05	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	4.59	mpB	Steenwijk	2014-03-08		1.20	mpA	Heerenveen	2019-03-16
	4.82	mpA	Dronten	2014-12-29	hurkhoog				
	6.61	mpA	Utrecht	2016-01-30		0.90	mpB	Drachten	2017-02-04
	8.66	mD	Utrecht	2016-11-12	balstoten				
	10.01	mD	Steenwijk	2018-03-10		5.11	mpC	Heerenveen	2016-03-19
kogel 3						4.90	mpB	Drachten	2017-02-04
	9.96	mC	Steenwijk	2019-03-09	kogel 2				
sprint 2-kamp						3.55	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
	918	mD	Heerenveen	2017-03-18		4.22	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	1058	mD	Heerenveen	2018-03-17		5.30	mpA	Drachten	2019-02-02
	1001	mC	Steenwijk	2019-03-09					
Ilka Blankenstijn					Amelie Booisma				
50					40				
	7.89	mD	Heerenveen	2014-03-15		6.9	mpB	Drachten	2018-02-03
	7.70	mC	Heerenveen	2015-03-21	hoog				
						0.95	mpB	Heerenveen	2018-03-17
					hurkhoog				
						0.75	mpB	Drachten	2018-02-03

balstoten					
5.20	mpB	Drachten		2018-02-03	
kogel 2					
4.00	mpB	Heerenveen		2018-03-17	
Aafje Boorsma					
40					
8.31	mpC	Heerenveen		2017-03-18	
6.9	mpB	Drachten		2018-02-03	
60					
10.30	mpA	Apeldoorn		2019-03-03	
600					
2:28.06	mpA	Apeldoorn		2019-03-03	
hoog					
0.90	mpC	Heerenveen		2017-03-18	
1.00	mpB	Heerenveen		2018-03-17	
1.10	mpA	Apeldoorn		2019-03-03	
hurkhoog					
0.70	mpC	Drachten		2017-02-04	
0.80	mpB	Drachten		2018-02-03	
balstoten					
3.96	mpC	Heerenveen		2017-03-18	
5.30	cr mpB	Drachten		2018-02-03	
kogel 2					
4.19	mpB	Heerenveen		2018-03-17	
4.74	mpA	Heerenveen		2019-03-16	
Janne Rikst Boorsma					
40					
7.6	mpA	Drachten		2018-02-03	
7.1	mD	Drachten		2019-02-02	
50					
8.85	mD	Heerenveen		2019-03-16	
60					
11.09	mpA	Heerenveen		2017-03-18	
10.84	mpA	Heerenveen		2018-03-17	
10.25	mD	Heerenveen		2019-03-16	
hoog					
1.10	mpA	Heerenveen		2017-03-18	
1.15	mpA	Heerenveen		2018-03-17	
1.30	mD	Heerenveen		2019-03-16	
kogel 2					
4.99	mpA	Heerenveen		2017-03-18	
6.80	mpA	Drachten		2018-02-03	
6.68	mD	Heerenveen		2019-03-16	
sprint 2-kamp					
678	mD	Heerenveen		2019-03-16	
Jort Bos					
60					
10.82	jpA	Apeldoorn		2016-03-06	
600					
2:25.47	jpA	Apeldoorn		2016-03-06	
hoog					
0.90	jpA	Apeldoorn		2016-03-06	
kogel 2					
4.97	jpA	Apeldoorn		2016-03-06	
Hugo Jan Bosscher					
800					
2:19.57	JB	Dortmund (Dui)		2016-01-03	
1500					
4:35.62	JB	Apeldoorn		2016-02-20	

Olaf Jan Bosscher					
800					
2:21.65	JC	Apeldoorn			2016-12-27
1500					
4:55.78	JC	Apeldoorn			2016-12-27
Foske Bouma					
40					
8.76	mpC	Steenwijk			2016-03-12
8.24	mpB	Heerenveen			2017-03-18
7.9	mpA	Drachten			2018-02-03
7.7	mpA	Drachten			2019-02-02
60					
11.38	mpA	Heerenveen			2018-03-17
11.00	mpA	Heerenveen			2019-03-16
60h					
14.4	mpA	Heerenveen			2017-11-25
hoog					
0.85	mpB	Heerenveen			2017-03-18
0.95	mpA	Drachten			2018-02-03
1.05	mpA	Heerenveen			2019-03-16
hurkhoog					
0.75	mpB	Drachten			2017-02-04
ver					
1.95	mpC	Steenwijk			2016-03-12
balstoten					
2.53	mpC	Steenwijk			2016-03-12
3.90	mpB	Drachten			2017-02-04
kogel 2					
3.22	mpB	Heerenveen			2017-03-18
4.10	mpA	Drachten			2018-02-03
4.90	mpA	Drachten			2019-02-02
Tieme Bouma					
40					
8.5	jpgm	Drachten			2018-02-03
8.44	jpgC	Heerenveen			2019-03-16
hoog					
0.80	jpgm	Heerenveen			2018-03-17
0.90	jpgC	Heerenveen			2019-03-16
hurkhoog					
0.70	jpgm	Drachten			2018-02-03
0.75	jpgC	Drachten			2019-02-02
balstoten					
4.25	jpgm	Heerenveen			2018-03-17
4.50	jpgC	Drachten			2019-02-02
Timo Bouma					
40					
8.1	jpgC	Drachten			2019-02-02
50					
10.14	jpgC	Utrecht			2018-11-10
hurkhoog					
0.75	jpgC	Drachten			2019-02-02
ver					
2.60	jpgC	Utrecht			2018-11-10
balstoten					
4.20	jpgC	Drachten			2019-02-02
vortex					
7.88	jpgC	Utrecht			2018-11-10

Marvens Bruinsma

40					
	5.96	jC	Steenwijk	2015-03-07	
50					
	7.01	jC	Steenwijk	2015-03-07	
60					
	8.21	jC	Heerenveen	2015-03-21	
	7.75	jB	Apeldoorn	2016-12-27	
	7.65	jB	Amsterdam	2018-01-13	
ver					
	5.73	jB	Apeldoorn	2016-12-27	
sprint 2-kamp					
	1446	jC	Steenwijk	2015-03-07	

Eline Buitendijk

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

Liam Buitendijk

40					
	8.0	jpm	Drachten	2019-02-02	
hoog					
	0.65	jpm	Heerenveen	2019-03-16	
hurkhoog					
	0.60	jpm	Drachten	2019-02-02	
balstoten					
	3.34	jpm	Heerenveen	2019-03-16	

Sabrina Cruden

30					
	5.27	mD	Dronen	2014-12-29	
40					
	6.83	mpA	Tuk	2014-03-08	
	6.52	mD	Tuk	2015-03-07	
50					
	7.89	mD	Heerenveen	2015-03-21	
	7.50	mD	Utrecht	2015-12-18	
60					
	9.63	mpA	Heerenveen	2014-03-15	
	9.26	mD	Apeldoorn	2015-01-17	
	8.81	mD	Utrecht	2016-01-02	
	8.61	mB	Amsterdam	2018-12-30	
40h					
	7.5	mpA	Drachten	2014-02-01	
50h					
	10.17	mD	Stadskanaal	2015-01-11	
	8.54	cr mD	Utrecht	2015-12-18	
60h					
	11.72	mD	Apeldoorn	2015-01-17	
	9.90	cr mD	Amsterdam	2015-11-14	
	9.48	mB	Apeldoorn	2018-12-23	
hoog					
	1.25	mpA	Heerenveen	2014-03-15	
	1.30	mD	Drachten	2015-02-07	
	1.40	mD	Heerenveen	2016-03-19	

ver

4.00	mD	Tuk	2015-03-07
4.53	mD	Amsterdam	2015-11-21
4.82	mB	Apeldoorn	2018-12-23

kogel 2

7.04	mpA	Heerenveen	2014-03-15
8.55	mD	Heerenveen	2015-03-21
9.73	mD	Utrecht	2015-11-14

kogel 3

10.87	mB	Apeldoorn	2018-12-23
-------	----	-----------	------------

sprint 2-kamp

1065	mD	Tuk	2015-03-07
1119	mD	Heerenveen	2016-03-19

Marianne Diallo

40

7.54	mpC	Steenwijk	2015-03-07
7.19	mpB	Heerenveen	2016-03-19
6.7	mpA	Drachten	2017-02-04
6.9	mpA	Drachten	2018-02-03
6.63	mD	Steenwijk	2019-03-09

50

7.96	mD	Steenwijk	2019-03-09
------	----	-----------	------------

60

10.10	mpA	Heerenveen	2017-03-18
9.3	mpA	Heerenveen	2017-11-25
9.29	mD	Apeldoorn	2019-01-19

600

2:24.58	mpB	Apeldoorn	2016-03-06
---------	-----	-----------	------------

60h

11.5	mpA	Heerenveen	2017-11-25
------	-----	------------	------------

hoog

0.80	mpC	Heerenveen	2015-03-21
0.90	mpB	Heerenveen	2016-03-19
1.10	mpA	Heerenveen	2017-03-18
1.15	mpA	Heerenveen	2018-03-17
1.15	mD	Heerenveen	2019-03-16

ver

2.74	mpC	Steenwijk	2015-03-07
3.18	mpA	Steenwijk	2017-03-11
3.44	mD	Steenwijk	2019-03-09

balstoten

3.71	mpC	Heerenveen	2015-03-21
------	-----	------------	------------

kogel 2

3.40	mpB	Apeldoorn	2016-03-06
4.68	mpA	Heerenveen	2017-03-18
5.10	mpA	Drachten	2018-02-03
6.39	mD	Heerenveen	2019-03-16

sprint 2-kamp

1040	mD	Steenwijk	2019-03-09
------	----	-----------	------------

Jeroen van Dijk

800

2:10.85	jA	Dortmund (Dui)	2016-01-03
2:11.74	Mneo	Apeldoorn	2018-03-10

1500

4:43.39	jA	Apeldoorn	2015-12-20
4:32.10	jA	Apeldoorn	2016-12-27

Niels Dijkma

40

8.00	jpB	Heerenveen	2017-03-18
7.9	jpA	Drachten	2018-02-03

60

11.36	jpA	Heerenveen	2018-03-17
-------	-----	------------	------------

10.44	jpA	Heerenveen	2019-03-16	5.65	jpA	Heerenveen	2017-03-18
60h				kogel 3			
14.5	jpA	Heerenveen	2017-11-25	4.65	jD	Heerenveen	2018-03-17
hoog				5.31	jD	Heerenveen	2019-03-16
1.00	jpB	Heerenveen	2017-03-18	sprint 2-kamp			
1.00	jpA	Drachten	2018-02-03	183	jD	Heerenveen	2018-03-17
1.15	jpA	Heerenveen	2019-03-16	243	jD	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2				Elin Dirksma			
3.86	jpB	Heerenveen	2017-03-18	40			
4.54	jpA	Heerenveen	2018-03-17	7.90	mpB	Heerenveen	2018-03-17
5.84	jpA	Heerenveen	2019-03-16	hoog			
Tsjerk Dijkma				0.95	mpB	Heerenveen	2018-03-17
1500				kogel 2			
4:43.22	Mneo	Apeldoorn	2016-12-27	3.64	mpB	Heerenveen	2018-03-17
Jelte Dijkstra				Yelena Duijf			
40				40			
8.70	jpC	Heerenveen	2017-03-18	9.31	mpC	Heerenveen	2017-03-18
7.6	jpB	Heerenveen	2017-11-25	hoog			
60				0.65	mpC	Heerenveen	2017-03-18
11.43	jpA	Heerenveen	2019-03-16	balstoten			
40h				3.00	mpC	Heerenveen	2017-03-18
8.8	jpB	Heerenveen	2017-11-25	Jan Elsinga			
hoog				30			
0.85	jpC	Heerenveen	2017-03-18	5.23	jD	Dronten	2017-12-29
0.85	jpB	Heerenveen	2018-03-17	40			
1.00	jpA	Heerenveen	2019-03-16	7.21	jpB	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog				7.04	jpA	Steenwijk	2016-03-12
0.80	jpB	Heerenveen	2017-11-25	6.6	jpA	Drachten	2017-02-04
balstoten				50			
3.96	jpC	Heerenveen	2017-03-18	7.93	jD	Heerenveen	2018-03-17
4.00	jpB	Heerenveen	2017-11-25	7.77	jD	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2				60			
3.21	jpB	Heerenveen	2018-03-17	10.05	jpA	Apeldoorn	2016-03-06
4.07	jpA	Heerenveen	2019-03-16	9.82	jpA	Heerenveen	2017-03-18
Tijs Dijkstra				9.20	jD	Apeldoorn	2018-01-20
40				9.18	jD	Apeldoorn	2019-01-19
8.2	jpB	Drachten	2019-02-02	600			
hurkhoog				2:07.75	jpA	Apeldoorn	2016-03-06
0.85	jpB	Drachten	2019-02-02	1:57.20	jD	Apeldoorn	2019-01-19
balstoten				1000			
5.30	jpB	Drachten	2019-02-02	3:44.95	jD	Apeldoorn	2018-01-20
Wybren Dijkstra				hoog			
40				0.95	jpB	Heerenveen	2015-03-21
9.15	jpB	Heerenveen	2015-03-21	1.15	jpA	Apeldoorn	2016-03-06
50				1.10	jpA	Heerenveen	2017-03-18
10.63	jD	Heerenveen	2018-03-17	1.25	jD	Heerenveen	2018-03-17
10.29	jD	Heerenveen	2019-03-16	1.30	jD	Heerenveen	2019-03-16
60				ver			
12.68	jpA	Heerenveen	2016-03-19	2.83	jpA	Steenwijk	2016-03-12
12.09	jpA	Heerenveen	2017-03-18	3.96	jD	Apeldoorn	2018-01-20
12.27	jD	Heerenveen	2018-03-17	4.07	jD	Apeldoorn	2019-01-19
12.08	jD	Heerenveen	2019-03-16	kogel 2			
hoog				4.62	jpB	Heerenveen	2015-03-21
0.80	jpB	Heerenveen	2015-03-21	5.36	jpA	Steenwijk	2016-03-12
0.85	jpA	Heerenveen	2016-03-19	6.94	jpA	Heerenveen	2017-03-18
0.95	jpA	Heerenveen	2017-03-18	kogel 3			
0.90	jD	Heerenveen	2018-03-17	6.50	jD	Heerenveen	2018-03-17
kogel 2				7.36	jD	Heerenveen	2019-03-16
4.00	jpB	Heerenveen	2015-03-21	sprint 2-kamp			
4.84	jpA	Heerenveen	2016-03-19	1004	jD	Heerenveen	2018-03-17
				1056	jD	Heerenveen	2019-03-16

Rosanna Everts

40	8.5	mpm	Drachten	2018-02-03
hurkhoog	0.60	mpm	Drachten	2018-02-03
balstoten	4.00	cr mpm	Drachten	2018-02-03

Simone Falkena

50	7.80	V	Heerenveen	2013-03-09
60	9.06	V	Heerenveen	2013-03-09
	9.01	cr V35	Apeldoorn	2015-02-14
	9.00	cr V35	Gent (Bel)	2016-01-16
200	28.87	cr V35	Apeldoorn	2016-02-06
400	1:04.33	cr V35	Apeldoorn	2015-02-14
	1:06.21	V35	Apeldoorn	2016-02-13
sprint 2-kamp	951	V	Heerenveen	2013-03-09

Brecht Frensel

50	8.36	mD	Heerenveen	2015-03-21
60	10.50	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	9.70	mD	Heerenveen	2015-03-21
1000	3:33.25	mD	Apeldoorn	2015-01-17
	3:27.62	mD	Apeldoorn	2016-01-23
40h	7.5	mpA	Drachten	2014-02-01
hoog	1.10	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	1.20	mD	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	5.81	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	5.73	mD	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	850	mD	Heerenveen	2015-03-21

Marrit van Gelderen

50	7.14	Vneo	Utrecht	2012-12-21
60	8.21	Vneo	Gent (Bel)	2012-01-15
	7.9	Vneo	Dortmund (Dui)	2013-01-19
	8.20	V	Dortmund (Dui)	2014-01-26
200	27.37	Vneo	Dortmund (Dui)	2011-01-30
	26.70	Vneo	Gent (Bel)	2012-01-15
ver	5.29	Vneo	Amsterdam	2012-02-11
	5.35	Vneo	Apeldoorn	2013-02-16
	5.42	V	Dortmund (Dui)	2014-01-26

Fayenne van Gellekom

40	7.4	mpB	Drachten	2017-02-04
hoog	0.90	mpB	Heerenveen	2017-03-18

hurkhoog	0.80	mpB	Drachten	2017-02-04
balstoten	4.30	mpB	Drachten	2017-02-04
kogel 2	3.53	mpB	Heerenveen	2017-03-18

Elisabeth de Haan

40	6.77	cr mpB	Heerenveen	2016-03-19
50	7.37	cr mD	Heerenveen	2019-03-16
60	9.20	mpA	Heerenveen	2017-03-18
	8.4	cr mpA	Heerenveen	2017-11-25
	8.42	cr mD	Apeldoorn	2019-01-19
600	2:21.12	mpA	Apeldoorn	2017-03-12
60h	10.3	mpA	Heerenveen	2017-11-25
hoog	1.15	cr mpB	Heerenveen	2016-03-19
	1.20	mpA	Heerenveen	2017-03-18
	1.30	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	1.40	mD	Heerenveen	2019-03-16
ver	4.60	mD	Apeldoorn	2019-01-19
kogel 2	3.94	mpB	Heerenveen	2016-03-19
	5.34	mpA	Apeldoorn	2017-03-12
	5.67	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	7.15	mD	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp	1260	mD	Heerenveen	2019-03-16

Gerwin de Haan

30	5.42	jD	Dronten	2011-12-28
40	7.05	jD	Steenwijk	2011-03-05
	6.66	jD	Steenwijk	2012-03-03
	6.32	jC	Steenwijk	2013-03-02
50	7.75	jC	Steenwijk	2013-03-02
	7.18	jC	Heerenveen	2014-03-15
60	9.97	jD	Heerenveen	2011-03-19
	9.55	jD	Heerenveen	2012-03-17
	8.96	jC	Heerenveen	2013-03-09
	8.35	jC	Amsterdam	2013-11-23
	8.00	jB	Dortmund (Dui)	2015-01-04
	7.75	jB	Apeldoorn	2016-02-13
	7.62	jA	Apeldoorn	2017-02-04
	7.67	jA	Apeldoorn	2018-02-03
400	58.65	jB	Gent (Bel)	2014-12-28
	52.94	jA	Apeldoorn	2018-02-10
1000	3:07.56	jB	Apeldoorn	2016-02-14
	2:57.68	jA	Apeldoorn	2017-02-05
	2:52.19	cr jA	Apeldoorn	2018-02-04
50h	10.66	jD	Stadskanaal	2010-11-13
	10.25	jD	Stadskanaal	2011-11-12
	8.61	cr jC	Utrecht	2013-12-20

	8.03	cr	jB	Utrecht	2014-12-19	40				
	7.95	cr	jB	Utrecht	2015-12-18		7.83	mpA	Steenwijk	2014-03-08
60h							7.63	mpA	Steenwijk	2015-03-07
	13.02		jD	Stadskanaal	2010-11-13		7.23	mD	Steenwijk	2017-03-11
	11.96		jD	Apeldoorn	2012-01-21		7.17	mC	Steenwijk	2018-03-10
	11.39		jC	Amsterdam	2012-11-24		7.39	mC	Steenwijk	2019-03-09
	9.58		jC	Utrecht	2014-01-03	50				
	9.33		jB	Gent (Bel)	2014-12-28		8.94	mD	Heerenveen	2016-03-19
	8.95		jB	Gent (Bel)	2016-01-16		8.52	mD	Heerenveen	2017-03-18
	8.76		jA	Apeldoorn	2017-01-28		8.38	mC	Heerenveen	2018-03-17
	8.80		jA	Apeldoorn	2018-01-27		8.58	mC	Heerenveen	2019-03-16
hoog						60				
	1.35		jD	Emmeloord	2011-01-15		11.36	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	1.47		jD	Drachten	2012-02-04		10.70	mpA	Heerenveen	2015-03-21
	1.50		jC	Drachten	2013-02-02		10.49	mD	Utrecht	2015-11-14
	1.68		jC	Utrecht	2014-01-17		9.95	mD	Heerenveen	2017-03-18
	1.70		jB	Dortmund (Dui)	2015-01-04		9.90	mC	Heerenveen	2018-03-17
	1.76		jB	Apeldoorn	2016-02-14		10.00	mC	Heerenveen	2019-03-16
	1.82		jA	Dortmund (Dui)	2016-12-18	600				
	1.85		jA	Apeldoorn	2018-01-27		2:45.5	mpA	Stadskanaal	2014-01-11
hss							2:40.62	mpA	Stadskanaal	2015-01-11
	10.42	cr	jC	Utrecht	2013-12-20	40h				
polshoog							8.9	mpA	Drachten	2014-02-01
	2.83		jB	Utrecht	2014-12-19	60h				
	3.30		jB	Apeldoorn	2016-02-13					
	4.10	cr	jA	Apeldoorn	2017-02-19		12.77	mD	Utrecht	2016-11-12
	4.20	cr	jA	Apeldoorn	2018-01-27	hoog				
ver							1.00	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	3.22		jD	Steenwijk	2011-03-05		1.15	mpA	Heerenveen	2015-03-21
	4.22		jC	Amsterdam	2012-11-24		1.20	mD	Utrecht	2015-11-14
	5.27		jC	Dortmund (Dui)	2014-01-12		1.25	mD	Heerenveen	2017-03-18
	5.71		jB	Gent (Bel)	2014-12-28		1.30	mC	Utrecht	2017-12-16
	5.98		jB	Gent (Bel)	2016-01-16	ver				
	6.16		jA	Apeldoorn	2017-02-04		2.66	mpA	Steenwijk	2014-03-08
	6.07		jA	Apeldoorn	2018-02-03		3.13	mD	Utrecht	2015-12-12
kogel 3							3.59	mD	Utrecht	2016-12-17
	6.31		jD	Emmeloord	2011-01-15		3.61	mC	Steenwijk	2019-03-09
	7.62		jD	Heerenveen	2012-03-17	kogel 2				
	10.25		jD	Enschede	2012-10-28		4.58	mpA	Steenwijk	2014-03-08
kogel 4							5.63	mpA	Heerenveen	2015-03-21
	8.79		jC	Heerenveen	2013-03-09		6.73	mD	Heerenveen	2016-03-19
	10.31		jC	Heerenveen	2014-03-15		7.82	mD	Utrecht	2017-01-21
kogel 5						kogel 3				
	10.79		jB	Stadskanaal	2015-01-11		7.38	mC	Steenwijk	2018-03-10
	13.12		jB	Heerenveen	2016-03-19		7.60	mC	Heerenveen	2019-03-16
kogel 6						sprint 2-kamp				
	12.95		jA	Apeldoorn	2017-02-04		613	mD	Heerenveen	2016-03-19
	12.40		jA	Apeldoorn	2018-02-03		780	mD	Heerenveen	2017-03-18
kogel 7¼							814	mC	Heerenveen	2018-03-17
	11.35		Mneo	Heerenveen	2019-03-16		762	mC	Heerenveen	2019-03-16
sprint 2-kamp						Mees Hiemstra				
	530		jD	Steenwijk	2012-03-03	40				
	1165		jC	Steenwijk	2013-03-02		7.2	jpA	Drachten	2018-02-03
7-kamp							7.3	jpA	Drachten	2019-02-02
	4294		jB	Apeldoorn	2016-02-14	60				
	4636	cr	jA	Apeldoorn	2017-02-05		10.2	jpA	Heerenveen	2017-11-25
	4691	cr	jA	Apeldoorn	2018-02-04		10.18	jpA	Heerenveen	2019-03-16
Hilbert de Haan						60h				
800							12.3	jpA	Heerenveen	2017-11-25
	1:59.74	cr	M	Apeldoorn	2014-03-01	hoog				
Lisanne de Haan							0.90	jpA	Heerenveen	2018-03-17
30							1.00	jpA	Heerenveen	2019-03-16
	6.43		mpA	Dronen	2013-12-27	kogel 2				
							4.71	jpA	Heerenveen	2018-03-17
35							5.90	jpA	Drachten	2019-02-02
	5.97		mpA	Drachten	2014-12-29					

Rutger Hoekstra

40	5.9	jC	Drachten	2018-02-03
50	7.49	jC	Heerenveen	2017-03-18
	7.08	jC	Heerenveen	2018-03-17
60	8.63	jC	Heerenveen	2017-03-18
	8.00	jC	Naaldwijk	2018-03-11
	7.96	jB	Apeldoorn	2019-02-02
1000	3:03.94	jB	Apeldoorn	2019-02-03
60h	9.19	jC	Naaldwijk	2018-03-11
	9.03	jB	Assendelft	2019-01-20
hoog	1.50	jC	Heerenveen	2017-03-18
	1.74	jC	Zoetermeer	2018-03-10
	1.86	jB	Apeldoorn	2019-02-10
hss	12.09	cr jB	Apeldoorn	2019-02-10
polshoog	3.00	jB	Assendelft	2018-01-20
	2.93	jB	Apeldoorn	2019-02-02
ver	5.29	jC	Utrecht	2017-11-11
	5.68	jB	Apeldoorn	2019-02-02
kogel 4	8.20	jC	Heerenveen	2017-03-18
	9.85	jC	Heerenveen	2018-03-17
kogel 5	10.49	jB	Apeldoorn	2019-02-02
sprint 2-kamp	1228	jC	Heerenveen	2017-03-18
	1429	jC	Heerenveen	2018-03-17
	421	jB	Heerenveen	2019-03-16
7-kamp	3925	jB	Apeldoorn	2019-02-03

Jorrit ten Hoeve

40	8.89	jpC	Heerenveen	2012-03-17
	8.44	jpB	Heerenveen	2013-03-09
	7.80	jpA	Steenwijk	2014-03-08
60	11.41	jpA	Heerenveen	2014-03-15
	11.29	jpA	Heerenveen	2015-03-21
40h	9.6	jpA	Drachten	2014-02-01
hoog	0.80	jpC	Heerenveen	2012-03-17
	1.00	jpA	Heerenveen	2014-03-15
	1.00	jpA	Heerenveen	2015-03-21
ver	1.84	jpC	Steenwijk	2012-03-03
	2.80	jpA	Steenwijk	2014-03-08
balstoten	2.62	jpC	Steenwijk	2012-03-03
kogel 1	2.85	jpC	Drachten	2012-02-04
kogel 2	3.60	jpB	Heerenveen	2013-03-09
	3.87	jpA	Heerenveen	2014-03-15
	3.78	jpA	Heerenveen	2015-03-21

Lars van Hoeven

40	6.4	jD	Drachten	2011-02-05
	6.24	jD	Steenwijk	2012-03-03
50	7.73	jD	Stadskanaal	2010-11-13
	7.42	jD	Utrecht	2012-01-06
	7.01	jC	Utrecht	2012-12-21
	6.74	cr jC	Utrecht	2013-12-20
	6.55	jB	Utrecht	2015-01-02
60	8.99	jD	Heerenveen	2011-03-19
	8.38	jD	Apeldoorn	2012-01-21
	7.97	jC	Apeldoorn	2013-01-20
	7.57	cr jC	Apeldoorn	2014-01-19
	7.41	jB	Gent (Bel)	2014-12-28
200	23.14	cr jB	Apeldoorn	2015-03-01
	23.10	cr jA	Apeldoorn	2017-12-03
300	37.56	jC	Gent (Bel)	2013-12-27
400	51.06	cr jC	Apeldoorn	2014-02-08
	50.05	cr jB	Apeldoorn	2015-03-01
	51.78	jB	Apeldoorn	2016-01-30
	49.90	cr jA	Apeldoorn	2017-01-28
	49.08	cr jA	Apeldoorn	2018-01-27
	49.32	Mneo	Gent (Bel)	2019-02-09
800	2:19.17	jC	Apeldoorn	2013-01-20
	2:02.64	cr jB	Gent (Bel)	2016-01-16
	1:55.02	cr jA	Apeldoorn	2017-02-19
	1:51.90	cr jA	Apeldoorn	2018-02-11
	1:51.46	cr Mneo	Apeldoorn	2019-01-26
1000	3:21.80	jD	Apeldoorn	2012-01-21
50h	10.32	jD	Stadskanaal	2010-11-13
60h	12.63	jD	Stadskanaal	2010-11-13
hoog	1.30	jD	Drachten	2011-02-05
	1.35	jD	Heerenveen	2012-03-17
ver	4.53	jD	Utrecht	2012-01-06
	5.15	jC	Apeldoorn	2013-01-20
	5.87	jC	Utrecht	2014-01-03
kogel 3	7.42	jD	Drachten	2011-02-05
	9.30	jD	Steenwijk	2012-03-03
sprint 2-kamp	1070	jD	Stadskanaal	2010-11-13
	1246	jD	Steenwijk	2012-03-03

Nanou Hofmann

30	5.99	mD	Dronten	2016-12-28
40	6.9	mD	Drachten	2017-02-04
50	8.58	mD	Heerenveen	2017-03-18
	8.28	mD	Heerenveen	2018-03-17
	8.17	mC	Heerenveen	2019-03-16
60	9.91	mD	Heerenveen	2017-03-18
	9.40	mD	Amsterdam	2018-02-18

60h	9.33	mC	Utrecht	2018-12-15	kogel 2				
	13.62	mD	Amsterdam	2017-02-18		4.54	mpB	Heerenveen	2017-03-18
	11.94	mD	Apeldoorn	2018-01-20		4.54	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	11.37	mC	Apeldoorn	2019-01-20		5.47	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
hoog					Ilse Huisman				
	1.20	mD	Amsterdam	2017-02-18	40				
	1.35	mD	Utrecht	2017-11-11		7.99	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	1.30	mC	Utrecht	2018-12-15	hoog				
ver						0.90	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	3.31	mD	Amsterdam	2017-02-18	balstoten				
	3.85	mD	Amsterdam	2018-02-18		3.64	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	4.09	mC	Utrecht	2018-11-10					
kogel 2					Meike Huistra				
	7.12	mD	Heerenveen	2017-03-18	40				
	8.44	mD	Heerenveen	2018-03-17		7.38	mpC	Apeldoorn	2016-03-06
kogel 3						7.26	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
	7.70	mC	Utrecht	2018-12-15		6.8	mpA	Drachten	2018-02-03
sprint 2-kamp						6.7	mpA	Drachten	2019-02-02
	776	mD	Heerenveen	2017-03-18	60				
	889	mD	Heerenveen	2018-03-17		9.72	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
	931	mC	Heerenveen	2019-03-16		9.23	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
Hademar Hoornveld					600				
40						2:24.50	cr mpC	Apeldoorn	2016-03-06
	7.7	jpC	Drachten	2014-02-01		2:25.38	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
	7.6	jpB	Drachten	2015-02-07		2:14.57	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
hoog						2:08.59	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
	0.90	jpB	Heerenveen	2015-03-21	60h				
hurkhoog						11.4	mpA	Heerenveen	2017-11-25
	0.55	jpC	Drachten	2014-02-01	hoog				
	0.85	jpB	Drachten	2015-02-07		1.10	cr mpC	Apeldoorn	2016-03-06
balstoten						1.10	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
	3.40	jpC	Drachten	2014-02-01		1.25	mpA	Heerenveen	2018-03-17
	3.50	jpB	Drachten	2015-02-07		1.30	mpA	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2					ver				
	3.35	jpB	Heerenveen	2015-03-21		3.11	cr mpC	Apeldoorn	2016-03-06
						4.16	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
Britt Huisman					kogel 2				
30						3.75	mpB	Apeldoorn	2017-03-12
	5.83	mpA	Dronten	2017-12-29		6.20	mpA	Drachten	2018-02-03
40						6.97	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
	7.78	mpC	Heerenveen	2016-03-19	Morris Hulsman				
	7.16	mpB	Heerenveen	2017-03-18	40				
	7.1	mpA	Drachten	2018-02-03		7.61	jpB	Steenwijk	2015-03-07
	6.9	mpA	Drachten	2019-02-02		7.38	jpA	Steenwijk	2017-03-11
60						6.9	JD	Drachten	2018-02-03
	10.20	mpA	Apeldoorn	2018-03-11	50				
	9.90	mpA	Apeldoorn	2019-03-03		8.47	JD	Heerenveen	2018-03-17
600						8.24	JD	Heerenveen	2019-03-16
	2:26.90	mpB	Apeldoorn	2017-03-12	60				
	2:21.99	mpA	Apeldoorn	2018-03-11		10.44	jpA	Heerenveen	2016-03-19
	2:13.34	mpA	Apeldoorn	2019-03-03		9.98	jpA	Heerenveen	2017-03-18
60h						9.82	JD	Heerenveen	2018-03-17
	11.0	mpA	Heerenveen	2017-11-25		9.68	JD	Heerenveen	2019-03-16
hoog					600				
	0.85	mpC	Heerenveen	2016-03-19		2:27.25	JD	Apeldoorn	2018-01-20
	0.95	mpB	Heerenveen	2017-03-18	hoog				
	1.15	mpA	Heerenveen	2018-03-17		1.00	jpB	Heerenveen	2015-03-21
	1.20	mpA	Heerenveen	2019-03-16		1.05	jpA	Heerenveen	2016-03-19
ver						1.10	jpA	Steenwijk	2017-03-11
	3.82	mpA	Apeldoorn	2019-03-03		1.25	JD	Drachten	2018-02-03
balstoten						1.25	JD	Heerenveen	2019-03-16
	4.26	mpC	Heerenveen	2016-03-19	hurkhoog				
						0.95	jpB	Drachten	2015-02-07

kogel 5					7.82	M	Apeldoorn		2016-03-05
8.35	jB	Heerenveen	2018-03-17		50h				
sprint 2-kamp					8.46	Mneo	Utrecht		2014-12-19
1194	jD	Heerenveen	2015-03-21		hoog				
1159	jC	Heerenveen	2016-03-19		1.60	jA	Heerenveen		2011-03-19
1385	jC	Heerenveen	2017-03-18		1.55	jA	Heerenveen		2012-03-17
954	jB	Heerenveen	2018-03-17		1.60	Mneo	Heerenveen		2013-03-09
					1.70	Mneo	Heerenveen		2015-03-21
Famke Jongstra									
40									
7.9	mpC	Drachten	2015-02-07		13.53	cr jA	Apeldoorn		2012-02-11
8.05	mpB	Heerenveen	2016-03-19		13.45	Mneo	Apeldoorn		2013-02-16
					13.92	cr Mneo	Apeldoorn		2014-03-01
					14.00	cr Mneo	Apeldoorn		2015-02-21
60									
10.54	mpA	Heerenveen	2017-03-18		polshoog				
					2.13	Mneo	Utrecht		2014-12-19
hoog									
0.65	mpC	Heerenveen	2015-03-21		ver				
0.95	mpB	Heerenveen	2016-03-19		5.81	jA	Heerenveen		2012-01-28
1.10	mpA	Heerenveen	2017-03-18		6.23	Mneo	Dortmund (Dui)		2013-01-19
					5.99	Mneo	Dortmund (Dui)		2014-01-12
					6.26	Mneo	Apeldoorn		2015-01-25
hurkhoog					6.45	M	Amsterdam		2016-02-06
0.75	mpC	Drachten	2015-02-07						
ver									
2.36	mpC	Steenwijk	2015-03-07		kogel 6				
					8.68	jA	Heerenveen		2011-03-19
					9.62	jA	Heerenveen		2012-03-17
balstoten									
3.47	mpC	Steenwijk	2015-03-07		kogel 7¼				
					9.06	Mneo	Heerenveen		2013-03-09
kogel 2					10.08	Mneo	Zoetermeer		2015-01-17
3.83	mpB	Heerenveen	2016-03-19		10.44	M	Heerenveen		2016-03-19
3.97	mpA	Heerenveen	2017-03-18						
Cas Jonker									
40									
8.39	jpm	Heerenveen	2016-03-19		872	jA	Heerenveen		2011-03-19
7.88	jpC	Heerenveen	2017-03-18		992	jA	Heerenveen		2012-03-17
7.3	jpB	Heerenveen	2017-11-25		1125	Mneo	Heerenveen		2013-03-09
					1135	Mneo	Heerenveen		2015-03-21
40h									
8.2	jpB	Heerenveen	2017-11-25		Norah Keijzer				
hoog					40				
0.80	jpm	Heerenveen	2016-03-19		8.42	mpm	Heerenveen		2014-03-15
0.85	jpC	Heerenveen	2017-03-18		7.81	mpC	Steenwijk		2015-03-07
0.80	jpB	Heerenveen	2018-03-17		7.46	mpB	Heerenveen		2016-03-19
					7.2	mpA	Drachten		2017-02-04
					7.1	mpA	Drachten		2018-02-03
hurkhoog					50				
0.75	jpB	Drachten	2018-02-03		8.67	mD	Heerenveen		2019-03-16
balstoten					60				
3.63	jpm	Heerenveen	2016-03-19		10.56	mpA	Apeldoorn		2017-03-12
5.61	jpC	Heerenveen	2017-03-18		10.10	mpA	Apeldoorn		2018-03-11
5.70	jpB	Drachten	2018-02-03		10.18	mD	Heerenveen		2019-03-16
kogel 2					600				
4.93	jpB	Heerenveen	2018-03-17		2:17.37	mpA	Apeldoorn		2017-03-12
					2:07.68	mpA	Apeldoorn		2018-03-11
Jelger Kan					60h				
kogel 7¼					11.8	mpA	Heerenveen		2017-11-25
9.21	jA	Heerenveen	2014-03-15		hoog				
Rienk Kan					0.65	mpm	Heerenveen		2014-03-15
50					0.80	mpC	Heerenveen		2015-03-21
7.09	jA	Heerenveen	2011-03-19		1.00	mpB	Heerenveen		2016-03-19
6.95	jA	Heerenveen	2012-03-17		1.10	mpA	Heerenveen		2017-03-18
6.79	Mneo	Heerenveen	2013-03-09		1.05	mpA	Drachten		2018-02-03
6.75	Mneo	Utrecht	2013-12-20		ver				
6.74	Mneo	Heerenveen	2015-03-21		2.36	mpC	Steenwijk		2015-03-07
60					3.46	mpA	Apeldoorn		2018-03-11
8.28	jA	Heerenveen	2011-03-19		balstoten				
8.04	jA	Heerenveen	2012-03-17		4.06	mpC	Heerenveen		2015-03-21
7.80	Mneo	Heerenveen	2013-03-09		kogel 1				
7.81	Mneo	Utrecht	2013-12-20		2.70	mpm	Heerenveen		2014-03-15
7.83	Mneo	Heerenveen	2015-03-21						

Gijs Kraaij					60	9.34	JD	Heerenveen	2019-03-16
50	8.67	JD	Heerenveen	2017-03-18	1000	3:43.24	JD	Apeldoorn	2019-01-19
60	10.42	jpA	Heerenveen	2016-03-19	hoog	1.15	JD	Heerenveen	2019-03-16
	10.32	JD	Heerenveen	2017-03-18	ver	3.64	JD	Apeldoorn	2019-01-19
hoog	0.95	jpA	Heerenveen	2016-03-19	kogel 3	6.46	JD	Heerenveen	2019-03-16
	1.05	JD	Heerenveen	2017-03-18	sprint 2-kamp	975	JD	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2	5.56	jpA	Heerenveen	2016-03-19	Jildau Kuipers				
kogel 3	5.07	JD	Heerenveen	2017-03-18	40	7.77	mpC	Heerenveen	2017-03-18
sprint 2-kamp	698	JD	Heerenveen	2017-03-18	hoog	0.85	mpC	Heerenveen	2017-03-18
Maaïke Kramer					hurkhoog	0.80	mpC	Drachten	2017-02-04
40	9.03	mpm	Steenwijk	2011-03-05	balstoten	3.70	mpC	Drachten	2017-02-04
	8.29	mpC	Steenwijk	2012-03-03	Liam de Lang				
	7.99	mpB	Steenwijk	2013-03-02	30	6.53	jpm	Dronten	2016-12-28
60	11.72	mpA	Heerenveen	2014-03-15		6.22	jpC	Dronten	2017-12-29
	11.84	mpA	Heerenveen	2015-03-21		5.74	jpB	Dronten	2018-12-28
40h	8.8	mpA	Drachten	2014-02-01	40	8.67	jpm	Steenwijk	2017-03-11
hoog	0.75	mpm	Heerenveen	2011-03-19		7.1	cr jpC	Drachten	2018-02-03
	0.90	mpC	Heerenveen	2012-03-17		6.9	jpB	Drachten	2019-02-02
	1.00	mpB	Heerenveen	2013-03-09	50	9.45	jpC	Utrecht	2017-11-11
	1.00	mpA	Heerenveen	2014-03-15		8.91	jpB	Utrecht	2018-11-10
	1.15	mpA	Heerenveen	2015-03-21	600	2:47.62	jpC	Apeldoorn	2018-03-11
ver	1.91	mpm	Steenwijk	2011-03-05		2:27.14	jpB	Apeldoorn	2019-03-03
	2.30	mpC	Steenwijk	2012-03-03	40h	7.8	cr jpC	Heerenveen	2017-11-25
	2.79	mpB	Steenwijk	2013-03-02	hoog	0.80	jpm	Dronten	2016-12-28
balstoten	4.14	mpC	Steenwijk	2012-03-03		1.05	cr jpC	Heerenveen	2018-03-17
kogel 2	4.13	mpB	Steenwijk	2013-03-02		1.15	jpB	Utrecht	2018-11-10
	4.74	mpA	Heerenveen	2014-03-15	hurkhoog	0.85	cr jpC	Drachten	2018-02-03
	5.23	mpA	Heerenveen	2015-03-21		1.05	cr jpB	Drachten	2019-02-02
Ties Kramer					ver	2.29	jpm	Steenwijk	2017-03-11
40	9.27	jpC	Heerenveen	2015-03-21		3.20	jpC	Apeldoorn	2018-03-11
hoog	0.65	jpC	Heerenveen	2015-03-21		3.47	jpB	Apeldoorn	2019-03-03
balstoten	3.71	jpC	Heerenveen	2015-03-21	balstoten	4.08	jpm	Steenwijk	2017-03-11
Folkert Oege Krol						6.20	cr jpC	Heerenveen	2018-03-17
40	7.57	jpC	Heerenveen	2019-03-16		7.30	cr jpB	Drachten	2019-02-02
hoog	0.90	jpC	Heerenveen	2019-03-16	kogel 1	3.21	jpm	Dronten	2016-12-28
balstoten	4.81	jpC	Heerenveen	2019-03-16		3.79	jpC	Dronten	2017-12-29
Max Kroon					kogel 2	5.82	jpB	Dronten	2018-12-28
50	8.01	JD	Heerenveen	2019-03-16	vortex	19.02	jpC	Utrecht	2017-11-11

Yara Lanza

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

Wendy Leenstra

50					
	8.10	mC	Heerenveen	2019-03-16	
sprint 2-kamp					
	474	mC	Heerenveen	2019-03-16	

Iris Linnebank

40					
	8.57	mpC	Heerenveen	2016-03-19	
	7.82	mpB	Heerenveen	2017-03-18	
	7.76	mpA	Steenwijk	2018-03-10	
	7.5	mpA	Drachten	2019-02-02	

60					
	11.03	mpA	Heerenveen	2018-03-17	
	10.99	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

60h					
	12.2	mpA	Heerenveen	2017-11-25	

hoog					
	0.80	mpC	Heerenveen	2016-03-19	
	0.85	mpB	Heerenveen	2017-03-18	
	1.00	mpA	Heerenveen	2018-03-17	
	1.05	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

hurkhoog					
	0.80	mpB	Drachten	2017-02-04	

ver					
	2.47	mpC	Steenwijk	2016-03-12	
	2.53	mpB	Steenwijk	2017-03-11	
	2.84	mpA	Steenwijk	2018-03-10	

balstoten					
	3.35	mpC	Heerenveen	2016-03-19	
	4.70	mpB	Drachten	2017-02-04	

kogel 2					
	4.08	mpB	Heerenveen	2017-03-18	
	3.93	mpA	Steenwijk	2018-03-10	
	6.10	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

Jens Linnebank

40					
	7.39	jpB	Steenwijk	2015-03-07	
	7.44	jpA	Steenwijk	2016-03-12	
	7.01	jpA	Steenwijk	2017-03-11	
	6.93	jd	Steenwijk	2018-03-10	

50					
	8.40	jd	Heerenveen	2018-03-17	
	8.21	jd	Heerenveen	2019-03-16	

60					
	10.42	jpA	Heerenveen	2016-03-19	
	9.89	jpA	Heerenveen	2017-03-18	
	9.77	jd	Heerenveen	2018-03-17	
	9.61	jd	Heerenveen	2019-03-16	

hoog					
	1.05	jpB	Heerenveen	2015-03-21	
	1.10	jpA	Heerenveen	2016-03-19	
	1.25	jpA	Heerenveen	2017-03-18	
	1.25	jd	Heerenveen	2018-03-17	
	1.25	jd	Heerenveen	2019-03-16	

ver					
	3.08	jpB	Steenwijk	2015-03-07	
	2.90	jpA	Steenwijk	2016-03-12	
	3.65	jd	Steenwijk	2018-03-10	

balstoten					
	4.68	jpB	Steenwijk	2015-03-07	

kogel 2					
	4.10	jpB	Heerenveen	2015-03-21	
	5.65	jpA	Steenwijk	2016-03-12	
	6.13	jpA	Heerenveen	2017-03-18	

kogel 3					
	5.50	jd	Drachten	2018-02-03	
	5.87	jd	Heerenveen	2019-03-16	

sprint 2-kamp					
	854	jd	Steenwijk	2018-03-10	
	892	jd	Heerenveen	2019-03-16	

Hans Lolkema

kogel 7¼					
	14.72	cr M45	Apeldoorn	2018-02-04	

Janne vd Mark

30					
	6.30	mpB	Dronten	2017-12-29	

40					
	8.24	mpB	Heerenveen	2018-03-17	

hoog					
	0.95	mpB	Heerenveen	2018-03-17	

kogel 2					
	3.03	mpB	Dronten	2017-12-29	

Thom vd Mark

30					
	5.79	jd	Dronten	2017-12-29	

40					
	7.4	jpA	Drachten	2017-02-04	

50					
	8.96	jd	Heerenveen	2018-03-17	

60					
	11.37	jpA	Apeldoorn	2017-03-12	
	10.68	jd	Heerenveen	2018-03-17	

600					
	2:27.85	jpA	Apeldoorn	2017-03-12	

hoog					
	1.15	jpA	Apeldoorn	2017-03-12	
	1.20	jd	Heerenveen	2018-03-17	

kogel 2					
	7.25	jpA	Apeldoorn	2017-03-12	

kogel 3					
	6.77	jd	Heerenveen	2018-03-17	

sprint 2-kamp					
	599	jd	Heerenveen	2018-03-17	

Fenna vd Meer

40					
	8.0	mpm	Drachten	2018-02-03	
	7.94	mpm	Heerenveen	2019-03-16	

40h					
	10.0	mpm	Heerenveen	2017-11-25	

hoog					
	0.85	cr mpm	Heerenveen	2019-03-16	

hurkhoog					
	0.75	cr mpm	Drachten	2018-02-03	

0.85	cr	mpm	Drachten	2019-02-02	10.87	jpA	Heerenveen	2017-03-18	
balstoten					10.80	jD	Heerenveen	2018-03-17	
2.40		mpm	Drachten	2018-02-03	hoog				
4.18	cr	mpm	Heerenveen	2019-03-16	0.95	jpB	Heerenveen	2015-03-21	
Sem vd Meer					1.00	jpA	Heerenveen	2016-03-19	
40					1.10	jpA	Heerenveen	2017-03-18	
7.53		jpB	Heerenveen	2017-03-18	1.05	jD	Heerenveen	2018-03-17	
hoog					ver				
0.90		jpB	Heerenveen	2017-03-18	2.81	jpA	Steenwijk	2016-03-12	
kogel 2					kogel 2				
4.65		jpB	Heerenveen	2017-03-18	4.10	jpB	Heerenveen	2015-03-21	
					4.45	jpA	Steenwijk	2016-03-12	
					5.40	jpA	Drachten	2017-02-04	
Sjoerd vd Meer					kogel 3				
40					5.84	jD	Heerenveen	2018-03-17	
7.4		jpC	Drachten	2018-02-03	sprint 2-kamp				
7.6		jpB	Drachten	2019-02-02	548	jD	Heerenveen	2018-03-17	
7.27		jpB	Heerenveen	2019-03-16	Dean Meindertsma				
40h					50				
8.8		jpC	Heerenveen	2017-11-25	8.86	jD	Heerenveen	2019-03-16	
hoog					60				
0.90		jpC	Heerenveen	2018-03-17	10.7	jpA	Heerenveen	2017-11-25	
1.05		jpB	Heerenveen	2019-03-16	10.10	jD	Heerenveen	2019-03-16	
hurkhoog					60h				
0.85	cr	jpC	Drachten	2018-02-03	12.7	jpA	Heerenveen	2017-11-25	
0.95		jpB	Drachten	2019-02-02	hoog				
balstoten					1.05	jpA	Heerenveen	2017-11-25	
5.59		jpC	Heerenveen	2018-03-17	1.10	jD	Heerenveen	2019-03-16	
6.60		jpB	Drachten	2019-02-02	kogel 2				
kogel 2					4.70	jpA	Heerenveen	2017-11-25	
5.31		jpB	Heerenveen	2019-03-16	kogel 3				
Isabelle Meijer					5.09	jD	Heerenveen	2019-03-16	
40					sprint 2-kamp				
8.1		mpC	Drachten	2018-02-03	698	jD	Heerenveen	2019-03-16	
7.7		mpB	Drachten	2019-02-02	Noah Mosselaar				
hoog					40				
0.90		mpC	Heerenveen	2018-03-17	8.5	jpA	Drachten	2018-02-03	
hurkhoog					8.6	jpA	Drachten	2019-02-02	
0.75		mpC	Drachten	2018-02-03	60				
0.85		mpB	Drachten	2019-02-02	12.21	jpA	Heerenveen	2018-03-17	
balstoten					11.54	jpA	Heerenveen	2019-03-16	
4.91		mpC	Heerenveen	2018-03-17	60h				
5.20		mpB	Drachten	2019-02-02	14.9	jpA	Heerenveen	2017-11-25	
Kjeld Meijer					hoog				
60					0.95	jpA	Heerenveen	2018-03-17	
10.99		jpA	Heerenveen	2016-03-19	0.95	jpA	Heerenveen	2019-03-16	
hoog					kogel 2				
1.10		jpA	Heerenveen	2016-03-19	3.70	jpA	Drachten	2018-02-03	
kogel 2					5.40	jpA	Drachten	2019-02-02	
4.99		jpA	Heerenveen	2016-03-19	Lennert Naeff				
Tim Meijer					30				
40					5.43	jD	Dronten	2014-12-29	
8.57		jpB	Heerenveen	2015-03-21	40				
7.89		jpA	Steenwijk	2016-03-12	7.66	jpB	Heerenveen	2011-03-19	
7.7		jpA	Drachten	2017-02-04	7.41	jpA	Steenwijk	2012-03-03	
7.4		jD	Drachten	2018-02-03	6.9	jD	Drachten	2015-02-07	
50					50				
9.18		jD	Heerenveen	2018-03-17	8.26	jD	Heerenveen	2014-03-15	
60					8.14	jD	Heerenveen	2015-03-21	
11.47		jpA	Heerenveen	2016-03-19	7.91	jC	Heerenveen	2016-03-19	
					7.66	jC	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2017-02-11	

60									
	10.03	jpA	Heerenveen	2013-03-09					
	9.84	jD	Heerenveen	2014-03-15					
	9.56	jD	Heerenveen	2015-03-21					
	9.10	jC	Amsterdam	2015-11-21					
	8.13	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-08					
150									
	22.29	jC	Apeldoorn	2016-02-06					
300									
	48.07	jC	Apeldoorn	2016-02-06					
1000									
	3:24.71	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-09					
50h									
	10.43	jD	Stadskanaal	2015-01-11					
60h									
	12.33	jD	Stadskanaal	2015-01-11					
	10.08	jB	Bordeaux (Fra)	2019-02-09					
hoog									
	1.05	jpB	Heerenveen	2011-03-19					
	1.25	jpA	Heerenveen	2013-03-09					
	1.30	jD	Drachten	2014-02-01					
	1.35	jD	Heerenveen	2015-03-21					
	1.40	jC	Heerenveen	2016-03-19					
	1.48	jC	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2017-02-04					
	1.60	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-01-06					
	1.73	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-08					
polshoog									
	2.60	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-01-10					
	3.80	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-16					
ver									
	3.15	jpA	Steenwijk	2012-03-03					
	3.88	jD	Amsterdam	2014-12-07					
	4.34	jC	Apeldoorn	2016-01-24					
	4.34	jC	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2017-02-11					
	5.53	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-08					
kogel 2									
	5.34	jpB	Emmeloord	2011-01-15					
	6.42	jpA	Steenwijk	2012-03-03					
	6.66	jpA	Heerenveen	2013-03-09					
kogel 3									
	6.18	jD	Heerenveen	2014-03-15					
	7.73	jD	Heerenveen	2015-03-21					
kogel 4									
	7.68	jC	Heerenveen	2016-03-19					
	8.52	jC	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2017-01-14					
kogel 5									
	9.20	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-02-04					
	11.73	jB	Bordeaux (Fra)	2019-02-09					
sprint 2-kamp									
	915	jD	Heerenveen	2015-03-21					
	1005	jC	Heerenveen	2016-03-19					
7-kamp									
	3466	jB	Vouneuil-sous-Biard (Fra)	2018-12-09					
Ilya Nauta									
30									
	5.20	jpA	Dronten	2017-12-29					
	5.15	jD	Dronten	2018-12-28					
40									
	6.6	jpA	Drachten	2017-02-04					
	6.3	jpA	Drachten	2018-02-03					
	6.3	jD	Drachten	2019-02-02					
50									
	7.99	jD	Heerenveen	2019-03-16					
60									
	9.49	jpA	Heerenveen	2017-03-18					
	9.21	jpA	Amsterdam	2018-02-18					
	9.07	jD	Apeldoorn	2019-01-06					
600									
	2:04.33	jpA	Apeldoorn	2017-03-12					
	1:55.9	cr jpA	Stadskanaal	2018-01-14					
60h									
	10.2	cr jpA	Heerenveen	2017-11-25					
	11.91	jD	Apeldoorn	2019-01-06					
hoog									
	1.20	jpA	Heerenveen	2017-03-18					
	1.35	cr jpA	Drachten	2018-02-03					
	1.25	jD	Drachten	2019-02-02					
ver									
	3.88	jpA	Amsterdam	2018-02-18					
kogel 2									
	6.12	jpA	Heerenveen	2017-03-18					
	7.08	jpA	Apeldoorn	2018-03-11					
kogel 3									
	6.57	jD	Heerenveen	2019-03-16					
sprint 2-kamp									
	983	jD	Heerenveen	2019-03-16					
Carmen Oostra									
40									
	8.83	mpC	Heerenveen	2017-03-18					
	8.20	mpB	Heerenveen	2018-03-17					
hoog									
	0.70	mpC	Heerenveen	2017-03-18					
	0.80	mpB	Heerenveen	2018-03-17					
ver									
	1.95	mpC	Steenwijk	2017-03-11					
balstoten									
	4.06	mpC	Heerenveen	2017-03-18					
kogel 2									
	3.08	mpB	Heerenveen	2018-03-17					
Kim Otten									
40									
	7.13	mpA	Steenwijk	2015-03-07					
	7.05	mpA	Steenwijk	2016-03-12					
	6.3	mD	Drachten	2018-02-03					
50									
	8.20	mD	Heerenveen	2017-03-18					
	7.76	mD	Heerenveen	2018-03-17					
	7.67	mC	Heerenveen	2019-03-16					
60									
	10.10	mpA	Heerenveen	2015-03-21					
	10.25	mpA	Heerenveen	2016-03-19					
	9.67	mD	Heerenveen	2017-03-18					
	8.89	mD	Heerenveen	2018-03-17					
	8.75	mC	Heerenveen	2019-03-16					
40h									
	8.7	mpA	Drachten	2015-02-07					
60h									
	11.95	mD	Utrecht	2017-01-28					
hoog									
	1.10	mpA	Drachten	2015-02-07					
	1.10	mpA	Heerenveen	2016-03-19					
	1.23	mD	Utrecht	2017-01-28					
	1.25	mD	Heerenveen	2018-03-17					
ver									
	3.14	mpA	Steenwijk	2015-03-07					
	3.45	mD	Apeldoorn	2016-12-27					

4.21	mD	Utrecht		2017-12-16	Sanne Pultrum				
kogel 2					30				
5.55	mpA	Heerenveen		2015-03-21		5.79	mpA	Dronten	2016-12-28
6.21	mpA	Heerenveen		2016-03-19		5.49	mD	Heerde	2018-11-24
7.17	mD	Heerenveen		2017-03-18					
8.38	mD	Heerenveen		2018-03-17	40				
kogel 3						7.3	mpA	Drachten	2017-02-04
7.76	mC	Heerenveen		2019-03-16		7.0	mpA	Drachten	2018-02-03
sprint 2-kamp						6.84	mD	Steenwijk	2019-03-09
884	mD	Heerenveen		2017-03-18	50				
1115	mD	Heerenveen		2018-03-17		8.22	mD	Steenwijk	2019-03-09
1163	mC	Heerenveen		2019-03-16	60				
Hylke Paulusma						10.47	mpA	Apeldoorn	2017-03-12
50						9.9	mpA	Heerenveen	2017-11-25
8.71	jD	Heerenveen		2017-03-18		9.72	mD	Heerenveen	2019-03-16
8.69	jD	Heerenveen		2018-03-17	600				
60						2:12.77	mpA	Apeldoorn	2017-03-12
10.54	jpA	Heerenveen		2016-03-19		2:05.48	cr mpA	Apeldoorn	2018-03-11
9.92	jD	Apeldoorn		2017-01-21		1:57.88	mD	Apeldoorn	2019-01-19
9.92	jD	Heerenveen		2018-03-17	60h				
600						12.4	mpA	Heerenveen	2017-11-25
2:10.01	jpA	Apeldoorn		2016-03-06	hoog				
1000						1.15	mpA	Heerenveen	2017-03-18
3:41.24	jD	Apeldoorn		2017-01-21		1.20	mpA	Heerenveen	2018-03-17
hoog						1.25	mD	Heerenveen	2019-03-16
0.95	jpA	Heerenveen		2016-03-19	ver				
1.15	jD	Heerenveen		2017-03-18		3.20	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
1.05	jD	Heerenveen		2018-03-17		3.25	mD	Steenwijk	2019-03-09
kogel 2					kogel 2				
6.02	jpA	Heerenveen		2016-03-19		5.12	mpA	Apeldoorn	2017-03-12
kogel 3						5.37	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
4.80	jD	Heerenveen		2017-03-18		7.31	mD	Drachten	2019-02-02
6.72	jD	Heerenveen		2018-03-17	sprint 2-kamp				
sprint 2-kamp						937	mD	Steenwijk	2019-03-09
713	jD	Heerenveen		2017-03-18	Lois Richardson				
754	jD	Heerenveen		2018-03-17	30				
Jeroen Piek						5.89	mpB	Dronten	2017-12-29
40					40				
5.19	M	Zoetermeer		2019-02-02		8.49	mpm	Steenwijk	2016-03-12
50						7.89	mpC	Steenwijk	2017-03-11
6.18	M	Zoetermeer		2019-02-02		7.1	mpB	Drachten	2018-02-03
60						7.42	mpA	Steenwijk	2019-03-09
7.20	M	Amsterdam		2016-03-12	50				
7.09	M	Apeldoorn		2017-02-11		9.37	mpB	Utrecht	2017-11-11
7.01	cr M	Apeldoorn		2019-01-26	60				
sprint 3-kamp						10.34	mpA	Heerenveen	2019-03-16
2394	M	Zoetermeer		2019-02-02	600				
Norah Pont						2:37.86	mpC	Apeldoorn	2017-03-12
40						2:26.50	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
7.34	mpB	Apeldoorn		2018-03-11	40h				
6.9	mpA	Drachten		2019-02-02		7.8	mpB	Heerenveen	2017-11-25
60					hoog				
9.56	mpA	Apeldoorn		2019-03-03		0.70	mpm	Heerenveen	2016-03-19
600						0.70	mpC	Heerenveen	2017-03-18
2:15.24	cr mpB	Apeldoorn		2018-03-11		1.00	mpB	Heerenveen	2018-03-17
2:08.02	mpA	Apeldoorn		2019-03-03		1.10	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
hoog					hurkhoog				
1.05	mpB	Apeldoorn		2018-03-11		0.85	mpC	Drachten	2017-02-04
1.20	mpA	Apeldoorn		2019-03-03		0.90	mpB	Drachten	2018-02-03
kogel 2					ver				
4.59	mpB	Apeldoorn		2018-03-11		1.84	mpm	Steenwijk	2016-03-12
6.00	mpA	Apeldoorn		2019-03-03		2.55	mpC	Apeldoorn	2017-03-12
						2.72	mpB	Steenwijk	2018-03-10
						3.02	mpA	Steenwijk	2019-03-09

balstoten				
2.90	mpm	Heerenveen	2016-03-19	
4.40	mpC	Heerenveen	2017-03-18	
5.10	mpB	Drachten	2018-02-03	

kogel 2				
4.43	mpB	Utrecht	2017-11-11	
5.70	mpA	Drachten	2019-02-02	

Bernice Ritsema

40				
8.44	mpC	Heerenveen	2019-03-16	

hoog				
0.55	mpC	Heerenveen	2019-03-16	

hurkhoog				
0.60	mpC	Drachten	2019-02-02	

balstoten				
3.10	mpC	Drachten	2019-02-02	

Claudette Ritsema

60				
9.94	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

hoog				
0.85	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

kogel 2				
4.17	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

Solène Ritsema

40				
7.2	mpA	Drachten	2019-02-02	

60				
11.52	mpA	Heerenveen	2018-03-17	
10.48	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

hoog				
1.00	mpA	Heerenveen	2018-03-17	
1.10	mpA	Heerenveen	2019-03-16	

kogel 2				
3.84	mpA	Heerenveen	2018-03-17	
4.90	mpA	Drachten	2019-02-02	

Jeltsje Scholtens

40				
9.01	mpC	Heerenveen	2016-03-19	

hoog				
0.65	mpC	Heerenveen	2016-03-19	

balstoten				
3.42	mpC	Heerenveen	2016-03-19	

Annemijn Schoonhoven

40				
8.47	mpC	Heerenveen	2016-03-19	
8.01	mpB	Heerenveen	2017-03-18	

60				
11.25	mpA	Heerenveen	2018-03-17	

hoog				
0.80	mpC	Heerenveen	2016-03-19	
0.85	mpB	Heerenveen	2017-03-18	
0.90	mpA	Heerenveen	2018-03-17	

balstoten				
4.24	mpC	Heerenveen	2016-03-19	

kogel 2				
3.67	mpB	Heerenveen	2017-03-18	
4.56	mpA	Heerenveen	2018-03-17	

Elin Schouten

40				
7.0	mpB	Drachten	2018-02-03	

40h				
8.6	mpB	Heerenveen	2017-11-25	

hoog				
1.00	mpB	Heerenveen	2018-03-17	

hurkhoog				
0.90	mpB	Heerenveen	2017-11-25	

balstoten				
4.60	mpB	Heerenveen	2017-11-25	

kogel 2				
3.98	mpB	Heerenveen	2018-03-17	

René Schultinga

40				
6.69	jpA	Steenwijk	2014-03-08	
6.88	jd	Steenwijk	2015-03-07	
6.68	jd	Steenwijk	2016-03-12	

50				
8.64	jd	Steenwijk	2015-03-07	
8.06	jd	Heerenveen	2016-03-19	

60				
10.02	jpA	Heerenveen	2013-03-09	
9.61	jpA	Heerenveen	2014-03-15	
9.35	jd	Heerenveen	2016-03-19	

600				
1:53.87	jd	Stadskanaal	2016-01-09	

1000				
3:11.00	jd	Apeldoorn	2016-02-06	

40h				
7.0	jpA	Drachten	2014-02-01	

hoog				
1.10	jpA	Heerenveen	2013-03-09	
1.25	jpA	Heerenveen	2014-03-15	
1.30	jd	Heerenveen	2016-03-19	

ver				
3.60	jd	Steenwijk	2015-03-07	

kogel 2				
4.61	jpA	Heerenveen	2013-03-09	
6.02	jpA	Heerenveen	2014-03-15	

sprint 2-kamp				
851	jd	Steenwijk	2015-03-07	
991	jd	Steenwijk	2016-03-12	

Ties ter Schure

40				
8.51	jpC	Heerenveen	2017-03-18	
7.2	jpB	Heerenveen	2017-11-25	
7.74	jpA	Steenwijk	2019-03-09	

60				
11.08	jpA	Heerenveen	2019-03-16	

40h				
8.3	jpB	Heerenveen	2017-11-25	

hoog				
0.90	jpC	Heerenveen	2017-03-18	
0.95	jpB	Heerenveen	2018-03-17	
1.10	jpA	Drachten	2019-02-02	

hurkhoog				
0.90	jpB	Heerenveen	2017-11-25	

ver				
2.76	jpB	Steenwijk	2018-03-10	
2.88	jpA	Steenwijk	2019-03-09	

balstoten									
	4.56	jpC	Heerenveen	2017-03-18	60	10.65	mpA	Heerenveen	2014-03-15
	5.80	jpB	Drachten	2018-02-03		10.09	mpA	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2						9.57	mD	Apeldoorn	2016-01-23
	4.55	jpB	Heerenveen	2018-03-17		9.43	mD	Apeldoorn	2017-01-15
	6.20	jpA	Drachten	2019-02-02		9.06	mC	Apeldoorn	2018-01-07
						9.00	mC	Apeldoorn	2019-01-20
Jolanda Smedinga					200				
						30.66	mC	Apeldoorn	2019-01-06
50					40h				
	8.57	V45	Heerenveen	2012-03-17		7.9	mpA	Drachten	2014-02-01
	9.04	V50	Heerenveen	2018-03-17		7.8	mpA	Drachten	2015-02-07
60					60h				
	9.54	cr V45	Gent (Bel)	2011-03-18		11.87	mD	Apeldoorn	2017-01-15
	9.87	V45	Heerenveen	2012-03-17					
	9.71	V45	Apeldoorn	2013-02-09	hoog				
	10.51	V50	Heerenveen	2018-03-17		0.90	mpA	Drachten	2014-02-01
200						1.00	mpA	Heerenveen	2015-03-21
	32.36	cr V45	Gent (Bel)	2011-03-16		1.10	mD	Heerenveen	2016-03-19
	33.69	V45	Apeldoorn	2013-02-10		1.20	mC	Heerenveen	2018-03-17
400					ver				
	1:19.06	cr V45	Apeldoorn	2013-02-09		2.78	mpA	Steenwijk	2014-03-08
800						4.04	mC	Apeldoorn	2019-01-20
	2:51.3	cr V45	Gent (Bel)	2011-03-17	kogel 2				
	2:51.15	V45	Apeldoorn	2012-03-04		4.50	mpA	Drachten	2014-02-01
	3:02.66	V45	Apeldoorn	2013-02-10		4.81	mpA	Heerenveen	2015-03-21
hoog					kogel 3				
	1.15	cr V45	Heerenveen	2012-03-17		5.82	mD	Heerenveen	2016-03-19
kogel 4						6.22	mC	Heerenveen	2018-03-17
	5.39	V45	Heerenveen	2012-03-17	sprint 2-kamp				
sprint 2-kamp						869	mD	Heerenveen	2016-03-19
	590	V45	Heerenveen	2012-03-17		1005	mC	Heerenveen	2018-03-17
	373	V50	Heerenveen	2018-03-17					
Sian Smit					Daan Stegeman				
40					40				
	7.63	mpB	Heerenveen	2016-03-19		7.1	jpB	Drachten	2018-02-03
	7.4	mpA	Drachten	2017-02-04	60				
	7.1	mpA	Drachten	2018-02-03		10.49	jpA	Heerenveen	2019-03-16
50					hoog				
	8.40	mD	Heerenveen	2019-03-16		0.85	jpB	Heerenveen	2018-03-17
60						0.95	jpA	Heerenveen	2019-03-16
	10.83	mpA	Heerenveen	2017-03-18	hurkhoog				
	10.58	mpA	Heerenveen	2018-03-17		0.85	jpB	Drachten	2018-02-03
	9.93	mD	Heerenveen	2019-03-16	balstoten				
60h						5.10	jpB	Drachten	2018-02-03
	15.0	mpA	Heerenveen	2017-11-25	kogel 2				
hoog						3.47	jpB	Heerenveen	2018-03-17
	0.70	mpB	Heerenveen	2016-03-19		5.30	jpA	Heerenveen	2019-03-16
	0.90	mpA	Drachten	2017-02-04	Hugo Stegeman				
	1.00	mpA	Drachten	2018-02-03	40				
	1.05	mD	Heerenveen	2019-03-16		6.94	jpA	Steenwijk	2015-03-07
kogel 2						6.5	jd	Drachten	2017-02-04
	4.01	mpB	Heerenveen	2016-03-19	50				
	5.21	mpA	Heerenveen	2017-03-18		8.14	jd	Heerenveen	2016-03-19
	6.46	mpA	Heerenveen	2018-03-17		8.04	jd	Heerenveen	2017-03-18
	6.65	mD	Heerenveen	2019-03-16		7.15	jc	Heerenveen	2018-03-17
sprint 2-kamp						6.74	cr jc	Heerenveen	2019-03-16
	805	mD	Heerenveen	2019-03-16	60				
Marit Staal						10.17	jpA	Heerenveen	2014-03-15
40						9.69	jpA	Heerenveen	2015-03-21
	7.72	mpA	Steenwijk	2014-03-08		9.36	jd	Heerenveen	2016-03-19
50						9.08	jd	Heerenveen	2017-03-18
	8.24	mD	Heerenveen	2016-03-19		8.30	jc	Heerenveen	2018-03-17
	7.92	mC	Heerenveen	2018-03-17		7.87	jc	Heerenveen	2019-03-16

40h					6.32	mC	Steenwijk		2015-03-07	
	7.9	jpA	Drachten	2014-02-01	50					
	8.5	jpA	Drachten	2015-02-07						
hoog					7.98	mD	Steenwijk		2013-03-02	
					7.81	mD	Heerenveen		2014-03-15	
	1.15	jpA	Heerenveen	2014-03-15	7.60	mC	Heerenveen		2015-03-21	
	1.20	jpA	Heerenveen	2015-03-21	7.66	mB	Heerenveen		2018-03-17	
	1.30	jD	Heerenveen	2016-03-19	60					
	1.45	jD	Heerenveen	2017-03-18						
	1.60	jC	Heerenveen	2018-03-17		10.55	mpA	Heerenveen		2011-03-19
	1.70	jC	Heerenveen	2019-03-16		9.36	mD	Apeldoorn		2013-01-19
						9.01	mD	Amsterdam		2013-11-23
kogel 2					8.84	mC	Amsterdam		2014-12-07	
	5.12	jpA	Heerenveen	2014-03-15	8.72	mC	Amsterdam		2016-01-10	
	7.00	jpA	Drachten	2015-02-07	8.96	mB	Amsterdam		2016-12-11	
kogel 3					8.91	mB	Heerenveen		2018-03-17	
	6.27	jD	Heerenveen	2016-03-19	150					
	7.90	jD	Heerenveen	2017-03-18						
					21.43	mC	Apeldoorn		2016-02-06	
kogel 4					200					
	9.13	jC	Heerenveen	2018-03-17						
	10.78	jC	Heerenveen	2019-03-16	28.92	mC	Gent (Bel)		2016-01-16	
sprint 2-kamp					300					
	949	jD	Heerenveen	2016-03-19		48.16	mC	Apeldoorn		2016-02-06
	983	jD	Heerenveen	2017-03-18	50h					
	1382	jC	Heerenveen	2018-03-17		9.24	cr mD	Utrecht		2013-12-20
	1594	jC	Heerenveen	2019-03-16		8.25	cr mC	Utrecht		2014-12-19
Merle Sterkenburgh					60h					
						10.48	cr mD	Utrecht		2014-01-03
40					9.63	mC	Amsterdam		2014-12-07	
	8.23	mpm	Heerenveen	2016-03-19	9.73	mC	Gent (Bel)		2016-01-16	
	7.7	mpC	Drachten	2017-02-04	9.48	mB	Apeldoorn		2017-01-28	
	7.4	mpB	Drachten	2018-02-03	9.56	mB	Amsterdam		2018-01-13	
	7.4	mpA	Drachten	2019-02-02	hoog					
					0.90	mpA	Heerenveen		2011-03-19	
60					1.15	mpA	Emmeloord		2011-10-29	
	10.72	mpA	Heerenveen	2019-03-16	1.30	mD	Heerenveen		2013-03-09	
600					1.50	mD	Heerenveen		2014-03-15	
	2:29.71	mpB	Apeldoorn	2018-03-11	1.45	mC	Heerenveen		2015-03-21	
	2:30.14	mpA	Apeldoorn	2019-03-03	1.45	mC	Apeldoorn		2015-12-20	
hoog					1.50	mB	Dortmund (Dui)		2017-01-08	
	0.70	mpm	Heerenveen	2016-03-19	1.50	mB	Apeldoorn		2018-01-27	
	0.85	mpC	Heerenveen	2017-03-18	hss					
	0.95	mpB	Heerenveen	2018-03-17	10.06	mB	Vught		2018-01-20	
	1.00	mpA	Apeldoorn	2019-03-03	ver					
hurkhoog					3.15	mpA	Steenwijk		2011-03-05	
	0.75	mpC	Drachten	2017-02-04	3.91	mD	Steenwijk		2013-03-02	
	0.90	mpB	Drachten	2018-02-03	4.48	mD	Amsterdam		2013-11-23	
ver					4.62	mC	Amsterdam		2014-12-07	
	2.32	mpm	Steenwijk	2016-03-12	4.78	mC	Gent (Bel)		2016-01-16	
	2.48	mpC	Steenwijk	2017-03-11	4.90	mB	Dortmund (Dui)		2016-12-18	
	2.88	mpB	Steenwijk	2018-03-10	4.69	mB	Vught		2018-01-20	
balstoten					kogel 2					
	2.75	mpm	Heerenveen	2016-03-19	4.77	mpA	Heerenveen		2011-03-19	
	4.25	mpC	Heerenveen	2017-03-18	6.02	mpA	Emmeloord		2011-10-29	
	4.82	mpB	Steenwijk	2018-03-10	7.25	mpA	Emmeloord		2012-10-27	
					9.90	mD	Drachten		2014-02-01	
kogel 2					kogel 3					
	4.05	mpB	Heerenveen	2018-03-17	8.94	mC	Heerenveen		2015-03-21	
	4.60	mpA	Drachten	2019-02-02	9.21	mC	Dortmund (Dui)		2016-01-03	
					10.21	mB	Apeldoorn		2016-12-18	
					10.85	mB	Heerenveen		2018-03-17	
Terri Talan					kogel 4					
30					9.43	mA	Heerenveen		2019-03-16	
	5.25	mD	Dronen	2013-12-27	sprint 2-kamp					
35					1031	mD	Steenwijk		2013-03-02	
	6.56	mpA	Emmeloord	2011-10-29	1158	mC	Heerenveen		2015-03-21	
	6.14	mpA	Emmeloord	2012-10-27	1025	mB	Heerenveen		2018-03-17	
40										
	7.37	mpA	Steenwijk	2011-03-05						
	6.65	mD	Steenwijk	2013-03-02						
	6.41	mD	Steenwijk	2014-03-08						

Hessel Teijema

40				
	8.51	jpC	Steenwijk	2017-03-11
	7.5	jpB	Heerenveen	2017-11-25
	7.8	jpA	Drachten	2019-02-02

40h	8.5	jpB	Heerenveen	2017-11-25
-----	-----	-----	------------	------------

hoog				
	0.75	jpC	Heerenveen	2017-03-18
	0.95	jpA	Drachten	2019-02-02

hurkhoog				
	0.70	jpC	Drachten	2017-02-04
	0.80	jpB	Drachten	2018-02-03

ver				
	2.10	jpC	Steenwijk	2017-03-11

balstoten				
	3.98	jpC	Heerenveen	2017-03-18
	4.80	jpB	Drachten	2018-02-03

kogel 2				
	4.30	jpA	Drachten	2019-02-02

Alicia vd Tempel

50				
	8.57	mD	Heerenveen	2017-03-18
	8.65	mD	Heerenveen	2018-03-17

60				
	10.73	mpA	Heerenveen	2016-03-19
	10.25	mD	Heerenveen	2017-03-18
	9.85	mD	Heerenveen	2018-03-17

1000				
	4:10.37	mD	Apeldoorn	2017-01-21

hoog				
	1.00	mpA	Heerenveen	2016-03-19
	1.10	mD	Heerenveen	2017-03-18
	1.15	mD	Heerenveen	2018-03-17
	1.30	mC	Heerenveen	2019-03-16

kogel 2				
	4.87	mpA	Heerenveen	2016-03-19
	5.53	mD	Heerenveen	2017-03-18
	6.49	mD	Heerenveen	2018-03-17

sprint 2-kamp				
	726	mD	Heerenveen	2017-03-18
	772	mD	Heerenveen	2018-03-17

Leia vd Tempel

50				
	7.73	mD	Heerenveen	2017-03-18
	7.58	mC	Heerenveen	2018-03-17
	7.59	mC	Heerenveen	2019-03-16

60				
	9.13	mD	Heerenveen	2017-03-18
	8.92	mC	Heerenveen	2018-03-17
	8.77	mC	Heerenveen	2019-03-16

600				
	2:05.09	mD	Apeldoorn	2017-01-21

hoog				
	1.20	mD	Heerenveen	2017-03-18
	1.15	mC	Heerenveen	2018-03-17
	1.20	mC	Heerenveen	2019-03-16

kogel 2				
	6.06	mD	Heerenveen	2017-03-18

kogel 3				
	5.40	mC	Heerenveen	2018-03-17
	7.13	mC	Heerenveen	2019-03-16

sprint 2-kamp

	1075	mD	Heerenveen	2017-03-18
	1149	mC	Heerenveen	2018-03-17
	1176	mC	Heerenveen	2019-03-16

Kahlan Veen

50				
	7.93	mD	Heerenveen	2014-03-15
	7.53	mD	Heerenveen	2015-03-21
	7.37	mC	Heerenveen	2016-03-19

60				
	9.49	mD	Heerenveen	2014-03-15
	8.81	mD	Heerenveen	2015-03-21
	8.55	mC	Heerenveen	2016-03-19

600				
	1:54.00	mD	Apeldoorn	2015-01-17

60h				
	9.85	mC	Apeldoorn	2016-01-24

hoog				
	1.05	mD	Heerenveen	2014-03-15
	1.35	mD	Heerenveen	2015-03-21
	1.35	mC	Heerenveen	2016-03-19

ver				
	4.35	mD	Apeldoorn	2015-01-17
	4.86	mC	Apeldoorn	2016-01-24
	4.55	mB	Apeldoorn	2018-12-23

kogel 2				
	6.56	mD	Heerenveen	2014-03-15
	9.46	mD	Heerenveen	2015-03-21

kogel 3				
	9.63	mC	Heerenveen	2016-03-19
	11.00	mC	Heerenveen	2017-03-18
	12.44	mB	Heerenveen	2018-03-17
	11.48	mB	Apeldoorn	2018-12-23

sprint 2-kamp				
	1182	mD	Heerenveen	2015-03-21
	1273	mC	Heerenveen	2016-03-19

Dennis Veenker

60				
	7.50	Mneo	Utrecht	2014-12-19

50h				
	7.70	Mneo	Utrecht	2014-12-19

60h				
	9.57	Mneo	Apeldoorn	2013-01-05

polshoog					
	4.30	cr	Mneo	Apeldoorn	2014-03-01

Ziggy Veldman

40				
	7.18	jpA	Steenwijk	2015-03-07
	7.10	jpA	Steenwijk	2016-03-12
	6.5	JD	Drachten	2017-02-04
	6.2	JD	Drachten	2018-02-03

50				
	8.01	JD	Heerenveen	2017-03-18
	7.51	JD	Heerenveen	2018-03-17
	7.32	JC	Heerenveen	2019-03-16

60				
	10.26	jpA	Heerenveen	2015-03-21
	9.80	jpA	Heerenveen	2016-03-19
	9.22	JD	Heerenveen	2017-03-18
	8.65	JD	Apeldoorn	2018-01-20
	8.29	JC	Apeldoorn	2019-01-20

200				
	29.42	JC	Apeldoorn	2019-01-06

40h	8.6	jpA	Drachten	2015-02-07	kogel 3	6.16	jD	Heerenveen	2016-03-19
						6.95	jD	Drachten	2017-02-04
60h	11.34	jD	Utrecht	2017-11-11	sprint 2-kamp	807	jD	Heerenveen	2016-03-19
	10.13	jC	Apeldoorn	2018-12-23		1057	jD	Heerenveen	2017-03-18
hoog	1.05	jpA	Drachten	2015-02-07		1167	jC	Heerenveen	2018-03-17
	1.10	jpA	Heerenveen	2016-03-19		1293	jC	Heerenveen	2019-03-16
	1,15	jD	Drachten	2017-02-04	Jodie Vianen				
	1.30	jD	Heerenveen	2018-03-17	40				
	1.45	jC	Heerenveen	2019-03-16	8.20	mpC	Heerenveen	2019-03-16	
ver	3.39	jpA	Steenwijk	2015-03-07	hoog	0.90	mpC	Heerenveen	2019-03-16
	3.88	jD	Apeldoorn	2017-01-21	hurkhoog	0.80	mpC	Drachten	2019-02-02
	4.72	jD	Utrecht	2017-12-16	balstoten	3.70	mpC	Drachten	2019-02-02
	5.15	jC	Apeldoorn	2019-01-20					
kogel 2	5.41	jpA	Heerenveen	2015-03-21	Ellemeike Visser				
	5.80	jpA	Heerenveen	2016-03-19	40	6.3	mpA	Drachten	2018-02-03
kogel 3	6.23	jD	Drachten	2017-02-04		6.3	mpA	Drachten	2019-02-02
	8.41	jD	Utrecht	2017-11-11	60	9.65	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
kogel 4	7.09	jC	Heerenveen	2019-03-16		9.29	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
sprint 2-kamp	1000	jD	Heerenveen	2017-03-18	600	2:10.11	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
	1191	jD	Heerenveen	2018-03-17		2:00.30	cr mpA	Apeldoorn	2019-03-03
	1297	jC	Heerenveen	2019-03-16	60h	11.4	mpA	Heerenveen	2017-11-25
Rick Velkers					hoog	1.15	mpA	Apeldoorn	2018-03-11
40	6.5	jD	Drachten	2017-02-04		1.15	mpA	Drachten	2019-02-02
50	8.51	jD	Heerenveen	2016-03-19	ver	4.03	mpA	Apeldoorn	2019-03-03
	7.86	jD	Heerenveen	2017-03-18	kogel 2	4.78	mpA	Amsterdam	2018-02-18
	7.56	jC	Heerenveen	2018-03-17		5.60	mpA	Drachten	2019-02-02
	7.33	jC	Heerenveen	2019-03-16	Fedde Visser				
60	10.08	jpA	Heerenveen	2015-03-21	40	9.33	jpm	Heerenveen	2017-03-18
	9.62	jD	Heerenveen	2016-03-19		8.4	jpm	Heerenveen	2017-11-25
	9.08	jD	Heerenveen	2017-03-18	40h	11.1	jpm	Heerenveen	2017-11-25
	8.85	jC	Heerenveen	2018-03-17	hoog	0.75	jpm	Heerenveen	2017-03-18
	8.42	jC	Apeldoorn	2019-01-20	hurkhoog	0.75	cr jpm	Heerenveen	2017-11-25
200	27.85	jC	Apeldoorn	2018-12-23	balstoten	1.68	jpm	Heerenveen	2017-03-18
400	1:06.56	jC	Apeldoorn	2018-12-23		2.90	jpm	Heerenveen	2017-11-25
600	2:07.32	jD	Apeldoorn	2017-01-21	Ruben Visser				
800	2:40.25	jC	Apeldoorn	2018-01-21	40	7.7	jpA	Drachten	2018-02-03
	2:32.11	jC	Apeldoorn	2019-01-20		7.4	jpA	Drachten	2019-02-02
1000	3:40.41	jD	Apeldoorn	2016-01-23	60	11.12	jpA	Apeldoorn	2018-03-11
	3:37.63	jD	Apeldoorn	2017-01-21		10.64	jpA	Heerenveen	2019-03-16
	3:29.32	jC	Apeldoorn	2018-01-07	600	2:18.71	jpA	Apeldoorn	2018-03-11
40h	8.0	jpA	Drachten	2015-02-07	hoog	1.10	jpA	Heerenveen	2018-03-17
hoog	1.15	jpA	Drachten	2015-02-07					
	1.20	jD	Heerenveen	2016-03-19					
	1.35	jD	Heerenveen	2017-03-18					
kogel 2	6.40	jpA	Drachten	2015-02-07					

1.15	jpA	Heerenveen	2019-03-16	7.36	JB	Heerenveen	2019-03-16
kogel 2				60			
6.23	jpA	Apeldoorn	2018-03-11	10.44	JD	Heerenveen	2015-03-21
5.30	jpA	Drachten	2019-02-02	9.13	JC	Heerenveen	2017-03-18
				8.70	JC	Heerenveen	2018-03-17
				8.59	JB	Heerenveen	2019-03-16
Amarins Voskuilen							
30				hoog			
6.14	mpA	Dronen	2017-12-29	1.25	JD	Drachten	2015-02-07
				1.30	JD	Steenwijk	2016-03-12
60				1.55	JC	Heerenveen	2017-03-18
10.80	mpA	Heerenveen	2018-03-17	1.55	JC	Heerenveen	2018-03-17
60h				1.60	JB	Heerenveen	2019-03-16
13.2	mpA	Heerenveen	2017-11-25	ver			
hoog				3.68	JD	Steenwijk	2015-03-07
1.10	mpA	Heerenveen	2018-03-17	4.33	JC	Apeldoorn	2017-01-22
				4.36	JC	Steenwijk	2018-03-10
kogel 2				kogel 3			
4.17	mpA	Dronen	2017-12-29	6.75	JD	Heerenveen	2015-03-21
				9.01	JD	Steenwijk	2016-03-12
Féra Fieke de Vries							
40				kogel 4			
6.9	mD	Drachten	2017-02-04	10.73	JC	Apeldoorn	2016-12-27
				10.42	JC	Steenwijk	2018-03-10
50				kogel 5			
9.33	mD	Heerenveen	2016-03-19	10.39	JB	Heerenveen	2019-03-16
8.61	mD	Heerenveen	2017-03-18	sprint 2-kamp			
8.57	mC	Heerenveen	2018-03-17	619	JD	Heerenveen	2015-03-21
8.16	mC	Heerenveen	2019-03-16	1058	JC	Heerenveen	2017-03-18
60				1209	JC	Steenwijk	2018-03-10
10.40	mD	Apeldoorn	2016-01-23	698	JB	Heerenveen	2019-03-16
10.04	mD	Heerenveen	2017-03-18	Julian Vries			
10.06	mC	Heerenveen	2018-03-17	50			
9.63	mC	Heerenveen	2019-03-16	8.45	JD	Heerenveen	2015-03-21
800				8.20	JD	Utrecht	2015-12-18
3:00.55	mD	Dortmund (Dui)	2016-12-18	8.03	JC	Heerenveen	2017-03-18
1000				7.60	JC	Heerenveen	2018-03-17
3:50.54	mD	Apeldoorn	2016-01-23	60			
4:04.15	mD	Apeldoorn	2017-01-15	9.60	JD	Apeldoorn	2015-01-17
3:54.22	mC	Apeldoorn	2018-01-07	9.17	JD	Apeldoorn	2016-01-23
60h				9.08	JC	Apeldoorn	2017-01-22
13.65	mD	Apeldoorn	2017-01-15	8.56	JC	Apeldoorn	2018-01-21
hoog				150			
1.35	mD	Heerenveen	2016-03-19	23.19	JD	Apeldoorn	2016-02-06
1.20	mD	Drachten	2017-02-04	200			
1.15	mC	Heerenveen	2018-03-17	30.48	JC	Apeldoorn	2016-12-27
ver				28.19	JC	Apeldoorn	2018-01-07
3.51	mD	Dortmund (Dui)	2016-12-18	400			
kogel 2				1:03.96	JC	Apeldoorn	2018-01-07
5.99	mD	Heerenveen	2016-03-19	800			
8.41	mD	Heerenveen	2017-03-18	2:43.27	JC	Apeldoorn	2017-01-22
kogel 3				2:28.37	JC	Apeldoorn	2017-12-03
6.76	mC	Heerenveen	2018-03-17	1000			
8.06	mC	Heerenveen	2019-03-16	3:44.40	JD	Apeldoorn	2016-01-23
sprint 2-kamp				3:40.99	JC	Apeldoorn	2017-01-15
537	mD	Heerenveen	2016-03-19	50h			
750	mD	Heerenveen	2017-03-18	10.35	JD	Utrecht	2015-12-18
754	mC	Heerenveen	2018-03-17	hoog			
899	mC	Heerenveen	2019-03-16	1.15	JD	Heerenveen	2015-03-21
Johan de Vries							
40				1.20	JC	Heerenveen	2017-03-18
7.2	JD	Drachten	2015-02-07	1.50	JC	Heerenveen	2018-03-17
6.2	JC	Drachten	2017-02-04	kogel 4			
6.29	JC	Steenwijk	2018-03-10	9.42	JC	Apeldoorn	2017-01-22
50				7.34	JC	Heerenveen	2018-03-17
9.04	JD	Heerenveen	2015-03-21	sprint 2-kamp			
7.81	JC	Heerenveen	2017-03-18	815	JD	Heerenveen	2015-03-21
7.56	JC	Heerenveen	2018-03-17	935	JC	Heerenveen	2017-03-18

1190	jc	Heerenveen	2018-03-17	Marijn Wijkstra			
Thygo de Vries				40	9.91	jpC	Heerenveen 2013-03-09
30					8.4	jpB	Drachten 2014-02-01
5.57	jpA	Dronten	2017-12-29		9.06	jpA	Steenwijk 2015-03-07
40				60	12.97	jpA	Heerenveen 2015-03-21
6.97	jpB	Steenwijk	2017-03-12		13.16	jpA	Heerenveen 2016-03-19
60				hoog	0.65	jpC	Heerenveen 2013-03-09
9.5	jpA	Heerenveen	2017-11-25		0.80	jpB	Heerenveen 2014-03-15
9.22	jpA	Apeldoorn	2019-03-03		0.85	jpA	Heerenveen 2015-03-21
600					0.95	jpA	Heerenveen 2016-03-19
2:10.09	cr jpB	Steenwijk	2017-03-12	hurkhoog	0.65	jpB	Drachten 2014-02-01
2:10.92	jpA	Apeldoorn	2018-03-11	ver	1.78	jpC	Steenwijk 2013-03-02
2:07.70	jpA	Apeldoorn	2019-03-03		2.11	jpB	Steenwijk 2014-03-08
60h					2.34	jpA	Steenwijk 2015-03-07
11.4	jpA	Heerenveen	2017-11-25	balstoten	3.20	jpB	Drachten 2014-02-01
hoog				kogel 1	3.34	jpC	Heerenveen 2013-03-09
1.05	jpB	Heerenveen	2017-03-18		3.58	jpB	Steenwijk 2014-03-08
1.05	jpA	Apeldoorn	2018-03-11	kogel 2	4.58	jpA	Heerenveen 2015-03-21
1.25	jpA	Apeldoorn	2019-03-03		4.53	jpA	Heerenveen 2016-03-19
hurkhoog				Sybout Wijma			
0.95	jpB	Drachten	2017-02-04	50	6.67	M	Utrecht 2011-01-21
ver					6.53	M	Utrecht 2012-01-20
3.45	jpB	Steenwijk	2017-03-12		6.66	M	Utrecht 2012-12-21
balstoten				60	7.66	M	Gent (Bel) 2011-02-04
6.70	jpB	Drachten	2017-02-04		7.54	M	Utrecht 2012-01-20
kogel 2					7.74	M	Utrecht 2012-12-21
5.51	jpB	Heerenveen	2017-03-18	200	24.55	M	Dortmund (Dui) 2011-01-30
6.25	jpA	Heerenveen	2018-03-17		24.27	M	Gent (Bel) 2012-01-15
7.90	jpA	Apeldoorn	2019-03-03	400	53.22	M	Gent (Bel) 2011-02-04
Luuk Wiebenga					53.83	M	Gent (Bel) 2012-02-10
60				800	2:04.75	M	Dortmund (Dui) 2011-01-30
9.21	jpA	Emmeloord	2011-01-15	kogel 7¼	9.44	M	Heerenveen 2014-03-15
200				Sverre Wolters			
24.14	ja	Apeldoorn	2017-12-03	40	7.6	jpC	Heerenveen 2017-11-25
600					7.77	jpB	Apeldoorn 2019-03-03
1:58.6	cr jpA	Stadskanaal	2010-11-13	600	2:33.09	jpB	Apeldoorn 2019-03-03
hoog				40h	10.1	jpC	Heerenveen 2017-11-25
1.25	jpA	Stadskanaal	2010-11-13	hoog	0.75	jpB	Heerenveen 2019-03-16
kogel 2				hurkhoog	0.70	jpC	Drachten 2018-02-03
7.55	jpA	Emmeloord	2011-01-15		0.75	jpB	Drachten 2019-02-02
Laurens Wiersema				balstoten	4.10	jpC	Drachten 2018-02-03
40					5.00	jpB	Drachten 2019-02-02
8.29	jpC	Heerenveen	2017-03-18	Anniek Wiersum			
hoog				40	7.3	mpA	Drachten 2019-02-02
0.85	jpC	Heerenveen	2017-03-18	60	11.30	mpA	Heerenveen 2018-03-17
balstoten					10.76	mpA	Heerenveen 2019-03-16
5.28	jpC	Heerenveen	2017-03-18	hoog	0.85	mpA	Heerenveen 2018-03-17
Anniek Wiersum					1.00	mpA	Heerenveen 2019-03-16
40				kogel 2	3.63	mpA	Heerenveen 2018-03-17
7.3	mpA	Drachten	2019-02-02		3.61	mpA	Heerenveen 2019-03-16
60							

kogel 2					800				
3.08	jpB	Heerenveen		2019-03-16	2:42.52	mC	Apeldoorn		2018-12-23
Berber vd Woude					1000				
50					3:42.61	mD	Apeldoorn		2018-01-07
9.39	mD	Heerenveen		2016-03-19	3:21.22	mC	Apeldoorn		2019-01-06
8.69	mC	Heerenveen		2018-03-17	hoog				
60					0.95	mpC	Heerenveen		2013-03-09
11.59	mpA	Heerenveen		2015-03-21	1.00	mpB	Heerenveen		2014-03-15
10.90	mD	Heerenveen		2016-03-19	1.10	mpA	Heerenveen		2015-03-21
10.47	mD	Heerenveen		2017-03-18	1.20	mpA	Heerenveen		2016-03-19
10.26	mC	Heerenveen		2018-03-17	1.25	mD	Heerenveen		2017-03-18
hoog					1.30	mD	Steenwijk		2018-03-10
0.90	mpA	Heerenveen		2015-03-21	1.35	mC	Heerenveen		2019-03-16
1.05	mD	Heerenveen		2016-03-19	hurkhoog				
kogel 2					1.00	mpB	Drachten		2014-02-01
4.13	mpA	Heerenveen		2015-03-21	ver				
3.97	mD	Heerenveen		2016-03-19	2.43	mpC	Steenwijk		2013-03-02
4.70	mD	Heerenveen		2017-03-18	3.13	mpB	Steenwijk		2014-03-08
kogel 3					3.69	mD	Apeldoorn		2017-01-21
4.93	mC	Heerenveen		2018-03-17	4.59	mD	Utrecht		2017-12-16
sprint 2-kamp					4.12	mC	Apeldoorn		2018-12-23
503	mD	Heerenveen		2016-03-19	balstoten				
309	mD	Heerenveen		2017-03-18	4.80	mpB	Drachten		2014-02-01
703	mC	Heerenveen		2018-03-17	kogel 1				
Pelle vd Woude					3.96	mpC	Steenwijk		2013-03-02
40					kogel 2				
7.87	jpC	Heerenveen		2015-03-21	4.25	mpB	Heerenveen		2014-03-15
7.32	jpB	Heerenveen		2016-03-19	5.84	mpA	Heerenveen		2016-03-19
60					6.19	mD	Heerenveen		2017-03-18
10.59	jpA	Heerenveen		2017-03-18	8.13	mD	Heerenveen		2018-03-17
10.05	jpA	Heerenveen		2018-03-17	kogel 3				
hoog					7.42	mC	Heerenveen		2019-03-16
0.95	jpC	Heerenveen		2015-03-21	sprint 2-kamp				
0.95	jpB	Heerenveen		2016-03-19	992	mD	Steenwijk		2017-03-11
1.15	jpA	Heerenveen		2017-03-18	1058	mD	Heerenveen		2018-03-17
1.20	jpA	Heerenveen		2018-03-17	1135	mC	Steenwijk		2019-03-16
balstoten					Timotej Zoetendal				
4.27	jpC	Heerenveen		2015-03-21	40				
kogel 2					7.0	jpB	Drachten		2018-02-03
4.08	jpB	Heerenveen		2016-03-19	7.3	jpA	Drachten		2019-02-02
5.10	jpA	Heerenveen		2017-03-18	60				
6.23	jpA	Heerenveen		2018-03-17	10.25	jpA	Heerenveen		2019-03-16
Ruth Zijlstra					600				
40					2:17.32	jpB	Apeldoorn		2018-03-11
7.88	mpC	Heerenveen		2013-03-09	40h				
6.9	mpB	Drachten		2014-02-01	8.0	cr jpB	Heerenveen		2017-11-25
7.09	mpA	Steenwijk		2016-03-12	hoog				
6.71	mD	Steenwijk		2017-03-11	0.90	jpB	Heerenveen		2018-03-17
6.58	mD	Steenwijk		2018-03-10	1.00	jpA	Heerenveen		2019-03-16
6.47	mC	Steenwijk		2019-03-09	hurkhoog				
50					0.85	jpB	Drachten		2018-02-03
8.10	mD	Heerenveen		2017-03-18	ver				
7.84	mD	Heerenveen		2018-03-17	2.92	jpB	Apeldoorn		2018-03-11
7.65	mC	Heerenveen		2019-03-16	balstoten				
60					5.60	jpB	Drachten		2018-02-03
10.19	mpA	Heerenveen		2016-03-19	kogel 2				
9.55	mD	Apeldoorn		2017-01-21	4.36	jpB	Apeldoorn		2018-03-11
9.10	mD	Heerenveen		2018-03-17	4.80	jpA	Drachten		2019-02-02
8.78	mC	Apeldoorn		2019-01-06	600				
1:53.65	mD	Apeldoorn		2018-01-20					