

# AV Heerenveen

Jaaroverzicht indoor en cross

2015



Indoor Tuk 7 maart 2015 (foto: Benity photography, [www.benity.nl](http://www.benity.nl))

# Inleiding

Heerenveen, 4 april 2015,

Hierbij het overzicht van het indoorseizoen, lopend van 1 oktober 2014 t/m 31 maart 2015. Verbeteringen en aanvullingen op dit overzicht graag melden via email (HarmZijlstra@outlook.com). Omdat het crosseizoen vrijwel parallel loopt met het indoorseizoen, is er ook enige aandacht voor de cross. Zie het hoofdstuk 'Kampioenschappen'. Omdat de cross zich wat minder laat vangen in cijfers, is het overzicht hiervan uiteraard beperkt. Dit mede ook door het wegvallen van het Friese crosscircuit.

In de ranglijsten en prestatielijsten in dit overzicht is geen onderscheid gemaakt tussen hand- en elektronische tijden op de sprintnummers (t/m 400 meter). Alleen de beste prestatie is opgenomen, met verrekening van de standaard bijtellingen voor de handtijden (+0,24 of +0,14: zie hieronder bij clubrecords). In enkele gevallen lag een (gecorrigeerde) handtijd zo dicht bij een elektronisch gemeten tijd, dat ze - ter informatie - alle twee zijn opgenomen.

Voor de clubrecords wordt geen 'dubbele boekhouding' bijgehouden voor hand- en elektronische sprintprestaties. De 'beste' tijd is het clubrecord, waarbij handtijden ter vergelijking een correctie krijgen van +0,24 (t/m 300 meter) of +0,14 (400m). Een clubrecord van 8,0 seconden over 60 meter is dus gelijkwaardig aan een elektronisch gemeten tijd van 8,24 seconden.

Inhoud:

Aantallen prestaties per locatie	3
Aantallen prestaties per categorie	3
Aantallen prestaties per nummer	4
Kampioenschappen	4
Verbeterde en nieuwe clubrecords	7
Aantal verbeterde clubrecords per atleet	8
Totaal aantal actieve clubrecords per atleet	8
Prestaties per categorie / atleet	9
Ranglijsten	15

Versiebeheer:

1.0	2015-04-04	Eerste versie
1.1	2015-04-06	Enkele kleine aanpassingen
1.2	2015-09-25	Enkele foutjes weggewerkt
1.3	2016-12-28	Foutje hersteld

## Prestaties per locatie

Wanneer en waar werden de jaarprestaties geleverd (aantallen)

2014-12-07	Amsterdam	6
2014-12-19	Utrecht	12
2014-12-28	Gent (Be)	8
2014-12-29	Dronten	7
2014-12-29	Drachten	1
2015-01-02	Utrecht	3
2015-01-04	Dortmund (Dui)	3
2015-01-11	Stadskanaal	9
2015-01-11	Clarholz (Dui)	1
2015-01-16	Utrecht	2
2015-01-17	Apeldoorn	12
2015-01-17	Zoetermeer	1
2015-01-18	Apeldoorn	1
2015-01-24	Apeldoorn	1
2015-01-25	Apeldoorn	1
2015-02-01	Amsterdam	4
2015-02-07	Drachten	54
2015-02-14	Apeldoorn	2
2015-02-21	Apeldoorn	1
2015-03-01	Apeldoorn	2
2015-03-07	Tuk	64
2015-03-07	Apeldoorn	1
2015-03-21	Heerenveen	191

## Prestaties per categorie

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

mpC	31	7	Totalen van voorgaande jaren:		
mpB	9	3	2007	249	78
mpA	50	12	2008	256	78
mD	63	9	2009	303	90
mC	40	7	2010	314	88
mB	2	1	2011	285	77
mA	6	1	2012	286	70
V	3	1	2013	333	82
V35	2	1	2014	348	78
jpC	17	5			
jpB	25	6			
jpA	44	12			
jD	50	9			
jC	4	1			
jB	19	4			
M	18	4			
M65	4	1			
Totaal	387	84			

## Prestaties per nummer

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

hoog	70
60	58
kogel	55
40	46
50	29
sprint 2-kamp	29
ver	25
balstoten	17
50h	9
hurkhoog	9

## Kampioenschappen

### Clubkampioenschappen indoor

1	Fanta Hawa Kondeh	mpC mini	meerkamp	562	Heerenveen	2015-03-21
1	Fleur Brouwer	mpC	meerkamp	845	Heerenveen	2015-03-21
1	Kyla Koops	mpB	meerkamp	979	Heerenveen	2015-03-21
1	Lisanne de Haan	mpA	meerkamp	1205	Heerenveen	2015-03-21
1	Rikst Slot	mD	meerkamp	2231	Heerenveen	2015-03-21
1	Terri Talan	mC	meerkamp	2210	Heerenveen	2015-03-21
1	Shanice Atalay	mA	meerkamp	1777	Heerenveen	2015-03-21
1	Thijs Wiersma	jpC mini	meerkamp	560	Heerenveen	2015-03-21
1	Pelle vd Woude	jpC	meerkamp	975	Heerenveen	2015-03-21
1	Jan Elsinga	jpB	meerkamp	1127	Heerenveen	2015-03-21
1	Hugo Stegeman	jpA	meerkamp	1480	Heerenveen	2015-03-21
1	Sil de Jong	JD	meerkamp	1972	Heerenveen	2015-03-21
1	Rienk Kan	M	meerkamp	2162	Heerenveen	2015-03-21

### C-spelen

series 15	Anne-Karlijn Mos	mC	1	60	8.64	Apeldoorn	2015-01-18
series 37	Renske Zwolle	mC	2	60	8.83	Apeldoorn	2015-01-18
½ fin. 17	Anne-Karlijn Mos	mC	1	60	8.76	Apeldoorn	2015-01-18
series 6	Terri Talan	mC	1	60h	9.73	Apeldoorn	2015-01-18
½ fin. 10	Terri Talan	mC	1	60h	9.87	Apeldoorn	2015-01-18
4	Renske Zwolle	mC	2	hoog	1.50	Apeldoorn	2015-01-18
kwal. 9	Terri Talan	mC	1	ver	4.50	Apeldoorn	2015-01-18
fin. 9	Terri Talan	mC	1	ver	4.45	Apeldoorn	2015-01-18
kwal. 7	Anne-Karlijn Mos	mC	1	kogel	9.41	Apeldoorn	2015-01-18
fin. 7	Anne-Karlijn Mos	mC	1	kogel	9.88	Apeldoorn	2015-01-18

### D-spelen

series 20	Sabrina Cruden	mD	1	60	9.26	Apeldoorn	2015-01-17
series 4	Rikst Slot	mD	2	60	8.46	Apeldoorn	2015-01-17
½ fin. 22	Sabrina Cruden	mD	1	60	9.37	Apeldoorn	2015-01-17
½ fin. 5	Rikst Slot	mD	2	60	8.51	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 7	Rikst Slot	mD	2	60	8.77	Apeldoorn	2015-01-17
series 42	Julian Vries	JD	1	60	9.60	Apeldoorn	2015-01-17
series 8	Sil de Jong	JD	2	60	8.49	Apeldoorn	2015-01-17
½ fin. 6	Sil de Jong	JD	2	60	8.57	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 6	Sil de Jong	JD	2	60	8.70	Apeldoorn	2015-01-17
9	Kahlan Veen	mD	2	600	1:54.00	Apeldoorn	2015-01-17

12	Sil de Jong	jD	2	600	1:55.93	Apeldoorn	2015-01-17
26	Ylse Barkmeijer	mD	1	1000	4:04.35	Apeldoorn	2015-01-17
7	Brecht Frensel	mD	1	1000	3:33.25	Apeldoorn	2015-01-17
series 1	Rikst Slot	mD	2	60h	10.11	Apeldoorn	2015-01-17
series 26	Anke Binnema	mD	1	60h	13.21	Apeldoorn	2015-01-17
series 8	Sabrina Cruden	mD	1	60h	11.93	Apeldoorn	2015-01-17
½ fin. 2	Rikst Slot	mD	2	60h	10.08	Apeldoorn	2015-01-17
½ fin. 8	Sabrina Cruden	mD	1	60h	11.90	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 2	Rikst Slot	mD	2	60h	9.96	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 6	Sabrina Cruden	mD	1	60h	11.72	Apeldoorn	2015-01-17
series 45	Lennert Naeff	jD	2	60h	12.40	Apeldoorn	2015-01-17
13	Sabrina Cruden	mD	1	hoog	1.25	Apeldoorn	2015-01-17
9	Anke Binnema	mD	1	hoog	1.30	Apeldoorn	2015-01-17
16	Lennert Naeff	jD	2	hoog	1.25	Apeldoorn	2015-01-17
kwal. 8	Anke Binnema	mD	1	ver	3.97	Apeldoorn	2015-01-17
kwal. 9	Kahlan Veen	mD	2	ver	4.31	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 7	Kahlan Veen	mD	2	ver	4.35	Apeldoorn	2015-01-17
fin. 8	Anke Binnema	mD	1	ver	3.84	Apeldoorn	2015-01-17

### Friese Kampioenschappen cross

3	Brecht Frensel	mD		cross	6:42	Appelscha	2015-03-14
1	Bettie Agricola	V40	V45	cross	27:05	Appelscha	2015-03-14
1	Rutger Berends	jpA		cross	3:08	Appelscha	2015-03-14
2	Jan Sytze Jonker	M		cross	36:34	Appelscha	2015-03-14

### Nederlandse Kampioenschappen indoor

5	Simone Falkena	V35		60	9.01	Apeldoorn	2015-02-14
1	Simone Falkena	V35		400	1:04.33	Apeldoorn	2015-02-14
3	Rienk Kan	M		hss	14.00	Apeldoorn	2015-02-21
series 29	Shanice Atalay	mA		60	8.82	Apeldoorn	2015-02-28
series 3	Lars van Hoeven	jb		400	52.59	Apeldoorn	2015-02-28
8	Renske Zwolle	mB	(m)	hoog	1.55	Apeldoorn	2015-02-28
series 4	Lars van Hoeven	jb		200	23.19	Apeldoorn	2015-03-01
fin. 4	Lars van Hoeven	jb		200	23.14	Apeldoorn	2015-03-01
fin. 1	Lars van Hoeven	jb		400	50.05	Apeldoorn	2015-03-01
series 18	Manon van Aurich	mB		60h	9.91	Apeldoorn	2015-03-01

### Nederlandse Studentenkampioenschappen

7	Kevin Damstra	M		400	51.89	Apeldoorn	2015-03-07
---	---------------	---	--	-----	-------	-----------	------------

### Noordelijke Kampioenschappen cross

2	Brecht Frensel	mD		cross	8:36	Oranjewoud	2014-12-21
3	Ydwine vd Veen	V		cross	23:04	Oranjewoud	2014-12-21
2	Silvia Brouwer	V35/V40		cross	26:46	Oranjewoud	2014-12-21
1	Bettie Agricola	V45+		cross	26:51	Oranjewoud	2014-12-21
3	Tineke van Berkum	V45+		cross	32:51	Oranjewoud	2014-12-21
1	Rutger Berends	jpA		cross	4:01	Oranjewoud	2014-12-21
3	Rick Velkers	jpA		cross	4:18	Oranjewoud	2014-12-21
1	Sil de Jong	jD		cross	8:13	Oranjewoud	2014-12-21
2	Henri Veldman	M50+		cross	38:44	Oranjewoud	2014-12-21

### Faber Sport Wintercompetitie eindstand

1	Marianne Diallo	mpC		cross	40		2015
2	Norah Keijzer	mpC		cross	32		2015
1	Maaïke Kramer	mpA		cross	40		2015
2	Leah Jellema	mpA		cross	33		2015
3	Marit Staal	mpA		cross	32		2015
1	Brecht Frensel	mD		cross	40		2015

2	Naomi Blom	mD	cross	32	2015
3	Anke Binnema	mD	cross	26	2015
1	Tineke vd Meer	V kort	cross	666	2015
2	Eva Brandsma	V kort	cross	663	2015
1	Anja vd Honing	V lang	cross	686	2015
2	Kristie Hoeksma	V lang	cross	633	2015
3	Sjoukje de Boer	V lang	cross	572	2015
1	Jan Elsinga	jpB	cross	40	2015
2	Tim Meijer	jpB	cross	36	2015
3	Hademar Hoornveld	jpB	cross	29	2015
1	Rutger Berends	jpA	cross	40	2015
2	Rick Velkers	jpA	cross	32	2015
3	Jorrit ten Hoeve	jpA	cross	31	2015
1	René Schultinga	jD	cross	40	2015
2	Barth Wijkstra	jD	cross	24	2015
1	Robin Wagenaar	jC	cross	40	2015
1	Jan Sytze Jonker	M lang	cross	800	2015
3	Willem Koet	M lang	cross	657	2015
3	Jarno vd Weg	M kort	cross	690	2015

## Clubrecords

### Verbeterde en nieuwe records

mD	Rikst Slot <i>Terri Talan</i>	10.48	2014-01-03	60h	10.28	Amsterdam	2014-12-07
mD	Rikst Slot <i>Kristel Bottinga</i>	8.60	1996-03-10	60	8.59	Utrecht	2014-12-19
mD	Rikst Slot <i>Terri Talan</i>	9.24	2013-12-20	50h	8.77	Utrecht	2014-12-19
mC	Terri Talan <i>Mirjam Pool</i>	8.3	1989-01-22	50h	8.25	Utrecht	2014-12-19
jB	Gerwin de Haan <i>Nieuw record</i>			50h	8.03	Utrecht	2014-12-19
V35	Simone Falkena <i>Jolanda Smedinga</i>	1:19.06	2013-02-09	400	1:05.63	Gent (Be)	2014-12-28
jB	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	51.06	2014-02-09	400	50.93	Gent (Be)	2014-12-28
jA	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(jB) 51,06	2014-02-09	400	50.93	Gent (Be)	2014-12-28
mD	Rikst Slot <i>Rikst Slot</i>	8.59	2014-12-19	60	8.46	Apeldoorn	2015-01-17
mD	Rikst Slot <i>Rikst Slot</i>	10.28	2014-12-07	60h	10.10	Apeldoorn	2015-01-17
mD	Rikst Slot <i>Rikst Slot</i>	10.10	2015-01-17	60h	10.08	Apeldoorn	2015-01-17
mD	Rikst Slot <i>Rikst Slot</i>	10.08	2015-01-17	60h	9.96	Apeldoorn	2015-01-17
jB	Lars van Hoeven <i>Marc van Lonkhuyzen</i>	24.83	1989-02-04	200	23.25	Apeldoorn	2015-01-25
jA	Lars van Hoeven <i>Tom Kraaij</i>	(jB) 23.76	2005-02-13	200	23.25	Apeldoorn	2015-01-25
jB	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	50.93	2014-12-28	400	50.62	Apeldoorn	2015-01-25
jA	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(jB) 50.93	2014-12-28	400	50.62	Apeldoorn	2015-01-25
V35	Simone Falkena <i>Jolanda Smedinga</i>	9.54	2011-03-18	60	9.01	Apeldoorn	2015-02-14
V35	Simone Falkena <i>Simone Falkena</i>	1:05.63	2014-12-28	400	1:04.33	Apeldoorn	2015-02-14
M	Rienk Kan <i>Rienk Kan</i>	13.92	2014-03-01	hss	14.00	Apeldoorn	2015-02-21
jB	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	23.25	2015-01-25	200	23.19	Apeldoorn	2015-03-01
jB	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	23.19	2015-03-01	200	23.14	Apeldoorn	2015-03-01
jA	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(jB) 23.25	2015-01-25	200	23.19	Apeldoorn	2015-03-01
jA	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(jB) 23.19	2015-03-01	200	23.14	Apeldoorn	2015-03-01
M	Lars van Hoeven <i>Arjen Achterkamp</i>	(jB) 22.9	1984-02-04	200	23.14	Apeldoorn	2015-03-01
jB	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	50.62	2015-01-25	400	50.05	Apeldoorn	2015-03-01
jA	Lars van Hoeven <i>Lars van Hoeven</i>	(jB) 50.62	2015-01-25	400	50.05	Apeldoorn	2015-03-01
M65	Wieger Klijnstra <i>Nieuw record</i>			40	7.27	Steenwijk	2015-03-07
M65	Wieger Klijnstra <i>Wieger Klijnstra</i>	8.92	2014-03-15	50	8.87	Steenwijk	2015-03-07

In totaal 28 verbeterde en nieuwe clubrecords

In de voorgaande jaren:

2005	12
2006	7
2007	13
2008	13
2009	9
2010	15
2011	21
2012	12
2013	15
2014	31

Aantal verbeterde indoor clubrecords per atleet

Lars van Hoeven	13
Rikst Slot	7
Simone Falkena	3
Wieger Klijnstra	2
Gerwin de Haan	1
Terri Talan	1
Rienk Kan	1

Totaal aantal actieve indoor clubrecords per atleet

Wieger Klijnstra	25
Marja de Wit	24
Kristel Bottinga	14
Jolanda Smedinga	11
Rody de Wolff	10
Eldert Wijkstra	10
Mart Sijtsema	9
Lars van Hoeven	8
Joke de Jong	7
Coby de Boer	7
Fiona van Es	7
Simone Falkena	6
Marrit Nederhoed	6
Rikst Slot	6
Siert Wolters	5
Paul Aldershof	5
Jaap Scholten	5
Auke Siûk Nutma	5



## Prestaties per categorie

### categorie mpC

#### Fleur Brouwer

40	7.6	Drachten	2015-02-07
hoog	0.85	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.75	Drachten	2015-02-07
ver	2.33	Tuk	2015-03-07
balstoten	3.94	Heerenveen	2015-03-21

#### Marianne Diallo

40	7.54	Tuk	2015-03-07
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
ver	2.74	Tuk	2015-03-07
balstoten	3.71	Heerenveen	2015-03-21

#### Kyra vd Hoonard

40	7.6	Drachten	2015-02-07
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.65	Drachten	2015-02-07
ver	2.48	Tuk	2015-03-07
balstoten	3.65	Heerenveen	2015-03-21

#### Famke Jongstra

40	7.9	Drachten	2015-02-07
hoog	0.65	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.75	Drachten	2015-02-07
ver	2.36	Tuk	2015-03-07
balstoten	3.47	Tuk	2015-03-07

#### Norah Keijzer

40	7.81	Tuk	2015-03-07
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
ver	2.36	Tuk	2015-03-07
balstoten	4.06	Heerenveen	2015-03-21

#### Fanta Hawa Kondoh

40	8.69	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.70	Heerenveen	2015-03-21
balstoten	3.02	Heerenveen	2015-03-21

#### Lieke Wiersma

40	9.11	Tuk	2015-03-07
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.70	Drachten	2015-02-07
ver	1.98	Tuk	2015-03-07
balstoten	3.62	Tuk	2015-03-07

### categorie mpB

#### Amarins Ekkers

40	7.5	Drachten	2015-02-07
hurkhoog	0.80	Drachten	2015-02-07
balstoten	4.00	Drachten	2015-02-07

#### Kyla Koops

40	7.96	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.03	Heerenveen	2015-03-21

#### Elin vd Meulen

40	8.0	Drachten	2015-02-07
hurkhoog	0.75	Drachten	2015-02-07
balstoten	3.60	Drachten	2015-02-07

### categorie mpA

#### Hayat Askar

40	7.70	Tuk	2015-03-07
60	11.33	Heerenveen	2015-03-21
40h	9.4	Drachten	2015-02-07
hoog	1.05	Heerenveen	2015-03-21
ver	2.74	Tuk	2015-03-07
kogel 2	5.47	Tuk	2015-03-07

#### Jildou Binnema

30	5.92	Dronten	2014-12-29
60	10.54	Heerenveen	2015-03-21
600	2:35.01	Stadskanaal	2015-01-11
hoog	1.05	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.82	Dronten	2014-12-29

#### Elsemie Faber

60	11.73	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.55	Heerenveen	2015-03-21

#### Lisanne de Haan

35	5.97	Drachten	2014-12-29
40	7.63	Tuk	2015-03-07
60	10.70	Heerenveen	2015-03-21
600	2:40.62	Stadskanaal	2015-01-11
hoog	1.15	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	5.63	Heerenveen	2015-03-21

#### Marrit de Haan

35	6.23	Dronten	2014-12-29
40	7.50	Tuk	2015-03-07
60	10.73	Heerenveen	2015-03-21
600	2:40.97	Stadskanaal	2015-01-11
hoog	1.10	Tuk	2015-03-07
kogel 2	5.37	Heerenveen	2015-03-21

#### Leah Jellema

60	10.34	Heerenveen	2015-03-21
40h	9.4	Drachten	2015-02-07
hoog	1.05	Drachten	2015-02-07
kogel 2	4.40	Drachten	2015-02-07

#### Maaïke Kramer

60	11.84	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.15	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	5.23	Heerenveen	2015-03-21

**Kim Otten**

40	7.13	Tuk	2015-03-07
60	10.10	Heerenveen	2015-03-21
40h	8.7	Drachten	2015-02-07
hoog	1.10	Drachten	2015-02-07
ver	3.14	Tuk	2015-03-07
kogel 2	5.55	Heerenveen	2015-03-21

**Marit Staal**

60	10.09	Heerenveen	2015-03-21
40h	7.8	Drachten	2015-02-07
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.81	Heerenveen	2015-03-21

**Isis vd Velden**

60	10.19	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	5.48	Heerenveen	2015-03-21

**Berber vd Woude**

60	11.59	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.90	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.13	Heerenveen	2015-03-21

**Ruth Zijlstra**

hoog	1.10	Heerenveen	2015-03-21
------	------	------------	------------

**categorie mD****Ylse Barkmeijer**

50	9.19	Heerenveen	2015-03-21
60	10.81	Heerenveen	2015-03-21
1000	4:04.35	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.05	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	545	Heerenveen	2015-03-21

**Anke Binnema**

30	5.49	Dronten	2014-12-29
40	6.7	Drachten	2015-02-07
50	8.33	Heerenveen	2015-03-21
60	9.67	Utrecht	2014-12-19
50h	11.15	Stadskanaal	2015-01-11
60h	13.04	Stadskanaal	2015-01-11
hoog	1.35	Drachten	2015-02-07
ver	3.97	Apeldoorn	2015-01-17
kogel 2	7.34	Drachten	2015-02-07
sprint 2-kamp	856	Heerenveen	2015-03-21

**Naomi Blom**

40	6.4	Drachten	2015-02-07
hoog	1.30	Drachten	2015-02-07
kogel 2	7.66	Drachten	2015-02-07

**Jits Bootsma**

40	6.9	Drachten	2015-02-07
50	8.59	Heerenveen	2015-03-21
60	10.04	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.20	Drachten	2015-02-07
kogel 2	7.57	Tuk	2015-03-07
sprint 2-kamp	754	Heerenveen	2015-03-21

**Sabrina Cruden**

30	5.27	Dronten	2014-12-29
40	6.4	Drachten	2015-02-07
40	6.52	Tuk	2015-03-07
50	7.89	Heerenveen	2015-03-21
60	9.26	Apeldoorn	2015-01-17
50h	10.17	Stadskanaal	2015-01-11
60h	11.72	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.30	Drachten	2015-02-07
ver	4.00	Tuk	2015-03-07
kogel 2	8.55	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1065	Tuk	2015-03-07

**Brecht Frensel**

50	8.36	Heerenveen	2015-03-21
60	9.70	Heerenveen	2015-03-21
1000	3:33.25	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.20	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	5.73	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	850	Heerenveen	2015-03-21

**Floor Overdiep**

40	6.8	Drachten	2015-02-07
50	8.72	Tuk	2015-03-07
60	10.31	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.30	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	8.49	Drachten	2015-02-07
sprint 2-kamp	782	Tuk	2015-03-07

**Rikst Slot**

30	4.99	Dronten	2014-12-29
40	6.2	Drachten	2015-02-07
40	6.25	Tuk	2015-03-07
50	7.60	Tuk	2015-03-07
60	8.46	cr Apeldoorn	2015-01-17
50h	8.77	cr Utrecht	2014-12-19
60h	9.96	cr Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.40	Drachten	2015-02-07
ver	4.44	Utrecht	2015-01-02
kogel 2	10.58	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1217	Tuk	2015-03-07

**Kahlan Veen**

50	7.53	Heerenveen	2015-03-21
60	8.81	Heerenveen	2015-03-21
600	1:54.00	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.35	Heerenveen	2015-03-21
ver	4.35	Apeldoorn	2015-01-17
kogel 2	9.46	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1182	Heerenveen	2015-03-21

**categorie mC****Ilka Blankenstijn**

50	7.70	Heerenveen	2015-03-21
60	9.04	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.30	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	7.74	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1099	Heerenveen	2015-03-21

**Nynke Elgersma**

40	7.1	Drachten	2015-02-07
50	9.23	Heerenveen	2015-03-21
60	10.44	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.20	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	7.92	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	589	Heerenveen	2015-03-21

**Gytte van Hoeven**

50	7.90	Utrecht	2015-01-02
60	9.32	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.20	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	7.61	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	944	Heerenveen	2015-03-21

**Danique Louwsma**

50	7.99	Heerenveen	2015-03-21
60	9.48	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.15	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	5.53	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	958	Heerenveen	2015-03-21

**Anne-Karlijn Mos**

40	6.32	Tuk	2015-03-07
50	7.49	Heerenveen	2015-03-21
60	8.64	Apeldoorn	2015-01-18
kogel 3	9.91	Tuk	2015-03-07
sprint 2-kamp	1207	Tuk	2015-03-07

**Terri Talan**

40	6.2	Drachten	2015-02-07
40	6.32	Tuk	2015-03-07
50	7.60	Heerenveen	2015-03-21
60	8.84	Amsterdam	2014-12-07
50h	8.25	cr Utrecht	2014-12-19
60h	9.63	Amsterdam	2014-12-07
hoog	1.45	Heerenveen	2015-03-21
ver	4.62	Amsterdam	2014-12-07
kogel 3	8.94	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1158	Heerenveen	2015-03-21

**Renske Zwolle**

60	8.79	Amsterdam	2015-02-01
60h	9.83	Amsterdam	2014-12-07
hoog	1.56	Clarholz (Dui)	2015-01-11
ver	4.55	Amsterdam	2014-12-07
sprint 2-kamp	537	Heerenveen	2015-03-21

**categorie mB****Manon van Aurich**

60	8.61	Apeldoorn	2015-01-24
60h	9.84	Amsterdam	2015-02-01

**categorie mA****Shanice Atalay**

50	7.48	Utrecht	2015-01-16
60	8.62	Amsterdam	2015-02-01
400	1:15.70	Gent (Be)	2014-12-28
hoog	1.20	Heerenveen	2015-03-21
kogel 4	7.43	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1027	Heerenveen	2015-03-21

**categorie V****Wybrich Leijendekker**

60	8.55	Utrecht	2014-12-19
50h	8.64	Utrecht	2014-12-19
hoog	1.33	Utrecht	2014-12-19

**categorie V35****Simone Falkena**

60	9.01	cr Apeldoorn	2015-02-14
400	1:04.33	cr Apeldoorn	2015-02-14

**categorie jpC****Quintijn Jansma**

40	9.10	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.75	Heerenveen	2015-03-21
balstoten	2.50	Heerenveen	2015-03-21

**Kosta Karathanasios**

40	8.0	Drachten	2015-02-07
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.75	Drachten	2015-02-07
balstoten	4.51	Heerenveen	2015-03-21

**Ties Kramer**

40	9.27	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.65	Heerenveen	2015-03-21
balstoten	3.71	Heerenveen	2015-03-21

**Thijs Wiersma**

40	8.2	Drachten	2015-02-07
40	8.27	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.65	Heerenveen	2015-03-21
ver	2.10	Tuk	2015-03-07
balstoten	2.89	Tuk	2015-03-07

**Pelle vd Woude**

40	7.87	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
balstoten	4.27	Heerenveen	2015-03-21

categorie **jpB**

**Wybren Dijkstra**

40	9.15	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.00	Heerenveen	2015-03-21

**Jan Elsinga**

40	7.21	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.62	Heerenveen	2015-03-21

**Hademar Hoornveld**

40	7.6	Drachten	2015-02-07
hoog	0.90	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.85	Drachten	2015-02-07
balstoten	3.50	Drachten	2015-02-07
kogel 2	3.35	Heerenveen	2015-03-21

**Morris Hulsmán**

40	7.61	Tuk	2015-03-07
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
hurkhoog	0.95	Drachten	2015-02-07
ver	2.90	Tuk	2015-03-07
balstoten	4.10	Drachten	2015-02-07
kogel 2	3.91	Heerenveen	2015-03-21

**Jens Linnebank**

40	7.39	Tuk	2015-03-07
hoog	1.05	Heerenveen	2015-03-21
ver	3.08	Tuk	2015-03-07
balstoten	4.68	Tuk	2015-03-07
kogel 2	4.10	Heerenveen	2015-03-21

**Tim Meijer**

40	8.57	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.10	Heerenveen	2015-03-21

categorie **jpA**

**Rutger Berends**

60	10.22	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.10	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	6.97	Heerenveen	2015-03-21

**Natan Bikker**

60	10.99	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.95	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.65	Heerenveen	2015-03-21

**Kaimby Nicolas Bruinsma**

60	11.62	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.50	Heerenveen	2015-03-21

**Tijn Dekker**

60	11.74	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	3.99	Heerenveen	2015-03-21

**Allart Frensel**

60	10.98	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.38	Heerenveen	2015-03-21

**Jorrit ten Hoeve**

60	11.29	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	3.78	Heerenveen	2015-03-21

**Osman Kondéh**

60	12.59	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.80	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.28	Heerenveen	2015-03-21

**Hugo Stegeman**

40	6.94	Tuk	2015-03-07
60	9.69	Heerenveen	2015-03-21
40h	8.5	Drachten	2015-02-07
hoog	1.20	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	7.00	Drachten	2015-02-07

**Ziggy Veldman**

40	7.18	Tuk	2015-03-07
60	10.26	Heerenveen	2015-03-21
40h	8.6	Drachten	2015-02-07
hoog	1.05	Drachten	2015-02-07
ver	3.39	Tuk	2015-03-07
kogel 2	5.41	Heerenveen	2015-03-21

**Rick Velkers**

60	10.08	Heerenveen	2015-03-21
40h	8.0	Drachten	2015-02-07
hoog	1.15	Drachten	2015-02-07
kogel 2	6.40	Drachten	2015-02-07

**Harm Eitse Wesseling**

60	11.85	Heerenveen	2015-03-21
kogel 2	4.26	Heerenveen	2015-03-21

**Marijn Wijkstra**

40	9.06	Tuk	2015-03-07
60	12.97	Heerenveen	2015-03-21
hoog	0.85	Heerenveen	2015-03-21
ver	2.34	Tuk	2015-03-07
kogel 2	4.26	Tuk	2015-03-07
kogel 2	4.58	Heerenveen	2015-03-21

categorie **jd**

**Rodamian Jansen**

40	6.4	Drachten	2015-02-07
50	7.90	Heerenveen	2015-03-21
60	9.24	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.05	Heerenveen	2015-03-21
ver	3.86	Tuk	2015-03-07
kogel 3	5.86	Drachten	2015-02-07
sprint 2-kamp	1022	Tuk	2015-03-07

**Sil de Jong**

50	7.55	Heerenveen	2015-03-21
60	8.49	Apeldoorn	2015-01-17
600	1:55.93	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.25	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	6.77	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1194	Heerenveen	2015-03-21

**Lennert Naeff**

30	5.43	Dronten	2014-12-29
40	6.9	Drachten	2015-02-07
50	8.14	Heerenveen	2015-03-21
60	9.56	Heerenveen	2015-03-21
50h	10.43	Stadskanaal	2015-01-11
60h	12.33	Stadskanaal	2015-01-11
hoog	1.35	Heerenveen	2015-03-21
ver	3.88	Amsterdam	2014-12-07
kogel 3	7.73	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	915	Heerenveen	2015-03-21

**Lucas Peereboom**

40	6.6	Drachten	2015-02-07
hoog	1.10	Drachten	2015-02-07
kogel 3	6.26	Heerenveen	2015-03-21

**René Schultinga**

40	6.88	Tuk	2015-03-07
50	8.64	Tuk	2015-03-07
ver	3.60	Tuk	2015-03-07
sprint 2-kamp	851	Tuk	2015-03-07

**Damian de Vries**

40	6.69	Tuk	2015-03-07
50	8.09	Tuk	2015-03-07
60	9.56	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	999	Tuk	2015-03-07

**Johan de Vries**

40	7.2	Drachten	2015-02-07
50	9.04	Heerenveen	2015-03-21
60	10.44	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.25	Drachten	2015-02-07
ver	3.68	Tuk	2015-03-07
kogel 3	6.75	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	619	Heerenveen	2015-03-21

**Julian Vries**

50	8.45	Heerenveen	2015-03-21
60	9.60	Apeldoorn	2015-01-17
hoog	1.15	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	815	Heerenveen	2015-03-21

**Jurjen Westra**

50	8.82	Heerenveen	2015-03-21
60	10.39	Heerenveen	2015-03-21
hoog	1.00	Heerenveen	2015-03-21
kogel 3	4.58	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	662	Heerenveen	2015-03-21

**categorie jC****Marvens Bruinsma**

40	5.96	Tuk	2015-03-07
50	7.01	Tuk	2015-03-07
60	8.21	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1446	Tuk	2015-03-07

**categorie jB****Joram Ganzevoort**

60	8.19	Gent (Be)	2014-12-28
400	1:01.83	Gent (Be)	2014-12-28

**Gerwin de Haan**

60	8.00	Dortmund (Dui)	2015-01-04
400	58.65	Gent (Be)	2014-12-28
50h	8.03	cr Utrecht	2014-12-19
60h	9.33	Gent (Be)	2014-12-28
hoog	1.70	Dortmund (Dui)	2015-01-04
polshoog	2.83	Utrecht	2014-12-19
ver	5.71	Gent (Be)	2014-12-28
kogel 5	10.79	Stadskanaal	2015-01-11

**Lars van Hoeven**

50	6.55	Utrecht	2015-01-02
60	7.41	Gent (Be)	2014-12-28
200	23.14	cr Apeldoorn	2015-03-01
400	50.05	cr Apeldoorn	2015-03-01

**Kristian Mos**

40	5.72	Tuk	2015-03-07
50	6.81	Heerenveen	2015-03-21
60	7.75	Amsterdam	2015-02-01
hoog	1.60	Tuk	2015-03-07
sprint 2-kamp	1077	Tuk	2015-03-07

**categorie M****Kevin Damstra**

400	51.89	Apeldoorn	2015-03-07
-----	-------	-----------	------------

**Rienk Kan**

50	6.74	Heerenveen	2015-03-21
60	7.83	Heerenveen	2015-03-21
50h	8.46	Utrecht	2014-12-19
hoog	1.70	Heerenveen	2015-03-21
hss	14.00	cr Apeldoorn	2015-02-21
polshoog	2.13	Utrecht	2014-12-19
ver	6.26	Apeldoorn	2015-01-25
kogel 7½	10.08	Zoetermeer	2015-01-17
sprint 2-kamp	1135	Heerenveen	2015-03-21

**Peter Peereboom**

50	6.87	Utrecht	2015-01-16
60	7.88	Gent (Be)	2014-12-28
400	55.18	Dortmund (Dui)	2015-01-04
hoog	1.50	Heerenveen	2015-03-21
kogel 7½	8.14	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	1002	Heerenveen	2015-03-21

**Dennis Veenker**

60	7.50	Utrecht	2014-12-19
50h	7.70	Utrecht	2014-12-19

categorie **M65****Wieger Klijnstra**

40	7.27	cr Tuk	2015-03-07
50	8.87	cr Tuk	2015-03-07
60	10.73	Heerenveen	2015-03-21
sprint 2-kamp	41	Tuk	2015-03-07

# Ranglijsten

## hoog

1.70	Gerwin de Haan	jB	2015-01-04
1.70	Rienk Kan	M	2015-03-21
1.60	Kristian Mos	jB	2015-03-07
1.56	Renske Zwolle	mC	2015-01-11
1.50	Peter Peereboom	M	2015-03-21
1.45	Terri Talan	mC	2015-03-21
1.40	Rikst Slot	mD	2015-02-07
1.35	Anke Binnema	mD	2015-02-07
1.35	Lennert Naeff	jD	2015-03-21
1.35	Kahlan Veen	mD	2015-03-21
1.33	Wybrich Leijendekker	V	2014-12-19
1.30	Naomi Blom	mD	2015-02-07
1.30	Sabrina Cruden	mD	2015-02-07
1.30	Ilka Blankenstijn	mC	2015-03-21
1.30	Floor Overdiep	mD	2015-03-21
1.25	Johan de Vries	jD	2015-02-07
1.25	Sil de Jong	jD	2015-03-21
1.20	Jits Bootsma	mD	2015-02-07
1.20	Shanice Atalay	mA	2015-03-21
1.20	Nynke Elgersma	mC	2015-03-21
1.20	Brecht Frensel	mD	2015-03-21
1.20	Gytte van Hoeven	mC	2015-03-21
1.20	Hugo Stegeman	jpA	2015-03-21
1.15	Rick Velkers	jpA	2015-02-07
1.15	Lisanne de Haan	mpA	2015-03-21
1.15	Maaïke Kramer	mpA	2015-03-21
1.15	Danique Louwsma	mC	2015-03-21
1.15	Julian Vries	jD	2015-03-21
1.10	Kim Otten	mpA	2015-02-07
1.10	Lucas Peereboom	jD	2015-02-07
1.10	Marrit de Haan	mpA	2015-03-07
1.10	Rutger Berends	jpA	2015-03-21
1.10	Ruth Zijlstra	mpA	2015-03-21
1.05	Leah Jellema	mpA	2015-02-07
1.05	Ziggy Veldman	jpA	2015-02-07
1.05	Hayat Askar	mpA	2015-03-21
1.05	Ylse Barkmeijer	mD	2015-03-21
1.05	Jildou Binnema	mpA	2015-03-21
1.05	Rodamian Jansen	jD	2015-03-21
1.05	Jens Linnebank	jpB	2015-03-21
1.00	Allart Frensel	jpA	2015-03-21
1.00	Jorrit ten Hoeve	jpA	2015-03-21
1.00	Morris Hulsmann	jpB	2015-03-21
1.00	Kyla Koops	mpB	2015-03-21
1.00	Marit Staal	mpA	2015-03-21
1.00	Isis vd Velden	mpA	2015-03-21
1.00	Jurjen Westra	jD	2015-03-21
0.95	Natan Bikker	jpA	2015-03-21
0.95	Jan Elsinga	jpB	2015-03-21
0.95	Elsemie Faber	mpA	2015-03-21
0.95	Kosta Karathanasios	jpC	2015-03-21
0.95	Tim Meijer	jpB	2015-03-21
0.95	Pelle vd Woude	jpC	2015-03-21
0.90	Hademar Hoornveld	jpB	2015-03-21
0.90	Berber vd Woude	mpA	2015-03-21
0.85	Fleur Brouwer	mpC	2015-03-21
0.85	Marijn Wijkstra	jpA	2015-03-21
0.80	Kaimby Nicolas Bruinsma	jpA	2015-03-21
0.80	Tijn Dekker	jpA	2015-03-21

0.80	Marianne Diallo	mpC	2015-03-21
0.80	Wybren Dijkstra	jpB	2015-03-21
0.80	Kyra vd Hoongaard	mpC	2015-03-21
0.80	Norah Keijzer	mpC	2015-03-21
0.80	Osman Kondeh	jpA	2015-03-21
0.80	Lieke Wiersma	mpC	2015-03-21
0.75	Quintijn Jansma	jpC	2015-03-21
0.70	Fanta Hawa Kondeh	mpC	2015-03-21
0.65	Famke Jongstra	mpC	2015-03-21
0.65	Ties Kramer	jpC	2015-03-21
0.65	Thijs Wiersma	jpC	2015-03-21

## hurkhoog

0.95	Morris Hulsmann	jpB	2015-02-07
0.85	Hademar Hoornveld	jpB	2015-02-07
0.80	Amarins Ekkers	mpB	2015-02-07
0.75	Fleur Brouwer	mpC	2015-02-07
0.75	Famke Jongstra	mpC	2015-02-07
0.75	Kosta Karathanasios	jpC	2015-02-07
0.75	Elin vd Meulen	mpB	2015-02-07
0.70	Lieke Wiersma	mpC	2015-02-07
0.65	Kyra vd Hoongaard	mpC	2015-02-07

## hss

14.00	Rienk Kan	M	2015-02-21
-------	-----------	---	------------

## polshoog

2.83	Gerwin de Haan	jB	2014-12-19
2.13	Rienk Kan	M	2014-12-19

## ver

6.26	Rienk Kan	M	2015-01-25
5.71	Gerwin de Haan	jB	2014-12-28
4.62	Terri Talan	mC	2014-12-07
4.55	Renske Zwolle	mC	2014-12-07
4.44	Rikst Slot	mD	2015-01-02
4.35	Kahlan Veen	mD	2015-01-17
4.00	Sabrina Cruden	mD	2015-03-07
3.97	Anke Binnema	mD	2015-01-17
3.88	Lennert Naeff	jD	2014-12-07
3.86	Rodamian Jansen	jD	2015-03-07
3.68	Johan de Vries	jD	2015-03-07
3.60	René Schultinga	jD	2015-03-07
3.39	Ziggy Veldman	jpA	2015-03-07
3.14	Kim Otten	mpA	2015-03-07
3.08	Jens Linnebank	jpB	2015-03-07
2.90	Morris Hulsmann	jpB	2015-03-07
2.74	Hayat Askar	mpA	2015-03-07
2.74	Marianne Diallo	mpC	2015-03-07
2.48	Kyra vd Hoongaard	mpC	2015-03-07
2.36	Famke Jongstra	mpC	2015-03-07
2.36	Norah Keijzer	mpC	2015-03-07
2.34	Marijn Wijkstra	jpA	2015-03-07
2.33	Fleur Brouwer	mpC	2015-03-07
2.10	Thijs Wiersma	jpC	2015-03-07
1.98	Lieke Wiersma	mpC	2015-03-07

## balstoten

4.68	Jens Linnebank	jpB	2015-03-07
4.51	Kosta Karathanasios	jpC	2015-03-21
4.27	Pelle vd Woude	jpC	2015-03-21
4.10	Morris Hulsmann	jpB	2015-02-07
4.06	Norah Keijzer	mpC	2015-03-21
4.00	Amarins Ekkers	mpB	2015-02-07
3.94	Fleur Brouwer	mpC	2015-03-21





6.9	Lennert Naeff	jD	2015-02-07
7.18	Ziggy Veldman	jpA	2015-03-07
7.21	Jan Elsinga	jpB	2015-03-21
7.27	Wieger Klijnstra	M65	2015-03-07
7.1	Nynke Elgersma	mC	2015-02-07
7.39	Jens Linnebank	jpB	2015-03-07
7.2	Johan de Vries	jD	2015-02-07
7.50	Marrit de Haan	mpA	2015-03-07
7.54	Marianne Diallo	mpC	2015-03-07
7.61	Morris Hulsman	jpB	2015-03-07
7.63	Lisanne de Haan	mpA	2015-03-07
7.70	Hayat Askar	mpA	2015-03-07
7.5	Amarins Ekkers	mpB	2015-02-07
7.81	Norah Keijzer	mpC	2015-03-07
7.6	Fleur Brouwer	mpC	2015-02-07
7.6	Kyra vd Hoonwaard	mpC	2015-02-07
7.6	Hademar Hoornveld	jpB	2015-02-07
7.87	Pelle vd Woude	jpC	2015-03-21
7.96	Kyla Koops	mpB	2015-03-21
7.9	Famke Jongstra	mpC	2015-02-07
8.0	Kosta Karathanasios	jpC	2015-02-07
8.0	Elin vd Meulen	mpB	2015-02-07
8.27	Thijs Wiersma	jpC	2015-03-21
8.57	Tim Meijer	jpB	2015-03-21
8.69	Fanta Hawa Kondeh	mpC	2015-03-21
9.06	Marijn Wijkstra	jpA	2015-03-07
9.10	Quintijn Jansma	jpC	2015-03-21
9.11	Lieke Wiersma	mpC	2015-03-07
9.15	Wybren Dijkstra	jpB	2015-03-21
9.27	Ties Kramer	jpC	2015-03-21

50

6.55	Lars van Hoeven	jb	2015-01-02
6.74	Rienk Kan	M	2015-03-21
6.81	Kristian Mos	jb	2015-03-21
6.87	Peter Peereboom	M	2015-01-16
7.01	Marvens Bruinsma	jc	2015-03-07
7.48	Shanice Atalay	mA	2015-01-16
7.49	Anne-Karlijn Mos	mC	2015-03-21
7.53	Kahlan Veen	mD	2015-03-21
7.55	Sil de Jong	jD	2015-03-21
7.60	Rikst Slot	mD	2015-03-07
7.60	Terri Talan	mC	2015-03-21
7.70	Ilka Blankenstijn	mC	2015-03-21
7.89	Sabrina Cruden	mD	2015-03-21
7.90	Gytte van Hoeven	mC	2015-01-02
7.90	Rodamian Jansen	jD	2015-03-21
7.99	Danique Louwsma	mC	2015-03-21
8.09	Damian de Vries	jD	2015-03-07
8.14	Lennert Naeff	jD	2015-03-21
8.33	Anke Binnema	mD	2015-03-21
8.36	Brecht Frensel	mD	2015-03-21
8.45	Julian Vries	jD	2015-03-21
8.59	Jits Bootsma	mD	2015-03-21
8.64	René Schultinga	jD	2015-03-07
8.72	Floor Overdiep	mD	2015-03-07
8.82	Jurjen Westra	jD	2015-03-21
8.87	Wieger Klijnstra	M65	2015-03-07
9.04	Johan de Vries	jD	2015-03-21
9.19	Ylse Barkmeijer	mD	2015-03-21
9.23	Nynke Elgersma	mC	2015-03-21

60

7.41	Lars van Hoeven	jb	2014-12-28
7.50	Dennis Veenker	M	2014-12-19
7.75	Kristian Mos	jb	2015-02-01
7.83	Rienk Kan	M	2015-03-21
7.88	Peter Peereboom	M	2014-12-28
8.00	Gerwin de Haan	jb	2015-01-04
8.19	Joram Ganzevoort	jb	2014-12-28
8.21	Marvens Bruinsma	jc	2015-03-21
8.46	Rikst Slot	mD	2015-01-17
8.49	Sil de Jong	jD	2015-01-17
8.55	Wybrich Leijendekker	V	2014-12-19
8.61	Manon van Aurich	mB	2015-01-24
8.62	Shanice Atalay	mA	2015-02-01
8.64	Anne-Karlijn Mos	mC	2015-01-18
8.79	Renske Zwolle	mC	2015-02-01
8.81	Kahlan Veen	mD	2015-03-21
8.84	Terri Talan	mC	2014-12-07
9.01	Simone Falkena	V35	2015-02-14
9.04	Ilka Blankenstijn	mC	2015-03-21
9.24	Rodamian Jansen	jD	2015-03-21
9.26	Sabrina Cruden	mD	2015-01-17
9.32	Gytte van Hoeven	mC	2015-03-21
9.48	Danique Louwsma	mC	2015-03-21
9.56	Lennert Naeff	jD	2015-03-21
9.56	Damian de Vries	jD	2015-03-21
9.60	Julian Vries	jD	2015-01-17
9.67	Anke Binnema	mD	2014-12-19
9.69	Hugo Stegeman	jpA	2015-03-21
9.70	Brecht Frensel	mD	2015-03-21
10.04	Jits Bootsma	mD	2015-03-21
10.08	Rick Velkers	jpA	2015-03-21
10.09	Marit Staal	mpA	2015-03-21
10.10	Kim Otten	mpA	2015-03-21
10.19	Isis vd Velden	mpA	2015-03-21
10.22	Rutger Berends	jpA	2015-03-21
10.26	Ziggy Veldman	jpA	2015-03-21
10.31	Floor Overdiep	mD	2015-03-21
10.34	Leah Jellema	mpA	2015-03-21
10.39	Jurjen Westra	jD	2015-03-21
10.44	Nynke Elgersma	mC	2015-03-21
10.44	Johan de Vries	jD	2015-03-21
10.54	Jildou Binnema	mpA	2015-03-21
10.70	Lisanne de Haan	mpA	2015-03-21
10.73	Marrit de Haan	mpA	2015-03-21
10.73	Wieger Klijnstra	M65	2015-03-21
10.81	Ylse Barkmeijer	mD	2015-03-21
10.98	Allart Frensel	jpA	2015-03-21
10.99	Natan Bikker	jpA	2015-03-21
11.29	Jorrit ten Hoeve	jpA	2015-03-21
11.33	Hayat Askar	mpA	2015-03-21
11.59	Berber vd Woude	mpA	2015-03-21
11.62	Kaimby Nicolas Bruinsma	jpA	2015-03-21
11.73	Elsemiek Faber	mpA	2015-03-21
11.74	Tijn Dekker	jpA	2015-03-21
11.84	Maaïke Kramer	mpA	2015-03-21
11.85	Harm Eitse Wesseling	jpA	2015-03-21
12.59	Osman Kondeh	jpA	2015-03-21
12.97	Marijn Wijkstra	jpA	2015-03-21

<b>200</b>			
23.14	Lars van Hoeven	jB	2015-03-01
<b>400</b>			
50.05	Lars van Hoeven	jB	2015-03-01
51.89	Kevin Damstra	M	2015-03-07
55.18	Peter Peereboom	M	2015-01-04
58.65	Gerwin de Haan	jB	2014-12-28
1:01.83	Joram Ganzevoort	jB	2014-12-28
1:04.33	Simone Falkena	V35	2015-02-14
1:15.70	Shanice Atalay	mA	2014-12-28
<b>600</b>			
1:54.00	Kahlan Veen	mD	2015-01-17
1:55.93	Sil de Jong	jD	2015-01-17
2:35.01	Jildou Binnema	mpA	2015-01-11
2:40.62	Lisanne de Haan	mpA	2015-01-11
2:40.97	Marrit de Haan	mpA	2015-01-11
<b>1000</b>			
3:33.25	Brecht Frensel	mD	2015-01-17
4:04.35	Ylse Barkmeijer	mD	2015-01-17
<b>40h</b>			
7.8	Marit Staal	mpA	2015-02-07
8.0	Rick Velkers	jpA	2015-02-07
8.5	Hugo Stegeman	jpA	2015-02-07
8.6	Ziggy Veldman	jpA	2015-02-07
8.7	Kim Otten	mpA	2015-02-07
9.4	Hayat Askar	mpA	2015-02-07
9.4	Leah Jellema	mpA	2015-02-07
<b>50h</b>			
7.70	Dennis Veenker	M	2014-12-19
8.03	Gerwin de Haan	jB	2014-12-19
8.25	Terri Talan	mC	2014-12-19
8.46	Rienk Kan	M	2014-12-19
8.64	Wybrich Leijendekker	V	2014-12-19
8.77	Rikst Slot	mD	2014-12-19
10.17	Sabrina Cruden	mD	2015-01-11
10.43	Lennert Naeff	jD	2015-01-11
11.15	Anke Binnema	mD	2015-01-11
<b>60h</b>			
9.33	Gerwin de Haan	jB	2014-12-28
9.63	Terri Talan	mC	2014-12-07
9.83	Renske Zwolle	mC	2014-12-07
9.84	Manon van Aurich	mB	2015-02-01
9.96	Rikst Slot	mD	2015-01-17
11.72	Sabrina Cruden	mD	2015-01-17
12.33	Lennert Naeff	jD	2015-01-11
13.04	Anke Binnema	mD	2015-01-11