

Dames

100 m

		Sandra Westera	M.A.	11.8	1981
04-07-79	Nijmegen	Inge Rouwenhorst	M.B.	12.7	1979
08-05-98	Hengelo	Diana ten hagen	M.C.	12.85	1998
03-06-04	Haaksbergen	Dewi koppelman	M.A.	12.8	2004
19-04-86	Haaksbergen	Hilde Poodt		12.8	1986
08-11-17	Haaksbergen	Marloes Klumpers	V 25	13.1	2017
28-06-89	Hengelo	Lenny van Eekelen	M.B.	13.2	1989
		Hilda Loohuis		13.3	1981
06-09-92	Emmen	Marit Smeets		13.4	1992
11-05-05	Hengelo	Marjolein Aalbers	M.A.	13.51	2005
08-04-79	Arnhem	Anneke Baltink		13.5	1981
27-05-84	Zevenaar	Marion Calia	M.B.	13.5	1984
25-05-97	Ede	Iris Dinter	M.A.	13.61	1997
11-06-17	Assen	Tosca Oudshoorn	M.B.	13.79	2017
04-05-86	Hengelo	Liselot Borggreve	M.B.	13.7	1986
10-06-79	Harderwijk	Karin Tankink		13.8	1979
07-05-93	Hengelo	Kelly Meijerink	M.B.	13.8	1993
10-06-94	Hengelo	Anouk Veneboer	M.B.	13.8	1994
02-05-81	Hengelo	Wilma Knijff	M.A.	13.9	1981
02-05-81	Hengelo	Leonie Maurik	M.A.	13.9	1981
26-06-94	Haaksbergen	Joke Groot Obbink		13.9	1994
26-06-94	Haaksbergen	Brenda Veneboer	M.A.	13.9	1994

100 m E.T.

20-08-81	Utrecht	Sandra Westera	M.A.	12.23	1981
08-05-98	Hengelo	Diana ten hagen	M.C.	12.85	1998
26-06-12	Emmen	Dewi koppelman	V 27	13.17	2012
10-05-09	Assen	Marloes Klumpers	M.B.	13.42	2009
11-05-05	Hengelo	Marjolein Aalbers	M.A.	13.51	2005
25-05-97	Ede	Iris Dinter	M.A.	13.61	1997
11-06-17	Assen	Tosca Oudshoorn	M.B.	13.79	2017
13-05-07	Wageningen	Marilva Soekhoe	M.B.	14.06	2007
11-06-06	Gendringen	Ellen van Loosen	M.B.	14.09	2006
28-04-19	Epe	Esmee Holleman	M.B.	14.22	2019
21-05-17	Wijchen	Jana Kamps	M.C.	14.30	2017
28-04-19	Epe	Laurie Mentink	M.C.	14.32	2019
06-06-14	Wageningen	Susan van Sark	V 24	14.39	2014
07-06-15	Ede	Bo Slotman	M.B.	14.51	2015
21-04-13	Hengelo	Anouk Katier	M.A.	14.57	2013
28-05-17	Assen	Lisa Bielevelt	M.A.	14.69	2017
14-05-06	Nijmegen	Maike Laarhoven	M.C.	14.83	2006
26-06-12	Emmen	Maaïke ten Buren	M.B.	15.06	2012
26-06-11	Emmen	Romy Brugge	V 20	15.07	2011

100 mh

		Sandra Westera	M.A.	14.6	1981
31-05-86	Zwolle	Hilde Poodt	M.A.	16.3	1986
07-07-18	Stadskanaal	Marloes Klumpers	V 26	16.89	2018
26-06-94	Haaksbergen	Brenda Veneboer	M.A.	18.1	1994

100 mh vervolg

03-06-81	Zevenaar	Annuccia Calia	M.A.	18.5	1981
26-06-16	Almelo	Lisa Bielevelt	M.A.	18.95	2016
05-06-05	Nijmegen	Marjolein Aalbers		19.35	2005
26-06-16	Almelo	Ruth Witbreuk	M.B.	19.36	2016
		Elise Rupert		19.7	1981
06-06-10	Nijmegen	Romy Brugge	M.A.	20.32	2010
08-05-11	Ede	Emily Klein Rot	M.B.	20.49	2011
		Anneke Baltink	M.A.	20.4	1979

100 mh E.T.

07-07-18	Stadskanaal	Marloes Klumpers	V 26	16.89	2018
18-06-17	Emmen	Lisa Bielevelt	M.A.	18.54	2017
05-06-05	Nijmegen	Marjolein Aalbers		19.35	2005
26-06-16	Almelo	Ruth Witbreuk	M.B.	19.36	2016
08-05-11	Ede	Emily Klein Rot	M.B.	20.49	2011
18-06-17	Emmen	Bo Slotman	M.A.	20.86	2017

150 m E.T.

02-06-07	Almelo	Marloes Klumpers	M.C.	20.45	2007
25-06-05	Hengelo	Marlie de Witte	M.C.	21.24	2005
25-06-05	Hengelo	Marilva Soekhoe	M.C.	21.49	2005
21-05-16	Almelo	Jana Kamps	M.C.	21.75	2016
06-07-13	Stadskanaal	Susan Wouda	M.C.	21.85	2013
08-08-14	Utrecht	Susan van Sark	V 24	21.98	2014
25-06-05	Hengelo	Renske van Sark	M.C.	22.36	2005
02-06-07	Almelo	Simone Baltink	M.C.	23.00	2007
25-06-05	Hengelo	Lisanne Geerdink	M.C.	24.01	2005
21-05-16	Almelo	Britt Orriëns	M.C.	29.08	2016

200 m

		Sandra Westera	M.A.	25.2	1981
21-05-86	Hengelo	Hilde Poodt	M.B.	26.6	1986
		Inge Rouwenhorst	M.B.	26.9	1980
12-05-04	Hengelo	Dewi Koppelman	M.A.	27.01	2004
27-05-18	Almelo	Marloes Klumpers	V 26	27.72	2018
21-05-17	Wijchen	Tosca Oudshoorn	M.B.	27.77	2017
		Hida Loohuis	M.A.	28.1	1981
		Anneke Baltink	M.B.	28.3	1979
17-09-89	Enschede	Lenny van Eekelen	M.B.	28.5	1989
22-05-96	Haaksbergen	Charlotte van Os	M.B.	28.6	1996
10-04-92	Enschede	Brenda Veneboer	M.B.	29.4	1992
30-05-14	Rijssen	Susan van Sark	V 24	29.68	2014
		Joke Groot Obbink		29.6	1979
19-04-15	Almelo	Susan Wouda	M.B.	29.70	2015
16-05-12	Haaksbergen	Anouk Katier	M.B.	29.8	2012
01-07-18	Apeldoorn	Lisa Bielevelt	V 20	29.94	2018
29-05-16	Assen	Bo Slotman	M.A.	30.01	1975
		Marita Gerretsen		30.3	2015

200 m E.T.

15-05-15	Rijssen	Jana Kamps	M.D.	30.45	2015
11-05-16	Haaksbergen	Ruth Witbreuk	M.B.	30.5	2016
12-05-04	Hengelo	Dewi koppelman	M.A.	27.01	2004
27-05-18	Almelo	Marloes Klumpers	V 26	27.72	2018
21-05-17	Wijchen	Tosca Oudshoorn	M.B.	27.77	2017
30-05-14	Rijssen	Susan van Sark	V 24	29.68	2014
19-04-15	Almelo	Susan Wouda	M.B.	29.70	2015
06-06-10	Nijmegen	Charlotte van Os	V 30	29.79	2010
01-07-18	Apeldoorn	Lisa Bielevelt	V 20	29.94	2018
29-05-16	Assen	Bo Slotman	M.A.	30.01	2016
26-06-11	Emmen	Anouk Katier	M.B.	30.20	2011
15-05-15	Rijssen	Jana Kamps	M.D.	30.45	2015
09-05-10	Almelo	Carlien Hartgerink	M.B.	30.96	2010
18-06-17	Emmen	Ruth Witbreuk	M.B.	30.98	2017
16-06-13	Emmen	Merle Eijsink	M.B.	31.28	2013
16-06-13	Emmen	Maaïke ten Buren	M.A.	31.99	2013
25.04.10	Dronten	Romy Brugge	M.A.	32.09	2010

300 m

		Joke Groot Obbink	M.B.	47.4	1974
08-08-14	Utrecht	Susan van Sark	V 24	48.70	2014
08-08-14	Utrecht	Susan Wouda	M.C.	48.77	2014

400 m

		Inge Rouwenhorst	M.B.	56.6	1980
31-05-86	Zwolle	Hilde Poodt	M.A.	60.2	1986
01-07-17	Vught	Tosca Oudshoorn		61.29	2017
25-04-97	Ede	Ruth Mampuys	M.A.	63.39	1997
04-06-93	Deventer	Brenda Veneboer	M.B.	65.1	1993
28-06-81		Cecile Brefeld	M.B.	65.4	1981
03-06-81	Zevenaar	Miriam van de Stighel	M.A.	66.2	1981
		Marita Gerritsen		66.4	1978
10-05-87	Zevenaar	Lenny van Eekelen	M.B.	66.5	1987
29-05-16	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	66.77	2016
13-05-79	Emmen	Anneke Baltink	M.A.	66.7	1978
26-06-11	Emmen	Anouk Katier	M.B.	66.84	2011
06-06-10	Nijmegen	Quirien Reytenbagh	M.B.	67.07	2010
11-05-86	Zwolle	Liselot Borggreve	M.B.	67.5	1986
27-05-18	Almelo	Lisa Bielevelt	V 20	67.88	2018
07-05-77	Arnhem	Ria Overkamp		67.8	1975
29-05-14	Amsterdam	Susan van Sark	V 24	67.98	2014
17-06-84	Zwolle	Hanke Grutterink	M.B.	68.0	1984
		Joke Groot Obbink	M.A.	68.6	1977
08-06-86	Hengelo	Elise Rupert	M.B.	68.7	1986
07-05-93	Hengelo	Fleur van Leeuwen	M.B.	68.7	1993
13-05-07	Wageningen	Simone Baltink	M.C.	69.51	2007
22-05-05	Gendringen	Marjolein Aalbers	M.A.	69.68	2005
14-05-06	Nijmegen	Ellen van Loosen	M.B.	70.09	2006
07-06-15	Ede	Bo Slotman	M.B.	70.64	2015
18-06-89	Arnhem	Marijke Rijnders	M.A.	70.9	1989
07-05-93	Hengelo	Ilse Blanckenborg	M.B.	71.4	1993
10-06-94	Hengelo	Wencke Wijlens	M.B.	71.6	1994
17-05-81	Zevenaar	Maureen Braun		73.0	1981
24-06-90	Hengelo	Cindy Scholten		73.6	1990

400 m E.T.

24-05-80	Nijmegen	Inge Rouwenhorst	M.B.	57.68	1980
01-07-17	Vught	Tosca Oudshoorn	M.B.	1.01.29	2017
25-04-97	Ede	Ruth Mampuys	M.A.	1.03.39	1997
29-05-16	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	1.06.77	2016
26-06-11	Emmen	Anouk Katier	M.B.	1.06.84	2011
06-06-10	Nijmegen	Quirien Reytenbagh	M.B.	1.07.07	2010
27-05-18	Almelo	Lisa Bielevelt	V 20	1.07.88	2018
29-05-14	Amsterdam	Susan van Sark	V 24	1.07.98	2014
13-05-07	Wageningen	Simone Baltink	M.C.	1.09.51	2007
22-05-05	Gendringen	Marjolein Aalbers		1.09.68	2005
14-05-06	Nijmegen	Ellen van Loosen	M.B.	1.10.09	2006
07-06-15	Ede	Bo Slotman	M.B.	1.10.64	2015
14-05-06	Nijmegen	Rommy Brugge	M.C.	1.13.32	2006
01-05-05	Steenwijk	Maike Emsbroek		1.14.57	2005

400 mh

28-05-17	Assen	Marloes Klumpers	V 25	73.68	2017
30-08-15	Haaksbergen	Susan Wouda	M.B.	77.0	2015
29-05-16	Assen	Lisa Bielevelt	M.A.	78.22	2016
30-08-15	Haaksbergen	Bo Slotman	M.B.	80.6	2015

400 mh E.T.

28-05-17	Assen	Marloes Klumpers	V 25	1.13.68	2017
03-05-15	Emmen	Lisa Bielevelt	M.B.	1.16.59	2015
25-05-14	Dronten	Bo Slotman	M.B.	1.21.08	2014
09-05-10	Almelo	Simone Baltink	M.B.	1.32.46	2010

800 m

		Inge Rouwenhorst	M.B.	2.19.2	1980
20-04-97	Emmeloord	Iris Dinter	M.A.	2.24.48	1997
		Trudy Klein Snakenburg	M.A.	2.28.2	1981
05-06-03	Haaksbergen	Romy Brugge	M.D.	2.28.8	2003
14-08-77	Enschede	Marita Gerritsen		2.30.3	1977
09-06-82	Eibergen	Agnes Damveld		2.31.5	1982
22-05-22	Gendringen	Lisa Bielevelt	V 24	2.32.26	2022
04-06-93	Deventer	Henriette Molenveld	M.B.	2.32.40	1993
11-04-76	Enschede	Anneke Baltink	M.B.	2.32.5	1976
03-06-81	Zevenaar	Hermien Geerdink	M.B.	2.32.8	1981
27-08-83	Hengelo	Hanke Grutterink	M.B.	2.33.0	1983
30-06-13	Haaksbergen	Marjolein van Os	V 29	2.36.6	2013
23-09-17	Haaksbergen	Tosca Oudshoorn	M.B.	2.37.21	2017
16-04-77	Deventer	Ria Overkamp		2.37.8	1977
13-05-07	Wageningen	Laura Kleinsman	M.C.	2.38.04	2007
25-03-94	Haaksbergen	Charlotte van Os	M.C.	2.38.5	1994
25-05-14	Dronten	Susan van Sark	V 24	2.39.72	2014

800 m vervolg

29-05-16	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	2.41.61	2016
21-05-89	Hengelo	Lenny van Eekelen	M.B.	2.41.5	1989
06-05-94	Deventer	Wencke Wijlens	M.B.	2.43.5	1994
27-05-84	Zevenaar	Henriëtte Abbink	M.A.	2.44.4	1984
17-05-81	Zevenaar	Karin Tankink		2.45.1	1981
08-06-86	Hengelo	Liselot Borggreve	M.B.	2.45.7	1986
17-06-84	Zwolle	Mirjam van de Stichel	M.A.	2.45.9	1984
24-06-84	Zwolle	Hilde Poodt	M.B.	2.46.5	1984
10-06-94	Hengelo	Fleur van Leeuwen	M.B.	2.47.2	1994

800 m E.T.

20-04-97	Emmeloord	Iris Dinter		2.24.48	1997
22-05-22	Gendringen	Lisa Bielevelt	V 24	2.32.26	2022
04-06-93	Deventer	Henriëke Molenveld	M.C.	2.32.40	1993
23-09-17	Haaksbergen	Tosca Oudshoorn	M.B.	2.37.21	2017
13-05-07	Wageningen	Laura Kleinsman	M.C.	2.38.04	2007
25-05-14	Dronten	Susan van Sark	V 24	2.39.72	2014
29-05-16	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	2.41.61	2016
22-05-05	Gendringen	Marjolein van Os	V 20	2.46.37	2005
07-06-15	Gemert	Susan Wouda	M.B.	2.49.17	2015
14-05-06	Nijmegen	Leontien Weggen	M.C.	2.49.30	2006
08-07-18	Stadskanaal	Marloes Klumpers	V 26	2.50.91	2018
17-04-11	Emmen	Quirien Reytenbagh	M.B.	2.57.20	2011
22-04-12	Almelo	Maaïke ten Buren	M.B.	2.57.24	2012

1500 m

03-07-22	Harderwijk	Lisa Bielevelt	V 24	5.04.41	2022
19-09-82	Hengelo	Agnes Damveld		5.06.7	1982
01-07-18	Apeldoorn	Lisa Bielevelt	V 20	5.08.66	2018
		Trudy Klein Snakenburg	M.A.	5.09.9	1981
		Inge Rouwenhorst	M.B.	5.10.2	1980
06-06-10	Nijmegen	Marjolein van Os	V 25	5.15.52	2010
		Ria Overkamp		5.22.2	1979
08-10-17	Haaksbergen	Elin Ottenschot	M.D.	5.28.0	2017
08-10-17	Haaksbergen	Marloes Klumpers	V 25	5.31.0	2017
03-04-11	Hengelo	Susan Wouda	M.D.	5.33.0	2011
08-10-17	Haaksbergen	Emma Brummelhuis	M.B.	5.37.0	2017

1500 m E.T.

03-07-22	Harderwijk	Lisa Bielevelt	V 24	5.04.41	2022
06-06-10	Nijmegen	Marjolein van Os	V 25	5.15.52	2010
26-06-16	Almelo	Ruth Witbreuk	M.B.	5.47.25	2016
06-06-10	Nijmegen	Carlien Hartgerink	M.B.	6.07.35	2010
26-06-12	Emmen	Susan van Sark	V 22	6.12.62	2012
11-06-17	Assen	Emma Brummelhuis	M.B.	6.26.34	2017
22-05-05	Gendringen	Maike Emsbroek	M.A.	7.02.33	2005

1 EM

03-10-82	Enschede	Agnes Damveld		5.41.6	1982
----------	----------	---------------	--	--------	------

3000 m

22-05-22	Gendringen	Lisa Bielevelt	V 24	10.56.38	2022
23-10-83	Eibergen	Agnes Damveld		11.22.0	1983
30-06-13	Haaksbergen	Marjolein van Os	V 29	11.35.0	2013
		Ria Overkamp		11.35.4	1977
05-06-05	Nijmegen	Annemiek Leppink	V 49	12.26.75	2005
26-05-82	Eibergen	Cecile Brefeld	M.A.	12.36.5	1982
05-10-14	Oldenzaal	Susan Wouda	M.C.	12.43.0	2014
23-06-96	Haaksbergen	Joke Groot Obbink	V 37	13.03.4	1996
30-09-04	Haaksbergen	Betsie Meier	V 48	13.05.0	2004
31-08-14	Haaksbergen	Carina Slingerland	V 43	13.33.0	2014
28-05-17	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	13.17.88	2017
09-05-10	Almelo	Carlien Hartgerink	M.B.	13.37.87	2010
30-09-04	Haaksbergen	José Karnebeek	V 40	14.09.0	2004
22-04-12	Almelo	Susan van Sark	V 22	14.11.97	2012
30-09-04	Haaksbergen	Maria Luttje	V 55	14.12.0	2004
05-06-11	Assen	Anouk Katier	M.B.	14.25.68	2011
08-10-17	Haaksbergen	Lobke Schmitz	M.P.B.	14.56.0	2017
30-09-04	Haaksbergen	Jo Stokkers	V 47	15.33.0	2004
01-05-05	Steenwijk	Loes Baltink	V 48	16.39.10	2005

3000 m E.T.

22-05-22	Gendringen	Lisa Bielevelt	V 24	10.56.38	2022
09-05-10	Almelo	Marjolein van Os	V 25	11.37.34	2010
05-06-05	Nijmegen	Annemiek Leppink	V 49	12.26.75	2005
28-05-17	Assen	Ruth Witbreuk	M.B.	13.17.88	2017
09-05-10	Almelo	Carlien Hartgerink	M.B.	13.37.87	2010
20-05-12	Emmen	Susan van Sark	V 22	14.09.57	2012
05-06-11	Assen	Anouk Katier	M.B.	14.25.68	2011
01-05-05	Steenwijk	Loes Baltink	V 48	16.39.10	2005

2 EM

01-06-23	Hengelo	Lisa Bielevelt	V 25	11.10	2023
24-05-12	Hengelo	Susan Wouda	M.D.	12.55	2012
24-05-07	Hengelo	Carina Slingerland	V 36	13.48	2007
31-05-15	Eibergen	Ruth Witbreuk	M.C.	13.49	2015
05-06-14	Hengelo	Rachel Morssinkhof	V 33	15.19	2014
02-06-22	Hengelo	Karin Bielevelt	V 56	15.46	2022
01-06-23	Hengelo	Vera Tucher	V 40	15.53	2023
05-06-14	Hengelo	Jacqueline Ooink	V 47	17.00	2014
28-05-09	Hengelo	Veronique Lansink	V 42	17.35	2009
06-06-19	Hengelo	Emma Timpers	M.D.	17.36	2019
26-05-11	Hengelo	Anouk Menkehorst	V 38	17.50	2011

5000 m

17-03-23	Hengelo	Lisa Bielevelt	V 24	17.53.07	2023
25-08-82	Hengelo	Agnes Damveld		19.33	1982
30-04-07	Boekelo	Carina Slingerland	V 36	21.04	2007
02-04-17	Hengelo	Ruth Witbreuk	M.B.	23.20	2017
19-06-16	Enschede	Karin Bielevelt	V 50	24.19	2016
15-07-06	De Lutte	Vera Tuchter	V 23	24.59	2006
18-09-16	Almelo	Mathilde Plentinger	V 48	25.08	2016
24-04-05	Hengelo	Jacqueline Ooink	V 38	25.09	2005
10-04-10	Leeuwarden	Marloes Klumpers	M.A.	26.52	2010
03-04-11	Hengelo	Femke Nijhof	M.C.	27.13	2011
26-12-08	Boekelo	Loes Baltink	V 51	27.22	2008
19-06-16	Enschede	Christel van der Kuil	V 49	27.38	2016
19-05-10	Haaksbergen	Mereke Foks	V 50	27.48	2010
06-10-02	Groenlo	Meriam Hilderink	V 41	28.12	2002
27-09-14	Enschede	Carla van der Pol	V 56	28.34	2014
13-01-07	Eibergen	Maike Emsbroek	V 20	28.47	2007
24-04-05	Hengelo	Anouk Menkehorst	V 32	29.05	2005
29-10-17	Nijverdal	Karin de Koster	V 46	29.51	2017
09-08-09	Oldenzaal	Jeanet Rouwenhorst	V 28	30.02	2009
09-08-09	Oldenzaal	Monique Ticheloven	V 28	30.22	2009

5000 m E.T.

17-03-23	Hengelo	Lisa Bielevelt	V 24	17.53.07	2023
26-09-24	Hengelo	Eileen Groenland	V 34	21.29.82	2024
26-09-24	Hengelo	Chantal Lansink	V 56	23.39.76	2024

5 EM

26-03-23	Haaksbergen	Lisa Bielevelt	V 25	29.37	2023
21-03-10	Haaksbergen	Marjolein van Os	V 26	35.24	2010
23-03-97	Haaksbergen	Ruth Mamhuys		36.37	1997
08-12-12	Eibergen	Carla Pelle	V 48	36.50	2012
23-03-97	Haaksbergen	Joke Groot Obbink		37.34	1997
20-03-16	Haaksbergen	Carina Slingerland	V 45	38.07	2016
26-03-00	Haaksbergen	Sanne Beld		38.16	2000
20-03-16	Haaksbergen	Ruth Witbreuk	M.B.	38.39	2016
16-04-05	Eibergen	Annemiek Leppink	V 49	38.44	2005
16-04-05	Eibergen	Betsy Meijer	V 49	38.45	2005
27-03-11	Haaksbergen	Karin Bielevelt	V 45	38.47	2011
25-03-07	Haaksbergen	José Karnebeek	V 44	39.25	2007
20-03-22	Haaksbergen	Rianne Van Ekeren	V 40	39.27	2022
25-10-14	Nijverdal	Vera Tuchter	V 31	39.38	2014
22-03-98	Haaksbergen	Sharon Blokvoort		39.52	1998
26-03-00	Haaksbergen	Anne Exterkate		39.55	2000
25-03-12	Haaksbergen	Jacqueline Ooink	V 45	40.02	2012
25-03-12	Haaksbergen	Roxanne Dijkhuis	V 25	40.03	2012

5 EM vervolg

25-03-07	Haaksbergen	Caro Woudstra Elst	V 34	40.22	2007
25-03-07	Haaksbergen	Regien Tenhagen	V 43	40.22	2007
27-03-11	Haaksbergen	Anouk Katier	M.A.	40.22	2011
27-03-11	Haaksbergen	Quirien Reytenbagh	M.A.	40.25	2011
24-03-02	Haaksbergen	Bianca Winkelhuis	V 28	40.36	2002
21-03-99	Haaksbergen	Jo Stokkers	V 48	40.42	1999
23-03-14	Haaksbergen	Nienke Willems	M.C.	40.42	2014
23-03-14	Haaksbergen	Ellen Tijink	V 42	40.47	2014
22-03-09	Haaksbergen	Astrid Vogt	V 40	41.05	2009
22-03-15	Haaksbergen	Rachel Morssinkhof	V 34	41.08	2015
21-03-99	Haaksbergen	Mirjam Bels		41.09	1999
21-03-10	Haaksbergen	Mathilde Plentinger	V 42	41.20	2010
22-03-09	Haaksbergen	Melanie Oudshoorn	V 40	41.11	2009
15-04-06	Eibergen	Ellen van Loosen	M.B.	41.35	2006
27-03-11	Haaksbergen	Mia Groen	V 46	41.47	2011
26-03-17	Haaksbergen	Kyonne Ruardij	M.D.	42.02	2017
22-03-09	Haaksbergen	Merle Eijsink	M.D.	42.07	2009
22-03-09	Haaksbergen	Charlotte Oosting	V 29	42.07	2009
20-03-22	Haaksbergen	Debbie ter Avest	V 45	42.19	2022
23-03-14	Haaksbergen	Susan van Sark	V 24	42.22	2014
27-03-11	Haaksbergen	Anita Somhorst	V 45	42.27	2011
24-03-13	Haaksbergen	Bo Slotman	M.C.	42.33	2013
30-03-08	Haaksbergen	Ellen de Vries	V 20	42.36	2008
26-03-00	Haaksbergen	Marte Beld		42.37	2000

10 km

29-01-23	Hengelo	Lisa Bielevelt	V 25	37.57	2023
14-09-97	Haaksbergen	Betsy Meyer	V 41	41.43	1997
22-04-12	Enschede	Simone Ganzeboom	V 44	42.22	2012
17-06-23	Wierden	Chantal Geerdink - Krake	V 44	43.26	2023
02-06-24	Eibergen	Eileen Groenland	V 34	43.40	2024
14-09-97	Haaksbergen	Maria Lutje	V 40	45.00	1997
13-05-07	Den Haag	Carina Slingerland	V 36	45.34	2007
12-10-98	Haaksbergen	Annemiek Leppink	V 42	45.41	1998
11-03-12	Hengelo	Carla Pelle	V 48	46.35	2012
29-10-96	Haaksbergen	Liesbeth van Haeringen	V 38	47.11	1996
22-04-08	Enschede	Debbie Eefsting	V 26	47.48	2008
28-10-23	Holten	Rianne Van Ekeren	V 41	48.37	2023
19-04-15	Enschede	Bo Slotman	M.B.	49.54	2015
04-02-07	Hengelo	Leni van Kleef	V 54	49.59	2007
26-04-09	Enschede	Anouk Menkehorst	V 36	50.48	2009
16-05-21	Enschede	Mariël Brefeld	V 45	50.51	2021
11-03-12	Hengelo	Jacqueline Ooink	V 45	50.58	2012
15-04-12	Deventer	Bertine Schotman	V 42	51.18	2012
11.01.09	Hengelo	Edith Meijer	V 44	51.24	2009
11-03-12	Hengelo	Vera Tuchter	V 29	51.26	2012
29-10-96	Haaksbergen	Mirjam Bels		51.29	1996
28-05-10	Ahaus	Dld Karin Bielevelt	V 44	51.36	2010
26-04-09	Enschede	Regien Tenhagen	V 45	52.12	2009
26-04-09	Enschede	Astrid Vogt-Ellenbroek	V 41	52.16	2009
12-10-98	Haaksbergen	Jose laarhuis	V 42	52.24	1998
18-05-12	Ahaus	Dld Rachel Morssinkhof	V 31	52.39	2012

10 km vervolg

18-05-12	Ahaus	Dld	Odette Menzing	V 42	52.40	2012
18-05-12	Ahaus	Dld	Renate Dieperink	V 43	52.40	2012
04-02-07	Hengelo		Meriam Hilderink	V 46	52.41	2007
12-10-98	Haaksbergen		Renate Gielink		53.28	1998
08-05-05	Enschede		Karin Wartena	V 39	53.31	2005
28-05-10	Ahaus	Dld	Marianne Weeink	V 43	54.21	2010
28-05-10	Ahaus	Dld	Natascha Bartels	V 37	54.24	2010
26-04-09	Enschede		Jurien Busschers	V 22	54.48	2009
30-01-05	Hengelo		Boukje Broekman	V 27	54.54	2005
04-06-23	Eibergen		Carina Ten Doeschot	V 33	54.56	2023
18-05-12	Ahaus	Dld	Ellen Tijink	V 40	55.12	2012
27-09-14	Enschede		Ester Achterbosch	V 48	55.19	2014
20-05-12	Nijmegen		Roxanne Dijkhuis	V 25	55.30	2012
09-04-07	Hengelo		Joke Leppink	V 50	55.48	2007
18-05-12	Ahaus	Dld	Veronique Weiters	V 43	55.50	2012
02-10-11	Bremen	Dld	Maureen Golbach	V 41	56.07	2011
26-12-11	Enschede		Evalien Prins	V 28	56.18	2011

15 km

19-11-06	Nijmegen		Ellen Tibbe	V 34	1.05.20	2006
26-11-04	S-Heerenberg		Annemieke Leppink	V 45	1.08.46	2001
19-11-06	Nijmegen		Carina Slingerland	V 35	1.08.49	2006
09-12-01	S-Heerenberg		Maria Luttje-Smith	V 52	1.11.33	2001
09-11-14	Enschede		Carla Pelle	V 50	1.11.38	2014
03-12-00	S-Heerenberg		Betsy Meijer	V 44	1.11.55	2000
19-11-00	Nijmegen		José Karnebeek	V 37	1.12.05	2000
09-04-12	Hengelo		Edith Meijer	V 47	1.13.40	2012
09-11-14	Enschede		Petra Veldhuis	V 49	1.15.05	2014
18-11-12	Nijmegen		Esther Wiering	V 42	1.16.18	2012
16-11-08	Nijmegen		Karin Bielevelt	V 42	1.16.56	2008
20-11-11	Nijmegen		Jacqueline Ooink	V 44	1.17.21	2011
09-04-07	Hengelo		Leni van Kleef	V 54	1.18.58	2007
17-11-13	Nijmegen		Karin Wartena	V 47	1.20.34	2013
24-04-05	Hengelo		José Laarhuis	V 49	1.21.16	2005
18-11-12	Nijmegen		Kelly Cattier	V 35	1.21.37	2012
06-12-09	S-Heerenberg		Regien Tenhagen	V 44	1.22.07	2009
11-03-12	Hengelo		Mathilde Plentinger	V 44	1.22.29	2012
09-04-06	Hengelo		Bianca winkelhuis	V 32	1.22.44	2006
24-04-05	Hengelo		Caro Woudstra-Elst	V 32	1.22.47	2005
09-04-07	Hengelo		Anique Velthof	V 40	1.24.19	2007
23-02-14	Hengelo		Vera Tucher	V 31	1.24.35	2014
02-04-17	Hengelo		Marianne Weeink	V 54	1.24.37	2017
02-04-17	Hengelo		Elly Terhurne-Konings	V 64	1.24.38	2017
26-09-10	Velp		Monique Dijksterhuis	V 45	1.24.56	2010
24-04-05	Hengelo		Boukje Broekman	V 27	1.25.14	2005

10 EM

25-03-07	Haaksbergen		Ellen Tibbe	V 35	1.10.54	2007
21-03-99	Haaksbergen		Maria Luttje Smith	V 50	1.11.54	1999
24-03-02	Haaksbergen		Annemiek Leppink	V 35	1.13.10	2002

10 EM vervolg

20-03-22	Haaksbergen	Eileen Groenland	V 32	1.13.26	2022
26-03-00	Haaksbergen	Liesbeth van Haeringen	V 42	1.14.18	2000
25-03-07	Haaksbergen	Carina Slingerland	V 36	1.15.19	2007
22-03-15	Haaksbergen	Carla Pelle	V 51	1.15.25	2015
02-03-02	Winterswijk	Betsy Meyer	V 46	1.15.48	2002
22-03-98	Haaksbergen	Jose Karnebeek	V 35	1.16.53	1998
21-03-99	Haaksbergen	Maria Ruggiero	V 45	1.17.50	1999
25-03-07	Haaksbergen	Sawa van Schaik	V 24	1.18.20	2007
25-03-12	Haaksbergen	Edith Meijer	V 47	1.19.10	2012
15-04-06	Eibergen	Bertine Schotman	V 36	1.20.13	2006
22-03-15	Haaksbergen	Kelly Cattier	V 37	1.20.25	2015
25-03-07	Haaksbergen	Bianca Winkelhuis	V 33	1.20.31	2007
25-03-07	Haaksbergen	Marloes Velthuis	V 24	1.20.45	2007
27-03-11	Haaksbergen	Esther Wiering	V 41	1.20.48	2011
24-03-13	Haaksbergen	Renate Dieperink	V 44	1.21.01	2013
27-03-11	Haaksbergen	Jacqueline Ooink	V 44	1.21.02	2011
24-03-13	Haaksbergen	Odette Menzing	V 43	1.21.02	2013
25-03-12	Haaksbergen	Petra Veldhuis	V 47	1.21.36	2012
22-03-15	Haaksbergen	Vera Tucher	V 32	1.21.54	2015
22-03-98	Haaksbergen	José Laarhuis	V 42	1.22.15	1998
24-03-24	Haaksbergen	Chantal Lansink	V 56	1.22.21	2024
24-03-13	Haaksbergen	Veronique van Os	V 39	1.22.39	2013
20-04-02	Eibergen	Natasja van de Schepop	V 32	1.22.40	2002
22-03-15	Haaksbergen	Veronique Weiters	V 46	1.23.34	2015
25-03-07	Haaksbergen	Leni van Kleef	V 54	1.23.51	2007
24-03-24	Haaksbergen	Rianne Van Ekeren	V 42	1.23.56	2024
24-03-24	Haaksbergen	Mariël Brefeld	V 48	1.24.46	2024
20-03-05	Haaksbergen	Anneke Vegter	V 50	1.24.47	2005
29-10-11	Holten	Liesbeth van Meurs	V 53	1.24.54	2011
25-03-12	Haaksbergen	Mathilde Plentinger	V 42	1.25.58	2012
27-03-11	Haaksbergen	Toyna Menzing	V 36	1.25.59	2011
27-03-11	Haaksbergen	Rachel Morssinkhof	V 30	1.26.03	2011
23-03-14	Haaksbergen	Yvonne van der Kuil	V 50	1.26.36	2014
22-03-09	Haaksbergen	Carla van der Pol	V 51	1.26.52	2009
23-03-97	Haaksbergen	Janny Nijhuis		1.26.53	1997
25-03-12	Haaksbergen	Marianne Weeink	V 49	1.27.00	2012
23-03-14	Haaksbergen	Cindy Bauhuis	V 40	1.27.04	2014
25-03-12	Haaksbergen	Nicole Olde Heuvel	V 38	1.27.50	2012
23-03-97	Haaksbergen	Mirjam Bels		1.28.22	1997
23-03-14	Haaksbergen	Elly Terhurne	V 61	1.28.38	2014
23-03-14	Haaksbergen	Astrid Vogt-Ellenbroek	V 46	1.28.38	2014
23-03-14	Haaksbergen	Annemieke Suurenbroek	V 46	1.28.40	2014
23-03-14	Haaksbergen	Jeannette Weeink	V 50	1.29.04	2014
23-03-14	Haaksbergen	Lara Weegerink	V 24	1.29.11	2014
25-03-07	Haaksbergen	Esther Wiegerinck	V 37	1.29.22	2007
25-09-98	Amsterdam	Sanne Beld		1.29.23	1998

20 km

29-10-16	Nijverdal		Carina Slingerland	V 45	1.42.11	2016
10-10-10	Parijs	F	Edith Meijer	V 45	01:47:20	2010
10-10-10	Parijs	F	Monique Dijksterhuis	V 45	01:53:28	2010
31-10-15	Holten		Kelly Cattier	V 38	1.55.28	2015
31-10-15	Holten		Cindy Bauhuis	V 41	1.55.29	2015
10-10-10	Parijs	F	Elly Terhurne	V 57	02:05:22	2010
10-10-10	Parijs	F	Jacquelien Jacobs	V 50	02:07:35	2010
10-10-10	Parijs	F	José Busch	V 51	02:07:37	2010
10-10-10	Parijs	F	Esther Hannink	V 39	02:11:37	2010
10-10-10	Parijs	F	Nancy Stokkers	V 51	02:14:39	2010
10-10-10	Parijs	F	Corinne Achterweust	V 41	02:14:40	2010

Halve Marathon

22-04-12	Enschede		Vera Tuchter	V 29	1.29.07	2012
27-04-97	Hengelo		Maria Lutje	V 47	1.34.56	1997
21-04-24	Enschede		Eileen Groenland	V 34	1.36.21	2024
25-11-07	Enschede		Liesbeth van Haeringen	V 49	1.36.35	2007
14-11-04	Weerselo		Ellen Tibbe	V 32	1.36.47	2004
27-12-06	Arnhem		Carina Slingerland	V 35	1.38.36	2006
19-04-15	Enschede		Carla Pelle	V 51	1.40.40	2015
27-04-97	Hengelo		Betsy Meijer	V 41	1.42.57	1997
03-09-00			Annemieke Leppink	V 44	1.45.48	2000
15-06-19	Zwolle		Chantal Lansink	V 51	1.46.54	2019
24-04-22	Enschede		Petra Velthuis	V 57	1.47.52	2022
22-04-12	Enschede		Edith Meijer	V 47	1.47.54	2012
16-05-04	Enschede		Jose Karnebeek	V 41	1.47.56	2004
16-05-04	Enschede		Anneke Vegter	V 49	1.48.40	2004
28-10-23	Holten		Rianne Van Ekeren	V 41	1.48.48	2023
06-11-11	Terschelling		Liesbeth van Meurs	V 53	1.49.51	2011
19-04-15	Enschede		Kelly Cattier	V 38	1.49.52	2015
23-04-06	Enschede		Bertine Schotman	V 36	1.50.13	2006
19-04-15	Enschede		Susanne Weegerink	V 32	1.51.27	2015
05-04-09	Berlijn	Dld	Karin Bielevelt	V 43	1.52.40	2009
17-04-11	Enschede		Esther Wiering	V 41	1.52.58	2011

25 km

07-02-16	Apeldoorn		Carina Slingerland	V 45	2.06.06	2016
----------	-----------	--	--------------------	-------------	---------	------

30 km

11-05-97	Oldenzaal		Maria Luttje	V 47	2.27.19	1997
11.03.07	Vorden		Carina Slingerland	V 36	2.29.55	2007
11.03.07	Vorden		Ellen Tibbe	V 35	2.36.10	2007
11-05-97	Oldenzaal		Liesbeth van Haeringen	V 39	2.36.42	1997
12-03-06	Vorden		Betsy meijer	V 50	2.40.38	2006
05.03.23	Vorden		Veronique van Os	V 49	3.06.10	2023

Marathon

08-05-05	Enschede	Ellen Tibbe	V 33	3.26.18	2005
22-04-07	Enschede	Carina Slingerland	V 36	3.39.06	2007
02-11-08	Terschelling	Liesbeth van Haeringen	V 50	3.43.47	2008
08-06-97	Enschede	Maria Luttje	V 47	3.45.42	1997
23-04-06	Enschede	Betsie Meyer	V 50	3.45.54	2006
26-05-02	Enschede	Annemiek Leppink	V 46	3.50.00	2002
08.04.18	Rotterdam	Chantal Lansink	V 50	3.54.35	2018
18-04-99	Rotterdam	Maria Ruggiero	V 49	4.00.52	1999
13-04-14	Rotterdam	Monique Dijksterhuis	V 49	4.09.16	2014
26-05-02	Enschede	Jose Laarhuis	V 47	4.09.35	2002
07-06-98	Enschede	Jose karnebeek	V 45	4.13.51	1998

6 Uursloop

19-09-20	Deventer	Carina Slingerland	V 49	59.030 m	2020
----------	----------	--------------------	-------------	----------	------

Ver

		Elise Rupert	M.B.	5.43 m	1986
		Hilde Poodt	M.A.	5.23 m	1986
29-08-87	Hengelo	Francoise Borghuis	M.C.	5.11 m	1987
		Anneke Baltink		5.05 m	1981
		Wilma Knijff	M.C.	4.99 m	1978
25-06-95	Haaksbergen	Henriek Molenveld	M.B.	4.97 m	1995
01-06-96	Enschede	Iris Dinter	M.C.	4.91 m	1996
08-06-96	Zwolle	Diana ten Hagen	M.D.	4.87 m	1996
22-05-96	Haaksbergen	Henriek Molenveld	M.A.	4.85 m	1996
08-04-79	Enschede	Sandra Westra	M.B.	4.85 m	1979
04-07-87	Haaksbergen	Liselot Borggreve	M.A.	4.84 m	1987
08-10-89	Haaksbergen	Lenny van Eekelen	M.B.	4.81 m	1989
08-04-17	Haaksbergen	Jana kamps	M.C.	4.81 m	2017
26-05-82	Eibergen	Mirjam van de Stigchel	M.B.	4.80 m	1982
22-04-95	Deventer	Iris Dinter	M.B.	4.76 m	1995
08-07-18	Stadskanaal	Marloes Klumpers	V 26	4.71 m	2018
		Tanja Grutterink	M.C.	4.68 m	1978
13-05-07	Wageningen	Laura Kleinsman	M.C.	4.67 m	2007
08-04-79	Enschede	Anneke Baltink	M.A.	4.65 m	1979
08-10-06	Haaksbergen	Laura Kleinsman	M.D.	4.64 m	2006
25-04-14	Harderwijk	Susan van Sark	V 24	4.64 m	2014

Hoog

11-05-85	Nijmegen	Hilde Poodt	M.B.	1.62 m	1985
16-06-13	Emmen	Marloes Klumpers	V 21	1.60 m	2013
		Inge Rouwenhorst	M.C.	1.58 m	1978
		Sandra Westera	M.B.	1.55 m	1980
20-07-86	Hengelo	Liselot Borggreve	M.B.	1.55 m	1986

Hoog vervolg

11-07-87	Hengelo	Francoise Borghuis	M.C.	1.55 m	1987
25-06-95	Haaksbergen	Charlotte van Os	M.C.	1.55 m	1995
04-06-16	Nijverdal	Tosca Oudshoorn	M.C.	1.55 m	2016
31-05-86	Zwolle	Elise Rupert	M.B.	1.53 m	1986
		Inge ter Haar		1.50 m	1981
07-05-93	Hengelo	Anoek Veneboer	M.C.	1.50 m	1993
24-06-95	Eibergen	Nanda Zandstra	M.C.	1.50 m	1995
22-05-05	Gendringen	Marjolein Aalbers	M.A.	1.50 m	2005
14-05-06	Nijmegen	Ellen van Loosen	M.B.	1.50 m	2006
12-05-07	Hengelo	Simone Baltink	M.C.	1.50 m	2007

Hink Stap Springen

22.05.96	Haaksbergen	Henriette Molenveld	M.A.	9.89 m	1996
27-06-12	Hengelo	Marloes Klumpers	V 20	9.75 m	2012
02-07-15	Rijssen	Susan Wouda	M.B.	9.66 m	2015
19-10-14	Enschede	Susan van Sark	V 24	9.37 m	2014
22-05-05	Gendringen	Maike Emsbroek	M.A.	9.20 m	2005
28-05-17	Assen	Emma Brummelhuis	M.B.	9.04 m	2017
09-05-10	Almelo	Quirien Reytenbagh	M.B.	8.75 m	2010
14-06-09	Emmen	Simone Baltink	M.B.	8.39 m	2009
18-09-16	Haaksbergen	Ruth Witbreuk	M.B.	8.27 m	2016
18-09-16	Haaksbergen	Lisa Bielevelt	M.A.	8.10 m	2016

Kogel 4 kg

21-06-07	Hengelo	Leonie Willekes		13.15 m	2007
18-06-89	Arnhem	Lenny van Eekelen	M.B.	11.50 m	1989
05-06-11	Assen	Charlotte van Os	V 31	10.94 m	2011
01-07-05	Kampen	Marjolein Aalbers	M.A.	10.91 m	2005
25-05-14	Dronten	Marloes Klumpers	V 22	10.89 m	2014
03-06-04	Haaksbergen	Doris Willekes	V 40	9.74 m	2004
		Hanneke Grutterink		9.59 m	1979
25-06-95	Haaksbergen	Francoise Broghuis		9.59 m	1995
09-05-01	Haaksbergen	Marjolein van Os	M.B.	9.25 m	2001
14-08-77	Enschede	Richtje Zandstra		9.24 m	1977
		Rini Kolenbrander	M.A.	9.15 m	1975
17-06-84	Zwolle	Marion Calia	M.B.	8.81 m	1984
11-05-86	Zwolle	Monique Waanders	M.B.	8.80 m	1986
23-06-05	Hengelo	Maike Emsbroek	M.A.	8.80 m	2005
10-06-79	Harderwijk	Karin Tankink		8.72 m	1979
06-06-82	Hengelo	Trudy Klein Snakenborg	M.A.	8.70 m	1982
28-06-81		Annuccia Calia	M.A.	8.56 m	1981
15-05-13	Haaksbergen	Renske van Sark	V 23	8.50 m	2013
03-06-81	Zevenaar	Wilma Knijff	M.A.	8.44 m	1981
08-10-89	Haaksbergen	Liselot Borggreve	M.A.	8.15 m	1989
03-04-03	Haaksbergen	Dewi Koppelman	M.A.	8.08 m	2003
28-06-81		Hermien Geerdink		8.03 m	1981
11-04-76	Enschede	Joke Groot Obbink	M.A.	7.47 m	1976
21-05-89	Hengelo	Claudy Westendorp	M.A.	7.13 m	1989
26-06-94	Haaksbergen	Brenda Veneboer	M.A.	7.08 m	1994

Discus 1 kg

22-05-05	Gendringen	Leonie Willekes	M.A.	40.42 m	2005
24-06-90	Hengelo	Lenny van Eekelen	M.A.	36.72 m	1989
17-05-06	Haaksbergen	Doris Willekes	V 43	34.66 m	2006
12-09-95	Best	Nanda Zandstra	M.C.	29.26 m	1995
		Petra Knijff	M.B.	28.86 m	1981
		Hanneke Grutterink		27.82 m	1979
14-06-75	Deventer	Diana Leppink	M.A.	26.74 m	1975
10-06-07	Zwolle	Lisanne Geerdink	M.B.	26.69 m	2007
24-04-16	Emmem	Marloes Klumpers	V 24	26.47 m	2016
08-10-89	Haaksbergen	Francoise Borghuis	M.B.	25.84 m	1989
26-06-94	Haaksbergen	Fleur van Leeuwen	M.B.	24.94 m	1994
04-06-83	Haaksbergen	Hilde Poodt	M.C.	24.42 m	1983
21-04-13	Hengelo	Renske van Sark	V 23	24.27 m	2013
26-06-94	Haaksbergen	Anouk Veneboer		24.20 m	1994
23-06-05	Hengelo	Dewi Koppelman		24.08 m	2005
25-04-10	Dronten	Marjolein van Os	V 25	24.06 m	2010
		Monique Waanders	M.C.	23.92 m	1985
08-04-79	Enschede	Heidi Horck	M.B.	23.78 m	1979
28-06-81		Brigitte Bouwmeester	M.A.	23.02 m	1981
26-06-94	Haaksbergen	Brenda Veneboer	M.B.	22.76 m	1994
31-05-87	Hengelo	Liselot Borggreve	M.A.	22.74 m	1987
17-06-84	Zwolle	Marion Calia	M.B.	22.64 m	1984
11-06-06	Gendringen	Lisanne Geerdink	M.B.	22.56 m	2006
		Wilma Knijff	M.C.	22.50 m	1978
08-05-93	Eibergen	Esther Terhurne	M.B.	22.46 m	1993
31-08-80	Zwolle	Hermien Geerdink	M.B.	22.24 m	1980
10-06-79	Harderwijk	Joke Groot Obbink		22.00 m	1979
		Annuccia Calia	M.C.	21.48 m	1980
26-06-77	Enschede	Richtje Zandstra		20.64 m	1977

Speer 600 gr

		Birgit Jurgens	M.A.	32.26 m	1985
20-04-97	Emmeloord	Ruth Mampuys	M.A.	30.48 m	1997
08-04-79	Enschede	Joke Groot Obbink		29.76 m	1979
25-06-95	Haaksbergen	Liselot Borggreve		29.74 m	1995
		Hanneke Grutterink		28.60 m	1975
26-06-94	Haaksbergen	Henriek Molenveld	M.B.	26.18 m	1994
03-10-82	Enschede	Mirjam van de Stigchel	M.B.	26.44 m	1982
04-06-93	Deventer	Esther Terhurne	M.C.	25.60 m	1993
		Diana Leppink	M.A.	25.54 m	1975
08-10-89	Haaksbergen	Lenny van Eekelen	M.B.	25.20 m	1989
25-06-95	Haaksbergen	Francoise Broghuis		24.94 m	1995
17-05-81	Zevenaar	Richtje Zandstra		24.82 m	1981
26-06-94	Haaksbergen	Fleur van Leeuwen	M.B.	23.84 m	1994
20-06-98	Zevenaar	Linda Rödel	M.C.	23.38 m	1998

Speer 600 gr nieuw 1999

26-05-07	Hengelo	Marilva Soekhoe		35.78 m	2007
04-06-04	Kampen	Marjolein van Os	M.A.	34.58 m	2004
10-05-06	Hengelo	Leonie Willekes		34.57 m	2006
18-09-16	Haaksbergen	Marloes Klumpers	V 24	27.09 m	2016
05-06-11	Assen	Charlotte van Os	V 31	27.03 m	2011
17-05-06	Haaksbergen	Lisanne Geerdink	M.B.	26.71 m	2006

Speer 600 gr nieuw 1999 vervolg

16-05-09	Hengelo	Rosemarijn Steenberg	M.C.	25.38 m	2009
27-05-18	Almelo	Kaya Wildenborg	M.B.	22.71 m	2018
08-05-99	Enschede	Jolien te Hennepe	M.B.	21.83 m	1999
07-04-01	Haaksbergen	Ilse Hageman	M.C.	21.67 m	2001
10-05-09	Assen	Romy Brugge	M.A.	20.26 m	2009
08-05-03	Haaksbergen	Dewi Koppelman	M.A.	19.63 m	2003
14-04-07	Hengelo	Leontien Weggen	M.C.	18.33 m	2007
14-04-07	Hengelo	Maaïke Laarhoven	M.C.	18.11 m	2007
03-09-05	Enschede	Ellen van Loosen	M.C.	17.81 m	2005
08-05-03	Haaksbergen	Marjolein Aalbers	M.B.	17.45 m	2003
17-05-06	Haaksbergen	Doris Willekes	V 43	17.44 m	2006

Kogelslingeren 4 kg

26-06-16	Almelo	Marloes Klumpers	V 24	17.93 m	2016
----------	--------	------------------	-------------	---------	------

4x100 m

Sandra Westera	M.A.	50.4	1980
Inge Rouwenhorst	M.A.	50.4	1980
Hilda Lohuis	M.A.	50.4	1980
Leonie Maurik	M.A.	50.4	1980

4x100 m ET

28-04-19	Epe	Esmee Holleman		54.51	2019
28-04-19	Epe	Laurie Mentink	M.C.	54.51	2019
28-04-19	Epe	Kyonne Ruardij	M.C.	54.51	2019
28-04-19	Epe	Isabelle Scholten		54.51	2019

4x100 m ET

14-05-06	Nijmegen	Leonie Exterkate	M.B.	55.52	2006
14-05-06	Nijmegen	Marloes Klumpers	M.C.	55.52	2006
14-05-06	Nijmegen	Ellen van Loosen	M.B.	55.52	2006
14-05-06	Nijmegen	Marilva Soekhoe	M.B.	55.52	2006

Zweedse Estafette 400 - 300 - 200 -100 m

06-06-10	Nijmegen	Susan van Sark	V 21	2.38.44	2010
06-06-10	Nijmegen	Marjolein van Os	V 25	2.38.44	2010
06-06-10	Nijmegen	Marloes Klumpers	M.A.	2.38.44	2010
06-06-10	Nijmegen	Romy Brugge	M.A.	2.38.44	2010

4x400 m E.T.

18-06-17	Emmen	Emma Brummelhuis	M.B.	4.44.69	2017
18-06-17	Emmen	Tosca Oudshoorn	M.B.	4.44.69	2017
18-06-17	Emmen	Bo Slotman	M.A.	4.44.69	2017
18-06-17	Emmen	Ruth Witbreuk	M.B.	4.44.69	2017

7 Kamp

07/08-07-18	Stadskanaal	Marloes Klumpers	V 26	3751 pnt	2018
100 mh	16.89				
Hoog	1.56 m				
Kogel	10.48 m				
200 m	27.95 m				
Ver	4.71 m				
Speer	21.74 m				
800 m	2.50.51				

Competitie 4e klasse

17-05-81	Zevenaar			5329 pnt	1981
4x100	53.6	Karin Tankink			
4x100	53.6	Anneke Baltink			
4x100	53.6	Hilde Lohuis			
4x100	53.6	Maureen Braun			
100 m	13.4	Hilde Lohuis			
400 m	73.0	Maureen Braun			
800 m	2.45.1	Karin Tankink			
Ver	4.50 m	Anneke baltink			
Hoog	1.40 m	Anneke baltink			
Kogel	9.35 m	Hanneke Grutterink			
Discus	24.42 m	Hanneke Grutterink			
Speer	24.82 m	Richtje Zandstra			

Competitie

13-05-79	Emmen			5303 pnt	1979
4x100	55.9	Anneke Baltink			
4x100	55.9	Ria Overkamp			
4x100	55.9	Joke Groot obbink			
4x100	55.9	Karin Tankink			
100 m	13.9	Karin Tankink			
400 m	66.7	Anneke Baltink			
800 m	2.40.5	Ria Overkamp			
Ver	4.22 m	Joke Groot obbink			
Hoog	1.40 m	Anneke Baltink			
Kogel	9.14 m	Hanneke Grutterink			
Discus	26.07 m	Hanneke Grutterink			
Speer	26.26 m	Joke Groot obbink			

Competitie

05-06-11	Assen			6100 pnt	2011
4x100 m	56.21	Marloes Klumpers	M.A.		
4x100 m	56.21	Quirien Reytenbagh	M.A.		
4x100 m	56.21	Anouk Katier	M.B.		
4x100 m	56.21	Dewi Koppelman	V 26		
100 m	13.44	Dewi Koppelman	V 26		
100 m	16.05	Simone Baltink	M.A.		
200 m	28.25	Marloes Klumpers	M.A.		
200 m	27.94	Dewi Koppelman	V 26		

Competitie	3e Divisie	vervolg	
400 m	68.67	Quirien Reytenbagh	M.B.
400 m	84.91	Simone Baltink	M.A.
400 mh	DQ	Emily Klein Rot	M.B.
800 m	2.46.82	Susan van Sark	V 21
3000 m	14.25.68	Anouk Katier	M.B.
Ver	4.45 m	Susan van Sark	V 21
Hoog	1.50 m	Marloes Klumpers	M.A.
H.S.S.	7.99 m	Quirien Reytenbagh	M.A.
Kogel	10.94 m	Charlotte van Os	V 31
Kogel	7.92 m	Renske van Sark	V 21
Discus	18.45 m	Emily Klein Rot	M.B.
Speer	27.03 m	Charlotte van Os	V 27

Competitie	3e klasse			
06-06-10	Nijmegen		5800 pnt	2010
Zweedse Estafette	2.38.44	Susan van Sark	V 21	
Zweedse Estafette	2.38.44	Marjolein van Os	V 25	
Zweedse Estafette	2.38.44	Marloes Klumpers	M.A.	
Zweedse Estafette	2.38.44	Romy Brugge	M.A.	
100 m	13.79	Marloes Klumpers	M.A.	
100 m	15.18	Simone Baltink	M.B.	
100 mH	20.32	Romy Brugge	M.A.	
200 m	27.76	Marloes Klumpers	M.A.	
200 m	29.79	Charlotte van Os	V 30	
400 m	67.07	Quirien Reytenbarh	M.B.	
400 m	75.98	Simone Baltink	M.B.	
1500 m	5.15.52	Marjolein van Os	V 25	
1500 m	6.07.35	Carlien Hartgerink	M.B.	
Ver	4.35 m	Susan van Sark	V 21	
Hoog	1.40 m	Charlotte van Os	V 30	
Kogel	10.02 m	Marjolein Aalbers	V 24	
Speer	32.18 m	Marjolein van Os	V 25	

Competitie 3e Divisie

08-05-11	Ede		6140 pnt	2011
Zweedse Estafette	2.41.29	Anouk Katier	M.B.	
Zweedse Estafette	2.41.29	Susan van Sark	V 21	
Zweedse Estafette	2.41.29	Marloes Klumpers	M.A.	
Zweedse Estafette	2.41.29	Dewi Koppelman	V 26	
100 m	13.65	Dewi Koppelman	V 26	
100 m	15.15	Romy Brugge	V 20	
100 mH	20.49	Emily Klein Rot	M.B.	
100 mH	20.50	Romy Brugge	V 20	
200 m	28.60	Marloes Klumpers	M.A.	
200 m	28.79	Dewi Koppelman	V 26	
400 m	69.55	Anouk Katier	M.B.	
400 m	79.99	Simone Baltink	M.A.	
800 m	2.47.47	Susan van Sark	V 21	
3000 m	12.01.36	Marjolein van Os	V 27	
Ver	4.47 m	Susan van Sark	V 21	
Hoog	1.50 m	Marloes Klumpers	M.A.	
Kogel	10.54 m	Charlotte van Os	V 31	
Kogel	7.81 m	Renske van Sark	V 21	
Speer	29.59 m	Marjolein van Os	V 27	