

Historie van de Nederlandse  
**Baanrecords**

van 01-01-1995 t/m 31-12-2025



**Mannen en vrouwen  
Masters**

### **Voorwoord bij de 4e editie**

Dit document is een update van het document 'historie van de Nederlandse BAAN-records' uit 2017 samengesteld door Hans-Peter B. Dries. Alle Nederlandse records zijn bijgewerkt t/m 31 december 2025. Op basis van de onderdelen die in het Wedstrijdreglement staan vermeld is bepaald op welke onderdelen een Nederlands record gevestigd kan worden. Alle onderdelen die zijn vervallen zijn overgezet naar het overzicht met de bevroren records (ander document).

De huidige samenstellers van het boek hebben er voor gekozen om prestaties die beter waren dan het destijds NR mee te nemen in de lijst om zo een geheel overzicht te krijgen. Hier is een noot bijgeplaatst.

Mocht u aanvullingen en/of verbeteringen hebben, dan kunnen deze gemeld worden via [records@atletiekunie.nl](mailto:records@atletiekunie.nl)

Namens de Werkgroep Nationale Records,  
Him de Looper  
Wouter Schoemaker  
*mei 2026*

**Inhoudsopgave**

Voorwoord bij de 4e editie .....	2
Inhoudsopgave.....	3
Inleiding .....	7
Mannen 35 .....	9
LOOPONDERDELEN .....	9
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	11
MEERKAMPEN.....	13
ESTAFETTES .....	15
Vrouwen 35 .....	17
LOOPONDERDELEN .....	17
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	19
MEERKAMPEN.....	21
ESTAFETTES .....	24
Mixed 35.....	25
ESTAFETTES .....	25
Mannen 40 .....	26
LOOPONDERDELEN .....	26
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	28
MEERKAMPEN.....	30
ESTAFETTES .....	33
Vrouwen 40 .....	34
LOOPONDERDELEN .....	34
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	36
MEERKAMPEN.....	38
ESTAFETTES .....	40
Mixed 40.....	42
ESTAFETTES .....	42
Mannen 45 .....	43
LOOPONDERDELEN .....	43
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	45
MEERKAMPEN.....	47
ESTAFETTES .....	49
Vrouwen 45 .....	50
LOOPONDERDELEN .....	50
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	53
MEERKAMPEN.....	55
ESTAFETTES .....	58
Mixed 45.....	60
ESTAFETTES .....	60
Mannen 50 .....	61
HARDLOPEN.....	61
TECHISCHE ONDERDELEN .....	64
MEERKAMPEN.....	66

ESTAFETTES .....	69
Vrouwen 50 .....	71
HARDLOPEN .....	71
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	74
MEERKAMPEN .....	76
ESTAFETTES .....	78
Mixed 50 .....	79
ESTAFETTES .....	79
Mannen 55 .....	80
LOOPONDERDELEN .....	80
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	83
MEERKAMPEN .....	85
ESTAFETTES .....	88
Vrouwen 55 .....	90
LOOPONDERDELEN .....	90
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	93
MEERKAMPEN .....	95
ESTAFETTES .....	97
Mixed 55 .....	98
ESTAFETTES .....	98
Mannen 60 .....	99
LOOPONDERDELEN .....	99
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	102
MEERKAMPEN .....	105
ESTAFETTES .....	108
Vrouwen 60 .....	109
LOOPONDERDELEN .....	109
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	112
MEERKAMPEN .....	114
ESTAFETTES .....	117
Mixed 60 .....	118
ESTAFETTES .....	118
Mannen 65 .....	119
LOOPONDERDELEN .....	119
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	122
MEERKAMPEN .....	124
ESTAFETTES .....	127
Vrouwen 65 .....	129
LOOPONDERDELEN .....	129
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	131
MEERKAMPEN .....	133
ESTAFETTES .....	135
Mixed 65 .....	136
ESTAFETTES .....	136

Mannen 70 .....	137
LOOPONDERDELEN .....	137
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	140
MEERKAMPEN.....	142
ESTAFETTES .....	144
Vrouwen 70 .....	145
LOOPONDERDELEN .....	145
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	147
MEERKAMPEN.....	149
ESTAFETTES .....	151
Mixed 70.....	152
ESTAFETTES .....	152
Mannen 75 .....	153
LOOPONDERDELEN .....	153
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	156
MEERKAMPEN.....	158
ESTAFETTES .....	160
Vrouwen 75 .....	161
LOOPONDERDELEN .....	161
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	163
MEERKAMPEN.....	165
ESTAFETTES .....	167
Mixed 75.....	169
ESTAFETTES .....	169
Mannen 80 .....	170
LOOPONDERDELEN .....	170
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	172
MEERKAMPEN.....	174
ESTAFETTES .....	175
Vrouwen 80 .....	176
LOOPONDERDELEN .....	176
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	178
MEERKAMPEN.....	180
ESTAFETTES .....	181
Mixed 80.....	183
ESTAFETTES .....	183
Mannen 85 .....	184
LOOPONDERDELEN .....	184
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	186
MEERKAMPEN.....	188
ESTAFETTES .....	189
Vrouwen 85 .....	190
LOOPONDERDELEN .....	190
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	192

MEERKAMPEN.....	193
ESTAFETTES.....	194
Mixed 85.....	195
ESTAFETTES.....	195
Mannen 90.....	196
LOOPONDERDELEN.....	196
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	198
MEERKAMPEN.....	199
ESTAFETTES.....	200
Vrouwen 90.....	201
LOOPONDERDELEN.....	201
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	203
MEERKAMPEN.....	204
ESTAFETTES.....	205
Mixed 90.....	206
ESTAFETTES.....	206
Mannen 95.....	207
LOOPONDERDELEN.....	207
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	209
MEERKAMPEN.....	210
ESTAFETTES.....	211
Vrouwen 95.....	212
LOOPONDERDELEN.....	212
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	214
MEERKAMPEN.....	215
ESTAFETTES.....	216
Mixed 95.....	217
ESTAFETTES.....	217
Mannen 100.....	218
LOOPONDERDELEN.....	218
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	220
MEERKAMPEN.....	221
ESTAFETTES.....	222
Vrouwen 100.....	223
LOOPONDERDELEN.....	223
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	225
MEERKAMPEN.....	226
ESTAFETTES.....	227
Mixed 100.....	228
ESTAFETTES.....	228

## Inleiding

Eén van de taken van de Werkgroep Nationale Records van de Atletiekunie is het bijhouden van een archief over de ontwikkeling van de Nederlandse atletiekrecords. Toen in 2017 de huidige werkgroep aantrad, bleek de lijst vanaf 2014 niet meer in zijn geheel te zijn bijgewerkt. In de afgelopen jaren is er hard gewerkt aan het up-to-date krijgen van de lijsten en eventuele fouten uit vorige publicaties te herstellen. Vanaf 2023 verschijnt er elk jaar een update van de het overzicht van de historie van de Nederlandse records.

De allereerste recordprestaties die u zal aantreffen, zijn geleverd voordat in 1901 de N.A.U. werd opgericht, te Rotterdam. De reden voor dit uitgangspunt is het feit dat op 16 oktober 1886 de eerste atletiekwedstrijd in Nederland werd gehouden, zoals wij die kennen en vanaf dat tijdstip werden Nederlandse records bijgehouden. In feite gaat het om Nederlandse records, die gevestigd zijn tijdens de hieronder genoemde zes periodes:

- 1) De bondsloze periode van 16 oktober 1886 tot 8 december 1889
- 2) De periode van de N.V.A.B. (Nederlandsche Voetbal- en Athletische Bond) van 8 december 1889 tot 29 september 1895. Deze bond ging daarna verder als de N.V.B., later de K.N.V.B.
- 3) De bondsloze periode van 29 september 1895 tot 24 mei 1896
- 4) De periode van de N.A.B (Nederlandsche Athletiek Bond) van 24 mei 1896 tot 28 april 1901
- 5) De (K).N.A.U. van 28 april 1901 tot 3 mei 2007 (vanaf 1926 het predicaat Koninklijk, met uitzondering van de jaren 1940-1945)
- 6) Atletiekunie van 3 mei 2007 tot heden

Zoals hierboven blijkt hebben voor de oprichting van de (K).N.A.U. (sinds 2007 Atletiekunie) twee andere atletiekbonden geopereerd, maar dit heeft geen splitsing in de Nederlandse recordlijst tot gevolg gehad. Het is een aaneengesloten lijst gebleven, omdat de N.V.A.B. de Nederlandse records overnam, die voor haar oprichting waren gevestigd en zowel de N.A.B. als de N.A.U. de Nederlandse records van hun voorganger overnamen.

Aan het eind van de inleiding is de eerste officiële Nederlandse recordlijst opgenomen, die in november 1894 door de N.V.A.B. werd gepubliceerd.

## Recordcommissie

In de begintijd geschiedde het erkennen van de Nederlandse records door de bondsbesturen. In 1906 bestond er een aparte recordcommissie, waarvan de leden door het N.A.U.-bestuur werden benoemd. Het is meermalen voorgekomen dat het (K).N.A.U.-bestuur of de N.T.C. (Technische Commissie) een besluit van de recordcommissie terugdraaide, wat commotie tot gevolg had. Na een statutenwijziging in 1982 werden de leden van de recordcommissie door de Unieraad benoemd. In 2017 heeft er opnieuw een statutenwijziging plaatsgevonden, omdat de recordcommissie te autonoom was geworden, sindsdien is het weer onderdeel van de Atletiekunie. De recordcommissie is toen ook hernoemd naar Werkgroep Nationale Records.

## Werkwijze

In dit overzicht zijn alle baanrecords opgenomen, die volgens de huidige regelgeving nog als record worden erkend. Hierin is de lijn van de World Masters Athletics gevolgd. Hiernaast zijn beste prestaties aangegeven die destijds beter waren dan het Nederlands record, maar nooit deze status hebben gekregen om wat voor reden dan ook. Of Nederlandse records die later zijn teruggetrokken.

Voor de indoorrecords en de wegrecords zijn hiervoor ook aparte overzichten te vinden op de website van de Atletiekunie. Over de jaren zijn er heel wat records afgevoerd van de officiële recordlijsten. Hiervoor is een overzicht genaamd 'bevroren records'.

Behalve de naam van de recordhoud(st)ers worden bij de records ook de namen van de verenigingen genoemd, waarvan zij toen lid waren. Veel van deze verenigingen bestaan tegenwoordig niet meer of ze zijn gefuseerd over de jaren met verenigingen in de omgeving. Bij alle verenigingen is de plaatsnaam vermeld (tenzij deze volgt uit de naam van de vereniging), omdat er in de loop der jaren verschillende verenigingen bestonden die met dezelfde naam lid zijn geweest van de atletiekbond. Hiernaast zijn de plaats en datum van de wedstrijd weergegeven.

## Veteranen- / mastersrecords

Op de voorjaarsvergadering van de Unieraad van 1992 werd het voorstel aangenomen om Nederlandse indoor- en outdoorrecords in te stellen voor veteranen voor zowel de mannen als de vrouwen. Het ging hierbij om absolute records, dat wil zeggen er geldt één veterandenrecord per nummer zonder onderverdeling in leeftijdscategorieën, zoals ook het geval is bij de Nederlandse juniorenrecords. Deze records zijn terug te vinden in een apart overzicht.

Per 1 jan. 1995 is deze regel aangepast. Toen is er vanaf absolute records naar leeftijdscategorieën per 5 jaar gegaan.

Tijdens het IAAF-congres in Helsinki op 24 november 2005 is besloten dat zowel mannelijke als vrouwelijke atleten vanaf hun 35<sup>e</sup> verjaardag mogen uitkomen voor de masters. Voorheen was deze leeftijdsgrens bij mannen 40+. Deze regel is per 1 jan. 2006 ingegaan.

In de afgelopen jaren zijn vier keer de leeftijdscategoriefactoren voor de meerkamponderdelen veranderd (2003, 2010, 2014 & 2023).

**Mannen 35****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>					
10.19	+0.2	Troy Douglas	AAC, Amsterdam	Zürich (SUI)	17-08-2001

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>					
20.19	+0.8	Troy Douglas	AAC, Amsterdam	Rieti (ITA)	02-09-2001

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
46.99	Erik Roeske	Hellas, Utrecht	Oordegem (BEL)	27-07-1996
45.21	Liemarvin Bonevacía	Rotterdam Atletiek	Willemstad (AHO)	28-04-2024 <sup>1</sup>
44.88	Liemarvin Bonevacía	Rotterdam Atletiek	Roma (ITA)	10-06-2024

1) Geldige prestatie die een verbetering is t.o.v. het (destijds) huidige record, maar nooit is aangevraagd

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
1:53.93	Robert Spoek	Ciko '66, Arnhem	Heusden (BEL)	23-07-2005
1:53.71	Caspers Dirks	Phanos, Amsterdam	Ninove (BEL)	09-08-2008
1:51.18	Johan de Koning	Sprint, Breda	Leiden	13-06-2009
1:49.94	Johan de Koning	Sprint, Breda	Uden	27-06-2009
1:49.59	Sebastiën Schletterer	Dynamica, Middelburg	Kessel-Lo (BEL)	13-08-2011

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
3:44.89	Simon Vroemen	Sprint, Breda	Nijmegen	20-05-2005
3:41.04	Simon Vroemen	Sprint, Breda	Ninove (BEL)	29-07-2006

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
4:19.78	Henk van Eck	GAC, Gemert	Roermond	17-08-1995
4:01.09	Johan de Koning	Sprint, Breda	Brasschaat (BEL)	26-07-2009

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
8:10.02	Marc van Rooy	AAC, Amsterdam	Vught	15-05-1997

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
14:15.58	Peter Visser	AV '34, Apeldoorn	Arnhem	05-07-2000
13:32.49	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Brasschaat (BEL)	21-07-2007

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
28:33.60	Marcel Versteeg	Loopgroep PK, Dodewaard	Veenendaal	12-04-2001
28:31.02	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Neerpelt (BEL)	02-06-2007

**110 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>					
13.95	-1.2	James Sharpe	AAC, Amsterdam	Budapest (HUN)	04-08-1998

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
50.75	Jeroen Prent	Hellas, Utrecht	Brussel (BEL)	30-07-2000

**3 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
8:04.95	Simon Vroemen	Sprint, Breda	Brussel (BEL)	26-08-2005

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
12:51.62	Henk Plasman	OLAT, Sint-Oedenrode	Etten-Leur	28-05-1996
12:44.3h	Robby Tersteeg	RWV, Rotterdam	Veenendaal	05-09-2015
12:37.03	Rick Liesting	OLAT, Sint-Oedenrode	Drunen	22-06-2017

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
20:42.2h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Barendrecht	30-05-1997

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
2.00	Erik Rollenberg	a.v. Haarlem	Haarlem	17-04-1994
2.00	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek	Amsterdam	19-09-1999
2.05	Sven Ootjers	Trias, Heiloo	Alkmaar	17-05-2009
2.07	Sven Ootjers	Trias, Heiloo	Amersfoort	21-06-2009
2.11	Wilbert Pennings	Attila, Tilburg	Uden	03-07-2010
2.16	Jan Peter Larsen	Ilion, Zoetermeer	Amsterdam	01-08-2015
2.17	Jan Peter Larsen	Ilion, Zoetermeer	Amsterdam	19-06-2016

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
4.80	Richel Keijsers	a.v. Weert	Eindhoven	16-07-2005
4.85	Alex van Zutphen	AAV '36	Amersfoort	01-09-2013
5.35	Rens Blom	Unitas, Sittard	Hengelo	08-06-2014
5.41	Rens Blom	Unitas, Sittard	Hof (GER)	21-06-2014

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>					
7.12	+1.9	Manuel Ellsworth	Rotterdam Atletiek	Leiden	22-05-2005
7.62	+1.8	Fabian Florant	Haag Atletiek	Amsterdam	12-05-2018

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>					
14.78	+0.4	Manuel Ellsworth	Rotterdam Atletiek	Amsterdam	09-07-2005
15.77	+0.5	Fabian Florant	Haag Atletiek	Amsterdam	12-05-2018

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
15.65	Robert de Wit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	23-08-1997
16.42	Eddy Cardol	Hera, Heerhugowaard	Almere	02-06-2013
17.29	Erik van Vreumingen	Haag Atletiek	Heerhugowaard	08-05-2016
17.32	Patrick Cronie-van der Eijk	Prins Hendrik, Vught	Amsterdam	01-06-2025

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
55.08	Ben Vet	Phanos, Amsterdam	Amsterdam	13-07-2003
59.99	Rutger Smith	Groningen Atletiek	Amsterdam	09-07-2016

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
66.20	Frank van de Dool	AV '34, Apeldoorn	Apeldoorn	19-10-2002
66.60	Ronald Gram	Sprint, Breda	Eindhoven	12-07-2009

**Speerwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
69.35	Enno Tjepkema	AAC, Amsterdam	Amsterdam	12-05-2002
73.60	Elliott Thijssen	Hellas, Utrecht	Woerden	21-05-2006
74.35	Elliott Thijssen	Hellas, Utrecht	Reeuwijk	18-06-2006
75.41	Daan Meyer	AV '34, Apeldoorn	Utrecht	24-06-2018

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>				
19.87	Frank van de Dool	AV '34, Apeldoorn	Huizen	06-10-2002

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats			Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>										
Vacant										
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie									
	Punten									

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats			Datum	
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>											
<i>100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
6.367	Marcel Roosen	PSV, Eindhoven					Amersfoort			27-08-2006	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	11.97	6.25	11.58	1.72	53.67	15.46	35.63	3.85	38.19	4:55.42
	Punten	681	711	581	636	721	795	576	617	440	609

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.319	Marcel Roosen	PSV, Eindhoven					Amersfoort			27-08-2006	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	11.97	6.25	11.58	1.72	53.67	15.46	35.63	3.85	38.19	4:55.42
	Punten	687	684	607	593	733	812	586	592	423	602

6.612	Justin François	Groene Ster, Zevenberg					Best			01-07-2012	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	11.16	6.15	12.69	1.76	53.55	14.87	30.70	3.95	44.48	5:04.77
	Wind	+1.4	+1.2				+3.0				
	Punten	856	661	677	627	738	882	487	620	516	548

6.636	Alex van Zutphen	AAV'36, Alphen aan den Rijn					Amersfoort			01-09-2013	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	11.88	6.42	11.43	1.90	55.20	16.35	33.53	4.85	40.66	4:57.78
	Wind	+0.9	+1.6				+1.1				
	Punten	705	725	597	749	669	711	544	889	459	588

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.569	Alex van Zutphen	AAV'36, Alphen aan den Rijn					Amersfoort			01-09-2013	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	11.88	6.42	11.43	1.90	55.20	16.35	33.53	4.85	40.66	4:57.78
	Wind	+0.9	+1.6				+1.1				
	Punten	675	734	603	731	630	702	534	883	478	599

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van beste prestatie</i>							
<i>kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
3.922	Frank van de Dool	AV '34, Apeldoorn			Huizen		06-10-2002
	Onderdeel	kogelsl.	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	62.96	13.91	44.68	39.96	19.87	
	Punten	892	723	760	486	1061	

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.939	Frank van de Dool	AV '34, Apeldoorn			Huizen		06-10-2002
	Onderdeel	kogelsl.	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	62.96	13.91	44.68	39.96	19.87	
	Punten	924	754	773	449	1039	

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.926	Frank van de Dool	AV '34, Apeldoorn			Huizen		06-10-2002
-------	-------------------	-------------------	--	--	--------	--	------------

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
Onderdeel		kogelsl.	kogel	discus	speer	gewicht	
Prestatie		62.96	13.91	44.68	39.96	19.87	
Punten		921	762	760	467	1016	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
48.51	Dik van de Weerdhof Anne Wiersma Gene Noordpool Martijn van de Peppel	VAV, Veenendaal	Amstelveen	24-09-2011
47.50	Dennis François Justin François Ryan Smits Eric van den Berg	Groene Ster, Zevenbergen	Zevenbergen	06-06-2012
47.39	Richard Achterberg Dik van de Weerdhof Martijn van de Peppel Gene Noordpool	VAV, Veenendaal	Amstelveen	27-09-2014
47.05	Sten van der Graaf Luc de Krasse Ezra Hendriks Ricardo Rivers	Ciko '66, Arnhem	Amstelveen	26-09-2015
46.16	Quinten Stern Vincent Kerssies Wouter de Boer Wan Bakx	TION, Enschede	Vught	04-09-2016
45.02	Tom van Oudenaarden Thomas Reijnders Robert Hendriks Samora Strijder	Fortuna, Vlaardingen Altis, Amersfoort Leiden Atletiek Utrecht Atletiek	Oud-Beijerland	06-09-2025

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
3:34.09	Werner Andrea Bert de Graaft Dave Elderenbosch Richard Janssens	Phoenix, Utrecht Almere '81 AAC, Amsterdam Lycurgus, Krommenie	Riccione (ITA)	15-09-2007
3:27.44	Marcel Roosen Dave Elderenbosch Werner Andrea Richard Janssens	PSV, Eindhoven AAC, Amsterdam Phoenix, Utrecht Lycurgus, Krommenie	Ljubljana (SLO)	03-08-2008
3:26.37	Vincent Kerssies Quinten Stern Rikkert van Rhee Ricardo Rivers	TION, Enschede TION, Enschede Rotterdam Atletiek Ciko '66, Arnhem	Lyon (FRA)	16-08-2015

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
8:28.23	Jimmy Schuiten Bert van Lith Robert Wels Michiel Otten	Prins Hendrik, Vught	Amstelveen	29-09-2007

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet (400 - 300 - 200 - 100 m)</i>				
2:05.1h	Eric Roeske Rob Langezaal Patrick Teeuwen Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht	Krommenie	10-09-2006
2:02.59	Richard Janssens Ger Wessel Johnny Silé Armand Ellsworth	Lycurgus, Krommenie	Veldhoven	29-06-2008
2:00.74	Bart Oomen Paul Huslage Kevin Damstra Germain Hoek	AV Sprint, Breda	Amstelveen	28-09-2025

**Vrouwen 35****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
11.8h	Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Utrecht	07-07-1982

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
24.77	Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Amsterdam	07-08-1982

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
56.0h	Ina Blaauw	Argo '77, Groningen	Zevenaar	19-06-1983

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
2:05.41	Ina Blaauw	Argo '77, Groningen	Bielefeld (FRG)	05-06-1983

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
4:20.86	Petra van Limpt	Prins Hendrik, Vught	Kerkrade	30-05-1992
4:19.46	Petra van Limpt	Prins Hendrik, Vught	Hengelo	27-06-1992

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:05.4h	Irene Wentzel	Hellas, Utrecht	Utrecht	07-07-1982
4:54.00	Mieke Aenen	Haag Atletiek	Delft	28-06-1998

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
9:27.6h	Carla Beurskens	Festina, Venlo	Kerkrade	07-06-1989
9:06.71	Elly van Hulst	Mita TC, Oud-Beijerland	Linz (AUT)	04-07-1994

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
16:52.8h	Annie van Stiphout	Lopersgroep Deurne	Helmond	12-06-1990
16:52.8h	Petra van Limpt	Prins Hendrik, Vught	Nijmegen	31-08-1990
16:37.5h	Petra van Limpt	Prins Hendrik, Vught	Vught	21-07-1992
15:56.51	Elly van Hulst	Mita TC, Oud-Beijerland	Hechtel (BEL)	22-07-1995
15:35.22	Wilma van Onna	PAC, Rotterdam	Arnhem	05-07-2000

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
32:36.76	Carla Beurskens	Festina, Venlo	Essen (FRG)	12-06-1987

**100 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 10 horden met een hoogte van 83,8 cm</i>					
15.21		Mieke Sterk	ADA, Amsterdam	Breda	13-05-1984
14.88		Neeltje van Hulten	Phoenix, Utrecht	Hulst	13-06-2011
14.87	+1.9	Neeltje van Hulten	Phoenix, Utrecht	Amsterdam	30-07-2011

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
1:06.14	Lena Jansen	PAC, Rotterdam	Amsterdam	25-06-1989
1:05.33	Janneke Roona	Impala, Drachten	Sittard	20-09-1998
1:04.67	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam	Vught	13-06-2004
1:04.66	Mireille Hesper	Rotterdam Atletiek	Leiden	10-06-2006
1:04.42	Mireille Hesper	Rotterdam Atletiek	Amsterdam	09-07-2006
1:03.43	Eefje Swinkels	HAC, Helmond	Eindhoven	10-07-2011

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
8:50.64	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Brisbane (AUS)	14-07-2001
8:38.68	Eefke Vroemen	Altis, Amersfoort	Amersfoort	08-09-2013
8:24.75	Eefke Vroemen	Altis, Amersfoort	Den Haag	16-05-2014
8:05.40	Laura Huijbregts	Eindhoven Atletiek	Zierikzee	14-06-2015
7:46.59	Laura Huijbregts	Eindhoven Atletiek	Tessenderlo (BEL)	24-06-2015
7:37.55	Eefje Ottevanger	Eindhoven Atletiek	Gouda	11-06-2017
7:36.47	Linda Reus	SAV, Grootebroek	Harderwijk	28-05-2022
6:59.33	Christine Bosch	GAC Hilversum	Hilversum	25-05-2024

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
15:40.8h	Christien Vijver	Spartacus, Franeker	Zaandam	03-06-1983
15:36.58	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Tilburg	12-07-1992
15:33.5h	Anne van Andel	DAK Drunen	Drunen	30-08-2025
14:19.6h	Anne van Andel	DAK Drunen	Drunen	27-09-2025

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
26:30.6h	Christien Vijver	Spartacus, Franeker	Zaandam	03-06-1983
25:54.4h	Anne van Andel	DAK Drunen	Drunen	30-08-2025

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
1.68	Ria Hulsink	ADA, Amsterdam	Amsterdam	06-10-1985

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2,75 cm</i>				
2.80	Suzanne van Meerten	Ilion, Zoetermeer	Utrecht	13-06-1997
3.40	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Vught	17-06-2001
3.45	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Tilburg	07-07-2001
3.60	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Bedfort (GBR)	21-07-2001
3.70	Sandra van der Geer	Ilion, Zoetermeer	Zwolle	18-05-2008
3.81	Sandra van der Geer	Ilion, Zoetermeer	Amsterdam	05-07-2008

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
6.41	Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Strasbourg (FRA)	07-08-1982

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
11.47	+0.0 Els Stolk	ADA, Amsterdam	Krommenie	17-05-1992
11.79	+0.5 Anja Mulder	Atletics, Nijverdal	Amsterdam	05-07-2008
11.95	+0.0 Patricia Jacott-Krolis	Rotterdam Atletiek	Amersfoort	13-06-2021 <sup>1</sup>
11.96	+1.1 Patricia Jacott-Krolis	Rotterdam Atletiek	Breda	27-06-2021 <sup>1</sup>
12.09	+1.8 Patricia Jacott-Krolis	Rotterdam Atletiek	Vught	09-05-2024

- 1) Geldige prestatie die een verbetering is t.o.v. het (destijds) huidige record, maar nooit is aangevraagd.

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 4,00 kg</i>				
14.04	Els Stolk	ADA, Amsterdam	Krommenie	17-05-1992

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 4,00 kg</i>				
44.68	Jopie Baart	a.v. Edam	Santpoort	09-09-1990
45.60	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Alphen aan den Rijn	05-05-1996
46.30	Jacqueline Goormachtigh	PAC, Rotterdam	Rotterdam	24-04-2005

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 25,00 m * 4,00 kg</i>				
32.38	Gerda Vetter	AAC, Amsterdam	Amsterdam	31-08-1997
33.09	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Krommenie	09-08-1998
36.34	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	29-05-1999
38.48	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Nijmegen	04-07-1999
38.73	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Apeldoorn	17-07-1999
39.29	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Gateshead (GBR)	31-07-1999

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
46.82	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Boskoop	15-04-2000
47.80	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Hoorn	20-05-2000
50.84	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Hesel (GER)	23-09-2000
52.17	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Eindhoven	26-05-2001
52.54	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Holtland (GER)	15-09-2001
58.79	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Zwolle	08-03-2015
61.11	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Holtland (GER)	06-06-2015
62.48	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Nivelles (BEL)	26-07-2015
62.91	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Amsterdam	01-08-2015
64.14	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Fränkisch-Crumbach (GER)	15-05-2016
65.34	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Groningen	09-06-2018

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 600 gr</i>				
51.10	Lida Berkhout	DEM, Beverwijk	Verona (ITA)	01-07-1988
<i>In 1999 ingesteld - na verlegging zwaartepunt - met de beste jaarprestatie als limiet</i>				
51.88	Marjo Bus	Ciko '66, Arnhem	Apeldoorn	27-06-1999

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg</i>				
11.43	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Gateshead (GBR)	07-08-1999
12.17	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	27-05-2000
14.87	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Huizen	01-10-2000
15.65	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Eindhoven	10-02-2001
16.25	Gonny Mik	Argo'77, Groningen	Huizen	07-10-2001
16.32	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Århus	23-07-2004
16.39	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Århus	30-07-2004
16.54	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Eindhoven	13-02-2016
18.58	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Rotterdam	16-07-2016

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * 100 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>							
2.969	Evie Roelands	DJA, Zundert			?		-1993-
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	ver	800	
	Prestatie	17.6h	1.46	8.58	5.06	2:47.5h	
	Punten	602	701	437	680	549	
2.988	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Jyväskylä (FIN)		09-07-2000
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	ver	800	
	Prestatie	19.10	1.48	10.02	4.38	2:28.07	
	Wind	+0.6			NWI		
	Punten	473	724	531	479	781	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>							
2.806	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Jyväskylä (FIN)		09-07-2000
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	ver	800	
	Prestatie	19.10	1.48	10.02	4.38	2:28.07	
	Wind	+0.6			NWI		
	Punten	418	666	567	438	717	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
2.816	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Jyväskylä (FIN)		09-07-2000
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	ver	800	
	Prestatie	19.10	1.48	10.02	4.38	2:28.07	
	Wind	+0.6			NWI		
	Punten	407	678	554	451	726	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
2.742	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Jyväskylä (FIN)		09-07-2000
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	ver	800	
	Prestatie	19.10	1.48	10.02	4.38	2:28.07	
	Wind	+0.6			NWI		
	Punten	392	632	554	433	731	

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>							
4.318	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Emmen		25-09-1994
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m
	Prestatie	18.32	1.47	9.19	27.50 / 4.92	32.68	2:43.76
	Punten	551	712	477	719 / 637	630	592
4.431	Alma Hollen	Holland, Haarlem			Utrecht		29-06-1997
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m
	Prestatie	16.78	1.31	10.44	27.87 / 4.67	34.14	2:33.32
	Punten	720	523	558	690 / 562	663	715
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.096	Alma Hollen	Holland, Haarlem			Utrecht		29-06-1997
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m
	Prestatie	16.78	1.31	10.44	27.87 / 4.67	34.14	2:33.32
	Punten	662	470	596	641 / 519	555	653
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>							
4.210	Alma Hollen	Holland, Haarlem			Utrecht		29-06-1997
	Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m < ver	speer	800 m
	Prestatie	16.78	1.31	10.44	27.87 < 4.67	34.14	2:33.32
	Punten	649	481	583	708 < 532	596	661
4.303	Eefje Swinkels	HAC, Helmond			Best		07-07-2013

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m		
Prestatie	15.69	1.37	9.18	26.61	4.82	23.65	2:30.45		
Wind	-0.4			+1.4	+1.4				
Punten	782	555	497	813	576	384	696		

*Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld*

4.508	Tanja van der Plas	av Lycurgus, Assendelft					Amstelveen		10-06-2019
Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m		
Prestatie	16.27	1.54	9.55	26.96	5.14	29.90	2:41.42		
Wind	-0.4			+0.7	+0.1				
Punten	711	747	523	783	668	510	566		

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld*

4.335	Tanja van der Plas	av Lycurgus, Assendelft					Amstelveen		10-06-2019
Onderdeel	100mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m		
Prestatie	16.27	1.54	9.55	26.96	5.14	29.90	2:41.42		
Wind	-0.4			+0.7	+0.1				
Punten	695	701	523	715	643	488	570		

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	--	-------

*In 1999 ingesteld zonder limiet \* in 1 dag \* kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen*

3.028	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Gateshead (GBR)		07-08-1999
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	36.98	9.46	35.48	27.40	11.43				
Punten	652	494	574	513	795				

3.062	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Eindhoven		27-05-2000
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	39.18	9.14	35.66	25.19	12.17				
Punten	700	473	570	464	855				

3.498	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Huizen		01-10-2000
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	48.12	10.35	32.87	24.73	14.87				
Punten	899	552	517	454	1076				

3.685	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Eindhoven		26-05-2001
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	52.17	10.89	30.70	27.44	15.36				
Punten	990	588	476	514	1117				

3.714	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Huizen		07-10-2001
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	48.49	10.68	33.48	27.46	16.25				
Punten	908	574	528	515	1190				

3.811	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Potsdam (GER)		22-08-2002
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	50.94	10.52	35.11	28.35	16.25				
Punten	963	564	560	534	1190				

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.895	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Potsdam (GER)		22-08-2002
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	50.94	10.52	35.11	28.35	16.25				
Punten	1111	602	579	445	1.158				

*Per 01-05-2010/2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.685	Gonny Mik	Argo '77, Groningen					Potsdam (GER)		22-08-2002
Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie	50.94	10.52	35.11	28.35	16.25				
Punten	1060	589	584	479	973				

4.257	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek					Hilversum		23-07-2016
-------	----------------	--------------------	--	--	--	--	-----------	--	------------

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	59.69	12.59	38.60	33.28	16.89	
	Punten	1276	731	655	578	1017	

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.672	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek			Hilversum		23-07-2016
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	59.69	12.59	38.60	33.28	16.89	
	Punten	948	731	627	554	812	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
50.9h	Mia Linskens	Atos, Amsterdam	Willebroek (BEL)	12-05-1988
	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk		
	Rina Hagenaars	PAC, Rotterdam		
	Maja Boekel	Trias, Heiloo		
50.05	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Etten-Leur	26-06-1993
	Annemiek Stavenuiter	ADA, Amsterdam		
	Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam		
	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
4:05.36	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Budapest (HUN)	06-07-1990
	Irene Pos	Dynamo '70, Middelburg		
	Joke de Zeeuw	PAC, Rotterdam		
	Coby Körmeling	AV '34, Apeldoorn		
4:04.2h	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Zwolle	30-08-1996
	Janny Kuper	PEC 1910, Zwolle		
	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught		
	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de beste geldende prestatie</i>				
9:37.29	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Dordrecht	25-09-1992
	Irene Pos	Dynamo '70, Middelburg		
	Ina Ruijter	AV '23, Amsterdam		
	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:35.23	Valérie Klostermann	PAC, Rotterdam	Amstelveen	17-09-2006
	Marlou Klaver			
	Carola Diederik			
	Loes Buitendijk			
2:34.94	Manon Mensink	Ciko '66, Arnhem	Enschede	07-09-2014
	Alet Ludwig			
	Ingrid Smit			
	Angelique Luijpen			
2:30.13	Lisette Thomas	DEM, Beverwijk	Hilversum	05-06-2016
	Simone Geel			
	Claudia Kes			
	Anja Akkerman			

**Mixed 35****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet</i>				
3:55.34	Francisco Jose Pereira Delgado Freire	Rotterdam Atletiek	Den Haag	09-08-2025
	Charlotte van Breukelen	AV Atverni, Nieuwegein		
	Jelle Verschuur	Nijmegen Atletiek		
	Janneke Visser	Scorpio, Oosterhout		

**Mannen 40****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>					
11.22		Marino van Campen	Atos, Amsterdam	Kerkrade	24-05-1990
11.00		Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Krommenie	14-05-2000
10.84		Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Tilburg	10-06-2000
10.29	+1.9	Troy Douglas	Haag Atletiek	Leiden	07-06-2003

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>					
22.8h		Caspari de Geus	AVR, Rotterdam	Rotterdam	22-06-1989
<i>Per 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 23.03</i>					
22.87		Gerrit de Man	Hercules, Dordrecht	Gouda	13-05-1999
22.81		Gerrit de Man	Hercules, Dordrecht	Leiden	12-06-1999
22.27		Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Hengelo	04-06-2001
22.18	+2.0	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Leiden	09-06-2001
20.64	+1.3	Troy Douglas	Haag Atletiek	Paris (FRA)	27-08-2003

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
50.6h	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Haarlem	12-07-1987
<i>Per 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 50.73</i>				
50.15	Kees van Pelt	Attila, Tilburg	Lelystad	05-06-1999
49.41	Kees van Pelt	Attila, Tilburg	Bergen op Zoom	19-06-1999
48.98	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Amstelveen	01-10-2000
48.76	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Vilvoorde (BEL)	23-06-2001
47.86	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Potsdam (GER)	21-08-2002

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
1:51.5h	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Heerhugowaard	24-09-1986
<i>Per 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 50.73</i>				
1:51.38	Sèbastiën Schletterer	Dynamica, Middelburg	Kessel-Lo (BEL)	09-08-2014

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
3:52.28	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Amsterdam	25-05-1986
3:51.98	Sèbastiën Schletterer	Dynamica, Vlissingen	Huizingen (BEL)	10-08-2013
3:50.89	Sèbastiën Schletterer	Dynamica, Vlissingen	Vilvoorde (BEL)	09-06-2014

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
4:16.3h	Rien van der Wilt	Clytoneus, Woerden	Amsterdam	20-07-1990

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
8:14.9h	Rien van der Wilt	Clytoneus, Woerden	Uden	06-06-1991

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
14:20.54	Rien van der Wilt	Clytoneus, Woerden	Apeldoorn	14-09-1990

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
29:57.69	Rien van der Wilt	Clytoneus, Woerden	Rotterdam	13-07-1990

**110 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 10 horden met een hoogte van 99,1 cm</i>					
14.8h		Hans van Enkhuijzen	a.v. Haarlem	Beverwijk	23-05-1987
<i>Deze prestatie is geleverd met een hordenhoogte van 1,067 cm * In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 15.03 sec * deze limiet is vervallen sinds 1-1-2020</i>					
15.07	-0.3	Vincent Kerssies	AC TION, Enschede	Hilversum	25-05-2024

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 10 horden met een hoogte van 91,4 cm</i>				
56.3h	Ger Heinsius	SAV, Grootebroek	Amsterdam	23-05-1987
55.81	Vincent Kerssies	AC Tion, Enschede	Hengelo	10-05-2023
55.01	Vincent Kerssies	AC Tion, Enschede	Harderwijk	02-07-2023
54.55	Vincent Kerssies	AC Tion, Enschede	Ninove (BEL)	22-07-2023

**3 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * balken met een hoogte van 91,4 cm</i>				
9:30.16	Steeff Kijne	AVR, Rotterdam	Hoon	13-05-1990
9:27.28	Dick ten Bruggencate	Trias, Heiloo	Tilburg	11-07-1992
9:23.53	Dick ten Bruggencate	Trias, Heiloo	Hoon	09-05-1993
9:20.20	Dick ten Bruggencate	Trias, Heiloo	Zierikzee	12-06-1993
8:53.80	Simon Vroemen	Groningen Atletiek	Veldhoven	29-06-2011
8:51.67	Simon Vroemen	Prins Hendrik, Vught	Amsterdam	17-06-2012

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
13:25.66	Dirk Maassen vd Brink	Holland, Leiden	Leiden	12-06-1990
13:21.0h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Den Haag	03-05-2003
12:17.9h	Rick Liesting	OLAT, Sint-Oedenrode	Veenendaal	09-09-2017

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
22:50.2h	Tjabel Ras	PAC, Rotterdam	Rotterdam	08-08-1976
21:42.9h	Henk Plasman	Generaal Michaëlis, Best	Barendrecht	16-05-1997
21:27.07	Rick Liesting	OLAT, Sint-Oedenrode	Århus (DEN)	31-07-2017
20:51.87	Rick Liesting	OLAT, Sint-Oedenrode	Best	07-07-2018

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
2.00	Leo Poirot	Hercules, Dordrecht	Den Haag	29-07-1983
2.00	Jan Peter Larsen	ARV Ilion, Zoetermeer	Den Haag	30-04-2023

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
3.90	Pim Göbel	a.v. Haarlem	Den Haag	17-05-1992
4.00	Marc van Vliet	Holland, Leiden	Amsterdam	17-07-1992
4.10	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Barendrecht	07-05-1995
4.20	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Vught	16-05-1995
4.30	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Leiden	21-05-1995
4.40	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Leiden	24-06-1995
4.73	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Gainesville (USA)	28-03-2003
4.80	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Gainesville (USA)	27-03-2004
5.00	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Clermont (USA)	22-05-2004
5.02	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Utrecht	10-07-2004

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>					
6.54		Hans Scheffers	Fortuna, Vlaardingen	Haarlem	19-05-1985
6.62		Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Heiloo	05-09-1999
6.70	-1.5	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Gemert	02-09-2001
6.95	+0.9	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Zoetermeer	30-06-2002

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>					
13.41		Gérard Moors	Sprint, Breda	Le Touquet (FRA)	09-05-1989
14.04	+1.5	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Amsterdam	09-07-2005
14.13	+1.6	Lennart Teunissen	Altis, Amersfoort	Breda	27-06-2021

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 7,26 kg</i>				
15.07	Sjaak Ruhl	Sprint, Breda	Apeldoorn	31-08-1991
15.13	Sjaak Ruhl	Sprint, Breda	Etten-Leur	17-07-1992
15.14	Marcel Mahie	Noordkop, Den Helder	Grootebroek	26-06-1993
16.63	Erik van Vreumingen	Haag Atletiek	Heerhugowaard	07-04-2019

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 2,00 kg</i>				
50.62	Harry Zitzen	Achilles-TOP, Kerkrade	Zwolle	14-09-1986
51.42	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Lisse	02-05-1998
53.19	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Hoom	16-05-1998
54.11	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Zierikzee	21-06-1998

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 7,26 kg</i>				
54.68	Rinus Schreuder	Ciko'66, Arnhem	Steenbergen	28-06-1983
54.96	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Lisse	27-04-1996
55.46	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Barendrecht	05-05-1996
57.32	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Uden	09-06-1996
58.58	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Lisse	25-08-1996
60.24	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Emmen	07-06-1997

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 800 gr</i>				
62.38	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	03-06-1994
64.14	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Amsterdam	03-07-1994
64.48	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Amsterdam	28-05-1995
64.60	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	29-05-1996
67.24	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	07-06-1996
67.25	Ellioth Thijssen	Hellas, Utrecht	Den Haag	18-06-2011
68.51	Ellioth Thijssen	Hellas, Utrecht	Utrecht	23-09-2012
70.22	Ellioth Thijssen	Hellas, Utrecht	Amsterdam	20-07-2013

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records * 15,88 kg</i>				
10.46	Hans Mulders	PSV, Eindhoven	Eindhoven	29-05-1999
12.00	John Stegman	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	07-09-2002
13.02	John Stegman	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	13-09-2003
13.82	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Eindhoven	07-02-2004
13.96	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Huizen	03-10-2004
14.26	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Huizen	02-10-2005
15.05	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Linz (AUT)	17-03-2006
15.30	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Riccione (ITA)	12-09-2007
15.46	Martin Wijand	AAC, Amsterdam	Zutphen	30-04-2016
15.69	Sander Stok	AV 1923, Amsterdam	Hilversum	26-05-2024

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats	Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* 1 dag \* verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m*

3.390	Nico Hellendoorn	RK DOS, Kampen					Etten-Leur	08-09-1991
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.73	51.86	25.4h	38.52	5:01.1h		
	Punten	686	758	664	635	647		

3.441	Alfredo Leenderts	Scorpio, Oosterhout					Potsdam (GER)	19-08-2002
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.90	52.64	24.39	27.18	4:42.34		
	Wind	+1.0		+0.9				
	Punten	729	772	771	409	760		

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.446	Alfredo Leenderts	Scorpio, Oosterhout					Potsdam (GER)	19-08-2002
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.90	52.64	24.39	27.18	4:42.34		
	Wind	+1.0		+0.9				
	Punten	709	729	822	409	777		

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.354	Alfredo Leenderts	Scorpio, Oosterhout					Potsdam (GER)	19-08-2002
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.90	52.64	24.39	27.18	4:42.34		
	Wind	+1.0		+0.9				
	Punten	682	695	761	463	753		

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.357	Alfredo Leenderts	Scorpio, Oosterhout					Potsdam (GER)	19-08-2002
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.90	52.64	24.39	27.18	4:42.34		
	Wind	+1.0		+0.9				
	Punten	691	724	773	419	750		

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats	Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--------	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* in 2 dagen \* 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m*

5.786	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen						Vlaardingen	17-09-1989		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	13.2h	5.59	11.08	1.65	61.1h	19.2h	36.66	3.10	47.86	5:14.3h
	Punten	497	650	591	679	503	512	597	498	687	572

6.259	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven						Utrecht	27-06-1999		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.35	5.95	11.09	1.66	57.12	18.68	30.95	4.00	40.78	5:32.18
	Punten	693	743	591	687	656	580	483	787	562	477

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.080	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven						Utrecht	27-06-1999		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.35	5.95	11.09	1.66	57.12	18.68	30.95	4.00	40.78	5:32.18
	Punten	693	743	591	687	656	580	483	787	562	477

6.323	Johan Nieuwhof	Startbaan, Amstelveen						Amstelveen	16-05-2005		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.25	5.85	9.76	1.85	55.36	16.10	25.10	3.80	33.43	5:11.85
	Punten	711	697	487	840	735	802	369	671	409	602

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.218	Johan Nieuwhof	Startbaan, Amstelveen						Amstelveen	16-05-2005		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
Prestatie	12.25	5.85	9.76	1.85	55.36	16.10	25.10	3.80	33.43	5:11.85	
Punten	703	668	537	740	734	809	418	642	389	578	
6.463	Lars Janssen	Phoenix, Utrecht						Gemert			09-06-2013
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	< 110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.11	6.33	10.51	1.69	53.66	< 16.03	27.37	3.60	38.96	5:06.46	
Wind	+1.2	+0.2									
Punten	732	788	588	602	805	816	467	581	476	608	
6.486	Lars Janssen	Phoenix, Utrecht						Amersfoort			01-09-2013
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	< 110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.10	6.07	10.51	1.69	54.94	< 15.89	28.41	3.65	41.49	4:59.04	
Wind	+0.9	+2.7				+1.4					
Punten	734	723	588	602	751	833	490	598	516	651	
6.906	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen						Århus (DEN)			28-07-2017
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	11.55	6.52	12.62	1.73	53.70	15.91	30.23	3.60	44.22	5:16.61	
Wind	+0.2	+1.9				-1.8					
Punten	845	838	731	636	804	830	530	581	559	552	

Per 01-01-2023 zijn er aangepaste leeftijdscorrectiefactoren ingevoerd

6.824	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen						Århus (DEN)			28-07-2017
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	< 110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	11.55	6.52	12.62	1.73	53.70	< 15.91	30.23	3.60	44.22	5:16.61	
Wind	+0.2	+1.9				< -1.8					
Punten	823	850	730	653	765	815	480	576	583	549	

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
2.614	Hans Mulders	PSV, Eindhoven						Eindhoven			29-05-1999
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	37.80		9.63	31.00	39.37	10.46					
Punten	544		498	484	538	550					
2.641	Hans Mulders	PSV, Eindhoven						Eindhoven			27-05-2000
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	37.53		10.48	28.82	36.11	11.67					
Punten	539		552	441	482	627					
2.929	Albert van der Mee	Sprint, Breda						Eindhoven			25-05-2002
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	35.56		12.68	37.20	43.76	9.81					
Punten	503		694	608	615	509					
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
2.834	Albert van der Mee	Sprint, Breda						Eindhoven			25-05-2002
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	35.56		12.68	37.20	43.76	9.81					
Punten	486		668	608	579	493					
2.989	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek						Eindhoven			29-05-2004
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	47.95		12.04	33.64	35.33	12.81					
Punten	706		628	537	440	678					
3.020	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek						Eindhoven			29-05-2004
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	47.50		11.74	34.73	33.70	13.80					
Punten	698		609	558	414	741					
3.037	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek						Eindhoven			29-05-2004
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	48.68		11.56	35.25	31.06	14.42					
Punten	719		599	569	371	779					

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.184	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek			Eindhoven		29-05-2004
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	48.68	11.56	35.25	31.06	14.42	
	Punten	756	659	641	352	776	
3.185	Marcel Dost	TOIN, Enschede			Veldhoven		22-05-2011
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	33.93	13.34	39.96	46.99	11.15	
	Punten	482	780	746	604	573	
3.283	Marcel Dost	TOIN, Enschede			Veldhoven		22-05-2011
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	38.05	13.35	40.19	48.50	11.01	
	Punten	558	781	752	628	564	
3.644	Brian Lesterhuis	Eindhoven Atletiek			Eindhoven		05-05-2013
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.73	14.01	39.15	52.38	14.06	
	Punten	645	827	728	691	753	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.644	Brian Lesterhuis	Eindhoven Atletiek			Eindhoven		05-05-2013
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.73	14.01	39.15	52.38	14.06	
	Punten	645	827	728	691	753	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.558	Brian Lesterhuis	Eindhoven Atletiek			Eindhoven		05-05-2013
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.73	14.01	39.15	52.38	14.06	
	Punten	618	825	662	719	734	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van "overall" records</i>				
44.57	Marino van Campen	Atos, Amsterdam	Budapest (HUN)	06-07-1990
	Fred van Gasteren	Ciaflo, Epe		
	Caspari de Geus	AVR, Rotterdam		
	Fred Lobman	Metro, Rotterdam		
43.99	Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Ninove (BEL)	06-06-2012
	Kees van Pelt	Pris Hendrik, Vught		
	Gerrit de Man	Hercules, Dordrecht		
	Erik Oostweegel	Startbaan Amstelveen		
42.27	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Breda	25-08-2001
	Erik Oostweegel	Phanos, Amsterdam		
	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught		
	Kay Schaafsma	Sprint, Breda		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van "overall" records</i>				
3:28.77	Rob Mahieu	VL&TC, Den Haag	Verona (ITA)	02-07-1988
	Rien Lunshof	Startbaan, Amstelveen		
	Caspari de Geus	AVR, Rotterdam		
	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van "overall" records</i>				
8:13.5h	Piet van der Poel	De Spartaan, Lisse	Lisse	11-05-1993
	Aad Kortekaas			
	Anton Hens			
	Jan Laan			

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld met behoud van de beste prestatie * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:08.8h	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught	Heiloo	05-09-1999
	Gerard Kitslaar			
	Jeroen Bronwasser			
	Michel van de Luytgaarden			
2:06.3h	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught	Gemert	02-09-2001
	Jeroen Bronwasser			
	Cees Beekmans			
	Jack Cadée			

**Vrouwen 40****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
12.39		Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Roma (ITA)	22-06-1985

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
25.55		Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Toronto (CAN)	23-08-1985
25.54		Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Leiden	11-05-1997
25.17		Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Apeldoorn	16-05-1997

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
60.3h	Joke de Zeeuw	PAC, Rotterdam	Rotterdam	15-08-1990
57.65	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Roosendaal	06-07-1996
56.93	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Leiden	11-05-1997
56.82	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Spa (BEL)	21-06-1997

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:13.41	Irene Wentzel	Hellas, Utrecht	Vught	06-07-1986
2:11.32	Christine Bosch	GAC Hilversum	Utrecht	05-09-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:32.8h	Hennie Zantinga	Impala, Drachten	Groningen	19-04-1992
4:31.92	Anne-Mieke van der Pol	Nijmegen Atletiek	Utrecht	01-07-2005
4:29.99	Anne-Mieke van der Pol	Nijmegen Atletiek	Oordgem (BEL)	01-07-2006

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:37.4h	Cia Smulders	Achilles, Etten-Leur	Roosendaal	26-04-1994
5:25.2h	Marian van Velzen	Sprint, Breda	Zundert	08-07-1997
5:21.7h	Marian van Velzen	Sprint, Breda	Roosendaal	12-08-1997
5:09.89	Florence van Rijsbergen	THOR, Roosendaal	Roosendaal	06-05-2004
5:05.18	Carina Dekker	Hera, Heerhugowaard	Amstelveen	02-07-2004
5:02.86	Anne-Mieke van der Pol	Nijmegen Atletiek	Amersfoort	11-05-2005

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:31.5h	Hennie Zantinga	Impala, Drachten	Emmen	17-05-1992

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
16:55.20	Hennie Zantinga	AV '55, Heerenveen	Amsterdam	26-06-1994
16:48.13	Anne van Schuppen	Cialfo, Epe	Apeldoorn	22-08-2003
16:40.77	Anne-Mieke van der Pol	Nijmegen Atletiek	Utrecht	07-07-2006

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
35:21.07	Irene Wentzel	Hellas, Utrecht	Leiden	14-05-1986

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
11.9h	Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam	Tilburg	11-07-1992
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 12.13 sec</i>				
12.11	Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam	Vught	24-06-1995

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
1:07.91	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Etten-Leur	26-06-1993
1:07.12	Eefje Swinkels	HAC, Helmond	Utrecht	15-07-2016
1:05.65	Eefje Swinkels-van Mourik	HAC, Helmond	Tilburg	21-05-2018

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
9:30.6h	Greetje Smit	Delta Sport, Zierikzee	Zierikzee	03-10-1992
9:18.89	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Århus (DEN)	01-08-2004
7:53.02	Jeanine van Overveld	THOR, Roosendaal	San Sebastian (ESP)	03-09-2005
7:28.06	Eefje Ottevanger	Eindhoven Atletiek	Harderwijk	28-05-2022

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
17:11.86	Marleen Radder	OLAT, Sint-Oedenrode	Etten-Leur	26-06-1993
16:47.1h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Spijkensisse	27-07-1996
16:43.2h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Zaandam	28-01-2001
16:33.3h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-03-2001

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
29:30.3h	Marleen Radder	OLAT, Sint-Oedenrode	Vlaardingen	28-05-1993
28:11.3h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Spijkensisse	27-07-1996
28:00.1h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Zaandam	28-01-2001
27:47.7h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-03-2001

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.60	Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Amsterdam	14-10-1984
1.60	Mary Larsen	Ilion, Zoetermeer	Veldhoven	29-06-1986
1.63	Patsy Kolhorn	Achilles, Etten-Leur	Breda	17-04-2003
1.65	Patsy Kolhorn	Achilles, Etten-Leur	Weert	09-06-2003

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.90 m</i>				
2.20	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Zwolle	12-05-2002
2.60	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Apeldoorn	31-05-2002
2.70	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Utrecht	09-08-2002
3.10	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	's-Hertogenbosch	12-06-2003
3.60	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Kingston (GBR)	24-04-2004

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6.21	Ciska Jansen	Sagitta, Amsterdam	Zwolle	07-07-1985

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
8.73	Hieke Bootsma	Horror, Sneek	Sneek	01-04-1991
9.53	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Alphen aan den Rijn	27-05-1996
9.65	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Roosendaal	06-07-1996
10.24	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Malmö (SWE)	25-07-1996
10.43	Evie Roelands	DJA, Zundert	Roosendaal	11-08-1998
10.68	Evie Roelands	DJA, Zundert	Cesenatico (ITA)	18-09-1998
10.80	Evie Roelands	DJA, Zundert	Lelystad	06-06-1999
10.91	Evie Roelands	DJA, Zundert	Kapellen (BEL)	26-09-1999

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 4,00 kg</i>				
12.47	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Haarlem	20-04-1992
13.29	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Rotterdam	19-05-1996
13.71	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Hoorn	18-05-1997

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg</i>				
42.58	Lida Berkhout	DEM, Beverwijk	Rotterdam	04-07-1993
43.46	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Malmö (SWE)	21-07-1996
45.62	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Zoetermeer	11-05-1997
47.70	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Hoorn	18-05-1997

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 24,00 m * 4,00 kg</i>				
26.50	Tineke van den Berg	a.v. Fivelstreek, Delfzijl	Emmen	07-06-1997

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
31.41	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Zwolle	27-08-1998
34.39	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Boskoop	19-09-1998
35.68	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Apeldoorn	26-06-1999
36.19	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Huizen	03-10-1999
37.37	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Apeldoorn	15-01-2000
43.97	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Leiden	25-05-2002
44.92	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Leiden	08-06-2002
45.76	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Nijmegen	16-06-2002
46.16	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Lisse	10-05-2003
46.58	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Krommenie	15-06-2003
46.80	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Hengelo	25-06-2006
47.27	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Amsterdam	09-07-2006
47.72	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Poznań (POL)	23-07-2006
48.15	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Groningen	18-05-2007
48.37	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Leiden	09-06-2007
50.72	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Groningen	22-06-2007
50.90	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Amsterdam	06-07-2008
53.06	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Ljubljana (SLO)	27-07-2008
59.82	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Hilversum	09-08-2020
60.68	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Amsterdam	15-08-2020
63.59	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Groningen	22-08-2020
64.77	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Utrecht	29-08-2020

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 600 gr.</i>				
49.26	Lida Berkhout	DEM, Beverwijk	Amsterdam	27-07-1993
<i>In 1999 ingesteld - na verlegging zwaartepunt - met de beste jaarprestatie als limiet</i>				
35.27	Olga Commandeur	Startbaan, Amstelveen	Amstelveen	09-05-1999
43.26	Gerda Vetter	AAC, Amsterdam	Enschede	13-05-2001

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg</i>				
11.67	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Huizen	03-10-1999
13.43	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	25-05-2002
13.51	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Potsdam (GER)	22-08-2002
13.52	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Huizen	06-10-2002
13.54	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	24-05-2003
13.91	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Barken (GER)	31-08-2003
14.20	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	28-09-2003
15.23	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Sindelfingen (GER)	10-03-2004
16.44	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Riccione (ITA)	15-09-2007
16.57	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Ljubljana (SLO)	01-08-2008
17.89	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Hilversum	09-08-2020
18.32	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Huizen	27-09-2020

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
3.690	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk				Weert		20-05-1991
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.09	1.46	12.37	4.70	2:50.53		
	Punten	862	818	742	677	591		
3.705	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Malmö (SWE)		20-07-1996
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.47	1.45	9.63	5.22	2:41.99		
	Punten	805	806	548	859	687		
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
3.590	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Malmö (SWE)		20-07-1996
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.47	1.45	9.63	5.22	2:41.99		
	Punten	876	724	614	774	602		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.454	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Malmö (SWE)		20-07-1996
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.47	1.45	9.63	5.22	2:41.99		
	Punten	720	736	574	786	638		
3.479	Eefje Swinkels	HAC, Helmond				Woerden		26-09-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.66	1.43	10.04	4.96	2:42.58		
	Wind	-0.7			+2.0			
	Punten	843	701	604	700	631		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.483	Eefje Swinkels	HAC, Helmond				Woerden		26-09-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.66	1.43	10.04	4.96	2:42.58		
	Wind	-0.7			+2.0			
	Punten	923	655	608	671	626		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van geldende beste prestatie * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
5.039	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam				Turku (FIN)		19-07-1991
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.10	1.53	10.07	29.24 4.45	36.44	2:38.09	
	Punten	715	916	579	672 598	826	733	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
4.772	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam				Turku (FIN)		19-07-1991
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.10	1.53	10.07	29.24 4.45	36.44	2:38.09	
	Punten	786	830	648	664 532	665	647	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.678	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam				Turku (FIN)		19-07-1991
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.10	1.53	10.07	29.24 4.45	36.44	2:38.09	
	Punten	632	830	606	685 540	702	683	
5.077	Tanja van der Plas-Snip	Av Lycurgus, Assendelft				Tampere (FIN)		30-06-2022
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.09	1.50	9.28	27.05 5.04	30.39	2:41.64	

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
	Wind	+2.1			+0.9	+0.1			
	Punten	935	795	549	861	726	569	642	

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld*

4.952	Tanja van der Plas-Snip	Av Lycurgus, Assendelft					Tampere (FIN)		30-06-2022
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.09	1.50	9.28	27.05	5.04	30.39	2:41.64	
	Wind	+2.1			+0.9	+0.1			
	Punten	1014	736	553	756	697	559	637	

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	--	-------

*In 1999 ingesteld zonder limiet \* in 1 dag \* kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen*

3.617	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen					Huizen		03-10-1999
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	36.19	11.68	36.83	30.86	11.67			
	Punten	718	693	635	684	887			
3.947	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Eindhoven		25-05-2002
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	43.97	10.72	39.10	30.99	13.43			
	Punten	910	625	682	687	1043			

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

4.101	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Eindhoven		25-05-2002
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	43.97	10.72	39.10	30.99	13.43			
	Punten	1093	698	718	551	1041			
4.223	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Eindhoven		28-09-2003
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	44.47	10.75	40.01	31.76	14.20			
	Punten	1108	701	738	567	1109			
4.260	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Århus (DEN)		30-07-2004
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	44.28	10.94	41.25	27.84	15.13			
	Punten	1102	715	765	486	1192			
4.362	Gonny Mik	Groningen Atletiek					Ljubljana (SLO)		01-08-2008
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	52.23	10.30	32.47	26.85	16.57			
	Punten	1335	666	576	465	1320			

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.976	Gonny Mik	Groningen Atletiek					Ljubljana (SLO)		01-08-2008
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	52.23	10.30	32.47	26.85	16.57			
	Punten	1188	623	581	492	1092			
4.867	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek					Hilversum		09-08-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	59.82	13.18	40.62	35.97	17.89			
	Punten	1390	835	758	692	1192			

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

4.248	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek					Hilversum		09-08-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	59.82	13.18	40.62	35.97	17.89			
	Punten	1057	841	724	679	947			

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
52.28	Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam	Emmeloord	16-09-1995
	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk		
	Lida Berkhout	DEM, Beverwijk		
	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk		
50.72	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk		
	Janny Kuper	PEC 1910, Zwolle		
	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag		
50.21	Esther Dankwah	Haag Atletiek	Göteborg (SWE)	17-08-2024
	Janneke Visser	ATV Scorpio, Oosterhout		
	Tanja van der Plas	AV Lycurgus, Assendelft		
	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht		
49.85	Ioana Kanda	Utrecht Atletiek	Madeira (POR)	18-10-2025
	Melina Congiu	Groningen Atletiek		
	Janneke Visser	Scorpio, Oosterhout		
	Jacqueline Pullens	Utrecht Atletiek		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
4:28.00	Ina Ruijter	AV '23, Amsterdam	Etten-Leur	26-06-1993
	Irene Pos	Dynamo '70, Middelburg		
	Elly Willemse	Attila, Tilburg		
	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught		
4:22.12	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Buffalo (USA)	23-07-1995
	Janny Kuper	PEC 1910, Zwolle		
	Marga Otten	Hellas Utrecht		
	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught		
4:07.88	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Janny Kuper	PEC 1910, Zwolle		
	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught		
	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de beste geldende prestatie</i>				
9:55.83	Lisette Kaptijn	De Spartaan, Lisse	Dordrecht	25-09-1992
	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder		
	Helmie Caris	a.v. Weert		
	Greet Papegaay	Isala '96, Drachten		

**Zweedse estafette - verenigingsploeg**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:01.17	Judy Broer	Startbaan, Amstelveen	Amstelveen	19-09-2004
	Ingrid van der Eijk			
	Monica Woldinga			
	Marleen Keijlard			
2:47.29	Monique Derks	Nijmegen Atletiek	Wageningen	15-04-2012

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
	Marlou Klaver			
	Ilse Bruijs			
	Edith Jansen			
2:45.71	Monique Derks	Nijmegen Atletiek	Drachten	16-09-2012
	Marlou Klaver			
	Edith Jansen			
	Alexandra Sillen			
2:41.83	Pauline Manni	GAC, Hilversum	Hoorn	14-04-2013
	Ellen Tromp			
	Brigitte van de Kamp			
	Ilona Mulder			
2:38.85	Pauline Manni	GAC, Hilversum	Huizen	26-05-2013
	Ellen Tromp			
	Brigitte van de Kamp			
	Ilona Mulder			
2:32.12	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Heiloo	22-06-2014
	Claudia Kes			
	Anja Akkerman			
	Renate Schellevis			

**Mixed 40****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet</i>				
4:09.88	Tim van Haeften	AV '40, Delft	Den Haag	09-08-2025
	Aimee Bakhuis-Menning	TION, Enschede		
	Jan Plat	AV PEC 1910, Zwolle		
	Tanja van der Plas	Lycurgus, Assendelft		
3:55.97	Jelle Verschuur	Nijmegen Atletiek	Amstelveen	28-09-2025
	Aimee Bakhuis-Menning	TION, Enschede		
	Peter Jan Laverman-Teuwen	Hylas, Alkmaar		
	Tanja van der Plas	Lycurgus, Assendelft		

**Mannen 45****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
11.69		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zoetermeer	10-10-1993
11.59		Kees Bakx	Diomedon, Steenbergse	Zevenaar	06-06-1998
11.55	-1.7	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Oordegem (BEL)	01-07-2006
11.50	0.0	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Meppel	06-09-2006
11.40	+0.3	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Heiloo	03-06-2007

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
23.3h		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zoetermeer	07-07-1993
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 23.53 sec</i>					
23.50		Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Uden	03-06-2006
23.32	+1.0	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Eindhoven	15-07-2006
22.97	-1.4	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Amstelveen	05-06-2011

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
51.79	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Athèna (GRE)	06-06-1994
51.72	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Lisse	25-06-2006
50.84	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Oordegem (BEL)	01-07-2006

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:56.16	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Lisse	07-07-1991

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:02.30	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Enschede	17-05-1992
4:00.14	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Oordegem (BEL)	05-06-2010

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:26.4h	Louis Vink	a.v. Edam	Edam	07-06-1980
4:25.00	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Zaandam	03-09-2010

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
8:45.5h	Louis Vink	a.v. Edam	Den Haag	23-09-1980
8:42.8h	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Roosendaal	06-07-1995
8:40.29	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Lisse	15-05-2010
8:33.73	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Leiden	12-06-2010
8:32.11	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Oordegem (BEL)	03-07-2010

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
15:10.93	Bert Streumer	Hellas, Utrecht	Turku (FIN)	25-07-1991
14:57.6h	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Roosendaal	08-08-1995
14:57.20	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Wageningen	02-06-2010

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
32:24.29	Bert Streumer	Hellas, Utrecht	Turku (FIN)	21-07-1991
31:19.2h	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Roosendaal	17-06-1996

**110 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 99,1 cm.</i>					
16.85		Jan Parlevliet	av Veteranen, Nederland	Christchurch (NZL)	13-01-1981
16.77		Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Spa (BEL)	21-06-1997
16.42		Martin de Pater	Haag Atletiek	Lelystad	06-06-1999
15.86	+1.4	Jan Harland	Haag Atletiek	Den Haag	28-05-2007

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 91,4 cm</i>				
59.00	Jan Parlevliet	av Veteranen Nederland	Christchurch (NZL)	12-01-1981
58.75	Martin de Pater	Haag Atletiek	Barendrecht	23-05-1999
57.91	Martin de Pater	Haag Atletiek	Lelystad	05-06-1999
56.67	Martin de Pater	Haag Atletiek	Bergen op Zoom	19-06-1999
56.63	Martin de Pater	Haag Atletiek	Breda	18-06-2000
56.32	Toine van Beckhoven	Attila, Tilburg	Vught	25-05-2017
56.21	Toine van Beckhoven	Attila, Tilburg	Gouda	11-06-2017

**3 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * balken met een hoogte van 91,4 cm</i>				
9:40.00	Steef Kijne	Rotterdam Atletiek	Arnhem	19-06-1994
9:18.61	Simon Vroemen	Prins Hendrik, Vught	Alphen aan den Rijn	13-09-2015

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
14:12.38	Nico Schroten	Holland, Leiden	Baile Átha Cliath (IRL)	19-08-1979
13:31.9h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Rotterdam	22-06-2008
12:55.7h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Dordrecht	27-06-2010

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
23:53.0h	Tjabel Ras	PAC, Rotterdam	Barendrecht	13-05-1981
22:58.4h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Rotterdam	22-06-2008
22:40.17	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Odense (DEN)	07-08-2010
22:25.18	Paul Jansen	DAK, Drunen	Gouda	19-05-2019
22:19.05	Paul Jansen	DAK, Drunen	Gouda	30-05-2019

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.82	Hans Scheffers	Fortuna, Vlaardingen	Kerkrade	24-05-1990
1.85	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Emmen	07-06-1997
1.86	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Zevenaar	06-06-1998
1.90	Ruud Wielart	a.v. Haarlem	Velsen	16-06-2002

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
3.60	Henk de Leeuw den Bouter	Avantri, Schoonhoven	Dordrecht	16-06-1989
3.60	Hans van Wieringen	Sparta, Den Haag	Groningen	03-09-1989
3.60	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Emmen	08-06-1997
3.70	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Amsterdam	08-08-1997
3.80	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Hoorn	22-08-1997
4.31	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Hilversum	12-09-1999
4.32	Alex van Zutphen	AAV '36, Alphen aan den Rijn	Alphen aan den Rijn	28-04-2023

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 99, 1 cm.</i>					
6.02		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Amsterdam	16-06-1989
6.47		Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Hilversum	03-09-1989
6.48		Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Århus (DEN)	08-06-1997
6.69		Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Århus (DEN)	08-08-1997
7.02		Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Emmen	22-08-1997

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 99, 1 cm.</i>					
11.85		Peter van der Ham	V&L/TC, Den Haag	Kerkrade	24-05-1990
12.43		Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Emmen	07-06-1997
12.55	-0.3	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Eindhoven	11-07-2010
12.66	+2.0	Lars Janssen	Phoenix, Utrecht	Harderwijk	01-07-2018

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7,26 kg</i>				
14.92	Hans Schouten	Hollandia, Hoorn	Hilversum	18-09-1994

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 2,00 kg</i>				
46.18	Piet Klaassen	a.v. Nijmegen	Nijmegen	14-06-1991
46.34	Martin Regtop	TION, Enschede	Huizen	13-05-1995
47.26	Martin Regtop	TION, Enschede	Hengelo	28-06-1995
51.10	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Heiloo	29-05-2003
51.41	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Den Haag	10-08-2003
51.62	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Utrecht	15-08-2003
52.22	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Hoorn	15-05-2004
54.09	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Uden	03-07-2004
54.53	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Rotterdam	04-09-2004

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7,26 kg</i>				
54.36	Rinus Schreuder	Hellas, Utrecht	Nijmegen	15-05-1990
55.71	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Leiden	13-05-2001
57.47	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Kerkrade	17-06-2001

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 800 gr.</i>				
48.34	Fred Lobman	Metro, Rotterdam	Lisse	06-07-1991
48.34	Ad Oomen	GVAC, Veldhoven	Vught	24-06-1995
48.84	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Epe	04-05-1997
48.86	Nico Hellendoorn	av Veteranen Nederland	Goes	04-05-1997
49.64	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Nijmegen	25-05-1997
50.98	Nico Hellendoorn	av Veteranen Nederland	Zwolle	31-08-1997
61.38	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	05-09-1997
62.86	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Purmerend	26-09-1997
63.88	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	04-09-1998

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 15,88 kg</i>				
12.74	Martin Regtop	TION, Enschede	Huizen	04-10-1998
14.45	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Eindhoven	07-02-2004
14.85	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Eindhoven	29-05-2004
16.94	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Huizen	03-10-2004

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats	Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* 1 dag \* verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m*

3.296	Peter van der Ham	VL&TC, Den Haag					XX	-1989-
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.64	36.34	25.4h	29.92	5:00.2h		
	Punten	764	548	748	519	717		

3.693	Glenn Gentle	AVON, Heerlen					Weert	01-06-1998
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.69	50.37	24.95	33.82	5:04.45		
	Punten	778	820	799	604	692		

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.665	Glenn Gentle	AVON, Heerlen					Weert	01-06-1998
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.69	50.37	24.95	33.82	5:04.45		
	Punten	743	766	853	574	729		

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.591	Glenn Gentle	AVON, Heerlen					Weert	01-06-1998
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.69	50.37	24.95	33.82	5:04.45		
	Punten	713	723	781	680	694		

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.544	Glenn Gentle	AVON, Heerlen					Weert	01-06-1998
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	5.69	50.37	24.95	33.82	5:04.45		
	Punten	720	753	794	598	679		

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats	Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--------	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* in 2 dagen \* 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m*

5.804	Jacques Janssen	Scopias, Tegelen						Turku (FIN)		19-07-1991	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.67	5.69	13.06	1.68	58.99	22.00	36.52	2.60	38.28	dnf
	Punten	711	778	816	803	660	381	664	406	585	0

6.627	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Gateshead (GBR)		30-07-1999	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.65	5.42	11.86	1.50	55.54	20.26	33.22	2.50	49.39	4:48.45
	Punten	715	704	728	610	797	518	591	376	801	787

6.968	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven						Berlin (GER)		16-07-2000	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.53	5.69	10.99	1.64	57.30	18.80	33.53	3.90	41.70	5:29.46
	Punten	738	778	666	758	726	650	598	849	651	554

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.705	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven						Berlin (GER)		16-07-2000	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.53	5.69	10.99	1.64	57.30	18.80	33.53	3.90	41.70	5:29.46
	Punten	740	743	620	714	737	599	568	787	607	590

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.628	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven						Berlin (GER)		16-07-2000	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	12.53	5.69	10.99	1.64	57.30	18.80	33.53	3.90	41.70	5:29.46
	Punten	723	713	680	627	730	603	673	751	572	556

6.995	Jurgen van Berkum	Parthenon, Dordrecht					Gemert	09-06-2013
-------	-------------------	----------------------	--	--	--	--	--------	------------

Prestatie	Naam			Vereniging				Plaats			Datum
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.54	6.00	9.06	1.72	54.21	16.37	24.10	3.80	37.95	4:38.18	
Wind	+1.2					+0.6					
Punten	721	797	539	705	857	851	445	719	507	854	
7.054	Jurgen van Berkum			Parthenon, Dordrecht				Best			07-07-2013
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.63	6.12	8.79	1.72	53.91	16.42	24.67	3.87	37.73	4:34.80	
Wind	-0.9	+0.4				-0.8					
Punten	705	828	519	705	870	846	459	743	503	876	

Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld

6.936	Jurgen van Berkum			Parthenon, Dordrecht				Best			07-07-2013
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	110mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.63	6.12	8.79	1.72	53.91	16.42	24.67	3.87	37.73	4:34.80	
Wind	-0.9	+0.4				-0.8					
Punten	689	838	512	723	831	828	402	728	525	860	

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam			Vereniging				Plaats			Datum
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
3.731	Martin Regtop			TION, Enschede				Buffalo (USA)			22-07-1995
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			39.46	12.91	45.24	42.46	12.54				
Punten			653	804	861	666	747				
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
3.530	Martin Regtop			TION, Enschede				Buffalo (USA)			22-07-1995
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			39.46	12.91	45.24	42.46	12.54				
Punten			623	751	818	620	718				
3.811	Piet Meijdam			Hercules, Dordrecht				Eindhoven			29-05-2004
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			44.09	13.95	48.78	41.29	13.48				
Punten			713	822	896	599	718				
3.926	Piet Meijdam			Hercules, Dordrecht				Rotterdam			04-09-2004
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			41.45	14.19	54.53	43.82	13.14				
Punten			662	838	1023	645	758				
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
4.182	Piet Meijdam			Hercules, Dordrecht				Rotterdam			04-09-2004
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			41.45	14.19	54.53	43.82	13.14				
Punten			699	917	1202	608	756				
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
3.979	Piet Meijdam			Hercules, Dordrecht				Rotterdam			04-09-2004
Onderdeel			kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
Prestatie			41.45	14.19	54.53	43.82	13.14				
Punten			644	903	1064	634	734				

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
49.51	Hans Rodermond Gerard Advocaat Fred van der Steenhoven Wim Rietdijk	PAC, Rotterdam	Emmen	07-06-1997
45.92	Marino van Campen Fred van Gasteren Wim de Ronde Kees Bakx	Atos, Amsterdam AV '34, Apeldoorn Zaanland, Zaandam Diomedon, Steenbergen	Recklinghausen (GER)	20-09-1997

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
3:36.93	Pierre Busnel Ton Peters Wim Schreuder Goedheijt Ronald Mercelina	Hellas Utrecht Scorpio, Oosterhoud Hellas, Utrecht AAC, Amsterdam	Turku (FIN)	27-07-1991
3:33.76	Kees Bakx Wim Scholtes Fred van Gasteren Wim Threels	Diomedon, Steenbergen Sparta, Den Haag AV '34, Apeldoorn GAC, Hilversum	Calais (FRA)	20-06-1998

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
10:27.2h	Aad Gankema Coen Jansen Arno Duijvesteijn Cees Wubben	Olympus '70, Naaldwijk	Naaldwijk	11-06-1998
9:23.70	Jan Jepma René van Kaam Auke Postma Cor Wetting	Lionitas, Leeuwarden	Amstelveen	23-09-2001
8:59.77	Falco Rademaker Ad Peeters Peter Mijsberg Koen Joosse	Eindhoven Atletiek	Amstelveen	28-09-2014

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:15.9h	Wim Threels Rijk Heemsbergen Wout van Drunen Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Steenwijk	07-05-2000
2:12.36	Joris van Zoelen Bart Roth Patrick Schoo Samora Strijder	U-Track, Utrecht	Bussum	11-06-2023

**Vrouwen 45****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
13.30		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Strasbourg (FRA)	16-07-1982
13.23		Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam	Emmen	07-06-1997
13.05		Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Emmen	20-05-2002
12.96		Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Ede	14-09-2002
12.92	+0.5	Jacqueline Drop-Pullens	AV Pijnenburg, Soest	Utrecht	13-05-2022
12.90	+1.5	Jacqueline Drop-Pullens	AV Pijnenburg, Soest	Utrecht	10-06-2022
12.89	+0.7	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Utrecht	08-07-2022
12.71	+1.5	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Hilversum	17-09-2023
12.56	+1.1	Jacqueline Pullens	Utrecht Atletiek	Madeira (POR)	12-10-2025

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
27.5h		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	13-09-1983
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 27.73 sec.</i>					
27.52		Rini Hagenaars	PAC, Rotterdam	Emmen	08-06-1997
27.51		Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Amstelveen	03-09-2000
26.82	-0.6	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Postdam (GER)	24-08-2002
26.51		Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Ede	14-09-2002
26.45	-1.1	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Zeist	12-05-2024
26.40	+2.0	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Hilversum	26-05-2024
26.10	-0.5	Jacqueline Pullens	Utrecht Atletiek	Madeira (POR)	16-10-2025

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:04.14	Netty van Hedel	Prins Hendrik, Vught	Amsterdam	25-06-1994
1:03.88	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Spa (BEL)	21-06-1997
1:02.89	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Durban (RSA)	24-07-1997
1:02.69	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Gent (BEL)	22-06-2002
1:01.11	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Potsdam (DUI)	21-08-2002
1:00.87	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Melbourne (AUS)	11-10-2002

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:20.2h	Irene Wentzel	ADA, Amsterdam	Amsterdam	13-07-1990
<i>Met ingang van 2010 is een v.a.t.-limiet verplicht gesteld</i>				
2:19.20	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Lelystad	15-09-2012
2:17.89	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Vught	09-05-2013
2:15.90	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Oordegem (BEL)	01-06-2013
2:15.78	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Utrecht	20-05-2016

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:50.6h	Els Raap	Blauw-Wit, Amsterdam	Soest	14-08-1993
4:49.68	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Zittau (GER)	19-08-2012
4:46.52	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Utrecht	03-05-2013

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:44.51	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Utrecht	29-05-2015
4:38.38	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Zierikzee	13-06-2015
4:36.03	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Hoon	14-05-2016
4:34.75	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Nijmegen	18-05-2016

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:23.4h	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard	Heerhugowaard	31-08-1990
5:19.8h	Leny van der Plas	De Bataven, Leiden	Leiden	14-08-1996
5:10.01	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Hilversum	16-05-2013
5:08.04	Nicole Weijling	Trias, Heiloo	Essen (BEL)	29-09-2013

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
10:18.10	Els Raap	Blauw-Wit, Amsterdam	Utrecht	28-05-1994
10:14.4h	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Naaldwijk	09-09-2004

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
17:37.9h	Els Raap	Blauw-Wit, Amsterdam	Amsterdam	24-05-1994
17:36.3h	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Naaldwijk	06-05-2004
17:31.49	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Gouda	09-06-2017

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
36:51.96	Els Raap	Blauw-Wit, Amsterdam	Assen	15-07-1994
36:44.2h	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Naaldwijk	15-10-2005
35:42.80	Miranda Boonstra	Nijmegen Atletiek	Leiden	08-06-2019

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>					
12.28		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Strasbourg (FRA)	18-07-1982
12.20	-0.9	Tanja van der Plas	Lycurgus, Assendelft	Best	27-06-2025
12.02	+1.3	Tanja van der Plas	Lycurgus, Assendelft	Madeira (POR)	10-10-2025

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
1:11.11	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Tilburg	12-07-1992
1:09.30	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Calais (FRA)	20-06-1998

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
8:17.72	Jeanine van Overveld	THOR, Roosendaal	Poznań (POL)	30-07-2006
8:13.04	Agnes Olgers	NOP, Emmeloord	Edam	02-07-2017
8:06.65	Agnes Olgers-Heiner	NOP, Emmeloord	Edam	17-06-2018
8:05.26	Sonja Idzerda	AAV '36, Alphen aan den Rijn	Harderwijk	01-07-2023
7:57:31	Laura Huijbregts	Eindhoven Atletiek	Pelt (BEL)	13-07-2025

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
21:10.4h	Co Kemna	PAC, Rotterdam	Schoonhoven	24-04-1983
17:20.2h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	27-07-1996
16:50.92	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Spa (BEL)	21-06-1997
16:46.10	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Bergen op Zoom	19-06-1999
16:42.24	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Ninove (BEL)	24-06-2000
16:08.6h	Marica Zethof	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	11-08-2001

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
37:44.0h	Co Kemna	PAC, Rotterdam	Schoonhoven	30-08-1981
29:31.8h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	27-07-1996
29:19.9h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	23-01-2000
28:39.9h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	20-05-2000
28:27.1h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Best	01-07-2000

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.50	Mary Larsen	Ilion, Zoetermeer	Zoetermeer	02-10-1993
1.51	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	10-06-1997
1.52	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	25-07-1997
1.53	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Amsterdam	05-08-1998
1.54	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Amsterdam	06-08-1998
1.55	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Helmond	06-09-1998
1.56	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Sittard	20-09-1998

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.80 m</i>				
2.00	Marianne Langezaal	Leiden Atletiek	Eindhoven	16-06-2002
2.20	Marianne Langezaal	Leiden Atletiek	Leiden	04-09-2002
3.40	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Harderwijk	15-06-2005
3.45	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Breda	20-08-2005
3.50	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Lisse	25-06-2006
3.50	Martien van Rossum	Phanos, Amsterdam	Sittard	04-06-2016

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
5.18		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Strasbourg (FRA)	18-07-1982
5.29	+0.4	Tanja van der Plas	Av Lycurgus, Assendelft.	Best	28-06-2025

**Hink-stap-sprong**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
8.68		Toos Dingenouts	Achilles, Etten-Leur	Oosterhout	01-09-1991
10.31		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Zevenaar	06-06-1998
10.32		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Helmond	02-05-1999
10.39		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Lelystad	06-06-1999
10.42		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Vught	29-06-1999
10.62		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Gateshead (GBR)	04-08-1999
10.70		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Tilburg	11-06-2000
10.73		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Gemert	18-06-2000
10.89	+0.0	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Potsdam (GER)	22-08-2002

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 4,00 kg</i>				
11.12	Jannie Schot	Delta Sport, Zierikzee	Etten-Leur	23-05-1992
11.82	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Barendrecht	16-06-1996
11.84	Anneke de Pater	Haag Atletiek	Tilburg	21-06-1998
11.85	Anneke de Pater	Haag Atletiek	Den Haag	25-06-1998
11.87	Anneke de Pater	Haag Atletiek	Eindhoven	28-06-1998
12.06	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Heiloo	29-04-2001
12.27	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Gouda	24-05-2001
12.43	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Brisbane (AUS)	06-07-2001
12.93	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Hoorn	18-05-2002
13.28	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Breda	16-06-2002

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg</i>				
39.54	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Sittard	16-07-1994
40.96	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Soest	12-08-1995
41.52	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Malmö (SWE)	27-07-1996
42.23	Anneke de Pater	Haag Atletiek	Uden	04-07-1998
43.48	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Hoon	18-05-2002
43.59	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Hoon	15-05-2004
45.76	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Leiden	12-06-2004

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 4,00 kg</i>				
27.74	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Vught	24-06-1995
32.82	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Malmö (SWE)	25-07-1996
37.22	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Eindhoven	27-05-2000
40.73	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Nijmegen	25-06-2000
43.56	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	19-05-2007
43.86	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Riccione (ITA)	10-09-2007
44.20	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Zutphen	27-10-2007
44.33	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Ljubljana (SLO)	27-07-2008
44.70	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Zutphen	25-10-2008
44.85	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Amersfoort	11-04-2009
49.91	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Holtland (GER)	08-05-2010
50.28	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Groningen	02-07-2010
50.80	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Zwolle	08-07-2010
51.01	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Nyíregyháza (HUN)	18-07-2010
51.28	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Groningen	05-07-2013

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 600 gr</i>				
34.76	Henny van Kruchten	a.v. Castricum	Vught	24-06-1995
<i>In 1999 ingesteld - na verlegging zwaartepunt - met de beste jaarprestatie als limiet</i>				
30.75	Henny van Kruchten	a.v. Castricum	Krommenie	02-05-1999
33.83	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Kampen	20-06-2000
40.02	Gerda Vetter	AAC, Amsterdam	Amsterdam	03-06-2007

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 9,08 kg</i>				
8.02	Rina ten Braak	Parthenon, Dordrecht	Eindhoven	24-06-1995
11.99	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Eindhoven	25-07-1996
12.42	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Eindhoven	27-05-2000
13.77	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Eindhoven	25-06-2000
14.55	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	St. Niklaas (BEL)	19-05-2007
14.80	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Riccione (ITA)	10-09-2007
15.58	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Riccione (ITA)	27-10-2007
15.71	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Eindhoven	27-07-2008
16.18	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Nyíregyháza (HUN)	25-10-2008
16.24	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Nyíregyháza (HUN)	11-04-2009
16.50	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Rotterdam	08-05-2010

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.311	Corrie Roovers	Sprint, Breda				San Juan (PUR)		20-09-1983
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.44	1.44	9.86	4.90	2:41.0h		
	Punten	1077	916	666	874	778		
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.162	Corrie Roovers	Sprint, Breda				San Juan (PUR)		20-09-1983
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.44	1.44	9.86	4.90	2:41.0h		
	Punten	1136	830	726	774	696		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
4.015	Corrie Roovers	Sprint, Breda				San Juan (PUR)		20-09-1983
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.44	1.44	9.86	4.90	2:41.0h		
	Punten	1039	818	646	780	732		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.903	Corrie Roovers	Sprint, Breda				San Juan (PUR)		20-09-1983
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	12.44	1.44	9.86	4.90	2:41.0h		
	Punten	1028	759	654	744	718		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van geldende beste prestatie * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
4.834	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam				Miyazaki (JPN)		08-10-1993
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m \ ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.45	1.35	9.00	30.72 \ 4.29	29.60	2:50.22	
	Wind	+3.0			+0.2 \ +0.2			
	Punten	719	783	623	676 623	732	678	
4.967	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Utrecht		28-06-1998
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m < ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.28	1.52	8.06	31.17 < 4.25	24.93	2:45.52	
	Punten	805	1041	521	620 < 634	620	726	
5.379	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Amsterdam		07-08-1998
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m , ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.26	1.54	8.56	30.60 4.62	29.73	2:42.95	
	Punten	808	1067	562	661 786	758	755	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
5.103	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Amsterdam		07-08-1998
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m < ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.26	1.54	8.56	30.60 < 4.62	29.73	2:42.95	
	Punten	867	966	613	698 < 677	609	673	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.942	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Amsterdam		07-08-1998
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.26	1.54	8.56	30.60 4.62	29.73	2:42.95	
	Punten	768	953	544	672 683	612	710	
5.103	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem				Porto Alegre (BRA)		17-10-2013
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.67	1.42	8.00	27.42 4.97	20.58	2:44.06	
	Wind	-1.1			-0.9 \ -0.4			

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
	Punten	1003	783	500	921	804	395	697	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>									
4.882	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem					Porto Alegre (BRA)		17-10-2013
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.67	1.42	8.00	27.42	4.97	20.58	2:44.06	
	Wind	-1.1			-0.9	-0.4			
	Punten	991	724	506	814	768	396	683	
5.418	Tanja van der Plas	AV Lycurgus, Assendelft					Best		28-06-2025
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.20	1.45	9.16	27.01	5.29	29.37	2:46.94	
	Wind	-0.9			+1.0	+0.4			
	Punten	1066	771	598	849	880	604	650	
5.475	Tanja van der Plas	AV Lycurgus, Assendelft					Madeira (POR)		12-10-2025
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	12.09	1.50	8.45	27.63	5.24	30.59	2:40.18	
	Wind	+1.8			-2.1	+1.3			
	Punten	1084	830	542	796	862	633	728	

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>									
2.377	Rina ten Braak	Parthenon, Dordrecht					Huizen		03-10-1999
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	17.10	8.66	22.91	24.73	6.46			
	Punten	302	569	414	614	478			
4.024	Tiny Hellendoorn	Isals '96, Kampen					Eindhoven		27-05-2000
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	37.22	11.65	34.15	27.83	11.99			
	Punten	839	813	672	703	997			
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>									
4.226	Tiny Hellendoorn	Isals '96, Kampen					Eindhoven		27-05-2000
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	37.22	11.65	34.15	27.83	11.99			
	Punten	1076	884	672	564	1030			
4.533	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Eindhoven		19-05-2007
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	43.56	10.43	38.64	24.30	13.77			
	Punten	1293	776	778	481	1205			
4.771	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Riccione (ITA)		15-09-2007
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	43.84	10.66	39.68	24.49	15.58			
	Punten	1302	797	802	485	1385			
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>									
4.192	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum					Riccione (ITA)		15-09-2007
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	43.84	10.66	39.68	24.49	15.58			
	Punten	1061	709	808	487	1127			
4.224	Gonny Mik	Groningen Atletiek					Nyíregyháza (HUN)		22-07-2010
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	49.15	9.81	31.91	27.79	16.24			
	Punten	1212	642	624	565	1181			
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>									
3.696	Gonny Mik	Groningen Atletiek					Nyíregyháza (HUN)		22-07-2010
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	49.15	9.81	31.91	27.79	16.24			

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
	Punten	943	650	607	566	930	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
56.73	Elly Willemsen Marianne Vennix Riet Jonkers Janet Janssen	Attila, Tilburg	Heiloo	05-09-1999
53.25	Anja Akkerman Tilly Jacobs Diny Klomp Sonja Oost	DEM, Beverwijk PEC 1910, Zwolle Prins Hendrik, Vught De Sperwers, Emmen	Potsdam (GER)	25-08-2002
52.75	Tilly Jacobs Mary Augustin Jacqueline Koenis Hermine Roggeband	PEC 1910, Zwolle Sparta, Den Haag Hera, Heerhugowaard Delta Sport, Zierikzee	Amstelveen	29-09-2007
51.29	Valérie Klosterman Ingrid Smit Anna den Hartog Angelique Hogeveen	PAC, Rotterdam Ciko '66, Arnhem Startbaan, Amstelveen Phanos, Amsterdam	Amstelveen	29-09-2007

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:40.87	Tilly Jacobs Hermine Roggeband Marianne Knapen Jeanine van Overveld	PEC 1910, Zwolle Delta Sport, Zierikzee Loopgroep PK, Dodewaard THOR, Roosendaal	Poznań (POL)	30-07-2006
4:27.39	Hermine Roggeband Jacqueline Koenis Mary Augustin Jeanine van Overveld	Delta Sport, Zierikzee Hera, Heerhugowaard Sparta, Den Haag THOR, Roosendaal	Riccione (ITA)	15-09-2007
4:24.74	Valérie Klostermann Astrid van Velden Pauline Manni Nicole Weijling	PAC, Rotterdam ACO-van Elderen, Ommeren GAC, Hilversum Trias, Heiloo	Amstelveen	28-09-2013

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
10:24.08	Lena Jansen Els Raap Noortje van Kempen Diny Klomp	Energie, Barendrecht Kombijsport, Badhoevedorp Leiden Atletiek Prins Hendrik, Vught	Valkenswaard	28-08-1999
10:09.77	Astrid van Velden Clarissa van Vlijmen Simone Geel Nicole Weijling	ACO-van Elderen, Ommeren Startbaan, Amstelveen DEM, Beverwijk Trias, Heiloo	Amstelveen	30-09-2012

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:40.36	Anna den Hartog	Startbaan, Amstelveen	Utrecht	08-09-2013

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
	Clarissa van Vlijmen			
	Karen Zwerver			
	Ingrid van der Eijk			
2:38.66	Pauline Manni	GAC, Hilversum	Heiloo	22-06-2014
	Ellen Tromp			
	Inez Veldmeijer			
	Ilna Mulder			

**Mixed 45****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 50****HARDLOPEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
12.23		Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Utrecht	12-05-1992
12.17		Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Heerhugowaard	17-06-1995
12.07		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zevenaar	06-06-1998
12.03		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Aalsmeer	16-08-1998
11.96		Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Epe	25-04-1999
11.75	+1.9	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught	Oosterhout	13-06-2009
11.74	+0.0	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Lyon (FRA)	06-08-2015
11.72	-0.9	Samora Strijder	Utrecht Atletiek	Madeira (POR)	13-10-2025

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
25.04		Arend de Boer	Lycurgus, Krommenie	Krommenie	20-06-1989
24.75		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Aalsmeer	17-08-1997
24.56		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Recklinghausen (GER)	06-06-1998
24.42		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zoetermeer	05-10-1997
24.09	+1.0	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught	Oosterhout	14-06-2009
23.63	+1.8	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Beverwijk	19-04-2015
23.03	+1.6	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Lyon (FRA)	10-08-2015

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
54.3h	Jan Parlevliet	av Veteranen Nederland	Veldhoven	06-06-1982
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 54.43 sec</i>				
54.28	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Aalsmeer	17-08-1997
54.15	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Utrecht	22-08-1997
53.97	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zoetermeer	26-04-1998
53.14	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Barendrecht	31-05-1998
53.06	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Amstelveen	30-08-1998
51.82	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Cesenatico (ITA)	16-09-1998

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:04.0h	Piet Maijor	AAC, Amsterdam	Amsterdam	19-06-1982
1:59.45	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Barendrecht	16-06-1996
1:59.06	Andrew Larassen	Av Impala, Drachten	Utrecht	08-07-2022

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:11.9h	Louis Vink	a.v. Edam	Nijmegen	16-08-1985
4:09.52	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Barendrecht	15-06-1996
4:08.00	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Oordgem (BEL)	23-05-2015

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:35.4h	Louis Vink	a.v. Edam	Krommenie	30-07-1985

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:00.4h	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Helmond	15-05-1990
8:57.15	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Leiden	02-05-2001
8:53.59	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	22-08-2019

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
15:32.93	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Dordrecht	06-06-1990
15:20.35	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Kerkrade	27-05-2001
15:12.83	Aart Stigter	Loopgroep AS, Amerongen	Utrecht	08-09-2006

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
32:43.2h	Louis Vink	a.v. Edam	Amsterdam	29-09-1985
32:17.58	Victor Maliy	Haag Atletiek	Veenendaal	12-04-2001
31:53.5h	Aart Stigter	Loopgroep AS, Amerongen	Harderwijk	03-10-2006

**100 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 91,4 cm</i>					
15.47		Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer	Amsterdam	25-06-1994
15.09		Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Lelystad	06-06-1999
14.98	-1.8	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Jyväskylä (FIN)	13-07-2000
14.95	-0.4	Helmut Drabben	AV '23, Amsterdam	Nyíregyháza (HUN)	22-07-2010
14.52	+0.6	Wan Bakx	TION, Enschede	Vught	19-09-2014
14.41	+1.8	Wan Bakx	TION, Enschede	Lyon (FRA)	15-08-2015

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 83,8 cm.</i>				
58.87	Jan Parlevliet	av Veteranen Nederland	Strasbourg (FRA)	15-07-1982
58.82	Toine van Beckhoven	Av Attila, Tilburg	Utrecht	08-07-2022
55.99	Toine van Beckhoven	Av Attila, Tilburg	Eindhoven	21-05-2023 <sup>1</sup>

1) Wereldrecord, op seniorenhoogte gelopen

**3 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * balken met een hoogte van 91,4 cm.</i>				
10:39.0h	Piet Maijor	AAC, Amsterdam	Wageningen	22-09-1982
10:36.34	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Uden	03-07-1999
10:33.22	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Gateshead (GBR)	08-08-1999
10:29.45	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Lisse	22-08-1999
10:25.49	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Tilburg	10-06-2000
10:21.85	Martien van der Hoorn	NSL, Noordwijkerhout	Lisse	29-08-2004
10:15.22	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Den Haag	31-07-2005

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
14:58.0h	Tjabel Ras	PAC, Rotterdam	Barendrecht	14-05-1986
14:48.24	Henk Plasman	Generaal Michaëlis, Best	Veldhoven	09-06-2007
14:25.51	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Terneuzen	10-06-2012
14:17.75	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Best	30-06-2012
13:51.02	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Krommenie	01-07-2012
13:38.4h	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Gouda	25-05-2017

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
24:02.5h	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Willebroek (BEL)	12-05-1988
23:51.72	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Terneuzen	10-06-2012
23:35.86	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Best	20-07-2016
23:32.02	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Best	01-07-2017
23:11.03	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Best	07-07-2018

**TECHISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.70	Robby Bleijert	Climax, Ede	Veldhoven	10-06-1990
1.72	Ed Molenmaker	Spark, Spijkenisse	Goes	04-05-1997
1.76	Ed Molenmaker	Spark, Spijkenisse	Spijkenisse	19-05-1997
1.82	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Veldhoven	20-05-2001
1.85	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Apeldoorn	31-05-2002
1.85	Ruud Wielart	a.v. Haarlem	Amsterdam	01-05-2005

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
3.30	Henk de Leeuw den Bouter	Avantri, Schoonhoven	Amsterdam	26-06-1994
3.60	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Vught	20-06-2002
3.70	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Leiden	26-06-2002
4.20	Jan Harland	Haag Atletiek	Den Haag	18-06-2011

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
5.58		Gerard Weisscher	Trias, Heiloo	Malmö (SWE)	29-07-1986
5.58		Henk Evers	AV '55, Heerenveen	Nijmegen	15-09-1991
5.67		Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Krommenie	02-05-1999
5.71		Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Hilversum	16-05-1999
5.80	-0.6	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Jyväskylä (FIN)	08-07-2000
5.97		Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Kerkrade	10-05-2009
6.19	+1.9	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Den Haag	19-06-2011
6.19	+1.4	Jurgen van Berkum	Fortius, Dordrecht	Barendrecht	01-07-2018

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
10.76		Arie Langeveld	Holland, Haarlem	Amsterdam	11-09-1991
10.93		Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Naaldwijk	11-05-1995
11.07		Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer	Barendrecht	15-06-1996
11.23		Koos Reiding	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	13-07-2001
11.48		Jan Huijbers	GAC, Gemert	Vught	09-05-2002
11.69		Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gemert	12-05-2002
11.77	+0.0	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Groningen	09-06-2002
11.88		Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Gent (BEL)	22-06-2002

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 6,00 kg</i>				
13.40	Henk van Aarst	Clytoneus, Woerden	Woerden	21-06-1986
13.90	Piet Klaassen	a.v. Nijmegen	Barendrecht	16-06-1996
14.56	Martin Regtop	TION, Enschede	Steenwijk	03-04-1999
14.72	Martin Regtop	TION, Enschede	Hengelo	28-04-1999
15.09	Martin Regtop	TION, Enschede	Krommenie	02-05-1999
15.18	Martin Regtop	TION, Enschede	Lelystad	06-06-1999
15.39	Martin Regtop	TION, Enschede	Apeldoorn	17-07-1999
15.44	Elliot Thijssen	Hellas, Utrecht	Utrecht	03-09-2021
15.48	Elliot Thijssen	U-Track, Utrecht	Harderwijk	01-07-2023

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,50 kg</i>				
47.22	Harry Zitzen	Achilles-TOP, Kerkrade	Rheine (GER)	24-09-1994
49.82	Harry Zitzen	Achilles-TOP, Kerkrade	Kerkrade	01-07-1995
51.34	Hans Schouten	Hollandia, Hoorn	Lelystad	06-06-1999
52.45	Hans Schouten	Hollandia, Hoorn	Epe	30-06-2002
57.55	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Eindhoven	21-06-2008
58.28	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht	Ljubljana (SLO)	26-07-2008

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 6,00 kg</i>				
54.44	Rinus Schreuder	Hellas, Utrecht	Vught	31-08-1993
58.03	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Vught	11-06-2005
59.63	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Boskoop	18-06-2005
60.12	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	02-07-2005

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 800 gr</i>				
45.70	Jeltjo Doornbosch	av Veteranen Nederland	Malmö (SWE)	31-07-1986
45.74	Jan van Empel	GVAC, Veldhoven	Emmen	07-06-1997
45.95	Fred Harmens	Climax, Ede	Zevenaar	06-06-1998
46.66	Fred Harmens	Climax, Ede	Ede	21-06-1998
48.28	Nico Hellendoorn	av Veteranen Nederland	Heiloo	28-07-2000
<i>In 2000 werd het gewicht gewijzigd in 700 gr</i>				
46.54	Fred Harmens	Climax, Ede	Veldhoven	20-05-2001
49.02	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Zaandam	01-07-2001
49.02	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Groningen	09-06-2002
54.80	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	30-08-2002
61.17	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	06-10-2002
62.42	Elliott Thijssen	Hellas, Utrecht	Utrecht	16-07-2021

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 11,34 kg</i>				
17.96	Martin Regtop	TION, Enschede	Huizen	03-10-1999
18.39	Martin Regtop	TION, Enschede	Huizen	07-10-2001
20.43	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Rotterdam	02-09-2006
21.00	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Lisse	09-09-2007

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--------	--	--	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* 1 dag \* verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m*

3.486	Jeltjo Doornbosch	av Veteranen Nederland						Malmö (SWE)			31-07-1986
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.02	45.70	26.90	32.80	5:15.79					
	Punten	688	818	713	571	696					

4.020	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Weert			20-05-2002
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.35	47.74	25.31	39.76	4:57.51					
	Wind	+1.3	+0.6								
	Punten	788	862	845	723	802					

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.912	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Weert			20-05-2002
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.35	47.74	25.31	39.76	4:57.51					
	Wind	+1.3	+0.6								
	Punten	746	754	901	660	851					

3.929	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Århus (DEN)			28-07-2004
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.46	42.91	24.54	38.85	4:52.48					
	Wind	0.0	+0.3								
	Punten	778	661	968	641	881					

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.762	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Århus (DEN)			28-07-2004
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.46	42.91	24.54	38.85	4:52.48					
	Wind	0.0	+0.3								
	Punten	743	628	890	658	843					

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.740	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Århus (DEN)			28-07-2004
	Onderdeel	ver	speer			200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.46	42.91	24.54	38.85	4:52.48					
	Wind	0.0	+0.3								
	Punten	746	629	903	647	815					

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats				Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--------	--	--	--	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* in 2 dagen \* 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m*

5.042	Kees van Giezen	GAC, Hilversum						Hilversum				06-10-1985
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
	Prestatie	13.9h	4.52	7.09	1.45	61.6h	20.3h	24.64	2.60	24.54	5:20.1h	
	Punten	532	548	395	644	638	381	397	464	371	672	

*Dit record is gevestigd met de oude speer*

6.747	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam						Utrecht				27-06-1999
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
	Prestatie	12.10	5.37	10.36	1.54	58.38	15.48	31.88	2.40	34.29	5:50.85	
	Punten	903	795	630	740	765	878	551	398	574	513	

*In 2000 speer van 800 naar 700 gr. \* Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

7.420	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Carolina (PUR)				03-07-2003
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
	Prestatie	12.44	5.62	13.05	1.53	54.95	15.48	31.88	2.40	34.29	5:12.45	
	Wind	-0.8	+1.2				+0.3					
	Punten	838	826	787	687	913	714	621	459	811	764	

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
7.231	Glenn Gentle	AVON, Heerlen						Carolina (PUR)			03-07-2003
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.44	5.62	13.05	1.53	54.95	15.48	31.88	2.40	34.29	5:12.45	
Wind	-0.8	+1.2				+0.3					
Punten	817	790	808	602	904	740	638	434	772	726	
7.690	Jurgen van Berkum	Fortius, Dordrecht						Gemert			10-06-2018
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.59	6.01	10.09	1.69	53.95	14.70	29.47	3.70	39.22	4:38.85	
Wind	+2.0	-0.9				+0.7					
Punten	789	905	595	767	947	959	467	772	561	928	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
7.578	Jurgen van Berkum	Fortius, Dordrecht						Gemert			10-06-2018
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.59	6.01	10.09	1.69	53.95	14.70	29.47	3.70	39.22	4:38.85	
Wind	+2.0	-0.9				+0.7					
Punten	778	908	585	785	906	948	458	748	562	900	

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
4.273	Martin Regtop	TION, Enschede						Gateshead (GBR)			06-08-1999
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		45.63	13.83	47.03	42.19	17.27					
Punten		787	885	886	742	973					
4.313	Martin Regtop	TION, Enschede						Huizen			07-10-2001
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		46.10	14.55	47.64	37.14	18.39					
Punten		797	938	899	634	1045					
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
4.054	Martin Regtop	TION, Enschede						Huizen			07-10-2001
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		46.10	14.55	47.64	37.14	18.39					
Punten		738	893	821	552	1050					
4.189	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht						Eindhoven			21-06-2008
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		48.35	14.19	57.55	37.78	16.79					
Punten		782	868	1029	564	946					
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
4.163	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht						Eindhoven			21-06-2008
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		48.35	14.19	57.55	37.78	16.79					
Punten		799	890	1055	535	884					
4.165	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht						Huizen			03-10-2010
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		48.03	13.86	54.26	41.75	17.30					
Punten		792	866	984	607	916					
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
4.036	Piet Meijdam	Hercules, Dordrecht						Huizen			03-10-2010
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		48.03	13.86	54.26	41.75	17.30					
Punten		744	851	968	608	865					
4.097	Brian Lesterhuis	Hercules, Dordrecht						Huizen			03-10-2010
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie		48.86	13.87	44.66	54.80	17.39					
Punten		759	852	767	849	870					



**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
50.00	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Petersberg (GER)	26-09-1993
	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout		
	Pieter Schouten	GAC, Hilversum		
	Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden		
49.33	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht	Emmeloord	16-09-1995
	Frank Larsen	Illion, Zoetermeer		
	Max Bruinsma	Attila, Tilburg		
	Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden		
48.87	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Baunatal (GER)	14-09-1996
	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek		
	Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden		
	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht		
48.80	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Recklinghausen (GER)	20-09-1997
	Onno Waalewijn	AV '23, Amsterdam		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht		
47.99	Marino van Campen	Atos, Amsterdam	Leverkusen (GER)	18-09-1999
	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam		
	Cedo Kovacevic	Hollandia, Hoorn		
	Hans Schouten	Trias, Heiloo		
47.79	Bart Roth	U-Track, Utrecht	Utrecht	02-08-2024
	Sjef Aertse	AV Attila, Tilburg		
	Reinier van der Wal	Marathon Pim Mulier, Hengelo		
	Patrick Schoo	U-Track, Utrecht		
46.78	Bart Roth	U-Track, Utrecht	Göteborg (SWE)	17-08-2024
	Richard van Delft	U-Track, Utrecht		
	Joris van Zoelen	U-Track, Utrecht		
	Reinier van der Wal	Marathon Pim Mulier, Hengelo		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:09.01	Louis Vink	Atos, Amsterdam	Malmö (SWE)	01-08-1986
	Piet Baas	Haag Atletiek		
	Kees van Giezen	GAC, Hilversum		
	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden		
3:55.30	Frank Larsen	Illion, Zoetermeer	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout		
	Arie van Tol	Leiden Atletiek		
	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht		
3:54.66	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Cesenatico (ITA)	19-09-1998
	Rob van Mechelen	THOR, Roosendaal		
	Arie van Tol	Leiden Atletiek		
	Frans van Boven	THOR, Roosendaal		
3:49.61	Anne Lenis	Hera, Heerhugowaard	Århus (DEN)	01-08-2004
	Glenn Gentle	AVON, Heerlen		
	Henk Nordt	Zuidwal, Huizen		
	Wim Threels	GAC, Hilversum		
3:48.28	Bert van Lith	Prins Hendrik, Vught	Amstelveen	27-09-2014

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
	Werner Themen	AV '23, Amsterdam		
	Dolf Smid	AAV- '36, Alphen aan den Rijn		
	Bart van Rookhuizen	DEM, Beverwijk		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall" record</i>				
8:47.74	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout	Dordrecht	25-09-1992
	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur		
	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer		
	Kees Steijn	Parthenon, Dordrecht		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld met behoud van de beste prestatie * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:33.0h	Harm Bakker	Start '78, Steenwijk	Epe	17-05-1998
	Anne Bartelds			
	Henk Sloot			
	Hans Hes			
2:27.62	Han Ruigrok	PAC, Rotterdam	Amstelveen	23-09-2001
	Hans Rodermond			
	Wim Rietdijk			
	Fred van der Steenhaven			
2:23.9h	Ton van Rooij	a.v. Castricum	Leiden	08-09-2004
	Hans Beentjes			
	Dirk Klanker			
	Nico Brakenhoff			
2:20.0h	Ton van Rooij	a.v. Castricum	Assen	24-04-2005
	Hans Beentjes			
	Dirk Klanker			
	Nico Brakenhoff			

**Vrouwen 50****HARDLOPEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
13.3h		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	28-07-1985
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 13.53 sec</i>					
13.46	+0.0	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Krommenie	10-09-2006
13.44	+1.1	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Steenwijk	06-05-2007
13.41	+1.6	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Gendringen	25-05-2008
13.13	+0.0	Hermine Roggeband	Delta Sport, Zierikzee	Lathi (FIN)	30-07-2009
12.97	+0.5	Hermine Roggeband	Delta Sport, Zierikzee	Terneuzen	19-09-2009

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
28.4h		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	20-08-1985
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 28.63 sec.</i>					
28.08	+0.0	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Poznań (POL)	28-07-2006
27.71	+0.1	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Heerde	07-05-2008
27.43	+1.2	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Ljubljana (SLO)	02-08-2008
27.29		Hermine Roggeband	Delta Sport, Zierikzee	Oordegem (BEL)	27-08-2009
26.74	+0.5	Hermine Roggeband	Delta Sport, Zierikzee	Terneuzen	19-09-2009

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:06.31	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	?	-1989-
1:05.77	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Veldhoven	04-05-2003
1:05.63	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Vught	31-05-2003
1:02.96	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Ede	25-06-2006
1:02.93	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Terneuzen	09-06-2012
1:02.28	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Utrecht	13-07-2012
1:01.83	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Vlierzele (BEL)	06-07-2013
1:01.07	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Utrecht	14-06-2014
59.98	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Oordegem (BEL)	05-07-2014

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:24.0h	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Roosendaal	06-07-1989
<i>Met ingang van 2010 is een v.a.t.-registratie verplicht gesteld</i>				
2:13.05	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Soest	16-06-2017

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:57.8h	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Beverwijk	02-07-1989
4:55.42	Ella Witjes	Altis, Amersfoort	Amersfoort	03-06-2007
4:42.11	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Århus (DEN)	30-07-2017
4:35.40	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Utrecht	11-08-2017

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:36.0h	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard	Heiloo	11-09-1992
4:57.83	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Lisse	27-08-2017

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
10:51.7h	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Veldhoven	10-06-1992
10:51.7h	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard	Beverwijk	13-09-1992
10:34.2h	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Naaldwijk	09-07-2009
9:58.43	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Veenendaal	18-06-2017

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
18:45.63	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard	Søgne (NOR)	02-07-1992
18:34.72	Els Raap	Loopgroep PK, Dodewaard	Emmen	08-06-1997
18:10.20	Ella Witjes	Altis, Amersfoort	Veldhoven	10-06-2007
17:57.34	Nicole Weijling-Dissel	AAC, Amsterdam	Gouda	19-05-2019
17:35.13	Nicole Weijling-Dissel	AAC, Amsterdam	Wageningen	05-07-2019
17:30.65	Nicole Weijling-Dissel	AAC, Amsterdam	Heiloo	16-08-2019

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
38:55.47	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard	Søgne (NOR)	28-06-1992
38:43.06	Ella Witjes	Altis, Amersfoort	Utrecht	17-05-2007
37:36.56	Inez Anne Haagen	Loopgroep AS, Amerongen	Amersfoort	12-06-2016
36:48.88	Mirjam Koersen	GAC Hilversum	Hilversum	24-05-2024

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>					
12.54		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Melbourne (AUS)	29-11-1987

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
53.20	Rietje Dijkman	av Veteranen Nederland	Krommenie	11-08-1991
51.71	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Den Haag	25-05-2003
50.68	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem	Venezia (ITA)	07-09-2019

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
8:28.09	Jeanine van Overveld	THOR, Roosendaal	Sacramento (USA)	17-07-2011
8:14.33	Agnes Olgers	av NOP, Emmeloord	Gouda	18-05-2018

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
20:22.1h	Annie Montenegro	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	27-07-1996

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
17:18.4h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-03-2001
16:55.42	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Barendrecht	18-05-2002

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
34:20.9h	Annie Montenegro	RWV, Rotterdam	Spijkenisse	27-07-1996
29:04.1h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-03-2001
29:00.9h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Barendrecht	18-05-2002

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.45	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	28-09-1985
1.45	Mary Larsen	Ilion, Zoetermeer	Amsterdam	25-06-1994
1.55	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Haarlem	14-05-2000
1.56	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Eindhoven	29-07-2000
1.57	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Krommenie	06-08-2000

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.70 m</i>				
2.10	Marianne Langezaal	Leiden Atletiek	Leiden	18-08-2004
3.02	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Krommenie	04-07-2010
3.20	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Nyíregyháza (HUN)	21-07-2010
3.21	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Hoorn	02-10-2011
3.22	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Enschede	13-09-2013

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
4.89		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Roma (ITA)	22-08-1985
4.92		Elly Willemsen	Attila, Tilburg	Barendrecht	26-04-1997
4.94	+0.8	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Krommenie	10-09-2006
4.98	+0.1	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Riccione (ITA)	13-09-2007
5.07	+0.9	Anja Mulder	AC Tion, Enschede	Harderwijk	02-07-2023

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
8.60		Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Vught	24-06-1995
8.78		Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Emmen	07-06-1997
9.85		Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Haarlem	14-05-2000
10.16		Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Tilburg	11-06-2000
10.24	+0.0	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Potsdam (GER)	22-08-2002
10.70	+1.3	Janine Kortbeek	Prins Hendrik	Sittard	15-06-2003
10.85	-0.6	Janine Kortbeek	Prins Hendrik	Århus (DEN)	31-07-2004

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 3,00 kg</i>				
11.37	Corrie Roovers	Sprint, Breda	?	-1985-
11.69	Jannie Schot	Delta Sport, Zierikzee	Barendrecht	16-06-1996
11.88	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Amsterdam	20-04-1997
12.58	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Zwolle	16-06-2005
13.56	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Velsen	07-05-2006

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg</i>				
36.08	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Melbourne (AUS)	05-12-1987
40.06	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Enschede	13-04-1997
40.57	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Roosendaal	26-04-1998

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
40.85	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Vught	17-05-1998

### Kogelslingeren

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 30,00 m * 3,00 kg</i>				
37.10	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Barendrecht	26-04-1997
39.74	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Roermond	25-10-1997
42.46	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Apeldoorn	17-10-1998
42.56	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Apeldoorn	17-07-1999
43.37	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Roermond	23-10-1999
43.57	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Nijmegen	25-06-2000
45.89	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Hilversum	19-05-2012
48.89	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	London (GBR)	01-07-2012
51.31	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Zittau (GER)	19-08-2012
52.80	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Holtland (GER)	06-06-2015

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 400 gr.</i>				
29.66	Wies Ratelband	av Veteranen Nederland	?	-1985-
35.45	Henny van Kruchten	a.v. Castricum	Ede	20-05-2000
<i>In 2000 ingesteld - nieuw gewicht 500 gr - zonder limiet</i>				
25.15	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Jyväskylä (FIN)	13-07-2000
33.05	Henny van Kruchten	a.v. Castricum	Eugene (USA)	12-08-2000
33.89	Henny van Kruchten	Phanos, Amsterdam	Amsterdam	19-08-2001
34.13	Mariët Voskamp	Hanzesport, Zutphen	Deventer	15-06-2012
35.05	Mariët Voskamp	Hanzesport, Zutphen	Ede	30-03-2013
35.47	Mariët Voskamp	Hanzesport, Zutphen	Epe	09-06-2013
37.04	Mariët Voskamp	Hanzesport, Zutphen	Utrecht	15-06-2014

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 7,26 kg</i>				
13.33	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Huizen	09-10-1999
14.52	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	27-05-2000
14.64	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	10-02-2001
15.23	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	09-02-2002
15.44	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	London (GBR)	01-07-2012
16.41	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Zittau (GER)	22-08-2012
17.19	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Toruń (POL)	27-03-2015
17.20	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Amersfoort	30-05-2015
17.41	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Rotterdam	11-07-2015
17.53	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Lyon (FRA)	15-08-2015

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.484	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Melbourne (AUS)		03-12-1987
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.08	1.42	10.76	4.62	2:49.10		
	Punten	1052	1029	734	899	770		
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.269	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Melbourne (AUS)		03-12-1987
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.08	1.42	10.76	4.62	2:49.10		
	Punten	1013	928	856	789	683		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
4.110	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Melbourne (AUS)		03-12-1987
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.08	1.42	10.76	4.62	2:49.10		
	Punten	929	903	765	786	727		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.935	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Melbourne (AUS)		03-12-1987
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	13.08	1.42	10.76	4.62	2:49.10		
	Punten	997	818	674	741	705		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van geldende beste prestatie * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
5.555	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Ålborg (DEN)		03-08-1989
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m \ ver	speer	800 m	
	Prestatie	13.5h	1.36	10.38	28.6h \ 4.19	27.76	2:57.2h	
	Punten	954	928	703	888 \ 726	674	682	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
5.393	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Ålborg (DEN)		03-08-1989
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	13.5h	1.36	10.38	28.6h 4.19	27.76	2:57.2h	
	Punten	914	842	821	963 631	626	596	
5.555	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Assen		17-07-2005
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m \ ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.30	1.36	9.84	28.72 \ 4.72	30.95	2:56.96	
	Punten	836	842	771	973 \ 825	710	598	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
5.300	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Assen		17-07-2005
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.30	1.36	9.84	28.72 4.72	30.95	2:56.96	
	Punten	754	806	688	908 822	680	642	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
5.012	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Assen		17-07-2005
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.30	1.36	9.84	28.72 4.72	30.95	2:56.96	
	Punten	821	736	604	800 780	651	620	

**Werp-vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
4.082	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		03-10-1999
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	41.15	11.13	37.00	25.83	13.33	
	Punten	898	764	852	621	947	
<i>Per 01-05-2000 werd de speer van 500 gr ingevoerd</i>							
3.808	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Jyväskylä (FIN)		13-07-2000
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	39.90	9.91	36.32	25.15	12.05	
	Punten	865	665	834	602	842	
3.870	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Eindhoven		26-05-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.18	11.59	35.28	25.67	13.76	
	Punten	665	801	806	616	982	
3.987	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		07-10-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.86	10.59	33.97	24.73	13.53	
	Punten	943	720	771	590	963	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.054	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		07-10-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.86	10.59	33.97	24.73	13.53	
	Punten	943	720	771	590	963	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.926	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		07-10-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.86	10.59	33.97	24.73	13.53	
	Punten	1044	751	744	524	863	
4.388	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum			London (GBR)		01-07-2012
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	48.89	11.33	36.11	25.85	15.44	
	Punten	1218	813	800	552	1005	
4.398	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum			Zittau (GER)		23-08-2012
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	48.23	11.20	35.91	25.92	16.05	
	Punten	1199	801	794	554	1050	
4.471	Gonny Mik	Groningen Atletiek			Lyon (FRA)		15-08-2015
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	51.78	10.90	29.97	27.34	17.53	
	Punten	1302	777	641	590	1161	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.789	Gonny Mik	Groningen Atletiek			Lyon (FRA)		15-08-2015
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	51.78	10.90	29.97	27.34	17.53	
	Punten	951	684	631	564	959	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de "overall"-records</i>				
56.65	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Potsdam (GER)	25-08-2002
	Rietje van Walree	Atos, Amsterdam		
	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
53.26	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Amstelveen	29-09-2007
	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen		
	Joke Torbijn	Parthenon, Dordrecht		
	Hermine Roggeband	Delta Sport, Zierikzee		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:00.22	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Buffalo (USA)	23-07-1995
	Gerda van Kooten	Sprint, Breda		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
	Greet Warnaar	Hera, Heerhugowaard		
4:43.28	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Gerda van Kooten	Sprint, Breda		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
	Marja Broers	Lycurgus, Krommenie		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
10:45.43	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Dordrecht	30-08-1998
	Gerda van Kooten	Sprint, Breda		
	Mirjam Brugman	s.c. Reeuwijk		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:31.51	Jacqueline Thijssen	GVAC, Veldhoven	Vught	10-08-2018
	Ans Saalberg			
	Marian Webster			
	Hannie Dreves			
2:59.24	Joke Torbijn - vd Koogh	Fortius, Dordrecht	Amstelveen	30-09-2018
	Anja van Giels			
	Carina Banga			
	Jeannette Koene			
2:44.66	Pauline Manni	GAC Hilversum	Apeldoorn	12-05-2019
	Denise van der Linden			
	Ellen Tromp			
	Rietje Dijkman			
2:38.11	Anja Akkerman-Smits	DEM, Beverwijk	Bussum	11-06-2023
	Claudia Kes-Mura			
	Simone Geel-Herlaar			
	Renate Schellevis			

**Mixed 50****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 55****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
12.7h		Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	?	-1983-
12.7h		Frans Buijs	AAC, Amsterdam	?	-1984-
12.7h		Pieter Schouten	BAV, Baarn	Utrecht	19-07-1989
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 12.93 sec</i>					
12.76		Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Utrecht	03-05-1997
12.57		Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Emmen	07-06-1997
12.49	+1.6	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Utrecht	25-05-2012
12.42	-0.1	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Zevenbergen	05-06-2016
12.21	+0.3	Pierre Lommen	Cifla, Nijmegen	Harderwijk	28-05-2022
12.10	+0.4	Pierre Lommen	Cifla, Nijmegen	Tampere (FIN)	29-06-2022

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
25.9h		Frans Buijs	AAC, Amsterdam	?	-1983-
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 26.13 sec</i>					
25.99		Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Emmen	08-06-1997
25.99		Wim Schreuder	Hellas, Utrecht	Brugge (BEL)	22-07-2000
25.75		Wim Schreuder	Hellas, Utrecht	Uden	30-06-2001
25.65		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Vught	13-06-2004
25.30	+1.4	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Weert	22-04-2007
25.04	-0.9	Pierre Lommen	Cifla, Nijmegen	Harderwijk	29-05-2022
24.82	+1.1	Pierre Lommen	Cifla, Nijmegen	Tampere (FIN)	02-07-2022
24.77	-1.0	Pierre Lommen	Cifla, Nijmegen	Tampere (FIN)	03-07-2022

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
57.9h	Ad Smit	AV '23, Amsterdam	?	-1984-
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 58.03 sec</i>				
56.75	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Potsdam (GER)	21-08-2002
56.57	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Gouda	29-05-2004
56.39	Wim Threels	GAC, Hilversum	Oosterhout	13-06-2009
56.37	Wim Threels	GAC, Hilversum	Zwolle	28-06-2009
56.18	Wim Threels	GAC, Hilversum	Zierikzee	10-09-2009
55.79	Marc van Gils	av de Keien, Uden	Gorinchem	20-04-2024
55.13	Marc van Gils	av de Keien, Uden	Uden	12-05-2024
54.72	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Oosterhout	25-05-2025

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:10.08	Felix Florijn	DEM, Beverwijk	Utrecht	20-08-1991
2:06.30	Ronald Mercelina	AAC, Amsterdam	Utrecht	20-06-2001
2:04.68	Marc van Gils	av de Keien, Uden	Weert	07-06-2022
2:02.53	Andrew Larasen	Impala, Drachten	Madeira (POR)	18-10-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:21.7h	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Etten-Leur	10-05-1994
4:16.66	Gerard de Lange	AV Waterweg, Maassluis	Barendrecht	07-07-2022
4:14.80	Andrew Larasen	Impala, Drachten	Madeira (POR)	12-10-2025

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:59.5h	Louis Vink	Atos, Amsterdam	Amsterdam	20-07-1990
4:43.9h	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Zundert	08-07-1997
4:39.30	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	Barendrecht	21-09-2024

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:09.1h	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Roosendaal	26-04-1994
9:04.96	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Tilburg	06-07-2005
8:55.93	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Lievin (BEL)	27-07-2024 <sup>1</sup>

1) Met deze tijd zette Peter van der Velden het Wereld Record M55+ op zijn naam.

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
16:16.2h	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	?	-1985-
16:04.48	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Etten-Leur	27-06-1995
15:56.33	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Uden	28-06-1997
15:51.83	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Utrecht	08-08-2025

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
34:22.69	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Roma (ITA)	23-07-1985
33:52.2h	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Naaldwijk	15-10-2005
33:18.68	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Vught	25-05-2006
32:55.47	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Rotterdam	05-10-2024

**100 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 91,4 cm</i>					
19.0h		Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Tilburg	11-07-1992
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 19.23 sec</i>					
16.51		Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Emmen	07-06-1997
15.90		Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zevenaar	06-06-1998
15.90	-1.3	Huub Huikeshoven	Atos, Amsterdam	Gouda	02-06-2018
14.94	+0.5	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Barendrecht	14-07-2019

**400 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 83,8 cm.</i>				
1:03.31	Jan Parlevliet	Ciko '66, Arnhem	Melbourne (AUS)	01-12-1987
1:00.75	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Amersfoort	11-05-2025

**3 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * balken met een hoogte van 91,4 cm.</i>				
11:59.26	Theo van Wychen	Achilles, Etten-Leur	Budapest (HUN)	02-07-1990
11:30.98	Gerrit Kramer	Rotterdam Atletiek	Vught	24-06-1995
10:34.87	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Castricum	28-05-2008

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
15:22.4h	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Vlaardingen	20-05-1994
15:03.7h	Jan Cornelis	a.v. Holten	Barendrecht	13-06-2011
15:03.01	Jan Cornelis	a.v. Holten	Terneuzen	10-06-2012
14:08.43	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Best	06-07-2019
14:03.8h	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Drunen	12-09-2020

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
25:57.56	Tjabel Ras	PAC, Rotterdam	Sittard	07-08-1993
25:43.2h	Jan Cornelis	a.v. Holten	Barendrecht	13-06-2011
25:00.28	Jan Cornelis	a.v. Holten	Den Haag	19-06-2011
23:44.28	Remco de Bruin	De LAT, Amsterdam	Best	06-07-2019

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.46	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Turku (FIN)	18-07-1991
1.60	Robby Bleijert	Climax, Ede	Amsterdam	08-05-1995
1.65	Robby Bleijert	Climax, Ede	Barendrecht	15-06-1996
1.67	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Weert	21-05-2006
1.72	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Emmen	11-06-2006
1.73	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gemert	13-06-2006
1.75	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Steenbergen	18-06-2006
1.81	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Poznan (POL)	24-07-2006

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2.90	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Turku (FIN)	19-07-1991
3.00	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Vught	31-05-2003
3.10	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Leppävirta (FIN)	31-07-2005
3.12	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Emmen	10-06-2006
3.50	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Amsterdam	13-05-2007
3.51	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Leiden	01-07-2011
3.80	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Zoetermeer	16-08-2020

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
5.23		Gerard Weisscher	Trias, Heiloo	Eugene (USA)	30-07-1989
5.51		Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Vught	13-06-2004
5.58	+0.0	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Amersfoort	12-06-2016
5.77	+0.6	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Amersfoort	07-04-2019
5.80	+1.4	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Apeldoorn	12-05-2019

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
9.87		Peter van der Ham	Haag Atletiek	Lisse	24-05-1999
10.41	-2.1	Henk Nordt	Zuidwal, Huizen	Århus (DEN)	30-07-2004
11.28	+0.7	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Gouda	02-09-2005
11.48	+1.7	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Emmen	10-06-2006

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 6,00 kg</i>				
12.76	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Huizen	24-04-1994
13.80	Martin Regtop	TION, Enschede	Steenwijk	03-04-2004
14.25	Martin Regtop	TION, Enschede	Eindhoven	29-05-2004
14.42	Martin Regtop	TION, Enschede	Vught	13-06-2004
15.00	Martin Regtop	TION, Enschede	Gildehaus (GER)	08-10-2004
15.07	Martin Regtop	TION, Enschede	Groningen	26-05-2005
15.25	Martin Regtop	TION, Enschede	Vught	12-06-2005

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,50 kg</i>				
44.68	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Aalsmeer	28-08-1994
48.33	Martin Regtop	TION, Enschede	Sindelfingen (GER)	11-03-2004
48.59	Martin Regtop	TION, Enschede	Steenwijk	03-04-2004
51.57	Martin Regtop	TION, Enschede	Zwolle	28-04-2005

**Kogelslingen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 6,00 kg</i>				
39.88	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Zierikzee	12-06-1993
52.46	Rinus Schreuder	Hellas, Utrecht	Spa (BEL)	21-06-1997

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 800 gr</i>				
44.48	Jan van Heek	De Spartaan, Lisse	Den Haag	04-09-1994
<i>In 2000 werd het gewicht gewijzigd naar 700 gr.</i>				
47.59	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Vught	01-06-2003
48.27	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Carolina (PUR)	09-07-2003
50.46	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	30-05-2008
52.18	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Heiloo	15-08-2008
52.50	Wim Roosen	Holland, Leiden	Terneuzen	09-06-2012
52.57	Wim Roosen	Holland, Leiden	Epe	08-06-2013
52.98	Paul de Vries	Haag Atletiek	Gouda	03-06-2018
54.50	Eugene Lommen	AV de Keien, Uden	Deventer	28-04-2023
55.25	Eugene Lommen	AV de Keien, Uden	Harderwijk	02-07-2023
55.75	Eugene Lommen	AV de Keien, Uden	Den Haag	16-07-2023

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 11,34 kg</i>				
13.78	Frits van Buuren	AV '23, Amsterdam	Eindhoven	26-05-2001
14.42	Frits van Buuren	AV '23, Amsterdam	Huizen	07-10-2001
14.61	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Dordrecht	27-06-2003
16.60	Martin Regtop	TION, Enschede	Eindhoven	07-02-2004
16.85	Martin Regtop	TION, Enschede	Sindelfingen (GER)	10-03-2004
16.86	Martin Regtop	TION, Enschede	Barken (GER)	16-04-2005
16.88	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	Edam	28-04-2019
18.11	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	Gouda	19-05-2019
18.18	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	Venezia (ITA)	08-09-2019

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	--	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* 1 dag \* verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m*

3.054	Jan Luykx	Sprint, Breda					Budapest (HUN)		05-07-1990
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.89	37.36	27.48	29.04	7:02.73			
	Punten	753	717	743	562	279			

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

2.961	Jan Luykx	Sprint, Breda					Budapest (HUN)		05-07-1990
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.89	37.36	27.48	29.04	7:02.73			
	Punten	711	626	797	502	325			

3.450	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen					Århus (DEN)		28-07-2004
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.74	42.44	29.57	41.13	5:49.11			
	Wind	-0.2		+0.5					
	Punten	664	733	638	770	645			

3.938	Glenn Gentle	AVON, Heerlen					Izegem (BEL)		15-07-2007
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.24	38.83	25.98	38.25	5:13.82			
	Wind	+1.0		-1.8					
	Punten	821	657	920	706	834			

3.993	Wim Threels	GAC, Hilversum					Ljubljana (SLO)		28-07-2008
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.41	43.77	25.54	29.40	5:03.84			
	Wind	+0.3		+0.1					
	Punten	874	761	957	510	891			

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.804	Wim Threels	GAC, Hilversum					Ljubljana (SLO)		28-07-2008
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.41	43.77	25.54	29.40	5:03.84			
	Wind	+0.3		+0.1					
	Punten	835	716	878	517	858			

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.756	Wim Threels	GAC Hilversum					Ljubljana (SLO)		28-07-2008
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.41	43.77	25.54	29.40	5:03.84			
	Wind	+0.3		+0.1					
	Punten	828	719	888	503	818			

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging							Plaats		Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--	--------	--	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* in 2 dagen \* 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m*

5.781	Kees van Giezen	GAC, Hilversum							Ålborg (DEN)		03-08-1989
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	13.7h	4.48	6.88	1.42	62.8h	19.2h	26.04	2.60	27.40	5:39.5h
	Punten	641	624	436	687	682	563	490	530	486	642

*In 2000 speer van 800 naar 700 gr. \* Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

6.970	Glenn Gentle	AVON, Heerlen							Riccione (ITA)		05-09-2007
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	13.34	4.98	11.20	1.45	59.56	17.14	36.71	2.20	37.92	5:19.20
	Wind	-1.1	NWI				+2.4				
	Punten	748	739	744	687	804	781	671	354	638	804

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

Prestatie	Naam		Vereniging				Plaats			Datum	
6.717	Glenn Gentle		AVON, Heerlen				Riccione (ITA)			05-09-2007	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	13.34	4.98	11.20	1.45	59.56	17.14	36.71	2.20	37.92	5:19.20
	Wind	-1.1	NWI				+2.4				
	Punten	728	704	742	610	798	753	680	333	599	770
6.794	Wim Threels		GAC, Hilversum				Nyíregyháza (HUN)			16-07-2010	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	12.77	5.20	8.99	1.57	57.13	18.03	30.56	2.50	37.84	5:20.86
		+0.5	-1.0				+0.8				
	Punten	843	771	571	731	895	662	542	429	598	761
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
6.656	Wim Threels		GAC, Hilversum				Nyíregyháza (HUN)			16-07-2010	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	12.77	5.20	8.99	1.57	57.13	18.03	30.56	2.50	37.84	5:20.86
		+0.5	-1.0				+0.8				
	Punten	827	762	556	740	850	661	528	411	600	721
7.061	Jurgen van Berkum		AV Valkenswaard				Best			08-07-2023	
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	13.31	5.43	8.93	1.59	58.54	15.47	25.95	3.31	34.35	5:07.29
		+0.6	-0.6				+0.1				
	Punten	728	833	551	767	794	939	429	691	531	798

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam		Vereniging				Plaats			Datum	
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
3.697	Frits van Buuren		AV '23, Amsterdam				Eindhoven			26-05-2001	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		42.45	10.01	31.30	38.89	13.78				
	Punten		818	688	617	753	821				
3.737	Jan Titulaer		PSV, Eindhoven				Eindhoven			25-05-2005	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		40.26	11.30	32.70	39.30	12.93				
	Punten		768	793	651	763	762				
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
3.488	Jan Titulaer		PSV, Eindhoven				Eindhoven			25-05-2005	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		40.26	11.30	32.70	39.30	12.93				
	Punten		715	752	582	667	772				
4.257	Martin Regtop		TION, Enschede				Borken (GER)			17-04-2004	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		45.14	13.77	45.99	36.42	16.25				
	Punten		820	946	881	606	1004				
4.340	Martin Regtop		TION, Enschede				Huizen			03-10-2004	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		44.30	14.15	45.73	40.70	16.07				
	Punten		802	976	875	696	991				
4.472	Martin Regtop		TION, Enschede				Borken (GER)			16-04-2005	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		44.24	14.88	48.30	38.84	16.86				
	Punten		800	1034	934	657	1047				
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
4.368	Martin Regtop		TION, Enschede				Borken (GER)			16-04-2005	
	Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht				
	Prestatie		44.24	14.88	48.30	38.84	16.86				
	Punten		812	1031	946	618	961				

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
4.197	Martin Regtop	TION, Enschede			Borken (GER)		16-04-2005
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	44.24	14.88	48.30	38.84	16.86	
	Punten	739	1005	923	620	910	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
51.25	Gerard Sengers	Clytoneus, Woerden	Aalsmeer	16-08-1998
	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek		
	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout		
	Ron Landré	De Spartaan, Lisse		
50.07	Uli Flücht	AV NEA-Volharding, Purmerend	Århus (DEN)	05-08-2017
	Justus van Nierop	DAK, Drunen		
	Adry van den Wijngaard	Sprint, Breda		
	Jacques Zaman	Scheldesport, Terneuzen		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:19.51	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout	Aalsmeer	16-08-1998
	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer		
	Bertus Kerkvliet	Leiden Atletiek		
	Ron Landré	De Spartaan, Lisse		
4:10.2h	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Naaldwijk	26-08-1999
	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout		
	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer		
	Arie van Tol	Leiden Atletiek		
4:04.13	Gerard Kitslaar	Altis, Amersfoort	Zierikzee	14-06-2015
	Corné Haast	Prins Hendrik, Vught		
	Marcel Scholten	Spado, Bergen op Zoom		
	Wim van den Wijngaard	Scorpio, Oosterhout		
3:56.82	Bert van Lith	Prins Hendrik, Vught	Amstelveen	29-09-2018
	Kees van Pelt	Prins Hendrik, Vught		
	Falco Rademaker	Eindhoven Atletiek		
	Dolf Smid	AAV '36, Alphen aan den Rijn		
3:41.62	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Madeira (POR)	19-10-2025
	Sjef Aertse	AV Attila, Tilburg		
	Marc van Gils	AV De Keien, Uden		
	Andrew Larasen	AV Impala, Drachten		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
11:15.34	Alex Halter	Passaat, Papendrecht	Amstelveen	30-09-2007
	Arie van der Leun			
	Albert Stehouwer			
	Cor Terlouw			
9:43.61	Marcel Scholten	Altis, Amersfoort	Amstelveen	27-09-2015
	Willem de Ruijter	Altis, Amersfoort		
	Johan Smet	Phanos, Amsterdam		
	Stan Spangenberg	Phanos, Amsterdam		
9:20.56	Peter Mijsberg	AV de Keien, Uden	Amstelveen	28-09-2025
	Marc van Gils	AV de Keien, Uden		
	Caspar Wijkmans	Astylos, Tiel		
	Harry Fierkens	Hellas, Utrecht		

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
2:40.73	Arie van Tol Chris Hop Bertus Kerkvliet Arnold Schipper	Leiden Atletiek	Amstelveen	23-09-2001
2:39.76	Han Bouman Dré de Wit Chris Hop Arie van Tol	Leiden Atletiek	Amstelveen	21-09-2003
2:29.4h	Wim Beindorff Hans Rodermond Han Ruigrok Fred van der Steenhoven	PAC, Rotterdam	Steenbergen	27-06-2004

**Vrouwen 55****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
14.18		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Athèna (GRE)	06-06-1994
13.92	-0.3	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Sacramento (USA)	08-07-2011
13.79	+1.5	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Terneuzen	09-06-2012
13.77	+0.4	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Alkmaar	14-04-2017
13.56	-2.2	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Gouda	25-05-2017
13.50	+0.4	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Naaldwijk	28-05-2017
13.31	+0.8	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Wageningen	28-05-2023
13.19	+2.0	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Harderwijk	28-05-2023
13.00	+0.4	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Eindhoven	12-07-2025

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
29.13		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Turku (FIN)	18-07-1991
28.81	NWI	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Apeldoorn	26-08-2011
28.22		Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	London (GBR)	22-07-2012
27.19	+1.5	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Gouda	25-05-2017
26.81	+1.4	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Eindhoven	19-07-2025

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:14.46	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Athèna (GRE)	05-06-1994
1:13.73	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	21-07-1996
1:10.15	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Turnhout	04-10-1998
1:08.31	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Helmond	02-05-1999
1:08.10	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Kerkrade	09-05-1999
1:07.38	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Vught	12-06-2004
1:07.32	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Riccione (ITA)	14-09-2007
1:06.36	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Zittau (GER)	21-08-2012
1:03.84	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Den Helder	07-05-2017
1:01.71	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Gouda	10-06-2017

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:31.0h	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Breda	12-04-1994
<i>Met ingang van 2010 is een v.e.t-registratie verplicht gesteld</i>				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:07.3h	Gerda van Koeten	Sprint, Breda	Etten-Leur	10-05-1994
5:06.94	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Zevenaar	06-06-1998

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:35.0h	Gerda van Koeten	Sprint, Breda	Roosendaal	26-04-1994

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
5:32.7h	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Weert	16-06-1998

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
11:36.9h	Gerda van Koeten	Sprint, Breda	Valkenswaard	15-05-1994
11:11.25	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Sittard	12-07-1997
11:06.85	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Helmond	07-09-1997
10:55.92	Agnes Schipper	Hellas, Utrecht	Oosterhout	08-06-2025

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
19:37.34	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Athèna (GRE)	08-06-1994
19:22.48	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Recklinghausen (GER)	20-09-1997
18:54.70	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Utrecht	15-06-2014
18:53.10	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Amersfoort	12-06-2016
18:41.93	Agnes Schipper	Hellas, Utrecht	Hilversum	26-05-2024

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
46:21.1h	Mientje Hofmeyer	De Gemzen, Heerde	Zwolle	21-07-1992
42:14.24	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Epe	25-04-2003
41:59.7h	Marianne Knapen	Loopgroep PK, Dodewaard	Uden	08-05-2003
41:20.06	Marianne Knapen	Loopgroep PK, Dodewaard	Århus (DEN)	23-07-2004

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>					
13.30		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Turku (FIN)	20-07-1991

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
52.11	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Turku (FIN)	25-07-1991

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
9:08.07	Jeanine van Overveld	THOR, Roosendaal	Perth (AUS)	06-11-2016
8:51.59	Jeanine van Overveld	THOR, Roosendaal	Gouda	11-06-2017

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
20:38.97	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Barendrecht	18-05-2002
20:23.9h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Rotterdam	20-03-2005
20:02.26	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Vught	11-06-2005
17:43.5h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	21-04-2006
17:30.59	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Veldhoven	09-06-2007

**5 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
35:26.8h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	03-09-2004
35:13.3h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Best	26-09-2004
35:00.4h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	23-01-2005
34:19.9h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	22-04-2005
34:14.5h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Rotterdam	19-03-2006
29:36.9h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	21-04-2006

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.31	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	25-06-1994
1.32	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Vught	24-06-1995
1.40	Annelies Steekelenburg	av Veteranen Nederland	Poway (USA)	28-06-2003
1.41	Annelies Steekelenburg	av Veteranen Nederland	Long Beach (USA)	24-01-2004
1.42	Annelies Steekelenburg	av Veteranen Nederland	Santa Anna (USA)	18-04-2004
1.43	Annelies Steekelenburg	av Veteranen Nederland	Los Angeles (USA)	25-04-2004
1.45	Annelies Steekelenburg	av Veteranen Nederland	Birmingham (USA)	28-07-2004
1.45	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Woerden	21-05-2006
1.48	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Emmen	10-06-2006
1.50	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Krommenie	02-07-2006

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.60 m</i>				
1.90	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Krommenie	02-09-2007
3.16	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Krommenie	04-07-2015

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
4.33		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	26-06-1994
4.37		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Malmö (SWE)	22-07-1996
4.57		Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Gendringen	25-05-2008
4.65	+0.1	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Ljubljana (SLO)	28-07-2008
4.72	+1.2	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Terneuzen	09-06-2012
4.77	-0.2	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Zittau (GER)	20-08-2012

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
8.67		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Vught	24-06-1995
8.95		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Barendrecht	15-06-1996
9.02		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Malmö (SWE)	25-07-1996
9.16		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Enschede	13-10-1996
10.09	+0.2	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Oosterhout	14-06-2009
10.49	+0.8	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Vught	05-04-2010

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 3,00 kg</i>				
10.51	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Apeldoorn	31-08-1991
11.29	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Groningen	09-06-2002
11.35	Tinny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Veldhoven	06-05-2012
11.60	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Zwolle	05-07-2012
11.69	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Epe	08-06-2013

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg</i>				
33.38	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Barendrecht	06-06-1992

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
34.10	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Potsdam (GER)	19-08-2002
37.01	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Ede	14-09-2002
37.16	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Vught	31-05-2003

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 25,00 m * 3,00 kg</i>				
42.22	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	25-05-2002
43.13	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Apeldoorn	01-06-2002
43.49	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	24-05-2003
44.36	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Apeldoorn	23-08-2003
44.99	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Apeldoorn	04-10-2003
47.48	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Grootebroek	12-07-2020
47.69	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Dissen (GER)	29-07-2020
49.96	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Hilversum	09-08-2020
50.33	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Amsterdam	15-08-2020
50.61	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Soest (GER)	19-09-2020

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 400 gr</i>				
30.34	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	25-05-1993
<i>In 2000 ingesteld - nieuw gewicht 500 gr - zonder limiet</i>				
24.13	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	25-05-2002
25.54	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Potsdam (GER)	22-08-2002
26.41	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Vught	13-06-2004
33.09	Henny van Kruchten	Phanos, Amsterdam	Aalsmeer	11-05-2005
33.23	Henny van Kruchten	Phanos, Amsterdam	Gouda	20-05-2005
34.80	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Zwolle	30-08-2008
35.61	Mariët Voskamp	Hanzesport, Zutphen	Gouda	11-06-2017

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 400 gr</i>				
13.56	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	25-05-2002
13.64	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Rotterdam	07-09-2002
15.46	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	08-02-2003
17.50	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Dissen (GER)	29-07-2020

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
3.940	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Etten-Leur		04-09-1994
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.1h	1.25	7.54	4.30	3:13.2h		
	Punten	988	879	564	899	610		
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
3.722	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Etten-Leur		04-09-1994
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.1h	1.25	7.54	4.30	3:13.2h		
	Punten	946	806	625	789	683		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.578	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Etten-Leur		04-09-1994
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.1h	1.25	7.54	4.30	3:13.2h		
	Punten	921	759	551	777	570		
3.610	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Tilburg		18-05-2014
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	15.79	1.27	9.97	4.16	3:09.62		
	Wind	+0.3						
	Punten	732	783	771	720	604		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.330	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Tilburg		18-05-2014
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	15.79	1.27	9.97	4.16	3:09.62		
	Wind	+0.3						
	Punten	703	701	681	671	574		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van geldende beste prestatie * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
6.298	Corrie Roovers	Sprint, Breda				Turku (FIN)		19-07-1991
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	13.54	1.30	10.30	29.13	3.94	30.12	2:50.15
		-2.2			+1.8	-0.2		
	Punten	1102	966	819	961	744	856	850
<i>Per 01-04-2000 werd het gewicht van de speer gewijzigd in 500 gr. * Record is vacant</i>								
5.421	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Nyíregyháza (HUN)		16-07-2010
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	15.24	1.39	8.96	30.49	4.52	27.80	3:14.63
		-0.4			+0.4	+1.0		
	Punten	801	978	680	869	865	672	556
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.994	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Nyíregyháza (HUN)		16-07-2010
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	15.24	1.39	8.96	30.49	4.52	27.80	3:14.63
		-0.4			+0.4	+1.0		
	Punten	773	879	599	758	807	651	527

**Werp-vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
4.483	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Eindhoven		25-05-2002
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.22	10.33	34.41	24.13	13.56	
	Punten	1042	822	903	665	1051	
4.571	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		06-10-2002
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	41.77	11.05	36.19	24.69	13.10	
	Punten	1029	890	958	683	1011	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.578	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		06-10-2002
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	41.77	11.05	36.19	24.69	13.10	
	Punten	1098	981	890	632	977	
4.599	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Huizen		05-10-2003
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.81	10.77	31.99	24.76	14.68	
	Punten	1130	952	770	634	1113	
4.664	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Eindhoven		29-05-2004
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.81	10.72	34.86	24.51	14.64	
	Punten	1130	947	851	626	1110	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.477	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Eindhoven		29-05-2004
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	42.81	10.72	34.86	24.51	14.64	
	Punten	1153	840	856	581	1047	
4.548	Gonny Mik	Groningen Atletiek			Hilversum		09-08-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	49.96	10.37	27.72	23.54	15.96	
	Punten	1379	808	653	554	1154	
4.553	Gonny Mik	Groningen Atletiek			Sint-Niklaas (BEL)		27-09-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	48.50	10.20	28.59	24.79	16.04	
	Punten	1333	793	677	589	1161	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.894	Gonny Mik	Groningen Atletiek			Sint-Niklaas (BEL)		27-09-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	48.50	10.20	28.59	24.79	16.04	
	Punten	992	700	671	570	961	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
61.33	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Gateshead (GBR)	08-08-1999
	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie		
	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
57.02	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Zittau (GER)	25-08-2012
	Anja Akkerman	a.v. Castricum		
	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen		
	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:48.74	Anja Akkerman	a.v. Castricum	Zittau (GER)	22-08-2012
	Anne van Dijk	av Veteranen Nederland		
	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder		
	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
10:33.26	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Valkenswaard	28-08-1999
	Gerda van Kooten	Sprint, Breda		
	Corrie Keijsers	a.v. Weert		
	Mirjam Brugman	s.c. Reeuwijk		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 55****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 60****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
13.12		Jan van den Burg	De Kievitten, Bleiswijk	Budapest (HUN)	01-07-1990
13.04	+1.7	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht	San Sebastian (ESP)	25-08-2005
12.95	+1.3	Willem Schoone	NOVA, Warmerhuizen	Heiloo	18-07-2008
12.81		Jan Ties	AAC '61, Assen	Zierikzee	08-09-2009
12.64	+1.6	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Gouda	05-05-2016
12.58	+0.7	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Gouda	10-06-2017

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
26.89		Jan van den Burg	De Kievitten, Bleiswijk	Utrecht	24-06-1990
26.44		Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht	San Sebastian (ESP)	28-08-2005
26.24	+0.1	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Ljubljana (SLO)	02-08-2008
26.24	-0.1	Wim Threels	GAC, Hilversum	Terneuzen	10-06-2012
26.10	+0.2	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Wageningen	27-05-2016
25.78	-0.4	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Wijchen	21-04-2017
25.50	+0.4	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Gouda	11-06-2017

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
58.7h	Frans Buijs	AAC, Amsterdam	?	??-09-1984
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 58.83 sec</i>				
58.80	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Ljubljana (SLO)	28-07-2008
57.66	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Ljubljana (SLO)	30-07-2008
57.22	Reynaldo Martina	AAV '36, Alphen ad Rijn	Vught	21-06-2025

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:14.14	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Utrecht	24-06-1990
2:13.71	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Soest	21-09-2013
2:09.38	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Wageningen	19-09-2014

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:32.1h	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Amsterdam	19-07-1989
4:32.08	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Etten-Leur	25-05-1999
4:29.28	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Leiden	04-09-2013
4:28.95	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Utrecht	08-08-2014

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:54.07	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Beverwijk	01-08-1993
4:52.32	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Essen (BEL)	29-09-2013

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:36.5h	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Amsterdam	31-08-1990
9:31.55	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Utrecht	28-05-1999
9:29.47	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Etten-Leur	27-06-2000

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
16:31.2h	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	Leiden	28-09-1989
16:12.57	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Uden	03-07-1999

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
34:33.2h	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	Leiden	13-10-1989

**100 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 83,8 cm.</i>					
16.02		Frans Buijs	AAC, Amsterdam	Roma (ITA)	25-06-1985
15.12	+1.5	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Barendrecht	27-10-2024
15.06	-0.6	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Vught	21-06-2025
14.91	+1.1	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Madeira (POR)	10-10-2025

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
49.0h	Frans Buijs	AAC, Amsterdam	Cagliari (ITA)	10-10-1987
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 49.23 sec</i>				
49.15	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	San Sebastian (ESP)	25-08-2005
48.68	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	San Sebastian (ESP)	26-08-2005
48.56	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Poznań (POL)	22-07-2006
48.40	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Poznań (POL)	23-07-2006
47.92	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Riccione (ITA)	07-09-2007
45.30	Wim Threels	GAC, Hilversum	Terneuzen	10-06-2012

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 9.20.00 min * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
8:59.87	Ko Elerie	Hanzesport	Hengelo	05-07-2001
7:57.00	Arie van Tol	Leiden Atletiek	Århus (DEN)	01-08-2004
7:18.90	Steeff Kijne	Rotterdam Atletiek	Lathi (FIN)	08-08-2009
7:07.33	Martien van der Hoorn	De Spartaan	Barendrecht	13-06-2013
6:55.34	Martien van der Hoorn	De Spartaan	Amersfoort	08-09-2013
6:48.46	Martien van der Hoorn	De Spartaan	Barendrecht	05-06-2014

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
15:58.7h	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Rotterdam	15-03-1998
15:35.5h	Jan Cornelis	a.v. Holten	Hoofddorp	09-07-2016
14:28.79	Remco de Bruin	RWV, Rotterdam	Best	06-07-2024

**5 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
26:29.18	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer	Budapest (HUN)	02-07-1990
25:21.36	Remco de Bruin	AV Startbaan, Amstelveen	Göteborg (SWE)	20-08-2024
25:05.35	Remco de Bruin	RWV, Rotterdam	Gouda	29-05-2025
25:00.01	Remco de Bruin	RWV, Rotterdam	Best	28-06-2025

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1.42	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Tilburg	11-07-1992
1.45	Robby Bleijert	Climax, Ede	Den Haag	03-09-2000
1.45	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Vught	01-06-2003
1.45	Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer	Steenbergen	27-06-2004
1.45	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Århus (DEN)	26-07-2004
1.45	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Rotterdam	24-04-2005
1.48	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Vught	12-06-2005
1.50	Rob Dekker	a.v. Castricum	Amsterdam	13-05-2007
1.55	Rob Dekker	a.v. Castricum	Veldhoven	10-06-2007
1.65	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Venlo	05-06-2011

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
2.80	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Hilversum	18-09-1994
2.90	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Utrecht	02-06-1995
2.95	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Imatra (FIN)	27-07-2010
3.00	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Terneuzen	09-06-2012
3.12	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Amsterdam	06-07-2012
3.33	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Krommenie	22-07-2012
3.40	Willem Langeveld	Atletico '73, Gendringen	Sonsbeck (GER)	10-09-2017
3.45	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Eindhoven	19-07-2025
3.53	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Lisse	31-08-2025

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
4.50		Jan Luykx	Sprint, Breda	Etten-Leur	04-09-1994
4.55		Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Zoetermeer	08-10-1995
4.59		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Etten-Leur	25-08-1998
4.62		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Krommenie	02-05-1999
4.77		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Nijmegen	04-07-1999
4.80		Rob Dekker	a.v. Castricum	Amsterdam	13-05-2007
4.99	+0.0	Rob Dekker	a.v. Castricum	Veldhoven	10-06-2007
5.03	-1.5	Willem Schoone	NOVA, Warmerhuizen	Oosterhout	14-06-2009
5.21	-0.3	Wim Threels	GAC, Hilversum	Zittau (GER)	16-08-2012
5.41	-0.3	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Almelo	11-07-2024
5.42	+1.3	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Barendrecht	27-10-2024
5.45	+1.6	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Hengelo	07-05-2025
5.54	+1.7	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Enschede	01-06-2025

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8.50m</i>					
9.52		Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Enschede	13-10-1996
10.62	+0.0	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Gouda	22-08-2008
10.90	+0.7	Jan Huijbers	GAC, Hilversum	Den Haag	18-06-2011

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie. * 5,00 kg</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
11.42	Jan Smit	De Springbokken, Son	Barendrecht	04-09-1994
11.67	Jan Smit	De Springbokken, Son	Amsterdam	21-05-1995
12.12	Jeltjo Doornbosch	av Veteranen Nederland	Barendrecht	16-06-1996
13.10	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Aalsmeer	18-08-1996
13.35	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Barendrecht	26-04-1997
13.70	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Naaldwijk	16-04-1998
14.16	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Roermond	25-10-2008
14.35	Milco Braak	AAV '36, Alphen a/d Rijn	Alphen a/d Rijn	27-03-2022
14.59	Jean-Marie Gielen	Eindhoven Atletiek	Lommel (BEL)	07-06-2025

### Discuswerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie. * 1,00 kg</i>				
46.88	Ben Rebel	av Veteranen Nederland	Eugene (USA)	03-08-1989
48.04	Jan Smit	De Springbokken, Son	Huizen	13-05-1995
50.07	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Naaldwijk	10-07-2008
50.44	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Leiden	17-04-2011
50.93	Henk Jan Blom	AV Hollandia, Hoorn	Grootebroek	30-04-2023

### Kogelslingeren

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie. * 5,00 kg</i>				
37.06	Ben Rebel	av Veteranen Nederland	Eugene (USA)	03-08-1989
37.68	Jan Smit	De Springbokken, Son	Turnhout	08-10-1995
40.31	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Krommenie	19-04-1998
40.42	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Zevenaar	06-06-1998
40.54	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Heiloo	10-07-1998
40.81	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Krommenie	09-08-1998
41.60	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	04-10-1998
42.56	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Apeldoorn	19-04-2003
58.10	Rinus Schreuder	Hellas, Utrecht	Zwolle	05-06-2003
58.80	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Eindhoven	07-02-2015

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie. * 600 gr</i>				
36.90	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Monnickendam	10-07-1994
40.30	Piet Olofsen	Hollandia, Hoorn	Vught	24-06-1995
43.24	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Emmen	07-06-1997
43.58	Wim Threels	GAC, Hilversum	Wageningen	15-04-2012
44.82	Wim Threels	GAC, Hilversum	Den Helder	13-05-2012
46.61	Dirk Kooreman	Zaanland, Zaandam	Zaandam	07-09-2012
48.06	Wim Threels	GAC, Hilversum	Huizen	26-05-2013

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg</i>				
12.54	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	03-10-1999
13.68	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	01-10-2000
13.82	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	07-10-2001
14.11	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	06-10-2002
14.65	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Eindhoven	08-02-2003
15.25	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Eindhoven	24-05-2003
15.91	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Riccione (ITA)	08-09-2007

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
16.34	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Riccione (ITA)	14-09-2007
16.36	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Harderwijk	17-05-2008
16.42	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Hückelhoven (GER)	09-08-2008
17.10	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven	Eindhoven	13-09-2008
17.14	Jan Titulaer	Scopias, Venlo	Alken (BEL)	19-10-2008
17.49	Wil van Uijthoven	Spiridon, Rijen	Sint-Niklaas (BEL)	20-06-2010
17.52	Wil van Uijthoven	Spiridon, Rijen	Roermond	30-10-2010
17.75	Wil van Uijthoven	Spiridon, Rijen	Gent (BEL)	17-03-2011
18.24	Wil van Uijthoven	Spiridon, Rijen	Sint Niklaas (BEL)	04-08-2011
18.46	Wil van Uijthoven	Spiridon, Rijen	Roermond	15-10-2011
20.73	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Eindhoven	07-02-2015
20.93	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Amersfoort	30-05-2015

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--------	--	-------

*In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie \* 1 dag \* verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m*

3.322	Cor Braak	Waterland, Landsmeer					Schoonhoven		05-07-1992
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.00	35.34	31.2h	39.84	5:28.5h			
	Punten	563	680	541	757	781			

3.406	Robert Kila	av Veteranen Nederland					Veldhoven		22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.13	31.20	28.08	40.47	5:49.63			
	Punten	606	582	776	771	671			

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.424	Robert Kila	av Veteranen Nederland					Veldhoven		22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.13	31.20	28.08	40.47	5:49.63			
	Punten	576	532	823	776	717			

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.218	Robert Kila	av Veteranen Nederland					Veldhoven		22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.13	31.20	28.08	40.47	5:49.63			
	Punten	546	502	748	726	696			

3.526	Glenn Gentle	Achilles-Top, Kerkrade					Herentals (BEL)		26-05-2012
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	4.58	41.00	27.83	33.58	5:31.38			
	Wind	-0.9							
	Punten	684	707	767	577	791			

4.140	Wim Threels	GAC, Hilversum					Gorinchem		09-09-2012
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.12	44.99	25.96	34.90	5:01.15			
	Wind	0.0		+2.5					
	Punten	862	792	920	606	960			

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.970	Wim Threels	GAC, Hilversum					Gorinchem		09-09-2012
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m			
	Prestatie	5.12	44.99	25.96	34.90	5:01.15			
	Wind	0.0		+2.5					
	Punten	838	761	925	537	909			

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging							Plaats			Datum
-----------	------	------------	--	--	--	--	--	--	--------	--	--	-------

*In 1995 ingesteld zonder limiet \* in 2 dagen \* 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m*

5.688	Kees van Giezen	GAC, Hilversum							Buffalo (USA)			14-07-1995
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
	Prestatie	14.99	4.34	7.89	1.34	73.61	18.29	27.54	2.80	28.44	6:39.06	
	Punten	552	673	527	679	433	695	480	688	518	443	

*Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

5.511	Kees van Giezen	GAC, Hilversum							Buffalo (USA)			14-07-1995
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
	Prestatie	14.99	4.34	7.89	1.34	73.61	18.29	27.54	2.80	28.44	6:39.06	
	Punten	547	641	487	653	409	677	483	654	473	487	

*Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld*

5.260	Kees van Giezen	GAC, Hilversum							Buffalo (USA)			14-07-1995
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
Prestatie	14.99	4.34	7.89	1.34	73.61	18.29	27.54	2.80	28.44	6:39.06	
Punten	534	608	476	577	412	679	450	612	445	467	
5.902	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem						Taipalsaari (FIN)			15-08-2010
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	14.76	1.15	10.30	1.34	67.96	20.16	30.99	2.90	34.62	5:47.20	
Punten	571	552	658	577	582	508	522	651	573	708	
7.490	Wim Threels	GAC, Hilversum						Zittau (GER)			17-08-2012
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.86	5.21	9.13	1.57	60.22	16.66	33.00	2.20	41.88	5:10.45	
Punten	899	893	569	840	856	847	565	389	726	906	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
7.135	Wim Threels	GAC, Hilversum						Zittau (GER)			17-08-2012
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m	
Prestatie	12.86	5.21	9.13	1.57	60.22	16.66	33.00	2.20	41.88	5:10.45	
Punten	897	866	557	831	807	760	501	364	697	855	

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
3.400	Jan Pronk	Trias, Heiloo						Huizen			03-10-1999
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	37.51		10.90	46.30	18.67	12.54					
Punten	716		776	906	295	707					
3.543	Wim Fokker	Hellas, Utrecht						Eindhoven			26-05-2001
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	26.06		12.67	36.48	41.71	11.73					
Punten	453		924	680	833	653					
3.733	Frits Martens	Hollandia, Hoorn						Huizen			06-10-2002
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	31.47		12.19	44.97	35.52	12.63					
Punten	577		883	875	685	713					
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
3.609	Frits Martens	Hollandia, Hoorn						Huizen			06-10-2002
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	31.47		12.19	44.97	35.52	12.63					
Punten	582		819	881	627	700					
3.613	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Eindhoven			29-05-2004
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	31.29		11.90	37.93	39.34	14.34					
Punten	577		796	718	711	811					
3.784	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Huizen			02-10-2005
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	36.71		11.44	42.23	38.59	14.29					
Punten	703		761	817	695	808					
3.926	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven						Borken (GER)			12-04-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	42.38		12.78	36.64	37.09	15.32					
Punten	836		856	688	661	876					
3.961	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven						Eindhoven			21-06-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	42.73		12.21	37.15	37.35	16.13					
Punten	844		821	700	667	929					
4.021	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven						Eindhoven			13-09-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	43.59		12.37	36.64	36.50	17.10					
Punten	864		833	683	684	993					

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.757	Jan Titulaer	PSV, Eindhoven			Eindhoven		13-09-2008
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	43.59	12.37	36.64	36.50	17.10	
	Punten	793	817	638	612	897	
3.760	Milco Braak	AAV '36, Alphen a/d Rijn			Huizen		15-05-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	35.83	13.50	48.07	36.76	14.15	
	Punten	625	904	893	618	720	
3.786	Milco Braak	AAV '36, Alphen a/d Rijn			Edam		24-09-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	37.54	13.47	50.29	34.86	13.86	
	Punten	662	901	942	578	703	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.555	Milco Braak	AAV '36, Alphen a/d Rijn			Edam		24-09-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	37.54	13.47	50.29	34.86	13.86	
	Punten	604	882	840	554	675	
3.742	Onno Heerlien	Groningen Atletiek			Göteborg (SWE)		25-08-2024
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	51.38	12.30	41.60	29.50	18.78	
	Punten	874	793	668	447	960	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
55.99	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Frans Buijs	GAC, Hilversum		
	Kees van Giezen	GAC, Hilversum		
	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen		
51.79	Dirk Klanker	a.v. Castricum	Amstelveen	29-09-2007
	Hans Schouten	Trias, Heiloo		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:18.46	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Malmö (SWE)	27-07-1996
	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden		
	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer		
	Piet Maijor	Pijnenburg, Soest		
4:15.20	Bert van Lith	Prins Hendrik, Vught	Amstelveen	27-09-2025
	Werner Themen	AV 1923, Amsterdam		
	Dolf Smid	Climax, Ede		
	Carel Claassen	AV Achilles Top, Kerkrade		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:33.95	Piet Maijor	Pijnenburg, Soest	Beverwijk	11-06-1992
	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden		
	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer		
	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:02.96	Peter Groen	AV '23, Amsterdam	Amstelveen	25-09-2011
	Onno Waalewijn			
	Theo den Haan			
	Frits Wegenwijs			
2:49.26	Hens Koreman	Atledo, Dongen	Zevenbergen	25-06-2017
	Frits van der Velden			
	Bernard Oerlemans			
	Jan-Willem van Heteren			
2:25.49	Bert van Lith	Prins Hendrik, Vught	Amstelveen	24-09-2023
	Dolf Smid	CAV Climax, Ede		
	Adry van den Wijngaard	AV Sprint, Breda		
	Denny Kreekel	Eindhoven Atletiek		

**Vrouwen 60****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
14.52		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	15-07-1995
14.12		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Malmö (SWE)	21-07-1996

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 38.24 sec</i>					
29.43		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Malmö (SWE)	26-07-1996
28.77	-1.9	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Harderwijk	29-05-2022
28.73	-1.6	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Amersfoort	19-06-2022

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 98.14 sec</i>				
1:17.52	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Lelystad	05-06-1999
1:11.62	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Nijmegen	04-07-1999
1:11.38	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Barendrecht	30-05-2004
1:10.33	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Århus (DEN)	28-07-2004
1:09.83	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Oosterhout	12-06-2010
1:09.74	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Nyíregyháza (HUN)	20-07-2010

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:30.00 min</i>				
2:40.64	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Leiden	16-05-1999
2:37.68	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Lelystad	06-06-1999
2:36.94	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Gateshead (GBR)	03-08-1999

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6:09.13	Sophie Wisman	av Veteranen Nederland	Turku (FIN)	27-07-1991
5:28.50	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Etten-Leur	25-05-1999
5:26.69	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Breda	17-06-1999
5:24.72	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Gateshead (GBR)	07-08-1999
5:18.14	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Weert	16-06-2002

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:10.00 min</i>				
5:48.94	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Zundert	06-07-1999

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
12:53.2h	Sophie Wisman	FIT, Zeist	Amsterdam	29-04-1990
11:41.91	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Gorinchem	20-06-1999
11:31.59	Carla Ophorst	AV Olympus '70, Naaldwijk	Barendrecht	20-09-2020
11:28.98	Mirjam de Boer	SAV, Grootebroek	Heiloo	01-09-2023

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
21:22.7h	Sophie Wisman	FIT, Zeist	Beverwijk	02-07-1989
20:49.89	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Gateshead (GBR)	31-07-1999
20:26.46	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Groningen	09-06-2002
20:25.41	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Utrecht	29-06-2007
20:19.86	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Heiloo	17-08-2007
20:08.97	Ella Witjes	Altis, Amersfoort	Gouda	09-06-2017
19:26.94	Carla Ophorst	Olympus '70, Naaldwijk	Gouda	19-05-2019

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
46:08.04	Sophie Wisman	av Veteranen Nederland	Turku (FIN)	21-07-1991
44:11.8h	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Weert	01-10-2002
42:57.6h	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Steenwijk	13-07-2007

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>					
13.91		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	18-07-1995
13.89		Corrie Roovers	Sprint, Breda	Barendrecht	15-06-1996
<i>In 2000 werden de horden verlaagd naar 68,6 cm</i>					
vacant					

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 10 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
53.05	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	16-07-1995
<i>In 2000 werden de horden verlaagd naar 68.6 cm</i>				
vacant				

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
9:13.74	Greet Vrijbloed	AV Isala '96, Kampen	Gouda	02-06-2018

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
19:43.9h	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Zundert	03-07-2004
19:39.8h	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Rotterdam	02-09-2006
19:28.0h	Annie van der Meer	RWV, Rotterdam	Rotterdam	03-06-2007
18:47.8h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Dordrecht	13-03-2011
18:19.99	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Den Haag	19-06-2011
17:57.22	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Krommenie	03-07-2011

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
33:07.4h	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Rotterdam	02-09-2006
32:36.3h	Annie van der Meer	RWV, Rotterdam	Rotterdam	03-06-2007
31:49.8h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Dordrecht	13-03-2011

---

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
30:38.88	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Best	02-07-2011

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.95 m</i>				
1.25	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Soest	23-06-1999
1.30	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Utrecht	26-06-1999
1.32	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Jyväskylä (FIN)	12-07-2000
1.38	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Norwalk (USA)	14-06-2008
1.41	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Birmingham (USA)	25-06-2008
1.45	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Hoon	06-06-2010
1.47	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Naaldwijk	19-09-2010

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.50 m * Per 1-1-2020 is de limiet vervallen</i>				
2.85	Brigitte van de Kamp	GAC Hilversum	Hilversum	05-07-2020
2.88	Brigitte van de Kamp	GAC Hilversum	Harderwijk	30-06-2023

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.80 m.</i>					
4.14		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Soest	23-06-1999
4.29		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Valkenswaard	28-08-1999
4.32	+1.2	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Roosendaal	11-05-2014

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2,80 m.</i>					
8.96		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Gateshead (GBR)	04-08-1999
9.96	NWI	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Epe	09-06-2013
10.05	+0.9	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Dongen	21-05-2014

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8,00 m * 3,00 kg</i>				
10.28	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	21-05-1996
10.35	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Steenbergen	24-06-2007
10.46	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Riccione (ITA)	15-09-2007
10.57	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Kerkrade	10-05-2009
10.96	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Steenwijk	04-04-2015
11.67	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Heerde	11-04-2015
11.72	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Emmeloord	23-05-2015
11.77	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Zutphen	30-04-2016
12.14	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Dronten	11-05-2016

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg</i>				
17.70	Jo Bleeker	DEM, Beverwijk	Aalsmeer	23-08-1992
29.18	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	15-07-1995
30.30	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Tilburg	10-09-1995
30.49	Jolande Brasser	Trias, Heiloo	Amsterdam	14-05-2006
30.54	Jolande Brasser	Trias, Heiloo	Poznań (POL)	27-07-2006
33.32	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	21-04-2007

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
33.83	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zundert	06-05-2007
35.80	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Steenbergen	24-06-2007

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 23,00 m * 3,00 kg</i>				
26.56	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	04-09-2004
27.17	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Huizen	03-10-2004
27.30	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Breda	17-10-2004
28.02	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Roermond	23-10-2004
29.19	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Steenbergen	09-04-2005
30.01	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	16-04-2005
30.32	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Vught	12-06-2005
30.77	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Huizen	02-10-2005
33.06	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	01-07-2006
41.69	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	21-04-2007
42.98	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Veldhoven	10-06-2007
43.83	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	16-02-2008
43.97	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Amersfoort	11-05-2025
45.10	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Harderwijk	17-05-2025
45.41	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Ede	08-06-2025
46.36	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Rhede (GER)	09-08-2025
47.28	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Bremen (GER)	30-08-2025

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 20,00 m * 400 gr</i>				
25.42	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	21-07-1995
26.88	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Oosterhout	13-08-1996
27.72	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	10-04-1997
33.98	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Oosterhout	13-06-2010
35.45	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	18-06-2010
<i>In 2014 ingesteld - nieuw gewicht 500 gr - zonder limiet</i>				
30.02	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Stendal (GER)	01-06-2014
30.58	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	20-06-2014
31.10	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Heiloo	22-06-2014
31.22	Hanny Barnhoorn-Jongejan	AV Trias, Heiloo	Harderwijk	28-05-2022
31.87	Hanny Barnhoorn-Jongejan	AV Trias, Heiloo	Hoorn	08-07-2022

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
10.35	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	04-09-2004
11.12	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Eindhoven	12-02-2005
12.08	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Eindhoven	14-05-2005
17.57	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	21-04-2007
17.75	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Eeklo (BEL)	09-06-2025
18.04	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Bremen (GER)	30-08-2025

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.104	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Potsdam (GER)		18-08-2002
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.73	1.20	6.74	3.73	3:08.44		
	Wind	+0.3			+0.4			
	Punten	1065	928	581	774	756		
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
3.883	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Potsdam (GER)		18-08-2002
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.73	1.20	6.74	3.73	3:08.44		
	Wind	+0.3			+0.4			
	Punten	978	867	616	683	739		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.607	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Potsdam (GER)		18-08-2002
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.73	1.20	6.74	3.73	3:08.44		
	Wind	+0.3			+0.4			
	Punten	892	795	537	663	720		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.358	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Potsdam (GER)		18-08-2002
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.73	1.20	6.74	3.73	3:08.44		
	Wind	+0.3			+0.4			
	Punten	923	689	472	601	673		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
6.095	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Utrecht		27-06-1999
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.24	1.30	8.80	31.57 3.97	18.90	3:12.68	
	Punten	1132	1106	800	875 887	581	714	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
5.945	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Utrecht		27-06-1999
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.24	1.30	8.80	31.57 3.97	18.90	3:12.68	
	Punten	1044	1041	845	999 786	533	697	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
5.457	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Utrecht		27-06-1999
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.24	1.30	8.80	31.57 3.97	18.90	3:12.68	
	Wind							
	Punten	959	966	741	891 762	460	678	
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 naar 500 gr</i>								
5.709	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Stendal (GER)		31-05-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.93	1.25	9.14	32.43 4.04	30.00	3:06.49	
	Wind	+0.8			+2.2 +1.3			
	Punten	866	879	775	830 792	828	739	
5.855	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk				Lyon (FRA)		05-08-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m ver	speer	800 m	
	Prestatie	14.75	1.25	9.55	31.25 4.11	28.62	3:05.62	
	Wind	+1.5			+2.3 0.0			

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
	Punten	890	879	816	915	822	785	748	
5.882	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk					Stendal (GER)		29-05-2016
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	15.02	1.28	9.78	31.32	4.00	29.21	3:03.48	
	Wind	+0.6			0.0	+0.3			
	Punten	854	928	839	910	777	804	770	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>									
5.450	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk					Stendal (GER)		29-05-2016
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	15.02	1.28	9.78	31.32	4.00	29.21	3:03.48	
	Wind	+0.6			0.0	+0.3			
	Punten	883	818	743	795	706	782	723	

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>									
3.168	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek					Rotterdam		04-09-2004
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	26.56	8.04	19.57	18.32	10.35			
	Punten	722	760	484	514	688			
3.441	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek					Eindhoven		14-05-2005
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	29.27	7.55	22.14	18.88	12.08			
	Punten	814	706	562	533	826			
3.517	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek					Huizen		02-10-2005
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	30.77	7.86	24.14	19.10	11.13			
	Punten	864	740	623	540	750			
5.137	Anne van Anholt	Attila, Tilburg					Eindhoven		21-04-2007
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	41.69	10.28	33.32	24.15	17.57			
	Punten	1237	1012	912	709	1267			
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>									
4.861	Anne van Anholt	Attila, Tilburg					Eindhoven		21-04-2007
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	41.69	10.28	33.32	24.15	17.57			
	Punten	1246	890	915	614	1196			
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 gr naar 500 gr (vacant zonder limiet)</i>									
4.243	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen					Amersfoort		31-05-2015
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	34.53	11.13	26.87	23.69	14.04			
	Punten	999	976	710	632	926			
4.472	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen					Sint Niklaas (BEL)		21-07-2015
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	36.24	11.71	30.34	22.94	14.35			
	Punten	1058	1035	820	609	950			
4.488	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen					Zutphen		30-04-2016
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	39.18	11.77	27.05	23.61	14.25			
	Punten	1159	1041	716	630	942			
4.597	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen					Edam		04-06-2017
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht			
	Prestatie	38.17	11.65	31.52	23.02	14.69			
	Punten	1125	1028	857	612	975			

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
4.637	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen			Sint-Niklaas (BEL)		24-06-2017
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	36.65	11.37	30.63	22.84	16.71	
	Punten	1072	1000	829	606	1130	
4.738	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen			Beveren (BEL)		14-07-2018
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	35.97	11.98	33.50	24.25	15.76	
	Punten	1049	1062	920	650	1057	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.150	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen			Beveren (BEL)		14-07-2018
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	35.97	11.98	33.50	24.25	15.76	
	Punten	797	942	915	632	864	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:03.44	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Amstelveen	29-09-2007
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam		
	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
5:04.51	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Reeuwijk	25-09-2010
	Riet Jonkers	Atledo, Dongen		
	Anne van Dijk	av Veteranen Nederland		
	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
12:00.36	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Amstelveen	28-09-2008
	Marianne Knapen	Loopgroep PK, Dodewaard		
	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp		
	Martha van Hal	Pijnenburg, Soest		
11:47.30	Afra Kruijer	Hera, Heerhugowaard	Amstelveen	25-09-2011
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
	Anne van Dijk	av Veteranen Nederland		
	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:44.72	Hanneke Lieverse	av Veteranen Nederland	Huizen	26-05-2013
	Tjitske Kooistra			
	Ade Habes			
	Lijda van Doorn			

**Mixed 60****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 65****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
14.10		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Utrecht	24-06-1990
13.82		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Amsterdam	06-05-2001
13.60		Ron Landré	De Spartaan, Lisse	Velsen	29-06-2003
13.10	+1.5	Willem Schoone	NOVA, Warmenhuizen	Heiloo	02-06-2011
13.06	+1.3	Jan Ties	Groningen Atletiek	Utrecht	14-06-2014
13.04	+1.0	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Heiloo	12-07-2019
12.89	+0.1	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Heiloo	02-08-2019

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
29.91		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Utrecht	24-06-1990
29.39		Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Emmen	08-06-1997
29.05		Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Tilburg	11-06-2000
28.99		Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Apeldoorn	11-08-2000
28.12		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Amsterdam	06-05-2001
27.90		Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Merksem (BEL)	11-08-2001
27.74	-0.7	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Oosterhout	13-06-2010
27.41	-0.4	Jan Ties	Groningen Atletiek	Epe	09-06-2013
27.26	+2.0	Anne Lenis	Hera, Heerhugowaard	Utrecht	15-06-2014
27.17	-0.2	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gouda	03-06-2018
26.69	+1.4	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Castricum	03-07-2019
26.62	+0.7	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Heiloo	02-08-2019
26.59	+1.1	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Haarlem	23-08-2019

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:07.4h	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer	Huizen	21-08-1993
1:04.39	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Barendrecht	15-06-1996
1:02.65	Ron Landré	De Spartaan, Lisse	Leiden	23-07-2003
1:02.26	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Sacramento (USA)	16-07-2011
1:01.67	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gouda	10-06-2017
1:00.63	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gouda	02-06-2018
1:00.61	Wim Threels	GAC, Hilversum	Breda	23-09-2018

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:19.44	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Bedfort (GBR)	17-07-1994
2:18.17	Hans Smeets	Achilles-TOP, Kerkrade	Aachen (GER)	26-05-2012

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4:39.87	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Bedfort (GBR)	16-07-1994

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:19.5h	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	Leiden	28-08-1994
5:17.2h	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Amsterdam	05-05-1995
5:13.3h	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Weert	07-10-2014

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9:49.5h	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Alphen aan den Rijn	21-07-1994

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
17:52.3h	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	Leiden	16-08-1994
17:30.22	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Vught	25-06-1995
17:27.62	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Hengelo	29-04-2015
17:23.02	Alex Stienstra	LAAC Twente, Oldenzaal	Utrecht	02-08-2024
17:05.93	Alex Stienstra	LAAC Twente, Oldenzaal	Wageningen	20-09-2024

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
36:37.73	Willem Ravensbergen	De Bataven, Leiden	Leiden	05-10-1994
35:09.39	Alex Stienstra	LAAC Twente, Oldenzaal	Hengelo	26-09-2024

**100 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 23.24 sec. * 10 horden met een hoogte van 83,8 cm</i>					
21.22		Harm Hendriks	The Haque Road Runners	Barendrecht	15-06-1996
19.25		Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Lelystad	06-06-1999
19.04	+1.3	Glenn Gentle	Achilles-Top, Kerkrade	Gouda	10-06-2017
18.31	+1.6	Wim Threels	GAC, Hilversum	Århus (DEN)	28-07-2017
17.85	+1.5	Alfred Philip Burgos	AV Startbaan, Amstelveen	Madeira (POR)	10-10-2025

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
53.09	Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Tilburg	12-07-1992
51.01	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Oosterhout	13-06-2010
50.37	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Sacramento (USA)	09-07-2011
49.91	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Sacramento (USA)	11-07-2011
47.36	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gouda	11-06-2017

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 10.30.00 min * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
9:58.70	Henk van de Langerijt	a.v. Weert	Riccione (ITA)	15-09-2007
8:39.29	Frans Dijkman	Generaal Michaëlis, Best	Zwevegem (BEL)	28-08-2010
8:11.52	Jan Kreuk	SAV, Grootbeek	Edam	17-06-2018
7:45.28	Theo Woldberg	Phanos, Amsterdam	Harderwijk	28-05-2022

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
16:56.6h	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer	Zaandam	07-07-1995
16:53.40	Jan Cornelis	AV Pallas '67	Eindhoven	24-10-2021
16:44.54	Henk Plasman	AV Generaal Michaelis, Best	Harderwijk	29-05-2022
16:06.9h	Henk Plasman	AV Generaal Michaelis, Best	Drunen	09-09-2023

**5 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
28:14.2h	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer	Zaandam	07-07-1995
27:59.61	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Gateshead (GBR)	07-08-1999

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.15	Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Aalsmeer	26-08-1990
1.40	Arend Koet	a.v. Castricum	Barendrecht	15-06-1996
1.44	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Riccione (ITA)	13-09-2007
1.45	Rob Dekker	a.v. Castricum	Wageningen	15-04-2012
1.47	Rob Dekker	a.v. Castricum	Hilversum	17-05-2015
1.50	Wim Threels	GAC, Hilversum	Den Helder	07-05-2017
1.51	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gouda	11-06-2017
1.60	Wim Threels	GAC, Hilversum	Alphen aan den Rijn	25-06-2017

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.40 m</i>				
2.80	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Heerenveen	12-05-1999
2.90	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Lelystad	05-06-1999
3.10	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Yverdon-les-Bains (SUI)	18-08-2018
3.15	Willem Langeveld	Atletico '73, Gendringen	Hilversum	08-05-2022

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
4.27		Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Athèna (GRE)	03-06-1994
4.27		Bram Lindhout	Antilope, Waddinxveen	Amsterdam	26-06-1994
4.41	+1.3	Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Amsterdam	06-05-2001
4.58	+1.6	Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Zevenbergen	29-05-2001
5.24	-0.6	Willem Schoone	NOVA, Warmenhuizen	Warmenhuizen	01-07-2011

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
8.40		Arend Koet	a.v. Castricum	Cesenatico (ITA)	17-09-1998
9.31		Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Lelystad	06-06-1999
9.38	-0.4	Glenn Gentle	Achilles-Top, Kerkrade	Gouda	09-06-2017
9.44	-2.0	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Hilversum	25-05-2024
9.48	+0.3	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Zaandam	17-08-2024
9.74	-1.4	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Assendelft	21-04-2025
9.93	+1.8	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Bergen op Zoom	23-08-2025

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 5,00 kg.</i>				
10.03	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Zierikzee	13-06-1993
10.12	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Barendrecht	16-06-1996
10.64	Jan Smit	De Springbokken, Son	Oosterhout	22-09-1996
10.99	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Barendrecht	02-05-1997
11.28	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	17-05-1997
12.49	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Groningen	09-06-2002
13.06	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Eindhoven	29-05-2004
13.29	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Wageningen	15-04-2012
13.55	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Culemborg	12-05-2012
13.69	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Terneuzen	10-06-2012
13.71	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Eindhoven	05-05-2013

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
13.87	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Huizen	31-05-2013
13.92	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Epe	09-06-2013

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1,00 kg.</i>				
40.86	Nico Storre	De Kievitten, Bleiswijk	Amsterdam	26-06-1994
42.76	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Sittard	22-08-1998
42.88	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Sittard	24-07-1999
44.06	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Leiden	27-04-2003
45.05	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Amsterdam	11-05-2003
45.50	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Heiloo	09-07-2004
45.61	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Barendrecht	23-06-2013
47.13	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Naaldwijk	11-07-2013
48.05	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Wageningen	19-07-2013
48.07	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Budapest (HUN)	30-03-2014
48.54	Piet Meijdam	ARV Illion, Zoetermeer	Zoetermeer	05-07-2025

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 30.00 m * 5,00 kg.</i>				
34.10	Jan Smit	av Veteranen Nederland	Turnhout (BEL)	06-10-1996
35.14	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Barendrecht	26-04-1997
36.04	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	17-05-1997
36.24	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	30-10-1999
53.80	Rinus Schreuder	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	07-04-2007

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 600 gr</i>				
34.56	Joop Bakker	Haag Atletiek	Lisse	06-07-1991
36.44	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Barendrecht	15-06-1996
37.80	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Schoonhoven	07-07-1996
37.83	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Groningen	09-06-2002
38.87	Jan de Vries	Fit, Zeist	Oosterhout	13-06-2009
41.79	Wim Threels	GAC, Hilversum	Den Helder	07-05-2017
43.78	Wim Threels	GAC, Hilversum	Århus (DEN)	28-07-2017

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 9,08 kg</i>				
12.87	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Huizen	05-10-1997
13.02	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	05-10-2003
13.76	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Eindhoven	29-05-2004
13.83	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Huizen	03-10-2004
14.46	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Rotterdam	08-09-2007
14.48	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Zutphen	27-10-2007
15.00	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Huizen	07-10-2007
15.23	Wim Schoemaker	AV'47, Boskoop	Eindhoven	16-02-2008
17.61	Rinus Schreuder	Ciko '66, Arnhem	Eindhoven	29-05-2010
17.85	Rinus Schreuder	Ciko '66, Arnhem	Veldhoven	21-05-2011
19.45	Peter van Noort	De Spartaan, Lisse	Eindhoven	08-02-2020

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging					Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>										
2.606	Nico Storre	De Kievitten, Bleiswijk					Schoonhoven			05-07-1992
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	3.34	26.88	33.4h	37.54	7:27.5h				
	Punten	433	543	487	803	340				
3.092	Geert van Dijk	av Veteranen, Nederland					Veldhoven			22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	4.46	20.80	27.97	20.67	6:17.15				
	Punten	821	389	874	381	627				
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>										
3.100	Geert van Dijk	av Veteranen, Nederland					Veldhoven			22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	4.46	20.80	27.97	20.67	6:7.15				
	Punten	799	360	903	384	654				
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>										
2.942	Geert van Dijk	av Veteranen, Nederland					Veldhoven			22-09-2001
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	4.46	20.80	27.97	20.67	6:17.15				
	Punten	760	334	843	349	656				
3.004	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht					Woerden			26-09-2015
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	4.45	31.25	28.60	30.06	7:40.54				
	Punten	755	571	794	563	321				
4.072	Wim Threels	GAC Hilversum					Stendal (GER)			26-09-2020
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	5.04	38.47	27.49	33.37	5:40.12				
	Wind	-0.2		+0.9						
	Punten	972	739	881	641	839				
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>										
3.853	Wim Threels	GAC Hilversum					Stendal (GER)			26-09-2020
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m				
	Prestatie	5.04	38.47	27.49	33.37	5:40.12				
	Wind	-0.2		+0.9						
	Punten	922	714	874	570	773				

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
5.963	Kees van Giezen	GAC, Hilversum						Utrecht			27-06-1999
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	14.63	4.16	7.47	1.33	75.67	19.98	27.30	2.60	25.27	7:16.05
	Punten	697	711	563	758	473	652	544	682	502	381
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.829	Kees van Giezen	GAC, Hilversum						Utrecht			27-06-1999
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	14.63	4.16	7.47	1.33	75.67	19.98	27.30	2.60	25.27	7:16.05
	Punten	675	691	545	749	416	662	547	671	467	406
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.486	Kees van Giezen	GAC, Hilversum						Utrecht			27-06-1999
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m
	Prestatie	14.63	4.16	7.47	1.33	75.67	19.98	27.30	2.60	25.27	7:16.05

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
Punten	677	655	495	661	437	597	499	623	434	408	
5.807	Paul Boer	AC TION, Enschede						Lyon (FRA)			06-08-2015
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
Prestatie	14.67	4.20	8.72	1.32	67.57	20.94	27.71	2.20	21.65	6:07.80	
Wind	-2.0	-1.7				+0.1					
Punten	671	668	598	653	684	516	509	457	351	700	
7.615	Wim Threels	GAC, Hilversum						Århus (DEN)			28-07-2017
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
Prestatie	13.39	4.61	8.89	1.54	62.36	18.31	29.01	2.10	43.78	5:22.23	
Wind	+1.1	+0.1				+1.6					
Punten	890	814	612	925	867	753	539	416	865	934	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
7.204	Wim Threels	GAC, Hilversum						Århus (DEN)			28-07-2017
Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pol	speer	1500m	
Prestatie	13.39	4.61	8.89	1.54	62.36	18.31	29.01	2.10	43.78	5:22.23	
Wind	+1.1	+0.1				+1.6					
Punten	883	769	596	896	806	687	479	384	836	868	

### Werp-vijfkamp

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1999 ingesteld * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>											
3.845	Jan Smit	PSV, Eindhoven						Eindhoven			17-05-1997
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	36.04		11.28	39.22	26.96	12.40					
Punten	774		915	846	546	764					
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
3.813	Jan Smit	PSV, Eindhoven						Eindhoven			17-05-1997
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	36.04		11.28	39.22	26.96	12.40					
Punten	795		888	851	507	772					
3.918	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Rotterdam			08-09-2007
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	31.41		10.65	38.81	34.80	13.83					
Punten	673		831	840	699	875					
4.001	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Harderwijk			17-05-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	34.20		10.93	39.25	33.12	14.03					
Punten	746		856	852	657	890					
4.017	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Eindhoven			13-09-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	33.39		10.89	40.04	37.52	12.82					
Punten	725		852	872	766	802					
4.084	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Zutphen			25-10-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	35.21		10.89	38.98	35.79	14.04					
Punten	773		852	845	723	891					
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>											
3.703	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek						Zutphen			25-10-2008
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	35.21		10.89	38.98	35.79	14.04					
Punten	703		778	774	676	772					
3.836	Jan Titulaer	Swift, Roermond						Sint-Niklaas (BEL)			23-06-2012
Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht					
Prestatie	40.60		11.44	35.00	32.53	16.00					
Punten	834		824	679	601	898					
3.914	Frans de Laat	Statina, Culemborg						Ubach-Palenberg (GER)			29-09-2012

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
Prestatie		37.00	13.19	40.56	28.74	15.60	
Punten		746	971	812	513	872	

*Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld*

3.678	Frans de Laat	Statina, Culemborg			Ubach-Palenberg (GER)		29-09-2012
Onderdeel		kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
Prestatie		37.00	13.19	40.56	28.74	15.60	
Punten		664	948	725	495	846	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
58.23	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Gateshead (GBR)	08-08-1999
	Frans Buijs	GAC, Hilversum		
	Kees van Giezen	GAC, Hilversum		
	Arend Koet	a.v. Castricum		
58.02	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Amsterdam	14-07-2002
	Kees van Giezen			
	Jan Slotbeek			
	Jeltjo Doorenbosch			
55.61	Roelf Akkerman	a.v. Castricum	Zittau (GER)	25-08-2012
	Onno Waalewijn	AV '23, Amsterdam		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		
53.39	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Amstelveen	29-09-2012
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		
	Hans Schouten	Trias, Heiloo		
	Jan Ties	AAC '61, Assen		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
5:22.05	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Riccione (ITA)	15-09-2007
	Henk van de Langerijt	a.v. Weert		
	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal		
	Johan Engelhart	av Veteranen Nederland		
4:42.81	Roelf Akkerman	a.v. Castricum	Zittau (GER)	25-08-2012
	Johan Engelhart	av Veteranen Nederland		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		
4:34.65	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Amstelveen	29-09-2012
	Roelf Akkerman	a.v. Castricum		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
11:26.43	Marcel Scholten	Altis. Amersfoort	Amstelveen	29-09-2024
	Stan Spangenberg	Phanos, Amsterdam		
	Theo Woldberg	Phanos, Amsterdam		
	Twan Bongers	AV De Keien, Uden		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:06.93	Hens Koreman	Atledo, Dongen	Barendrecht	19-06-2022
	Gerard van Broekhoven			
	Jan Willem van Heteren			
	Bernard Oerlemans			
2:40.54	Justus van Nierop	DAK, Drunen	Oud-Beijerland	07-09-2024

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
	Marcel Scholten	Altis. Amersfoort		
	Stan Spangenberg	Phanos, Amsterdam		
	Twan Bongers	AV De Keien, Uden		

**Vrouwen 65****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 19.84 sec</i>					
15.82		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Utrecht	13-08-2004
15.63		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Valkenswaard	28-08-2004
15.55	-0.1	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Utrecht	26-06-2005
15.37	0.0	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Velsen	07-05-2006

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 40.24 sec</i>					
31.81	-1.9	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Jyväskylä (FIN)	14-07-2000

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld een limiet van 1:49.14 min</i>				
1:15.36	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	08-08-2004
1:13.71	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Sint-Truiden (BEL)	25-10-2008
1:12.82	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Oosterhout	13-06-2009
1:12.76	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Lathi (FIN)	07-08-2009
1:12.45	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dordrecht	25-04-2010

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:55.00 min</i>				
3:38.99	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	28-07-2004
3:25.90	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Assen	24-04-2005
3:24.91	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Utrecht	26-06-2005
2:56.22	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Tilburg	05-10-2008
2:51.34	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Oosterhout	12-05-2009
2:48.60	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Oosterhout	14-06-2009

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6:16.0h	Bep Tromp	av Veteranen Nederland	Strasbourg (FRA)	15-07-1982
6:00.6h	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Venlo	21-05-2009
5:58.75	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Kerkrade	14-08-2009
5:58.07	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Terneuzen	09-06-2012
5:54.39	Anne van Dijk	a.v. Gouda	İzmir (TUR)	25-08-2014

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:50.00 min</i>				
6:26.26	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Helmond	13-04-2009

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 15:30.00 min</i>				
13:43.48	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Oordegem (BEL)	17-04-2009
13:29.31	Martha van Hal	Energie, Barendrecht	Gouda	19-08-2011
13:18.93	Martha van Hal	Energie, Barendrecht	Papendrecht	27-08-2011

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
12:37.73	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Utrecht	25-05-2012
12:25.16	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Soest	20-09-2014
12:07.45	Karin Verheijden	Eindhoven Atletiek	Nijmegen	23-06-2024

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
22:57.00	Sophie Wisman	Altis, Amersfoort	Zierikzee	13-06-1993
21:27.98	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Terneuzen	10-06-2012
20:52.49	Karin Verheijden	Eindhoven Atletiek	Hilversum	26-05-2024

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 63:00.00 min</i>				
48:13.21	Sophie Wisman	av Veteranen Nederland	Malmö (SWE)	21-07-1996
44:42.33	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Emmeloord	17-05-2012

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 26.24 sec * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
14.61	+0.8	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	28-07-2004
14.27	+0.7	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	30-07-2004

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 77.24 sec * 7 horden met een hoogte van 68,6 cm</i>				
59.58	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	25-07-2004
55.69	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Edmonton (CAN)	26-07-2005

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
9:36.35	Greet Vrijbloed	Isala '96, Kampen	Harderwijk	01-07-2023

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
21:49.49	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	27-04-2008
19:09.50	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Merksem (BEL)	26-04-2009

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
33:26.63	Rietje Dijkman	Attila, Tilburg	Barendrecht	31-05-2009

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.95 m</i>				
1.24	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	25-07-2004
1.34	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	28-07-2004
1.34	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Moorpark (USA)	22-09-2013
1.38	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	08-05-2015
1.40	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Stendal (GER)	30-05-2015
1.42	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Den Helder	21-06-2015

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.40 m * Per 1-1-2020 is de limiet vervallen</i>				
2.84	Brigitte van de Kamp	GAC Hilversum	Vught	20-06-2025
2.85	Brigitta van de Kamp	GAC Hilversum	Madeira (POR)	18-10-2025

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.50 m</i>					
3.56	NWI	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	28-07-2004
3.89		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Valkenswaard	28-08-2004
3.93	+0.0	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Oordegem (BEL)	27-08-2009
4.00	+0.5	Brigitte van de Kamp	GAC Hilversum	Madeira (POR)	12-10-2025

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.50 m</i>					
8.47	-0.4	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Århus (DEN)	31-07-2004
8.57	+0.5	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Vught	12-06-2005
8.61	-0.1	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	14-05-2006

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.25 m * 3.00 kg</i>				
9.48	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	19-08-2000
9.90	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Terneuzen	09-06-2012
9.98	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Eindhoven	05-05-2013
11.33	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen	Hilversum	09-08-2020

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 1.00 kg</i>				
17.70	Jo Bleeker	DEM, Beverwijk	Aalsmeer	23-08-1992
29.18	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Buffalo (USA)	15-07-1995
30.30	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Tilburg	10-09-1995
30.49	Jolande Brassier	Trias, Heiloo	Amsterdam	14-05-2006
30.54	Jolande Brassier	Trias, Heiloo	Poznań (POL)	27-07-2006
33.32	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Eindhoven	21-04-2007
33.83	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Zundert	06-05-2007
35.80	Annie van Anhalt	Attila, Tilburg	Steenbergen	24-06-2007
32.51	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen	Utrecht	10-07-2020
32.59	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen	Ede	01-08-2020
33.07	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen	Groningen	22-08-2020

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
33.54	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen	Barendrecht	20-09-2020

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 22,00 m * 3.00 kg</i>				
32.99	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zutphen	31-10-2009
40.47	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zwolle	10-03-2012
40.96	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Rotterdam	14-04-2012
41.17	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	28-04-2012

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 20.00 m * 400 gr</i>				
26.13	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Schlüchtern (GER)	23-09-2000
<i>In 2014 ingesteld - nieuw gewicht 500 gr - zonder limiet</i>				
27.39	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Hilversum	17-05-2015
27.45	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Stendal (GER)	31-05-2015
28.63	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	10-07-2015
29.38	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Wageningen	17-07-2015
29.94	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Woerden	27-09-2015
31.79	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Amersfoort	11-06-2016
32.02	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Woerden	25-09-2016

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 5.45 m</i>				
11.91	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zutphen	31-10-2009
16.09	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Eindhoven	28-04-2012
16.50	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Veldhoven	05-05-2012
16.61	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zutphen	18-05-2012
16.77	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zittau (GER)	22-08-2012
17.34	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Roermond	22-03-2014

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.748	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Århus (DEN)		28-07-2004
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.61	1.34	7.77	3.56	3:38.99		
	Wind	+0.8			NWI			
	Punten	1196	1332	831	744	645		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
4.290	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Århus (DEN)		28-07-2004
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	14.62	1.34	7.77	3.56	3:38.99		
	Wind	+0.8			NWI			
	Punten	1099	1198	720	709	564		
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 naar 500 gr</i>								
4.633	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Woerden		26-09-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	16.26	1.37	8.62	3.87	3:10.66		
	Wind	-0.7			+1.0			
	Punten	888	1251	814	856	824		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
4.116	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Woerden		26-09-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	16.26	1.37	8.62	3.87	3:10.66		
	Wind	-0.7			+1.0			
	Punten	813	1080	719	759	745		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
6.237	Riet Jonkers	Attila, Tilburg				Tilburg		05-10-2008
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	16.43	1.15	8.70	33.28	3.62	17.66	2:56.22
	Wind	+0.9			+0.4	-0.7		
	Punten	967	941	948	990	771	563	1057
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
5.609	Riet Jonkers	Attila, Tilburg				Tilburg		05-10-2008
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	16.43	1.15	8.70	33.28	3.62	17.66	2:56.22
	Wind	+0.9				-0.7		
	Punten	868	842	823	878	738	486	974
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 naar 500 gr</i>								
6.253	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Stendal (GER)		31-05-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	15.93	1.40	8.12	34.73	3.68	27.45	3:07.40
	Wind	+0.8			+2.2	0.0		
	Punten	929	1305	759	780	765	858	857
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijd-correctiefactoren ingesteld</i>								
5.603	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht				Stendal (GER)		31-05-2015
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	15.93	1.40	8.12	34.73	3.68	27.45	3:07.40
	Wind	+0.8			+2.2	0.0		
	Punten	854	1132	669	661	677	832	778

**Werp-vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
4.188	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek			Zutphen		31-10-2009
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.99	8.40	21.90	19.57	11.91	
	Punten	1078	911	637	634	928	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.901	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek			Zutphen		31-10-2009
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.99	8.40	21.90	19.57	11.91	
	Punten	1071	790	640	549	851	
5.010	Anne van Anholt	Attila, Tilburg			Eindhoven		28-04-2012
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	41.17	9.33	28.73	22.66	16.09	
	Punten	1385	893	881	651	1200	
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 gr naar 500 gr (vacant zonder limiet)</i>							
4.778	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Zutphen		25-10-2014
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	36.22	9.48	29.53	21.84	14.92	
	Punten	1195	910	910	661	1102	
4.790	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen			Hilversum		09-08-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	39.41	11.33	31.76	24.80	14.44	
	Punten	1017	1117	990	765	901	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
4.600	Tiny Hellendoorn	AV Isala '96, Kampen			Hilversum		09-08-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	39.41	11.33	31.76	24.80	14.44	
	Punten	1010	990	978	741	881	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:03.44	Lia Pol	AV Cifla, Nijmegen	Madeira (POR)	18-10-2025
	Anja Akkerman-Smits	DEM, Beverwijk		
	Joke Torbijn	Fortius, Dordrecht		
	Tilly Jacobs	AV '34, Apeldoorn		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
5:57.77	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Amstelveen	29-09-2012
	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp		
	Martha van Hal	Energie, Barendrecht		
	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
13:26.49	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Amstelveen	27-09-2009
	Pita Dekker	s.c. Reeuwijk		
	Ada Habes	av Veteranen Nederland		
	Mrijan Brugman	av Veteranen Nederland		

**Zweedse estafette - verenigingsploeg**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 65****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet</i>				
<i>vacant</i>				

**Mannen 70****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
14.63		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Hilversum	18-09-1994
14.55	-0.6	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Århus (DEN)	24-07-2004
14.53		Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Utrecht	05-05-2006
14.18	+2.0	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zierikzee	13-06-2015
14.10	-0.1	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zierikzee	13-06-2015
14.01	+0.5	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Gouda	10-06-2017
13.62	+1.5	Jan Ties	AC TION, Enschede	Emmen	13-05-2018

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 35.24 sec.</i>					
32.62		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Utrecht	15-05-1998
31.34		Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Amsterdam	08-05-2001
29.74	+1.2	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Århus (DEN)	31-07-2004
29.29	+1.2	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zierikzee	14-06-2015
29.03		Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Utrecht	10-07-2015
28.85	+0.3	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Gouda	11-06-2017
28.70	-0.4	Wim Threels	GAC Hilversum	Stendal (GER)	29-05-2022
27.99	+0.7	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Eindhoven	19-07-2025

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:18.13	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Nijmegen	04-07-1999
1:14.98	Piet Baas	Haag Atletiek	Gateshead (GBR)	04-08-1999
1:14.81	Piet Baas	Haag Atletiek	Den Haag	25-05-2000
1:12.97	Piet Baas	Haag Atletiek	Tilburg	10-06-2000
1:10.71	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Utrecht	01-09-2000
1:10.45	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Naaldwijk	20-09-2012
1:07.40	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zierikzee	13-06-2015
1:04.93	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Perth (AUS)	02-11-2016
1:04.49	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Perth (AUS)	05-11-2016
1:03.55	Wim Threels	GAC, Hilversum	Harderwijk	01-07-2023

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:15.00 min</i>				
2:57.24	Piet Baas	Haag Atletiek	Gateshead (GBR)	31-07-1999
2:29.96	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Aalsmeer	15-08-1999
2:24.02	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Aachen (GER)	06-05-2017

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:20.00 min</i>				
5:02.78	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Gateshead (GBR)	07-08-1999
4:57.65	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Valkenswaard	28-08-1999
4:55.72	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Köln (GER)	25-05-2017

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:40.00 min</i>				
5:23.58	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Santpoort	16-07-1999
5:19.75	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	11-07-2003

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
14:20.4h	Douwe Kleefstra	Lionitas, Leeuwarden	Leeuwarden	03-06-1980
10:42.40	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Beverwijk	02-07-1999

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
20:51.12	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Budapest (HUN)	02-07-1990
18:57.04	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Gateshead (GBR)	31-07-1999
18:46.63	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Soest	24-06-2022

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
50:28.1h	Douwe Kleefstra	av Veteranen Nederland	Hannover (GER)	27-07-1979
40:34.75	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Gateshead (GBR)	04-08-1999
40:12.12	Bert Schalkwijk	Atos, Amsterdam	Gouda	03-06-2018
39:41.75	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Hengelo	02-09-2021
39:19.35	Egbert Zijlstra	EAC De Sperwers, Emmen	Harderwijk	27-05-2022
38:51.04	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Rotterdam	15-10-2022

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 8 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>					
14.6h		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Barendrecht	09-09-1995
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 14.83 sec.</i>					
14.33		Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Malmö (SWE)	24-07-1996

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 63.24 * 7 horden met een hoogte van 76,2 cm</i>				
57.33	Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Durban (RSA)	19-09-1997
<i>In 2000 werden de horden verlaagd naar 68,6 cm</i>				
55.08	Arend Koet	a.v. Castricum	Brisbane (AUS)	07-07-2001
53.47	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zierikzee	14-06-2015
51.99	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Lyon (FRA)	09-08-2015
50.86	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Perth (AUS)	31-10-2016
50.80	Wim Threels	GAC Hilversum	Soest	08-09-2023

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 11:40.00 min * Limiet vervallen per 1-1-2020 * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
8:56.88	Jan Kreuk	SAV, Grootebroek	Tampere (FIN)	08-07-2022
8:30.86	Jan Kreuk	SAV, Grootebroek	Emmeloord	29-04-2023
8:29.92	Jan Kreuk	SAV, Grootebroek	Harderwijk	01-07-2023

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
18:09.8h	Wim Dalmeyer	RWV, Rotterdam	Rotterdam	22-10-1978
17:43.7h	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Rotterdam	03-06-2007
17:40.07	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Veldhoven	09-06-2007

**5 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
31:28.2h	Wim Dalmeyer	RWV, Rotterdam	Zoetermeer	15-10-1978
30:38.5h	Tjabel Ras	RWV, Rotterdam	Vught	19-03-2006
30:36.9h	Tjabel Ras	RWV, Rotterdam	Vlaardingen	13-05-2006
29:50.2h	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Rotterdam	03-06-2007

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.00	Toon Besseling	Zaanland, Zaandam	Zaandam	03-10-1992
1.30	Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	06-05-2001
1.33	Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	05-05-2002
1.35	Arend Koet	a.v. Castricum	Groningen	09-06-2002
1.36	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Soest	21-09-2013
1.45	Rob Dekker	AV '56, Goes	Gouda	11-06-2017

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.20 m</i>				
2.20	Arend Koet	a.v. Castricum	Brisbane (AUS)	13-07-2001
2.50	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Amsterdam	09-05-2004
2.70	Gerard van der Tweel	Leiden Atletiek	Leiden	25-08-2016
2.78	Michel van Osch	Haag Atletiek	Assendelft	15-07-2018
2.80	Michel van Osch	Haag Atletiek	Málaga (ESP)	12-09-2018
2.81	Michel van Osch	Haag Atletiek	Gouda	17-05-2019
2.84	Michel van Osch	Haag Atletiek	Utrecht	12-07-2019
3.04	Willem Langeland	Atletico '73, Gendringen	Vught	20-06-2025

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3.50 m</i>					
3.79		Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	06-05-2001
4.37	-0.5	Geert van Dijk	av Veteranen Nederland	Amsterdam	14-05-2006
4.50	+0.0	Rob Dekker	AV '56, Goes	Gouda	10-06-2017
4.54	+0.5	Jan Ties	Groningen Atletiek	Gouda	02-06-2018

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3.50 m</i>					
8.01		Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	06-05-2001
8.23		Arend Koet	a.v. Castricum	Brisbane (AUS)	10-07-2001
8.42		Ron Odendaal	Lopersgroep PK, Dodewaard	Medellín (COL)	07-11-2014

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 4.00 kg</i>				
9.66	Joop Bakker	Haag Atletiek	Rijswijk	07-08-1994
10.35	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Eindhoven	30-05-1998
11.35	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Nijmegen	07-08-1998
11.40	Cees Vooijs	a.v. Gouda	Nice (FRA)	13-05-2004
12.57	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Huizen	08-10-2006
13.48	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Eindhoven	19-05-2007
13.84	Frans de Laat	Swift Atletiek, Roermond	Hilversum	23-07-2016
13.86	Frans de Laat	Swift Atletiek, Roermond	Gouda	11-06-2017
13.87	Frans de Laat	Swift Atletiek, Roermond	Århus (DEN)	03-08-2017

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 25.00 m * 1.00 kg</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
25.66	Joop Bakker	Haag Atletiek	Barendrecht	16-06-1996
31.90	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Oosterhout	22-09-1996
33.90	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Barendrecht	26-04-1997
34.68	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Barendrecht	02-05-1997
36.09	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Krommenie	09-08-1998
37.69	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Roermond	24-10-1998
39.22	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Amsterdam	27-04-2008
41.82	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Heiloo	01-05-2008
43.27	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Kapellen (BEL)	12-08-2018
43.74	Jan van Hoofdt	AVVN, Hilversum	Vught	28-07-2021

### Kogelslingeren

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 25.00 m * 4.00 kg</i>				
28.06	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Eindhoven	30-05-1998
29.66	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Krommenie	09-08-1998
31.01	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Apeldoorn	07-07-2000
38.25	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	30-09-2001
38.93	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Breda	14-10-2001
39.06	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	27-10-2001
39.17	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Grootebroek	27-06-2008
39.60	Frans de Laat	Swift, Roermond	Hilversum	23-07-2016
39.63	Martin Regtop	av Haaksbergen	Lingen (GER)	24-08-2019
42.70	Wil van Uijthoven	av Spiridon, Rijen	Breda	13-10-2019

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 600 gr</i>				
31.82	Joop Bakker	Haag Atletiek	Zierikzee	12-06-1993
34.38	Joop Bakker	Haag Atletiek	Vught	24-06-1995
<i>In 1999 ingesteld - na verlegging zwaartepunt - zonder limiet * 600 gr</i>				
26.82	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Nijmegen	04-07-1999
<i>In 2000 werd het gewicht gewijzigd in 500 gr.</i>				
35.03	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Zaandam	06-07-2001
37.16	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Amsterdam	24-08-2001
38.96	Wim Threels	GAC Hilversum	Stendal (GER)	29-05-2022
40.30	Wim Threels	GAC Hilversum	Hilversum	08-10-2023

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7.26 kg.</i>				
13.16	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Huizen	04-10-1998
13.78	Jan Oerlemans	PSV, Eindhoven	Eindhoven	30-09-2001
14.71	Jan Oerlemans	PSV, Eindhoven	Huizen	07-10-2001
15.11	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	09-02-2002
16.32	Frans de Laat	Swift Atletiek, Roermond	Hilversum	23-07-2016
16.48	Jan Titulaer	Swift Atletiek, Roermond	Sint-Niklaas (BEL)	24-06-2017
16.53	Jan Titulaer	Swift Atletiek, Roermond	Rotterdam	15-07-2017

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>								
4.165	Wim Threels	GAC Hilversum				Stendal (GER)		29-05-2022
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	4.28	38.96	28.70	32.69	5:43.77		
	Wind	+0.9		-0.4				
	Punten	826	820	889	701	929		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>								
3.827	Wim Threels	GAC Hilversum				Stendal (GER)		29-05-2022
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	4.28	38.96	28.70	32.69	5:43.77		
	Wind	+0.9		-0.4				
	Punten	755	747	854	632	839		

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats			Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
5.558	Arend Koet	a.v. Castricum				Århus (DEN)			23-07-2004		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	80mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	15.99	3.74	8.70	1.30	78.36	16.49	19.11	2.20	14.90	6:59.90
	Wind	-0.6	+0.6				+0.4				
	Punten	536	659	565	822	507	689	406	592	243	539
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.315	Arend Koet	a.v. Castricum				Århus (DEN)			23-07-2004		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	80mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	15.99	3.74	8.70	1.30	78.36	16.49	19.11	2.20	14.90	6:59.90
	Wind	-0.6	+0.6				+0.4				
	Punten	565	621	589	731	467	639	356	541	230	576
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.280	Arend Koet	a.v. Castricum				Århus (DEN)			23-07-2004		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	80mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	15.99	3.74	8.70	1.30	78.36	16.49	19.11	2.20	14.90	6:59.90
	Wind	-0.6	+0.6				+0.4				
	Punten	565	621	554	731	467	639	356	541	230	576
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
4.790	Arend Koet	a.v. Castricum				Århus (DEN)			23-07-2004		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	80mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	15.99	3.74	8.70	1.30	78.36	16.49	19.11	2.20	14.90	6:59.90
	Wind	-0.6	+0.6				+0.4				
	Punten	543	565	566	687	383	544	318	490	205	489
6.018	Wim Threels	GAC Hilversum				Best			06-07-2024		
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	80mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	14.79	3.70	9.61	1.39	72.93	16.36	30.68	1.72	35.68	6:21.64
	Wind	-0.3	-0.7				+1.2				
	Punten	725	552	638	803	533	558	584	300	671	654

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
3.647	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen			Huizen		04-10-1998
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	26.71	10.46	36.46	26.86	13.16	

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
	Punten	530	835	884	611	787	
<i>In 2000 werd het gewicht van de speer gewijzigd in 500 gr.</i>							
3.932	Jan Smit	PSV, Eindhoven			Eindhoven		30-02-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	38.25	10.93	33.32	26.68	13.78	
	Punten	824	879	793	606	830	
3.961	Jan Smit	PSV, Eindhoven			Huizen		07-10-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	38.61	10.71	34.77	24.71	14.71	
	Punten	821	859	835	551	895	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.899	Jan Smit	PSV, Eindhoven			Huizen		07-10-2001
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	38.61	10.71	34.77	24.71	14.71	
	Punten	867	725	852	488	967	
3.928	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein			Huizen		08-10-2006
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	29.17	12.57	35.20	35.46	12.41	
	Punten	627	873	865	767	796	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.671	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein			Huizen		08-10-2006
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	29.17	12.57	35.20	35.46	12.41	
	Punten	579	909	766	731	686	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.591	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein			Huizen		08-10-2006
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	29.17	12.57	35.20	35.46	12.41	
	Punten	551	857	766	731	686	
4.077	Frans de Laat	Swift, Roermond			Hilversum		23-07-2016
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	39.60	13.84	38.82	26.69	16.32	
	Punten	801	958	862	513	943	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.770	Frans de Laat	Swift, Roermond			Hilversum		23-07-2016
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	39.60	13.84	38.82	26.69	16.32	
	Punten	714	978	779	464	835	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
63.92	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Amstelveen	21-09-2002
	Arend Koet	a.v. Castricum		
	Mario Spadon	De Bataven, Leiden		
	Frans Buijs	GAC, Hilversum		
55.76	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Amstelveen	23-09-2017
	Wim Schreuder Goedheijt	Hellas, Utrecht		
	Jelle van der Schaaf	AV Hylas, Alkmaar		
	Jan Ties	Groningen Atletiek		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
5:37.48	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Lyon (FRA)	16-08-2015
	Frans van Boven	THOR, Roosendaal		
	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal		
	Piet Verbeek	AV '56, Goes		

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
15:01.21	Martien van de Ven	Atletiek Oirschot	Amstelveen	29-09-2019
	Ad van Zelst			
	Kees Smetsers			
	Ton van Liempt			

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
3:29.01	Martien van de Ven	Atletiek Oirschot	Amstelveen	29-09-2019
	Ad van Zelst			
	Kees Smetsers			
	Ton van Liempt			

**Vrouwen 70****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 21.04 sec</i>					
16.27		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zwolle	28-06-2009
16.03	-0.6	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zierikzee	08-09-2009
15.96	+2.0	Anja Akkerman-Smits	DEM, Beverwijk	Vught	21-06-2025

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 43.24 sec</i>					
34.19	-4.8	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zierikzee	10-09-2009
33.71	+0.4	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Breda	06-06-2014

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld een limiet van 1:43.80 min</i>				
1:21.98	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	25-10-2013
1:15.81	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	26-10-2013

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:55.00 min</i>				
3:25.78	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Heiloo	21-05-2009
3:12.07	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	17-10-2013
3:04.82	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	21-10-2013
3:02.53	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Utrecht	10-07-2015

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8:45.00 min</i>				
7:13.57	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Amsterdam	02-05-2009
6:48.56	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Brugge (BEL)	31-08-2014
6:23.67	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Gouda	02-06-2018
6:21.28	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Gouda	18-05-2019
6:09.20	Marjan Hoff	AV Hollandia, Hoorn	Bussum	25-05-2025

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:50.00 min</i>				
7:42.61	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Heerhugowaard	05-06-2009
7:15.55	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Tessenderlo (BEL)	03-09-2014

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 16:30.00 min</i>				
15:07.39	Ada Habes	Holland, Haarlem	Heiloo	18-07-2008
14:59.03	Carla Meijer	av Veteranen Nederland	Papendrecht	29-03-2014
14:43.63	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Vught	19-09-2014
14:17.02	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Gouda	25-05-2017
13:34.90	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	10-06-2018
13:06.07	Marjan Hoff	AV Hollandia, Hoorn	Hoorn	22-09-2024

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 33:00.00 min</i>				
26:57.89	Sophie Wisman	av Veteranen Nederland	Nijmegen	25-06-2000
26:02.37	Ada Habes	Holland, Haarlem	Heiloo	15-08-2008
25:24.9h	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Weert	07-10-2014
24:08.60	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedrop	Gouda	09-06-2017
23:33.02	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Gouda	19-05-2019
23:03.60	Marjan Hoff	av Hollandia, Hoorn	Zeewolde	22-03-2025
22:32.94	Marjan Hoff	av Hollandia, Hoorn	Vught	22-06-2025

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 72:00.00 min</i>				
53:32.76	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Beverwijk	25-04-2009
51:40.37	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Gouda	10-06-2017
49:56.21	Els Raap	Kombijsport, Badhoevedorp	Århus (DEN)	28-07-2017

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 30.24 sec * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
16.50	NWI	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	16-10-2013

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder een limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
39.67	NWI	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	21-10-2013
39.45	+0.7	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Lyon (FRA)	11-08-2015

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
22:16.0h	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	14-02-2010
21:12.2h	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	05-05-2016
21:10.13	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Amersfoort	12-06-2016
20:44.0h	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Drunen	21-10-2017

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
37:20.1h	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Amsterdam	14-02-2010
35:50.32	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	05-05-2016

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.85 m</i>				
1.20	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Epe	09-06-2013
1.22	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Santa Anna (USA)	06-05-2018
1.27	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Culver City (USA)	16-06-2018
1.29	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	18-07-2020
1.30	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Gouda	24-07-2020
1.31	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Hilversum	23-08-2020
1.32	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Alkmaar	06-09-2020
1.33	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	06-08-2021
1.34	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Hengelo	18-09-2021

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.30 m * Per 1-1-2020 is de limiet vervallen</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.20 m</i>				
3.68	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zierikzee	09-09-2009

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.20 m</i>				
7.95	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Epe	09-06-2013

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.00 m * 3.00 kg</i>				
6.96	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Riccione (ITA)	07-09-2007
7.18	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Breda	21-10-2007
7.50	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Huizen	06-10-2013
8.13	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dongen	19-04-2014
8.44	Marga Kortekaas	De Spartaan, Lisse	Lisse	21-08-2016
8.56	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zutphen	01-10-2017
8.81	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zutphen	28-04-2018
9.06	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Gouda	19-05-2019
9.46	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Breda	13-10-2019

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 1.00 kg</i>				
21.25	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Riccione (ITA)	09-09-2007
24.89	Jolande Brassier	Trias, Heiloo	Amersfoort	12-06-2016
25.20	Jolande Brassier	Trias, Heiloo	Kerkrade	03-09-2016
27.19	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Århus (DEN)	05-08-2017
27.71	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Gouda	19-05-2019

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 19.00 m * 3.00 kg</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
22.09	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Huizen	06-10-2013
28.45	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	12-07-2014
28.62	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Huizen	05-10-2014
28.81	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zutphen	25-10-2014
35.15	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Zwolle	22-06-2017

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr</i>				
14.07	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Huizen	06-10-2013
<i>In 2014 ingesteld - nieuw gewicht 500 gr - zonder limiet</i>				
14.48	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dongen	19-04-2014
19.18	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Huizen	05-10-2014
20.01	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Århus (DEN)	05-08-2017
21.75	Jenny Marcelis	Scorpio, Oosterhout	Papendrecht	25-08-2018
22.63	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Hilversum	09-08-2020
25.53	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Alkmaar	06-09-2020
25.70	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Stendal (GER)	27-09-2020
26.74	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Amersfoort	09-07-2021
28.84	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Papendrecht	28-08-2021

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 5.45 kg</i>				
9.47	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Huizen	06-10-2013
9.75	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Porto Alegre (BRA)	24-10-2013
9.77	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Eindhoven	31-05-2014
10.66	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	12-07-2014
14.99	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Rotterdam	22-04-2017

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.664	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Tilburg		18-05-2014
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	17.37	1.18	7.96	3.49	3:11.80		
	Wind	+0.3			NWI			
	Punten	971	1054	845	822	972		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>								
3.923	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Tilburg		18-05-2014
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	17.37	1.18	7.96	3.49	3:11.80		
	Wind	+0.3			NWI			
	Punten	790	855	743	700	835		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
5.927	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Porto Alegre (BRA)		17-10-2013
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	16.50	1.15	7.29	34.25	3.34	13.91	3:12.07
	Wind	-0.9			+0.5	-1.3		
	Punten	1072	991	762	961	744	426	969
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 naar 500 gr (vacant zonder limiet)</i>								
5.359	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Århus (DEN)		28-07-2017
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	18.36	1.10	6.97	35.80	3.22	11.50	3:11.77
	Wind	+1.0			+1.8	+2.0		
	Punten	862	891	723	859	686	366	972
5.659	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Málaga (ESP)		06-09-2018
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	18.01	1.11	7.38	35.75	3.50	15.78	3:25.21
	Wind	+1.1			-2.4	0.0		
	Punten	901	916	773	862	828	536	843
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>								
4.748	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Málaga (ESP)		06-09-2018
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	18.01	1.11	7.38	35.75	3.50	15.78	3:25.21
	Wind	+1.1			-2.4	0.0		
	Punten	718	736	679	699	703	506	707
5.082	Anja Akkerman-Smits	DEM, Beverwijk				Madeira (POR)		12-10-2025
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	18.11	1.20	8.04	35.10	3.47	23.78	3:51.26
	Wind	-1.1			-2.1	+0.6		
	Punten	708	8.91	752	740	691	813	487

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
3.253	Riet Jonkers	Atledo, Dongen			Huizen		06-10-2013
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	22.09	7.50	16.57	14.07	9.47	
	Punten	762	788	539	432	732	
<i>Per 01-05-2014 werd het speerwerpen gewijzigd van 400 naar 500 gr (vacant zonder limiet)</i>							

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
3.076	Riet Jonkers	Atledo, Dongen			Eindhoven		01-06-2014
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	19.16	7.56	15.35	13.67	9.10	
	Punten	639	796	491	452	698	
3.934	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek			Huizen		05-10-2014
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	28.62	7.85	18.63	19.18	9.90	
	Punten	1040	831	620	672	771	
4.829	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Århus (DEN)		05-08-2017
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.16	8.37	27.19	20.01	13.10	
	Punten	1192	896	969	706	1066	
4.921	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Breda		13-10-2019
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	31.82	9.46	26.32	19.24	13.49	
	Punten	1178	1033	933	675	1102	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>							
4.292	Annie van Anholt	Attila, Tilburg			Breda		13-10-2019
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	31.82	9.46	26.32	19.24	13.49	
	Punten	912	910	903	638	929	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
14:29.10	Els Raap	AV Badhoevedorp	Amstelveen	30-09-2018
	Mia van der Meer	AV Startbaan, Amstelveen		
	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek		
	Marianne Knapen-de Bode	Loopgroep PK, Dodewaard		

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 70****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 75****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
19.7h		Jelto Schluter	a.v. Nijmegen	Huizen	24-04-1994
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 19.93 sec.</i>					
16.21		Frans Buijs	GAC, Hilversum	Huizen	16-05-2001
16.20	+0.6	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Potsdam (GER)	17-08-2002
15.85	-0.8	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Zierikzee	08-09-2009
15.47	+0.5	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Castricum	02-09-2020
15.33	+1.7	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Heiloo	20-08-2021
14.93	+0.1	Jan Ties	Groningen Atletiek	Soest	08-09-2023
14.59	+0.8	Ko Florusse	Fortius, Dordrecht	Vught	21-06-2025
14.34	-1.0	Ko Florusse	Fortius, Dordrecht	Dongen	24-08-2025

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 38.74 sec.</i>					
34.25	-1.2	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Jyväskylä (FIN)	14-07-2000
34.18	-1.0	Arend Koet	a.v. Castricum	Emmen	11-06-2006
33.24	-0.4	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Amsterdam	13-05-2007
31.76	-1.6	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Zierikzee	10-09-2009
31.46	+1.2	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Hannuit (BEL)	14-07-2024

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 88.14 sec</i>				
1:19.83	Arend Koet	a.v. Castricum	Poznań (POL)	20-07-2006
1:19.60	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Veldhoven	09-06-2007
1:11.31	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Zierikzee	10-09-2009
1:08.27	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Liège (BEL)	09-10-2022

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:35.00 min</i>				
3:18.95	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Steenwijk	09-09-2001
3:07.04	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	19-08-2011
2:56.34	Shan Happé	Altis, Amersfoort	Amersfoort	31-05-2016
2:55.53	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Hoorn	22-09-2017
2:34.05	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Weert	07-06-2022
2:33.95	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Köln (GER)	09-05-2024
2:33.30	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Tessenderlo (BEL)	29-06-2024

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6:07.18	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Athèna (GRE)	06-06-1994
6:04.08	Shan Happé	Altis, Amersfoort	Amersfoort	11-06-2016
5:55.35	Wim Oudejans	a.v. Nijkerk	Amersfoort	29-09-2019
5:16.90	Hans Smeets	Achilles Top, Kerkrade	Utrecht	10-06-2022
5:11.05	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Amersfoort	25-03-2025

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6:37.87	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Beverwijk	01-08-1993
5:41.21	Hans Smeets	AV Achilles Top, Kerkrade	Lommel (BEL)	11-09-2022
5:36.09	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Dronten	21-05-2025

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 16.30.00 min</i>				
15:03.46	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Amsterdam	06-05-2001
12:04.53	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Den Haag	01-07-2004
11:58.44	Bert Schalkwijk	AV Atos, Amsterdam	Heiloo	01-09-2023
11:12.80	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Amersfoort	18-03-2025
10:58.7h	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Breda	28-08-2025

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
22:18.06	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Zierikzee	13-06-1993
20:44.94	Siem Herlaar	DEM, Beverwijk	Utrecht	16-07-2004
20:18.28	Bert Schalkwijk	AV Atos, Amsterdam	Bussum	11-06-2023
19:14.42	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Utrecht	02-05-2025
18:50.07	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Breda	21-09-2025

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
54:04.5h	Jo Kneepkens	av Veteranen Nederland	Hannover (GER)	27-07-1979
50:21.94	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	01-10-2011
48:35.97	Karel Leeuwangh	Fortuna, Vlaardingen	Rotterdam	04-09-2014
46:42.06	Shan Happé	Altis, Amersfoort	Amersfoort	12-06-2016
44:17.10	Wim Oudejans	AV Nijkerk	Hengelo	17-09-2021
42:52.00	Dirk Visser	av Veteranen Nederland	Harderwijk	27-05-2022
41:46.12	Bert Schalkwijk	AV Atos, Amsterdam	Harderwijk	30-06-2023
41:13.14	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Vught	20-06-2025
39:08.28	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Hengelo	25-09-2025

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 23.24 sec * 8 horden met een hoogte van 76.2 cm</i>					
16.62	-0.4	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Jyväskylä (FIN)	13-07-2000

**300 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 63.24 * 7 horden met een hoogte van 76.2 cm</i>				
59.72	Frans Buijs	Pijnenburg, Soest	Jyväskylä (FIN)	08-07-2000

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13:30.00 min * Limiet vervallen per 1-1-2020 * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
25:17.9h	Joop Wissink	RWV, Rotterdam	Spijkensisse	11-08-2001
22:42.1h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	08-09-2007
21:57.32	Wout van Wieringen	RWV, Rotterdam	Amsterdam	27-04-2008
20:35.4h	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Dordrecht	12-09-2009
19:57.4h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Dordrecht	13-03-2011
19:52.5h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Rotterdam	07-05-2011

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 40:00.00 min</i>				
38:08.8h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	08-09-2007
37:13.18	Wout van Wieringen	RWV, Rotterdam	Amsterdam	27-04-2008
34:26.0h	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Dordrecht	12-09-2009
33:20.9h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Dordrecht	13-03-2011
33:09.46	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Gouda	02-06-2011

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 0.95 m</i>				
1.25	Arend Koet	a.v. Castricum	Emmen	11-06-2006
1.29	Arend Koet	a.v. Castricum	Poznań (POL)	20-07-2006
1.29	René Hondelink	AV '34, Apeldoorn	Harderwijk	29-05-2022
1.30	René Hondelink	AV '34, Apeldoorn	Emmen	30-04-2023
1.31	René Hondelink	AV '34, Apeldoorn	Harderwijk	02-07-2023

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 2.10 m</i>				
2.30	Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	14-05-2006
2.40	Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	13-05-2007
2.70	Michel van Osch	Haag Atletiek	Harderwijk	30-06-2023
2.71	Michel van Osch	Haag Atletiek	Barendrecht	09-09-2023
2.75	Michel van Osch	Haag Atletiek	Eindhoven	20-07-2024

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3.00 m</i>					
3.31		Frans Buijs	GAC, Hilversum	Tilburg	10-06-2000
3.46		Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	14-05-2006
3.49	+0.2	Arend Koet	a.v. Castricum	Poznań (POL)	20-07-2006
3.69	+1.0	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Zierikzee	14-06-2015
3.72	+1.7	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Zeist	12-05-2019
3.85	-1.2	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Den Haag	05-09-2021
4.22	+0.7	Jan Ties	Groningen Atletiek	Groningen	04-09-2022

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.00 m</i>					
7.47	+1.0	Arend Koet	a.v. Castricum	Amsterdam	14-05-2006
7.66		Ron Odendaal	Loopgroep PK, Dodewaard	Santiago (CHI)	11-11-2017
7.75	+0.3	Ron Odendaal	Loopgroep PK, Dodewaard	Gouda	01-06-2018

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 4.00 kg</i>				
8.12	Jelto Schluter	av Veteranen Nederland	Huizen	24-04-1994
8.76	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Zoetermeer	30-06-2002
9.67	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Arnhem	11-06-2003
9.71	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Eindhoven	28-09-2003
10.24	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Apeldoorn	03-04-2004
11.42	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Huizen	02-10-2011
12.20	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Veldhoven	06-05-2012
12.36	Dick Schrieken	Trias, Heiloo	Lyon (FRA)	11-08-2015
12.84	Dick Schrieken	Trias, Heiloo	Perth (AUS)	29-10-2016

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 21.00 m * 1.00 kg</i>				
27.23	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Woerden	13-10-2001

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
27.38	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Gouda	09-05-2002
32.36	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Vught	31-05-2003
34.19	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Arnhem	11-06-2003
34.24	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Roermond	23-10-2004
35.31	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Eindhoven	05-05-2013
36.47	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Epe	09-06-2013
37.80	Dick Schrieken	Trias, Heiloo	Zierikzee	13-06-2015
37.95	Dick Schrieken	Trias, Heiloo	Lyon (FRA)	09-08-2015
38.92	Dick Schrieken	Trias, Heiloo	Perth (AUS)	02-11-2016
39.19	Jan van Hooft	av Veteranen Nederland	Nijmegen	30-03-2025

### Kogelslingeren

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 19.00 m * 4.00 kg</i>				
25.40	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Nijmegen	08-08-2003
27.41	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Roermond	23-10-2004
27.82	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	24-09-2006
29.19	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Huizen	08-10-2006
32.37	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Roermond	16-03-2013
33.51	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Eindhoven	04-05-2013
34.07	Frans de Laat	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	02-08-2021
34.33	Jan Titulaer	av Veteranen Nederland	Harderwijk	27-05-2022
35.11	Jan Titulaer	av Veteranen Nederland	Merksem (BEL)	04-06-2022
35.18	Martin Regtop	MPM, Hengelo	Eindhoven	23-03-2024
35.47	Martin Regtop	MPM, Hengelo	Nijmegen	07-04-2024

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 28.00 m * In 1999 ingesteld - na verlegging van het zwaartepunt - met een limiet van 27.00 m * 600 gr</i>				
27.07	Joop Bakker	Haag Atletiek	Lelystad	06-06-1999
<i>In 2000 werd het gewicht gewijzigd in 500 gr.</i>				
31.16	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Zaandam	21-04-2006
31.42	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Eindhoven	14-05-2006
34.15	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Emmen	10-06-2006
34.87	Cor Braak	Waterland, Landsmeer	Veldhoven	10-06-2007

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 7.26 kg</i>				
11.17	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Eindhoven	28-09-2003
11.35	Jan Smit	PSV, Eindhoven	Eindhoven	23-09-2007
12.50	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Roermond	16-03-2013
12.94	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Eindhoven	04-05-2013
12.96	Jan Pronk	Trias, Heiloo	Eindhoven	05-05-2013
13.89	Peter Blommesteijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	03-06-2017
14.00	Jan Titulaer	av Veteranen Nederland	Merksem (BEL)	04-06-2022

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	ver		speer		200 m		discus		1 500 m	
	Prestatie										
	Punten										

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging						Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m - &amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
6.501	Arend Koet	a.v. Castricum						Poznań (POL)			21-07-2006
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	16.45	3.49	8.47	1.29	79.83	16.82	17.26	2.30	19.22	7:31.87
	Punten	610	691	651	953	680	746	425	775	422	548
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
6.026	Arend Koet	a.v. Castricum						Poznań (POL)			21-07-2006
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	16.45	3.49	8.47	1.29	79.83	16.82	17.26	2.30	19.22	7:31.87
	Punten	614	648	638	850	569	671	362	702	390	582
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.985	Arend Koet	a.v. Castricum						Poznań (POL)			21-07-2006
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	16.45	3.49	8.47	1.29	79.83	16.82	17.26	2.30	19.22	7:31.87
	Punten	614	648	597	850	569	671	362	702	390	582
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijds-correctiefactoren ingesteld</i>											
5.324	Arend Koet	a.v. Castricum						Poznań (POL)			21-07-2006
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie	16.45	3.49	8.47	1.29	79.83	16.82	17.26	2.30	19.22	7:31.87
	Punten	560	565	617	767	434	623	325	623	357	453

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>								
3.587	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen				Eindhoven		28-09-2003
	Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	23.95		9.71	31.26	22.80	11.17	
	Punten	592		765	885	527	818	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.197	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen				Eindhoven		28-09-2003
	Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	23.95		9.71	31.26	22.80	11.17	
	Punten	534		750	763	488	662	
3.338	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein				Huizen		02-10-2011
	Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	27.68		11.42	23.08	30.20	9.88	
	Punten	640		906	525	695	572	
3.485	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein				Veldhoven		06-05-2012
	Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	24.81		12.20	26.94	29.40	10.84	
	Punten	559		978	636	673	639	
3.509	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein				Eindhoven		05-05-2013
	Onderdeel	kogelsl		kogel	discus	speer	gewicht	

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
	Prestatie	29.22	11.25	26.38	29.17	10.99	
	Punten	684	890	620	666	649	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.416	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein			Eindhoven		05-05-2013
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	29.22	11.25	26.38	29.17	10.99	
	Punten	646	835	620	666	649	
3.429	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek			Zutphen		29-04-2018
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	30.84	9.68	31.46	26.57	11.38	
	Punten	691	700	768	593	677	
3.560	Frans de Laat	Swift Atletiek			Sint-Niklaas (BEL)		17-07-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.43	11.01	32.97	19.46	13.16	
	Punten	734	814	813	397	802	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.312	Frans de Laat	Swift Atletiek			Sint-Niklaas (BEL)		17-07-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	32.43	11.01	32.97	19.46	13.16	
	Punten	649	841	737	363	722	
3.384	Jan van Hooft	av Veteranen Nederland			Eindhoven		29-03-2025
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	30.49	9.36	36.96	28.10	12.11	
	Punten	603	695	845	586	655	
3.397	Jan van Hooft	av Veteranen Nederland			Herentals (BEL)		06-09-2025
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	30.88	9.46	37.58	28.65	11.55	
	Punten	612	704	862	600	619	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:09.60	Jaap Leeftang Jan Slotbeek Pieter Schouten Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Utrecht	06-05-2011

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 75****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
16.43	+1.5	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Heiloo	22-06-2014
16.42	+0.1	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Beverwijk	06-09-2015

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
35.61	+1.4	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Stadskanaal	05-07-2014
35.54	-1.1	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	19-05-2019
35.32	+0.3	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Stendal (GER)	01-07-2019

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:40.49	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Huizen	31-05-2013
1:22.05	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Zevenbergen	07-04-2019
1:21.10	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	18-05-2019

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
3:50.57	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Alphen aan den Rijn	07-04-2013
3:47.07	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Hoom	14-04-2013
3:20.75	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Roosendaal	07-10-2018
3:13.79	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Utrecht	03-05-2019
3:12.73	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Stendal (GER)	02-06-2019
3:11.74	Riet Jonker	Atledo, Dongen	Best	06-07-2019

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
7:37.27	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Huizen	26-05-2013
6:48.91	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sint-Niklaas (BEL)	15-06-2019

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
8:27.94	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Heerhugowaard	05-06-2009
7:55.70	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Aalst (BEL)	02-10-2021
7:27.72	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Nijmegen	10-04-2023

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
16:27.81	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Heiloo	09-05-2013
16:17.44	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Papendrecht	29-03-2014
14:54.75	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Enschede	11-06-2023

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
28:10.57	Ada Habes	av Veteranen Nederland	Heiloo	14-08-2015
26:31.25	Els Raap	Av Badhoevedorp	Harderwijk	27-05-2022
25:50.30	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Harderwijk	02-07-2023

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
54:47.01	Els Raap	Av Badhoevedorp	Harderwijk	29-05-2022

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
17.48	-0.2	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	17-05-2019
17.24		Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dilbeek (BEL)	27-07-2019

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
41.54	+0.1	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	19-05-2019

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
24:55.7h	Suze van Vliet	RWV, Rotterdam	Rotterdam	22-06-2008
21:54.5h	Annie van der Meer	RWV, Rotterdam	Naaldwijk	22-10-2023

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
36:42.3h	Annie van der Meer	RWV, Rotterdam	Naaldwijk	22-10-2023

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1.20	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Epe	09-06-2013
1.22	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Lyon (FRA)	07-08-2015
1.26	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	02-05-2025
1.27	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	16-05-2025
1.28	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Oosterhout	25-05-2025

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
3.64		Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Stadskanaal	06-07-2014
3.70	+1.0	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Århus (DEN)	31-07-2017

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
7.84	+0.2	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Soest	20-09-2014
8.02	+0.1	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Gouda	09-06-2017

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
7.57	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Nyíregyháza (HUN)	17-07-2010
7.65	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Amersfoort	12-06-2016
7.73	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Amsterdam	27-07-2016
8.66	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Roosendaal	07-10-2018
8.73	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Breda	14-10-2018
9.00	Marga Kortekaas	De Spartaan, Lisse	Lisse	17-10-2021
9.08	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Harderwijk	29-05-2022
9.57	Jenny Marcelis Dikmans	ATV Scorpio, Oosterhout	Rotterdam	11-07-2024

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0.75 kg</i>				
21.22	Corrie Roovers	Sprint, Breda	Nyíregyháza (HUN)	21-07-2010
24.11	Jolande Brasser	Trias, Heiloo	Papendrecht	28-08-2021
24.13	Jolande Brasser	Trias, Heiloo	Hengelo	19-09-2021
24.81	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Dordrecht	10-07-2022
27.30	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Edam	24-09-2022

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
24.59	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Breda	14-10-2018
25.61	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sint-Niklaas (BEL)	20-10-2018
25.74	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Breda	17-02-2019

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
30.91	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Barendrecht	20-09-2020
33.18	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Gouda	26-03-2022
33.40	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Harderwijk	29-05-2022
34.95	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Dordrecht	10-07-2022

### Speerwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr</i>				
12.15	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Stadskanaal	06-07-2014
13.85	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Breda	14-10-2018
14.86	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sint-Niklaas (BEL)	20-10-2018
15.31	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Stendal (GER)	02-06-2019
15.41	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Lommel (BEL)	15-09-2019
16.29	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Huizen	27-09-2020
19.67	Els van Zwieten-Bus	Delta Sport, Zierikzee	Hulst	04-09-2021
26.07	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Nijmegen	25-04-2025
27.11	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Vught	20-06-2025

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4.00 kg</i>				
10.70	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sint-Niklaas (BEL)	30-06-2019
11.72	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Gouda	26-03-2022
13.38	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Harderwijk	27-05-2022
13.76	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Mechelen (BEL)	21-08-2022 <sup>1</sup>
13.47	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Pescara (ITA)	24-09-2023
13.51	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Vught	22-06-2025

1) Onvolledige aanvraag, is dus niet erkend als NR

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
4.917	Riet Jonker	Atledo, Dongen				Brugge (BEL)		18-08-2019
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	17.50	1.15	8.23	2.54	3:12.83		
	Wind	+0.7			+0.7			
	Punten	1209	866	1184	490	1168		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.843	Riet Jonker	Atledo, Dongen				Brugge (BEL)		18-08-2019
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	17.50	1.15	8.23	2.54	3:12.83		
	Wind	+0.7			+0.7			
	Punten	917	916	699	376	935		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
5.043	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam				Stadskanaal		06-07-2014
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	DNF	1.19	6.47	35.61	3.64	12.15	4:30.97
	Wind	0.0			+1.4			
	Punten	0	1278	651	1048	1105	433	528
6.870	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Stendal (GER)		02-06-2019
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	17.73	1.12	8.49	35.32	3.24	15.31	3:12.73
	Wind	+0.1			+0.3	+1.5		
	Punten	1182	1119	898	1067	865	570	1169
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
5.436	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Stendal (GER)		02-06-2019
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie	17.73	1.12	8.49	35.32	3.24	15.31	3:12.73
	Wind	+0.1			+0.3	+1.5		
	Punten	891	855	725	834	694	501	936

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
3.508	Riet Jonkers	Atledo, Dongen			Sint-Niklaas (BEL)		30-06-2019
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	21.89	8.62	15.21	14.62	10.70	
	Punten	742	914	515	540	797	
3.890	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek			Barendrecht		20-09-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	30.91	7.90	18.69	14.09	10.36	
	Punten	1122	825	659	517	767	
4.036	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek			Huizen		27-09-2020
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	30.35	7.90	20.52	16.29	10.32	
	Punten	1098	825	737	612	764	
4.509	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg			Gouda		26-03-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	33.18	8.63	23.38	16.72	11.72	

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
	Punten	1218	915	859	631	886	
4.843	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg			Dordrecht		10-07-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	34.95	9.12	24.81	17.36	12.95	
	Punten	1294	976	920	659	994	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>							
3.895	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg			Dordrecht		10-07-2022
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	34.95	9.12	24.81	17.36	12.95	
	Punten	868	789	830	580	828	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				



**Mixed 75****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 80****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 20.24 sec.</i>					
19.25		Jan van Heiningen	GAC, Hilversum	Amsterdam	09-05-2004
18.79		Frans Buijs	GAC, Hilversum	Utrecht	10-09-2004
18.49	+1.9	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Amsterdam	08-05-2005
18.22		Cor Braak	av Veteranen Nederland	Alphen aan den Rijn	03-04-2011
18.17	+1.3	Cor Braak	av Veteranen Nederland	Heiloo	02-06-2011
16.60	-0.3	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Kerkrade	26-05-2013

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 42.74 sec.</i>					
41.32	+0.0	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Hilversum	25-05-2005
39.89	+0.4	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Amsterdam	14-05-2006
34.56	+0.1	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Gouda	07-06-2013

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 108.14 sec</i>				
1:34.49	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Gouda	11-05-2007
1:18.06	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Kerkrade	26-05-2013

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4:00.00 min</i>				
3:24.1h	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Best	19-05-1998
<i>Met ingang van 2010 is een v.a.t.-registratie verplicht gesteld</i>				
3:01.96	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Gouda	07-06-2013

**1 5000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8:40.00</i>				
7:11.1h	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Best	11-05-1999
6:14.71	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Zoetermeer	21-06-2013

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 9:00.00</i>				
7:27.67	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Oud-Beijerland	16-04-2015

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 18:00.00 min</i>				
16:20.01	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Amsterdam	06-05-2001
15:43.46	Jan van Heiningen	GAC, Hilversum	Amsterdam	09-05-2004
14:09.81	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Naaldwijk	24-04-2014

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
29:51.3h	Douwe Kleefstra	av Veteranen Nederland	Huizen	29-06-1991
25:51.48	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Zevenaar	07-06-1998
24:29.23	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Kerkrade	22-06-2014
23:13.71	Wim Oudejans	AV Nijkerk	Vught	22-06-2025

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 68:00.00 min</i>				
59:56.0h	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Harderwijk	03-05-2007
51:45.90	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	04-09-2014
48:31.50	Wim Oudejans	AV Nijkerk	Vught	20-06-2025

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 26.24 sec * Limiet vervallen per 1-1-2020 * 8 horden met een hoogte van 68,6 cm</i>					
21.67	+1.5	Kees Jägers	GAC Hilversum	Harderwijk	01-07-2023

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm</i>					
50.77	-1.7	Kees Jägers	GAC Hilversum	Pescara (ITA)	22-09-2023

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 15.30.00 min * Limiet vervallen per 1-1-2020 * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
23:27.0h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Best	29-09-2001
21:50.5h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	16-03-2008
21:09.8h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-10-2015
20:55.7h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Dordrecht	20-03-2016
20:47.4h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Gouda	05-05-2016
20:43.98	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Best	01-07-2017
20:38.5h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Veenendaal	09-09-2017

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 45.00.00 min</i>				
41:11.7h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Zaandam	02-06-2000
40:55.7h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Zaandam	07-07-2000
39:36.7h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Best	30-09-2000
38:54.4h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Best	29-09-2001
37:01.3h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	16-03-2008
35:18.1h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Rotterdam	18-10-2015
34:58.0h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Dordrecht	20-03-2016
34:40.33	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Gouda	05-05-2016

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 0.90 m</i>				
1.00	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Vught	01-06-2003
1.05	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Amsterdam	14-05-2006
1.10	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Emmen	11-06-2006
1.13	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Hengelo	19-09-2021
1.15	Kees Jägers	GAC Hilversum	Vught	18-09-2022
1.16	Kees Jägers	GAC Hilversum	Harderwijk	02-07-2023
1.20	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Terneuzen	12-05-2024

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 2.00 m * Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
2.07	Kees Jägers	GAC Hilversum	Breda	20-10-2022

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.60 m</i>					
2.82	-0.3	Wim Schild	Antilope Waddinxveen	Amsterdam	14-05-2006
2.83		Cor Braak	av Veteranen Nederland	Heiloo	02-06-2011
2.97	+1.9	Cor Braak	av Veteranen Nederland	Den Haag	19-06-2011
3.30	+2.0	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Dongen	28-04-2024

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.60 m</i>					
5.19		Theo Hoekstra	Argo'77, Groningen	Emmen	07-06-1997
5.75		Frans Buijs	GAC, Hilversum	Amsterdam	08-05-2005
6.13		Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Soest	20-09-2014

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 6.50 m * 4.00 kg</i>				
6.96	Theo Hoekstra	Argo'77, Groningen	Heerenveen	06-09-1996
<i>In 2007 werd het gewicht gewijzigd naar 3,00 kg</i>				
8.03	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Leiden	10-05-2009
8.05	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Zwolle	28-06-2009
8.34	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Lisse	05-09-2010
8.42	Cor Braak	av Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
11.81	Dick Schrieken	AV Trias, Heiloo	Harderwijk	27-05-2022

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 18.00 m * 1.00 kg</i>				
19.06	Theo Hoekstra	Argo'77 Groningen	Heerenveen	06-09-1996
20.40	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Amsterdam	27-04-2008
21.61	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Gendringen	25-05-2008
21.79	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Veldhoven	29-06-2008
26.12	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland	Alphen aan den Rijn	03-04-2011
28.19	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland	Heiloo	02-06-2011
28.83	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland	Den Haag	19-06-2011
30.49	Dick Schrieken	AV Trias, Heiloo	Hengelo	17-09-2021

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet 12.00 m * 3.00 kg</i>				
24.90	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Huizen	02-10-2011
25.62	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Uerdingen (GER)	01-05-2013
30.24	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	25-02-2023
30.90	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	08-04-2023

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 16.00 meter * 600 gr * In 2000 werd het gewicht gewijzigd in 400 gr</i>				
17.08	Nico Storre	av Veteranen Nederland	Amsterdam	27-04-2008
27.63	Cor Braak	av Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
10.49	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Huizen	02-10-2011
11.25	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	25-02-2023 <sup>1</sup>
12.13	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	08-04-2023
12.30	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Huizen	30-06-2024
12.34	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	24-08-2024

- 1) Nooit aangevraagd, te weinig informatie om tot recordherkenning over te gaan

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>								
2.011	Peter van der Ham	Haag Atletiek				Dongen		28-04-2024 <sup>1</sup>
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m		
	Prestatie	3.30 +2.0	19.62	40.09 +0.4	22.75	9:52.13		
	Punten	604	386	327	551	143		

1) Betere prestatie dan het (destijds) huidige record, maar nooit aangevraagd

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats				Datum	
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie										
	Punten										

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>								
3.350	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland				Huizen		02-10-2011
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht		
	Prestatie	23.02	8.42	27.67	27.63	9.64		
	Punten	575	695	777	706	597		
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
3.287	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland				Huizen		02-10-2011
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht		
	Prestatie	23.02	8.42	27.67	27.63	9.64		
	Punten	560	647	777	706	597		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>								
2.774	Cor Braak	a.v. Veteranen Nederland				Huizen		02-10-2011
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht		
	Prestatie	23.02	8.42	27.67	27.63	9.64		
	Punten	423	588	701	601	461		
2.905	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek				Huizen		25-06-2023
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht		
	Prestatie	29.64	9.55	25.37	20.62	12.02		
	Punten	578	683	630	412	602		
2.958	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek				Huizen		30-06-2024
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht		
	Prestatie	29.65	9.61	27.18	19.65	12.30		
	Punten	578	688	686	387	619		

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 80****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
17.56	+0.4	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Venezia (ITA)	06-09-2019
16.88	+0.9	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Harderwijk	28-05-2022

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
37.66	-2.0	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Hengelo	18-09-2021
37.14	-1.9	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Harderwijk	29-05-2022
37.05	-1.2	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Amersfoort	19-06-2022

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:43.14	Ada Hades-Ket	a.v. Veteranen Nederland	Gouda	02-06-2018
1:29.84	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Venezia (ITA)	09-09-2019
1:29.42	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dongen	01-09-2024

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
3:58.48	Ada Hades-Ket	a.v. Veteranen Nederland	Haarlem	27-07-2018
3:54.01	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dongen	28-04-2024
3:42.36	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Helmond	07-05-2024
3:40.59	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Best	06-07-2024

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
7:54.82	Ada Hades-Ket	a.v. Veteranen Nederland	Gouda	02-06-2018

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
8:26.31	Ada Hades-Ket	a.v. Veteranen Nederland	Haarlem	15-06-2018

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
17:53.73	Matty de Beer	Hellas Utrecht	Bussum	09-06-2024
16:57.75	Matty de Beer	Hellas Utrecht	Hoon	22-09-2024

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
30:53.40	Ada Hades-Ket	a.v. Veteranen Nederland	Heiloo	17-08-2018

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
22:53.52	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gouda	29-05-2025

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1.16	Rietje Dijkman	GAC Hilversum	Hengelo	18-09-2021
1.18	Rietje Dijkman	GAC Hilversum	Hilversum	31-10-2021 <sup>1</sup>

1) Met deze prestatie zette Rietje Dijkman een wereldrecord.

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
3.45	-1.9	Rietje Dijkman	GAC Hilversum	Venezia (ITA)	09-09-2019

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
7.37	+1.3	Rietje Dijkman	GAC Hilversum	Venezia (ITA)	05-09-2019

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2,00 kg</i>				
7.43	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dongen	28-04-2024
7.56	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Reusel	04-05-2024
7.70	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Weert	20-06-2024
7.78	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Best	05-07-2024
7.92	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Madeira (POR)	14-10-2025

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0,75 kg</i>				
13.23	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Reusel	04-05-2024
14.19	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Rijen	26-05-2024
17.38	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Barendrecht	06-07-2024
17.44	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Huizen	13-07-2025

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2,00 kg</i>				
17.96	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	06-01-2024
21.63	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Rotterdam	10-02-2024
26.30	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Barendrecht	06-07-2024

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13,00 m * 400 gr</i>				
10.73	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Reusel	04-05-2024
12.25	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Rijen	26-05-2024
12.47	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Barendrecht	06-07-2024

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
12.69	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek	Breda	21-09-2025

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4,00 kg</i>				
9.47	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Rotterdam	10-02-2024
9.50	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sint-Niklaas (BEL)	13-07-2024
10.17	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Vught	22-06-2025

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>								
2.892	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Dongen		28-04-2024 <sup>1</sup>
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800		
	Prestatie	DNF	1.00	7.43	3.02	3:54.01		
					+0.4			
	Punten	0	736	724	723	709		

1) Met deze prestatie zette Riet Jonkers tevens het Europees record op haar naam.

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>									
4.124	Riet Jonkers	Atledo, Dongen				Best			06-07-2024 <sup>1</sup>
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m	
	Prestatie	DNF	1.02	7.78	39.81	2.85	12.16	3:40.59	
					+0.9	+0.0			
	Punten	0	771	765	681	634	452	821	

1) Met deze prestatie zette Riet Jonkers tevens het Europees record op haar naam.

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>							
3.182	Laura Blommestijn-Euser	Rotterdam Atletiek			Barendrecht		06-07-2024
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht	
	Prestatie	26.30	7.01	17.38	12.47	9.13	
	Punten	744	676	646	465	651	

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				



**Mixed 80****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 85****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
24.8h		Douwe Kleefstra	Friesland, St.-Jacobiparochie	Huizen	13-05-1995
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 25.02</i>					
22.67		Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Gouda	19-08-2011
21.90	+1.0	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Leiden	24-08-2011
19.85	-0.9	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Woerden	09-06-2018

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>					
56.1h		Douwe Kleefstra	Friesland, St.-Jacobiparochie	Huizen	13-05-1995
<i>In 1995 ingesteld met een v.a.t. limiet van 56.33</i>					
46.92		Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Gouda	13-05-2011
45.24	-0.1	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Zaandam	23-09-2011
39.80	-1.1	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Woerden	09-06-2018

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:54.00	Wim Schild	Antilope, Waddinxveen	Gouda	11-05-2007
1:35.65	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Barendrecht	23-09-2018

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
3:51.66	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Valkenswaard	11-05-2007
3:38.06	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Naaldwijk	28-04-2018

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
8:04.24	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Vught	12-06-2004
7:51.63	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	05-07-2018

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
17:15.61	Jan Verloop	Generaal Michaëlis, Best	Amsterdam	09-05-2004
16:29.63	Joop Rüter	PAC, Rotterdam	Rotterdam	23-08-2018

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
45:32.85	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Hengelo	19-09-2021

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
33:14.51	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Göteborg (SWE)	15-08-2024
31:33.14	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Madeira (POR)	09-10-2025

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:08:33.76	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Madeira (POR)	14-10-2025

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
25:02.4h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Zaandam	05-09-2003
24:50.4h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Zaandam	25-02-2004
24:31.8h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	17-03-2013
24:08.2h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Drunen	28-08-2021
23:53.1h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Drunen	12-09-2021
23:28.3h	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Dordrecht	20-03-2022

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
41:26.7h	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Zaandam	05-09-2003
41:18.7h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Rotterdam	17-03-2013
40:31.90	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Hengelo	19-09-2021

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1.00	Henri Gest	Zaanland, Zaandam	Amsterdam	22-08-2003
1.05	Peter Blom	AV Jahn II, Stadskanaal	Vught	21-06-2025

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
7.51	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
8.28	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Papendrecht	26-08-2017
8.58	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Papendrecht	30-03-2019

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1.00 kg</i>				
16.01	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
18.77	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Gouda	17-05-2012
19.57	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Papendrecht	26-08-2017
20.44	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Breda	08-10-2017
21.99	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Papendrecht	30-03-2019

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3.00 kg</i>				
6.27	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
17.03	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Zutphen	29-10-2016
20.41	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Breda	08-10-2017
22.67	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Edam	28-04-2019

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 400 gr</i>				
11.96	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
14.01	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Gouda	17-05-2012
19.97	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Papendrecht	26-08-2017

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
6.57	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011
6.81	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Zutphen	29-10-2016
9.12	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Breda	08-10-2017
9.58	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Edam	28-04-2019

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m
	Prestatie					
	Punten					

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum							
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie										
	Punten										

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
2.004	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	6.27	7.51	16.01	11.96	6.57
	Punten	104	700	489	287	424
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>						
1.946	Nico Storre	a.v. Veteranen Nederland	Huizen	02-10-2011		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	6.27	7.51	16.01	11.96	6.57
	Punten	99	647	489	287	424
2.103	Jan Smit	Eindhoven Atletiek	Zutphen	29-10-2016		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	17.03	5.87	14.90	11.06	6.81
	Punten	477	480	446	257	443
3.005	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Breda	08-10-2017		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	20.41	7.90	20.44	15.92	9.12
	Punten	600	687	662	425	631
3.105	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Edam	28-04-2019		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	22.67	8.15	21.44	13.50	9.58
	Punten	682	712	702	340	669
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld</i>						
2.612	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Edam	28-04-2019		
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie	22.67	8.15	21.44	13.50	9.58
	Punten	506	653	622	293	538

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 85****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

<b>Prestatie</b>	<b>Wind</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76,2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0.75 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr * per 1-1-2020 is deze limiet vervallen</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4,00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800
	Prestatie					
	Punten					

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum				
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
Vacant								
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie							
	Punten							

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 85****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				

**Mannen 90****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
23.96	+1.8	Bram Flierman	AV Generaal Michaelis, Best	Best	01-07-2022

**200 m**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>					
1:07.99	+1.4	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Uden	31-08-2025

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
2:55.50	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Vught	21-06-2025

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
6:59.85	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Turnhout (BEL)	27-09-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1.00 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 400 gr</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5.45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m
	Prestatie					
	Punten					

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum							
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie										
	Punten										

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 90****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0.75 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr * per 1-1-2020 is deze limiet vervallen</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4,00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800
	Prestatie					
	Punten					

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum				
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
Vacant								
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie							
	Punten							

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 90****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet</i>				
<i>vacant</i>				

**Mannen 95****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1.00 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 400 gr</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5.45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m
	Prestatie					
	Punten					

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum							
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie										
	Punten										

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 95****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0.75 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4.00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800
	Prestatie					
	Punten					

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum				
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
Vacant								
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie							
	Punten							

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 95****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet</i>				
<i>vacant</i>				

**Mannen 100****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					

Vacant

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				

Vacant

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				

Vacant

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				

Vacant

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1.00 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 400 gr</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5.45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * verspringen - speerwerpen - 200m - discuswerpen - 1500m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	ver	speer	200 m	discus	1 500 m
	Prestatie					
	Punten					

**Tienkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum							
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 100 m - verspringen - kogelstoten - hoogspringen - 400m -&amp;- 110m horden - discus - polsstokhoogspringen - speerwerpen - 1500m</i>											
Vacant											
	Onderdeel	100m	ver	kogel	hoog	400m	100mH	discus	pols	speer	1500m
	Prestatie										
	Punten										

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld met behoud van de beste prestatie* in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Vrouwen 100****LOOPONDERDELEN****100 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**200 m**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**10 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**80 m horden**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 8 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>				
Vacant				

**200 m horden**

Prestatie	Wind	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 5 horden met een hoogte van 68.6 cm</i>					
Vacant					

**2 000 m steeplechase**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * balken met een hoogte van 76.2 cm</i>				
Vacant				

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**5 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Wind Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Discuswerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 0.75 kg</i>				
Vacant				

**Kogelslingeren**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 2.00 kg</i>				
Vacant				

**Speerwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld met een limiet van 13.00 m * 400 gr</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * 4.00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 1 dag * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - verspringen - 800 m</i>						
Vacant						
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	ver	800
	Prestatie					
	Punten					

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum				
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * in 2 dagen * 80 m horden - hoogspringen - kogelstoten - 200 m -&amp;- verspringen - speerwerpen - 800 m</i>								
Vacant								
	Onderdeel	80mH	hoog	kogel	200m	ver	speer	800 m
	Prestatie							
	Punten							

**Werp-vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum		
<i>In 1999 ingesteld zonder limiet * in 1 dag * kogelslingeren - kogelstoten - discuswerpen - speerwerpen - gewichtwerpen</i>						
Vacant						
	Onderdeel	kogelsl	kogel	discus	speer	gewicht
	Prestatie					
	Punten					

**ESTAFETTES****4 x 100 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
Vacant				

**Zweedse estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2000 ingesteld zonder limiet * 400 - 300 - 200 - 100 m</i>				
Vacant				

**Mixed 100****ESTAFETTES****4 x 400 m estafette**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2025 ingesteld als nieuw onderdeel - zonder limiet vacant</i>				