

Historie van de Nederlandse

# Indoorrecords

van 03-02-1979 t/m 31-03-2025



**Mannen en vrouwen  
Masters**

### **Voorwoord bij de 3e editie**

Dit document is een update van het document 'historie van de Nederlandse INDOOR-records' uit 2015 samengesteld door Hans-Peter B. Dries. Alle Nederlandse records zijn bijgewerkt t/m 31 maart 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 destijdse 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 2025*

**Inhoudsopgave**

Voorwoord bij de 3e editie .....	2
Inhoudsopgave .....	3
Inleiding.....	7
Mannen 35 .....	10
LOOPONDERDELEN .....	10
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	12
MEERKAMPEN .....	13
ESTAFETTES.....	15
Vrouwen 35 .....	16
LOOPONDERDELEN .....	16
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	18
MEERKAMPEN .....	20
ESTAFETTES.....	21
Mannen 40 .....	22
LOOPONDERDELEN .....	22
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	24
MEERKAMPEN .....	25
ESTAFETTES.....	27
Vrouwen 40 .....	28
LOOPONDERDELEN .....	28
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	30
MEERKAMPEN .....	31
ESTAFETTES.....	32
Mannen 45 .....	33
LOOPONDERDELEN .....	33
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	35
MEERKAMPEN .....	37
ESTAFETTES.....	38
Vrouwen 45 .....	39
LOOPONDERDELEN .....	39
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	41
MEERKAMPEN .....	42
ESTAFETTES.....	43
Mannen 50 .....	44
LOOPONDERDELEN .....	44
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	46
MEERKAMPEN .....	47
ESTAFETTES.....	49

Vrouwen 50 .....	50
LOOPONDERDELEN .....	50
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	52
MEERKAMPEN .....	54
ESTAFETTES .....	55
Mannen 55 .....	56
LOOPONDERDELEN .....	56
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	59
MEERKAMPEN .....	61
ESTAFETTES .....	63
Vrouwen 55 .....	64
LOOPONDERDELEN .....	64
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	66
MEERKAMPEN .....	68
ESTAFETTES .....	69
Mannen 60 .....	70
LOOPONDERDELEN .....	70
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	72
MEERKAMPEN .....	74
ESTAFETTES .....	76
Vrouwen 60 .....	77
LOOPONDERDELEN .....	77
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	79
MEERKAMPEN .....	80
ESTAFETTES .....	81
Mannen 65 .....	82
LOOPONDERDELEN .....	82
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	84
MEERKAMPEN .....	86
ESTAFETTES .....	88
Vrouwen 65 .....	89
LOOPONDERDELEN .....	89
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	91
MEERKAMPEN .....	92
ESTAFETTES .....	93
Mannen 70 .....	94
LOOPONDERDELEN .....	94
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	96
MEERKAMPEN .....	97

ESTAFETTES.....	98
Vrouwen 70.....	99
LOOPONDERDELEN.....	99
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	101
MEERKAMPEN.....	102
ESTAFETTES.....	103
Mannen 75.....	104
LOOPONDERDELEN.....	104
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	106
MEERKAMPEN.....	107
ESTAFETTES.....	108
Vrouwen 75.....	109
LOOPONDERDELEN.....	109
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	111
MEERKAMPEN.....	112
ESTAFETTES.....	113
Mannen 80.....	114
LOOPONDERDELEN.....	114
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	116
MEERKAMPEN.....	117
ESTAFETTES.....	118
Vrouwen 80.....	119
LOOPONDERDELEN.....	119
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	121
MEERKAMPEN.....	122
ESTAFETTES.....	123
Mannen 85.....	124
LOOPONDERDELEN.....	124
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	126
MEERKAMPEN.....	127
ESTAFETTES.....	128
Vrouwen 85.....	129
LOOPONDERDELEN.....	129
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	130
MEERKAMPEN.....	131
ESTAFETTES.....	132
Mannen 90.....	133
LOOPONDERDELEN.....	133
TECHNISCHE ONDERDELEN.....	134

MEERKAMPEN .....	135
ESTAFETTES.....	136
Vrouwen 90 .....	137
LOOPONDERDELEN .....	137
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	138
MEERKAMPEN .....	139
ESTAFETTES.....	140
Mannen 95 .....	141
LOOPONDERDELEN .....	141
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	142
MEERKAMPEN .....	143
ESTAFETTES.....	144
Vrouwen 95 .....	145
LOOPONDERDELEN .....	145
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	146
MEERKAMPEN .....	147
ESTAFETTES.....	148
Mannen 100 .....	149
LOOPONDERDELEN .....	149
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	150
MEERKAMPEN .....	151
ESTAFETTES.....	152
Vrouwen 100 .....	153
LOOPONDERDELEN .....	153
TECHNISCHE ONDERDELEN .....	154
MEERKAMPEN .....	155
ESTAFETTES.....	156

## 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 2015 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 2024 verschijnt er elk jaar een update van de het overzicht van de historie van de Nederlandse Indoorrecords.

## 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 indoorrecords opgenomen, die volgens de huidige regelgeving nog als record worden erkend. Hierin is de lijn van de World 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 baanrecords, de wegrecords en de pararecords 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.

## Indooratletiek

Vanaf de 50-er jaren werden er in de Verenigde Staten en later ook in Canada incidenteel indooratletiekwedstrijden gehouden, die bestonden uit een kort programma atletiek met daarnaast andere sporten (boksen, worstelen) en ook vaak drumbands en cheergirls en majorettes.

Door het succes in de Verenigde Staten ging men ook in Europa belangstelling tonen en rond 1960 vonden er in Duitsland en Frankrijk ook al indoorwedstrijden plaats met internationale deelname en soms zelfs met Amerikanen. In ons land vond de eerste indoorwedstrijd plaats in februari 1962 in een veilinghal in Poeldijk, waarbij het schaars aanwezige publiek zelf een tribune mocht bouwen van de rijkelijk aanwezige veilingkistjes. Regelmatiger ging men in Amsterdam te werk, waar men vanaf 1963 jaarlijks in de "Oude Rai" een senioren en enkele juniorenwedstrijd ging organiseren met meer of minder publiek. Van de eerste wedstrijd schreef de Atletiekwereld: "geen sfeer, geen publiek.

Door een gebrek aan grote hallen bleef de interesse op een laag pitje sudderen, maar men ging het wel door het gehele land proberen, vaak in veel (te) kleine hallen en daardoor vaak ook alleen voor de jongere jeugd, die steeds enthousiast in grote getale opkwam (het was iets nieuws en een leuke onderbreking van de nogal eentonige wintertraining).

Meerdere belangstelling kwam er duidelijk toen men in Groningen op een speciaal geconstrueerde baan tweedaagse wedstrijden ging houden en als gevolg van die meerdere interesse ging de KNAU er toe over om ook . nationale kampioenschappen te doen organiseren, voor het eerst in 1969.

## Programma

Oorspronkelijk heeft een IAAF-commissie van deskundigen vastgesteld dat in de hallen, in verband met de betrekkelijk geringe hoeveelheid zuurstof, die aanwezig is en de geringe ventilatiemogelijkheden men het best de normale afstanden kon verwerken op plm. 60% van de buitenafstanden, vandaar dat de eerste Europese programma's afstanden vermelden van 60 m (i.p.v. 100 m - mede door de dikwijls onmogelijk langere afmeting van de hallen) 500 m (i.p.v. 800 m) en 1000 m (i.p.v. 1500 m).

Toen het aantal hallen dat grotere afmetingen had zich uitbreidde en het aantal wedstrijden toenam heeft men, zonder dat hierover een voorschrift gemaakt werd de te lopen afstanden weer goeddeels in overeenstemming

gebracht met de buiten gebruikelijke. De IAAF heeft zich, ondanks het nimmer herroepen medisch advies tegen deze gang van zaken niet verzet.

### **Accommodaties**

Bij het indorgebeuren speelt uiteraard de kwaliteit van de accommodatie een grote rol, niet alleen de lengte van de baan. Pas halverwege de jaren 80 heeft IAAF bepaald dat records slechts zullen worden erkend als ze gemaakt zijn op banen met een maximum lengte van 200 m., maar ook de gesteldheid van de bodem, waarop gelopen moet worden. Dat kan zijn: parket, hout, hout met lichteronder, eventueel in beide gevallen belegd met kunststof, beton, latten op beton, kunststof op beton en ook nog asfalt.

In de jaren daarvoor werden diverse wedstrijden, waaronder de Nederlandse kampioenschappen ook diverse malen op langere (de baan in Maastricht was 267m) of kortere banen gehouden. Dit maakt het lastig om alle prestaties uit het verleden met elkaar te vergelijken.

### **Recordhoud(st)ers**

Er is naar gestreefd om bij de achternamen van de recordhouders/-sters ook hun voor- of roepnamen te vermelden, echter is dit niet in alle gevallen gelukt, omdat het vroeger ongebruikelijk was om in publicaties de atleten bij de voor- of roepnaam te vermelden.

Het heeft de nodige moeite gekost om bij de estafette-records de samenstelling van de betrokken (club)teams te achterhalen, maar dankzij de welwillende medewerking van alle benaderde verenigingen konden vele namen worden bijgevoegd. Gelukkig waren er ook verslaggevers in de vroegere jaren die de samenstellingen van de estafetteploegen in hun publicaties vermeldden, waardoor namen van leden van de niet meer bestaande verenigingen konden worden achterhaald. Bovendien is een aantal oudgedienden benaderd om aanvullende gegevens en gelukkig kon ook hier in de meeste gevallen de gevraagde informatie verstrekt.

### **Tijdwaarneming**

Een belangrijke verandering voor het erkennen van een aantal looprecords was de invoering van de volautomatische elektronische tijdwaarneming (V.A.T.). Vóór 1975 werden de volautomatische elektronische tijden gelijkgesteld met de handgeklokte tijden. Dit betekende dat een elektronisch opgenomen tijd van bijvoorbeeld 43.44 seconde werd afgerond op 43,5 seconde. Toen werd vastgesteld dat de handgeklokte tijden voor afstanden t/m 400 meter een snellere tijd te zien gaven in vergelijking met de elektronisch opgenomen tijden. Deze afwijking werd gelijkgetrokken door voor de afstanden t/m de 300 meter 24/100 seconde bij te tellen, en tussen 300 en 400 meter 14/100 seconde bij te tellen bij de handgeklokte tijden.

In 1975 werden voor het vestigen van Nederlandse records limieten ingesteld voor volautomatische elektronisch opgenomen tijden voor de afstanden t/m 400 meter, gebaseerd op bovengenoemde omrekening minus 1/100 seconde. In dat jaar gingen in navolging van de wereldrecordlijst voor de afstanden t/m 400 meter aparte Nederlandse records gelden voor zowel elektronische- als handgeklokte tijden. Dit veranderde in 1976 toen werd bepaald dat de beste tijd, hetzij elektronisch, hetzij handgeklokt, als Nederlands record zou worden erkend, gebaseerd op de eerder genoemde omrekening.

Deze situatie bleef gehandhaafd t/m 1978. Het betekende dat in die jaren ook handgeklokte tijden werden erkend, soms ging dit ten koste van reeds erkende records met elektronische tijden. Er waren ook elektronische tijden van vóór 1975 werden alsnog aan de Nederlandse recordlijst toegevoegd. Het ging hierbij in een enkel geval om tijden die vóór 1975 als handgeklokte tijden op de Nederlandse recordlijst stonden vermeld, maar die in werkelijkheid elektronisch waren opgenomen.

In de loop van 1977 werden voor de afstanden t/m 400 meter geen handgeklokte tijden meer erkend als Nederlands record. Dit kreeg een vervolg door in 1978 de overgebleven handgeklokte tijden van de geldende recordlijst af te voeren. Dit was in overeenstemming met een besluit dat door het I.A.A.F.-congres in Moskou was genomen met betrekking tot de Wereld- en Europese records. Later bleek dat een aantal Nederlandse records boven de 400 meter met handgeklokte tijden op de recordlijst stonden vermeld, die in werkelijkheid elektronisch waren opgenomen. Waar dit mogelijk was, werden deze tijden vervangen door elektronische tijden.

Per 2010 is deze regel verruimd en kan er geen handgeklokte tijd meer erkend worden als Nederlands record op afstanden t/m 800 meter en bij de estafettes kunnen ook de 4 x 400 ook niet meer met een handgeklokte tijd worden aangevraagd.

### **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. 2004 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 35e 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****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
6.72	Troy Douglas	Haag Atletiek	Samara (ESP)	03-02-2002

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
22.15	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Den Haag	25-02-1996

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
47.95	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Den Haag	24-02-1996

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met een limiet van 1.59.30 min</i>				
1:58.33	Harold van Eerde	Haag Atletiek	Gent (BEL)	18-02-2006
1:58.21	Ronald Weevers	Prins Hendrik, Vught	Dortmund (GER)	20-01-2008
1:56.08	Marijn van der Putten	a.v. Haarlemmermeer	Apeldoorn	27-02-2011
1:54.84	Marijn van der Putten	a.v. Haarlemmermeer	Apeldoorn	25-02-2012
1:52.83	Tom Disveld	AAC, Amsterdam	Apeldoorn	28-01-2023

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met een limiet van 4.03.00 min</i>				
4:00.42	Marijn van der Putten	a.v. Haarlemmermeer	Apeldoorn	12-02-2011
4:00.15	Michiel Löschner	GAC, Hilversum	Apeldoorn	07-01-2012
3:57.49	Michiel Löschner	GAC, Hilversum	Luxembourg (LUX)	04-02-2012
3:47.43	Tom Disveld	AAC, Amsterdam	Apeldoorn	20-02-2021

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met een limiet van 4:28.00 min</i>				
5:08.74	Jelle Hanswijk	Climax, Ede	Apeldoorn	25-01-2025

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie</i>				
8:22.66	Simon Vroemen	Sprint, Breda	Gent (BEL)	19-02-2005

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 5 horden met een hoogte van 99,1 cm.</i>				
7.95	James Sharpe	AAC, Amsterdam	Boedapest (HUN)	15-01-2000

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
7.91	Marcel van der Westen	Phanos, Amsterdam	Amsterdam	22-01-2012

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
12:44.0h	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Den Haag	14-02-1998

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.95	Erik Rollenberg	a.v. Haarlem	Eelde	06-01-1996
2.13	Jan Peter Larsen	ARV Ilion, Zoetermeer	Apeldoorn	27-02-2016

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4.70	Ed van der Kaaij	AAC, Amsterdam	Dortmund (GER)	01-03-1998
5.40	Laurens Looije	ARV Ilion, Zoetermeer	Gent (BEL)	16-02-2008

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
6.76	Jeroen Bronwasser	Prins Hendrik, Vught	Den Haag	06-02-1994

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie</i>				
15.14	Manuel Ellsworth	Rotterdam Atletiek	Gent (BEL)	19-02-2005

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 7,26 kg.</i>				
14.00	Marcel Dost	Archeus, Winterswijk	Enschede	30-10-2005
14.43	Gerard Sluiter	Hellas, Utrecht	Groningen	27-01-2008
14.82	Gerard Sluiter	Hellas, Utrecht	Clermont-Ferrand (FRA)	20-03-2008
15.41	Stein Kuiper	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	01-03-2009
17.15	Erik van Vreumingen	Haag Atletiek	Apeldoorn	04-02-2018
17.58	Erik Cadée	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	17-02-2019

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 15,88 kg.</i>				
11.97	Jeroen Vis	PAC, Rotterdam	Sittard	20-02-2016

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60 m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
3.303	Marcel Roosen	PSV, Eindhoven			Gent (BEL)		05-02-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.53	5.83	11.02	1.70	2:54.62	
	Punten	823	613	547	619	701	
3.404	Gerard Faaij	Avantri, Schoonhoven			Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.79	6.31	11.16	1.78	3:00.41	
	Punten	761	727	556	687	673	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.494	Gerard Faaij	Avantri, Schoonhoven			Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.79	6.31	11.16	1.78	3:00.41	
	Punten	851	727	556	687	673	
3.565	Marcel Roosen	PSV, Eindhoven			Clermont-Ferrand (FRA)		13-08-2008
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.36	6.27	11.43	1.69	2:56.25	
	Punten	952	716	572	610	715	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.493	Marcel Roosen	PSV, Eindhoven			Clermont-Ferrand (FRA)		13-08-2008
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.36	6.27	11.43	1.69	2:56.25	
	Punten	925	688	597	569	714	
3.612	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Jyväskylä (FIN)		04-04-2012
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.40	6.27	13.18	1.78	3:02.06	
	Punten	915	688	708	644	657	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.612	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Jyväskylä (FIN)		04-04-2012
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.40	6.27	13.18	1.78	3:02.06	
	Punten	915	688	708	644	657	
3.616	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.46	6.47	12.47	1.75	2:57.86	
	Punten	900	736	663	619	698	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.573	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.46	6.47	12.47	1.75	2:57.86	
	Punten	869	746	670	602	686	

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp; 60 m H - pols - 1.000 m</i>							
4.874	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Apeldoorn		19-02-2012
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols
							1000m

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
Prestatie	7.33	6.31	12.31	1.72	8.79	3.90	2:58.13	
Punten	802	700	653	593	825	606	695	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
4.874	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Apeldoorn		19-02-2012	
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	7.33	6.31	12.31	1.72	8.79	3.90	2:58.13	
Punten	802	700	653	593	825	606	695	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
4.793	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen			Apeldoorn		19-02-2012	
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	7.33	6.31	12.31	1.72	8.79	3.90	2:58.13	
Punten	769	709	659	577	793	603	683	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
1:43.40	Ron Schijfs	DJA, Zundert	Clermont-Ferrand (FRA)	22-03-2008
	Wan Bakx	TION, Enschede		
	Hans van der Linden	DAK, Drunen		
	Richard Janssens	Lycurgus, Krommenie		
1:37.26	Luc de Krosse	Ciko '66, Arnhem	Apeldoorn	30-01-2016
	Sten van der Graaf			
	Ezra Hendriks			
	Ricardo Rivers			

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
4:09.12	Frank Bossers	Spado, Bergen op Zoom	Gent (BEL)	08-03-2025
	Hans Quist			
	Arnold Bolders			
	Jurgen van Laerhoven			

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2005 ingesteld zonder limiet</i>				
<i>Vacant</i>				

**Vrouwen 35****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
8.02	Tilly Verhoef	Sparta, Den Haag	Den Haag	30-01-1994
7.96	Tilly Verhoef	Sparta, Den Haag	Den Haag	13-02-1994
7.90	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Sittard	12-02-2006
7.81	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Linz (AUT)	18-03-2006
7.75	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Linz (AUT)	18-03-2006
7.69	Esther Dankwah	Haag Atletiek	Torun (POL)	27-03-2019

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
26.88	Joke Torbijn	Parthenon, Dordrecht	Den Haag	12-12-1992
26.40	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	29-01-1995
26.34	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	05-02-1995
26.11	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	12-02-1995
25.86	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Gent (BEL)	19-02-2005
25.72	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Linz (AUT)	15-03-2006
25.46	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Linz (AUT)	16-03-2006

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
58.27	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	04-02-1996
58.01	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	11-02-1996

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
2:22.5h	Janny Kuper-de Leeuw	PEC 1910, Zwolle	Zwolle	22-01-1994
2:21.73	Janny Kuper-de Leeuw	PEC 1910, Zwolle	Den Haag	13-02-1994
2:20.96	Maaïke Hornstra	Friesland St.Jacobiparochie	Zuidbroek	21-01-2001
2:19.30	Mascha Kunst	Holland, Haarlem	Dortmund (GER)	06-03-2005
2:12.09	Ingrid Grutters	Atverni, Nieuwegein	Apeldoorn	13-02-2011
2:10.55	Ingrid Grutters	Atverni, Nieuwegein	Apeldoorn	26-02-2012

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
5:05.83	Joke Huis in 't Veld	Sparta, Den Haag	Den Haag	19-02-1994
4:49.89	Hetty Everhardus	Noordkop, Den Helder	Den Haag	15-01-1995
4:49.42	Margret Sandbrink	GAC, Gemert	Den Haag	17-03-1996
4:25.29	Elly van Hulst	Mita TC, Zuid-Beijerland	Den Haag	24-02-1996

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
5:15.41	Hetty Everhardus	Noordkop, Den Helder	Den Haag	30-01-1994
5:05.79	Ingrid Grutters	Atverni, Nieuwegein	Gent (BEL)	26-12-2011

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
10:23.63	Annet van der Tholen	Trias, Heiloo	Den Haag	31-01-1993
10:21.98	Hetty Everhardus	Noordkop, Den Helder	Den Haag	25-02-1996
9:13.84	Elly van Hulst	Mita TC, Zuid-Beijerland	Erfurt (GER)	15-02-1995

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
9.74	Marianne Langezaal	De Bataven, Leiden	Den Haag	03-02-1991
9.49	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam	Gent (BEL)	26-02-2005
9.09	Neeltje van Hulten	Phoenix, Utrecht	Apeldoorn	12-02-2011

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 17:40.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
18:55.97	Loes van Bremen-vd Beemt	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	12-02-2022
18:03.60	Loes van Bremen-vd Beemt	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	04-02-2023

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records</i>				
1.45	Tiny Hellendoorn	RK DOS, Kampen	Zwolle	19-01-1992
1.45	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Den Haag	26-01-1992
1.45	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Den Haag	11-12-1994
1.55	Saskia Andringa	PAC, Rotterdam	Den Haag	30-01-1999
1.56	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Zuidbroek	23-01-2000
1.60	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Bordeaux (FRA)	08-03-2001
1.65	Patsy Kolhorn	Achilles, Etten-Leur	Dortmund (GER)	20-01-2002
1.66	Patsy Kolhorn	Achilles, Etten-Leur	Gent (BEL)	16-02-2002
1.68	Titia van Osch	AAC, Amsterdam	San Sebastian (ESP)	20-03-2013

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.75</i>				
3.50	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Birmingham (GBR)	13-01-2002
3.59	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Eton (GBR)	08-02-2003
3.80	Sandra van der Geer	Ilion, Zoetermeer	Zoetermeer	15-12-2007

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
5.07	Joke Torbijn	Parthenon, Dordrecht	Den Haag	12-12-1992
5.18	Tilly Verhoef	Sparta, Den Haag	Den Haag	30-01-1994
5.43	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Sittard	12-02-2006

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8.10 meter.</i>				
10.54	Evie Roelands	DJA, Zundert	Birmingham (GBR)	02-03-1997
10.63	Ellen Tromp	GAC, Hilversum	Sittard	13-02-2005
10.63	Sandra van der Geer	Ilion, Zoetmeer	Gent (BEL)	15-03-2008
10.66	Sandra van der Geer	Ilion, Zoetmeer	Clermont-Ferrand (FRA)	21-03-2008
10.87	Iris Waanders	Prins Hendrik, Vught	Dortmund (GER)	08-01-2012
11.34	Wendy Visser	Phanos, Amsterdam	Apeldoorn	03-02-2017
11.65	Patricia Jacott-Krolis	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	03-02-2024
12.19	Patricia Jacott-Krolis	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	17-02-2024

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
13.29	Els Stolk	ADA, Amsterdam	Den Haag	15-02-1992
13.43	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Sittard	11-02-2018

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2008 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 9,08 kg.</i>				
11.59	Hanneke Reinders	Groningen Atletiek	Helsinki (FIN)	23-03-2007
11.73	Yvette Bot	SAV, Grootebroek	Kamloops (CAN)	05-03-2010
17.82	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	Sittard	11-02-2018

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
3.001	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Zwolle		21-01-1995
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.64	1.42	8.74	4.94	2:46.26	
	Punten	692	655	447	643	564	
3.223	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.94	1.60	10.12	4.36	2:35.02	
	Punten	639	879	537	474	694	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.071	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.94	1.60	10.12	4.36	2:35.02	
	Punten	627	806	574	433	631	
3.260	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam			Gent (BEL)		26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.49	1.49	8.07	4.79	2:29.06	
	Punten	893	678	433	551	705	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.177	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam			Gent (BEL)		26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.49	1.49	8.07	4.79	2:29.06	
	Punten	810	678	433	551	705	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.268	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam			Gent (BEL)		26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.49	1.49	8.07	4.79	2:29.06	
	Punten	877	689	423	565	714	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.268	Agnes Elling	Phanos, Amsterdam			Gent (BEL)		26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.49	1.49	8.07	4.79	2:29.06	
	Punten	877	689	423	565	714	
3.325	Wendy Visser	Phanos, Amsterdam			Madrid (ESP)		24-03-2018
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.51	1.45	10.47	5.04	2:39.90	
	Punten	873	644	585	640	583	
3.327	Wendy Visser	Phanos, Amsterdam			Toruń (POL)		29-03-2019
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.45	1.45	9.77	5.09	2:37.83	
	Punten	885	644	537	654	607	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.182	Wendy Visser	Phanos, Amsterdam			Toruń (POL)		29-03-2019
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.45	1.45	9.77	5.09	2:37.83	
	Punten	818	588	537	628	611	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1:52.47	Sonja Kuipers	De Sperwers, Emmen	Zwolle	21-01-1995
	Diny van de Ven	Prins Hendriks, Vught		
	Janny Kuper	PEC 1910, Zwolle		
	Tilly Verhoef	Sparta, Den Haag		
1:52.23	Melina Congiu	Groningen Atletiek	Apeldoorn	08-02-2020
	Janneke Visser	EAC De Sperwers, Emmen		
	Marloes ten Napel Zacharias	Scorpio, Oosterhout		
	Wendy Visser	Phanos, Amsterdam		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
12:32.87	Jeanet Verbeek	PAC, Rotterdam	Den Haag	24-03-1996
	Carla Blom			
	Jos Kroon			
	Sjaan van der Hoek			

**Mannen 40****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
7.0h	Fred Lobman	Metro, Rotterdam	Dortmund (GER)	29-01-1989
7.21	Gerrit de Man	Hercules, Dordrecht	Den Haag	13-03-1999
7.18	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Dortmund (GER)	04-02-2001
7.17	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Dortmund (GER)	04-03-2001
7.13	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Dortmund (GER)	04-03-2001
6.78	Troy Douglas	Haag Atletiek	Zuidbroek	25-01-2003

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
24.03	Fred Lobman	Metro, Rotterdam	Düsseldorf (GER)	25-02-1989
23.46	Henk Brouwer	Ciko '66, Arnhem	Den Haag	04-02-1996
23.09	Gerrit de Man	Hercules, Dordrecht	Den Haag	30-01-1999
22.55	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Gent (BEL)	25-11-2000
22.38	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Gent (BEL)	30-12-2000
22.05	Troy Douglas	Haag Atletiek	Gent (BEL)	15-02-2003

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
52.6h	Fred van Gasteren	Cialfo, Epe	Dortmund (GER)	16-02-1992
51.89	Henk Brouwer	Ciko '66, Arnhem	Den Haag	19-02-1994
51.86	Henk Brouwer	Ciko '66, Arnhem	Den Haag	05-02-1995
49.83	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	23-12-2000
49.22	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Dortmund (GER)	04-02-2001

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
2:02.1h	Cees Meijer	SAV, Grootebroek	Den Haag	21-03-1993
2:02.09	Theo van Grevenhof	DEM, Beverwijk	Den Haag	13-02-1994
2:00.59	Henk van Eck	HAC, Helmond	Birmingham (GBR)	01-03-1997
1:59.37	Frank Wiegman	Leiden Atletiek	Gent (BEL)	19-02-2005
1:58.36	Ronald Weevers	Prins Hendrik, Vught	Dortmund (GER)	03-01-2010
1:57.57	Ron van Diepen	Hera, Heerhugowaard	Apeldoorn	29-01-2011
1:56.34	Marijn van der Putten	Av Haarlemmermeer	Apeldoorn	17-02-2018

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4:15.0 min.</i>				
4:08.6h	Henk van Eck	HAC, Helmond	Dortmund (GER)	02-02-1997
4:06.66	Ruud van der Laan	Almere '81	Den Haag	23-01-1999
4:06.32	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Gent (BEL)	23-12-2006

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:04.41	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Dortmund (GER)	07-01-2007
4:03.76	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Dortmund (GER)	06-01-2008
4:00.90	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Dortmund (GER)	10-01-2010
3:58.96	Ron van Diepen	Hera, Heerhugowaard	Apeldoorn	27-02-2011

### 1 Engelse mijl

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
4:35.70	Cees Meijer	SAV, Grootebroek	Den Haag	30-01-1994
4:31.74	Henri Havinga	AV '40, Delft	Gent (BEL)	23-01-2005
4:24.40	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Gent (BEL)	26-12-2007

### 3 000 m

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
8:31.29	John van der Wansem	Phoenix, Utrecht	Den Haag	03-02-1991

### 60 m horden

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records * 5 horden met een hoogte van 99,1 cm.</i>				
9.43	Ger Heinsius	SAV, Grootebroek	Den Haag	24-03-1991
8.99	Rob de Weger	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	21-01-2001
8.71	Rob de Weger	AV '23, Amsterdam	Gent (BEL)	16-02-2002
8.54	Wan Bakx	TION, Enschede	Sindelfingen (GER)	10-03-2004
8.47	Wan Bakx	TION, Enschede	Helsinki (FIN)	22-03-2007

### 3 000 m snelwandelen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
13:27.6h	Tjabel Ras	PAC, Rotterdam	Rotterdam	15-02-1977
12:44.61	Henk Plasman	Generaal Michaëlis, Best	Den Haag	14-02-1998
12:30.19	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	21-02-2004

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
1.90	Leo Poirot	Hercules, Dordrecht	Dordrecht	11-03-1984
1.90	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Dortmund (GER)	06-02-1994
1.91	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek	Linz (AUT)	16-03-2006

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie</i>				
4.20	Frans van der Ham	Avantri, Schoonhoven	Den Haag	12-02-1995
4.23	Ed van der Kaaij	AAC, Amsterdam	Amsterdam	20-12-2000
4.30	Ed van der Kaaij	AAC, Amsterdam	Dortmund (GER)	07-01-2001
4.80	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Gainesville (USA)	01-02-2004
4.91	Christiaan Leeuwenburgh	Sparta, Den Haag	Gainesville (USA)	06-03-2004

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
6.10	Gerard Moors	Sprint, Breda	Hoboken (BEL)	23-02-1991
6.48	Alje Kuiper	ARV Illion, Zoetermeer	Zuidbroek	21-01-2001
6.52	Alje Kuiper	ARV Illion, Zoetermeer	Gent (BEL)	16-02-2002
6.75	Alje Kuiper	ARV Illion, Zoetermeer	Sindelfingen (GER)	13-03-2004

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
12.95	Gerard Moors	Sprint, Breda	Hoboken (BEL)	15-03-1992
13.07	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Zoetermeer	17-12-2005
13.35	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Linz (AUT)	17-03-2006
13.39	Lars Janssen	Phoenix, Utrecht	Boedapest (HUN)	28-03-2014
13.43	Lennart Teunissen	Altis, Amersfoort	Apeldoorn	13-02-2022

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records * 7,26 kg.</i>				
15.05	Martin Regtop	TION, Enschede	Enschede	11-03-1989
15.56	Stein Kuiper	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	06-02-2010
16.70	Erik van Vreumingen	Haag Atletiek	Apeldoorn	03-02-2019

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 15,88 kg.</i>				
15.06	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Clemont-Ferrand (FRA)	20-03-2008

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>								
3.428	Alfredo Leenderts	Scorpio, Oosterhout				San Sebastian (ESP)		06-03-2003
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	9.84	6.08	11.20	1.69	3:00.43		
	Punten	658	755	576	679	760		
3.664	Wan Bakx	TION, Enschede				Sindelfingen (GER)		10-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.54	6.31	8.83	1.70	2:58.02		
	Punten	939	816	429	696	784		
3.782	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek				Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.94	6.23	11.50	1.91	3:13.35		
	Punten	848	795	595	906	638		
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.834	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek				Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.94	6.23	11.50	1.91	3:13.35		
	Punten	900	795	595	906	638		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.711	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek				Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.94	6.23	11.50	1.91	3:13.35		
	Punten	867	764	655	803	622		
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.711	Remco Tournier	Rotterdam Atletiek				Linz (AUT)		16-03-2006
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.94	6.23	11.50	1.91	3:13.35		
	Punten	867	764	655	803	622		
3.863	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen				Ancona (ITA)		30-03-2016
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.71	6.42	12.98	1.72	2:59.90		
	Punten	920	811	756	627	749		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.826	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen				Ancona (ITA)		30-03-2016
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.71	6.42	12.98	1.72	2:59.90		
	Punten	872	823	755	644	732		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats			Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>									
5.088	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen				Berlin (GER)			11-03-2018
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
	Prestatie	7.40	6.09	12.34	1.72	8.79	3.60	3:06.00	
	Punten	851	727	712	627	900	581	690	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>									
4.998	Justin François	Groene Ster, Zevenbergen				Berlin (GER)			11-03-2018

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>				<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	7.40	6.09	12.34	1.72	8.79	3.60	3:06.00	
Punten	802	739	711	644	853	576	673	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:48.72	Arie Sluimer Hans Buijze Frank Larsen Arnold Poels	ARV Illion, Zoetemeer	Den Haag	12-02-1995 <sup>1</sup>
1:48.05	Hans Peeters Jan Huijbers Jan Jansen Theo Peeters	a.v. Valkenswaard GAC, Gemert a.v. Valkenswaard a.v. Valkenswaard	Eskilstuna (SWE)	13-03-2005
1:41.06	Rob Klarenbeek Adrie Dunnebier Henk Nordt Martin Overmars	Zuidwal, Huizen	Den Haag	28-01-1996 <sup>2</sup>

- 1) Onduidelijk waarom deze destijds niet is erkend als NR.
- 2) Na samenvoegen van de lijsten (2022) is het record verenigingen als NR benoemd, onduidelijk is waarom het destijds niet als NR is erkend.

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Vrouwen 40****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
8.33	Rini Hagens	PAC, Rotterdam	Den Haag	31-01-1993
8.31	Rini Hagens	PAC, Rotterdam	Den Haag	30-01-1994
7.98	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	08-12-1996
7.92	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Zwolle	26-01-1997

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
26.91	Rini Hagens	PAC, Rotterdam	Den Haag	28-02-1993
25.92	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	08-12-1996
25.58	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	25-01-1998

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
63.83	Diny van de Ven	Prins Hendrik, Vught	Den Haag	07-02-1993
63.59	Diny van de Ven	Prins Hendrik, Vught	Glasgow (GBR)	20-03-1994
62.54	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Gent (BEL)	24-01-1996
56.82	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Den Haag	02-02-1997

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
2:24.30	Diny van de Ven	Prins Hendrik, Vught	Den Haag	31-01-1993
2:24.13	Diny van de Ven	Prins Hendrik, Vught	Gent (BEL)	27-02-1993
2:23.85	Florence van Rijsbergen	THOR, Roosendaal	Gent (BEL)	19-02-2005
2:18.28	Chantal Baartse	HAC, Helmond	Dortmund (GER)	05-01-2014
2:17.91	Chantal Baartse	HAC, Helmond	Apeldoorn	25-01-2014
2:17.31	Chantal Baartse	HAC, Helmond	Apeldoorn	21-02-2015

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
5:06.75	Sija Pepping	Noordkop, Den Helder	Den Haag	10-01-1993
5:05.2h	Elly Schouten	HAC, Helmond	Dortmund (GER)	22-12-1996
4:51.32	Florence van Rijsbergen	THOR, Roosendaal	Eskilstuna (SWE)	13-03-2005
4:42.50	Ingrid Grutters	AV Atverni, Nieuwegein	Toruń (POL)	27-03-2015

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:44.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
5:31.16	José van der Veen	AV Impala, Drachten	Boston (USA)	02-03-2025

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 12:40.0h min</i>				
11:05.99	Hetty Everhardus	Noordkop, Den Helder	Zuidbroek	22-01-2000
10:08.97	Florence van Rijsbergen	THOR, Roosendaal	Sindelfingen (GER)	11-03-2004

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
10.25	Marianne Langezaal	De Bataven, Leiden	Den Haag	15-01-1995
10.20	Evie Roelands	DJA, Zundert	Zuidbroek	21-01-2001
10.20	Hanny Barnhoorn	Trias, Heiloo	Zuidbroek	21-01-2001
10.19	Evie Roelands	DJA, Zundert	Bordeaux (FRA)	09-03-2001
10.06	Hanny Barnhoorn	Trias, Heiloo	Gent (BEL)	16-02-2002
9.89	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Utrecht	07-12-2008
9.62	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Apeldoorn	01-03-2009
9.56	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Ancona (ITA)	27-03-2009
9.29	Eefje Swinkels	HAC, Helmond	Gent (BEL)	06-02-2016
9.29	Tanja van der Plas	AV Lycurgus, Assendelft	Apeldoorn	04-02-2024

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
17:20.90	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Den Haag	14-01-1995

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.30 meter.</i>				
1.50	Lia Bruin	Sparta, Den Haag	Den Haag	08-02-1998
1.50	Evie Roelands	DJA, Zundert	Den Haag	30-01-1999
1.60	Patsy Kolhorn	Achilles, Etten-Leur	Gent (BEL)	15-02-2003

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.50 meter.</i>				
2.70	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Zoetermeer	11-01-2003
3.51	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Sutton (GBR)	31-01-2004
3.58	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Gent (BEL)	21-02-2004
3.60	Larissa Lowe	AAC, Amsterdam	Sindelfingen (GER)	12-03-2004

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
4.92	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Den Haag	14-01-1996
5.06	Evie Roelands	DJA, Zundert	Den Haag	30-01-1999
5.50	Angelique Hogeveen	Phanos, Amsterdam	Sittard	10-02-2008

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7.70 meter.</i>				
9.57	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Zwolle	26-01-1997
10.38	Evie Roelands	DJA, Zundert	Hoboken (BEL)	26-12-1998
10.74	Evie Roelands	DJA, Zundert	Malmö (SWE)	07-03-1999

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 4,00 kg</i>				
13.27	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Den Haag	17-03-1996
13.38	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Birmingham (GBR)	01-03-1997
13.98	Els Stolk	AAC, Amsterdam	Den Haag	14-02-1998

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 9,08 kg.</i>				
13.89	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Helsinki (FIN)	23-03-2007

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>				<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
2.740	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Gent (BEL)				26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.70	1.46	9.70	3.98	2:53.47	
	Punten	509	736	619	398	478	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.814	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden	Gent (BEL)				26-02-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.70	1.46	9.70	3.98	2:53.47	
	Punten	583	736	619	398	478	
3.503	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.56	1.39	10.22	5.25	2:56.72	
	Punten	961	655	659	783	445	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.527	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.56	1.39	10.22	5.25	2:56.72	
	Punten	980	655	618	795	479	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.527	Tinka Smith	Leiden Atletiek	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.56	1.39	10.22	5.25	2:56.72	
	Punten	980	655	618	795	479	
3.563	Eefje Swinkels	HAC, Helmond	Gent (BEL)				06-02-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.29	1.40	9.41	4.88	2:42.68	
	Punten	1035	666	558	674	630	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.445	Eefje Swinkels	HAC, Helmond	Gent (BEL)				06-02-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.29	1.40	9.41	4.88	2:42.68	
	Punten	989	621	562	648	625	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:53.02	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Malmö (SWE)	07-03-1999
	Evie Roelands	DJA, Zundert		
	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught		
	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 45****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
7.51	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	17-03-1996
7.47	Ricardo Hill	Hercules, Dordrecht	Zuidbroek	21-01-2001
7.44	Ricardo Hill	Hercules, Dordrecht	Bordeaux (FRA)	10-03-2001
7.43	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Sittard	04-02-2007
7.38	Erik Oostweegel	Startbaan, Amstelveen	Helsinki (FIN)	22-03-2007
7.31	Tunde Leidsman	Atletiek Maastricht	Gent (BEL)	08-03-2020

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
23.97	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	05-02-1994
23.89	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	12-02-1995
23.56	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	14-01-2006
23.25	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	18-03-2007
23.24	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
52.97	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	29-01-1995
52.14	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	18-02-2006
51.93	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	30-12-2006
51.52	Eric Roeske	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	18-03-2007

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met de beste seizoenprestatie als limiet</i>				
2:06.1h	Peter Jonker	a.v. Castricum	Zwolle	21-01-1995
2:05.4h	Cees Meijer	SAV, Grootebroek	Den Haag	22-03-1998
2:05.15	Cees Meijer	SAV, Grootebroek	Den Haag	30-01-1999
2:05.03	Cees Meijer	SAV, Grootebroek	Malmö (SWE)	07-03-1999
2:04.14	Henk van Eck	HAC, Helmond	Gent (BEL)	16-02-2002
2:03.34	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Dortmund (GER)	09-01-2011
2:02.53	Peter Poppe	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	04-03-2012
2:00.65	Michiel Löschner	AV Triathlon, Amersfoort	Apeldoorn	15-01-2023
2:00.45	Michiel Löschner	AV Triathlon, Amersfoort	Apeldoorn	28-01-2023

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
4:13.3h	Louis Vink	a.v. Edam	Naaldwijk	14-02-1981
4:09.40	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Dortmund (GER)	09-01-2011
4:08.25	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Apeldoorn	29-01-2011

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:06.46	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Apeldoorn	12-02-2011
4:06.44	Arthur van Dijk	AV Olympus '70, Naaldwijk	Apeldoorn	06-02-2016

### 1 Engelse mijl

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
4:41.74	Anton Treffers	SAV, Grootebroek	Den Haag	30-01-1994
4:39.89	Theo Peeters	a.v. Valkenswaard	Gent (BEL)	26-12-2008
4:35.32	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Gent (BEL)	26-12-2010
4:32.72	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Gent (BEL)	26-12-2012

### 3 000 m

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
9:20.8h	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Zwolle	20-01-1994
8:59.26	Ton van Doorn	a.v. Haarlem	Den Haag	02-02-1997
8:57.68	Benjamin Romkes	Zaanland, Zaandam	Apeldoorn	17-02-2013

### 60 m horden

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 11.15 sec * 5 horden met een hoogte van 99,1 cm.</i>				
9.48	Theo Brusche	Leiden Atletiek	Den Haag	07-02-1999
8.90	Wan Bakx	TION, Enschede	Apeldoorn	01-03-2009
8.70	Wan Bakx	TION, Enschede	Ancona (ITA)	26-03-2009
8.69	Wan Bakx	TION, Enschede	Kamloops (CAN)	02-03-2010

### 3 000 m snelwandelen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
14.30.6h	Hein Zethof	AVA '64, Aalsmeer	Arnhem	16-02-1974
14.28.87	Theo Koenis	De LAT, Amsterdam	Den Haag	22-02-1997
13.30.01	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	09-02-2008
13.15.67	Harold van Beek	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	04-03-2012

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1.60	Peter Blommestijn	AVR, Rotterdam	Utrecht	05-12-1987
1.60	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Gent (BEL)	28-12-1991
1.75	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gemert	11-01-1997
1.82	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Zwolle	26-01-1997
1.82	Ronald Naaktgeboren	Groene Ster, Zevenbergen	Apeldoorn	27-02-2011
1.82	Johan Nieuwhof	Startbaan, Amstelveen	Apeldoorn	27-02-2011
1.84	Johan Nieuwhof	Startbaan, Amstelveen	Gent (BEL)	19-03-2011

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records.</i>				
3.40	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Den Haag	07-02-1993
3.70	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Den Haag	24-01-1999
3.82	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	27-02-2011
4.00	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Gent (BEL)	18-03-2011
4.37	Alex van Zutphen	AAV'36	Breda	13-01-2024

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
5.78	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	23-01-1994
5.94	Jan Harland	Haag Atletiek	Zoetermeer	26-11-2005
6.55	Alje Kuiper	ARV Ilion, Zoetermeer	Groningen	29-01-2006
6.64	Alje Kuiper	ARV Ilion, Zoetermeer	Linz (AUT)	20-03-2006
6.72	Alje Kuiper	ARV Ilion, Zoetermeer	Zoetermeer	03-02-2007

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
10.39	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Den Haag	30-01-1994
10.70	Koos Reiding	Rotterdam Atletiek	Den Haag	26-01-1997
12.01	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Düsseldorf (GER)	03-02-2001
12.36	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Apeldoorn	27-02-2011
12.82	Maarten Smitskamp	Startbaan, Amstelveen	Gent (BEL)	16-03-2011

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 7,26 kg.</i>				
14.20	Jacques Janssen	Scopias, Tegelen	Düsseldorf (GER)	27-02-1993
14.40	Martin Regtop	TION, Enschede	Enschede	29-10-1995
14.67	Stein Kuiper	Prins Hendrik, Vught	Boedapest (HUN)	30-03-2014
14.72	Hans Lolkema	AV Heerenveen	Apeldoorn	04-02-2018

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 15,88 kg.</i>				
15.48	Erwin Suvaal	Rotterdam Atletiek	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>								
4.023	Wan Bakx	TION, Enschede				Ancona (ITA)		26-03-2009
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.70	6.24	9.02	1.69	3:01.62		
	Punten	1038	898	488	767	832		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.886	Wan Bakx	TION, Enschede				Ancona (ITA)		26-03-2009
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.70	6.24	9.02	1.69	3:01.62		
	Punten	1002	862	536	679	807		
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.886	Wan Bakx	TION, Enschede				Ancona (ITA)		26-03-2009
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.70	6.24	9.02	1.69	3:01.62		
	Punten	1002	862	536	679	807		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.821	Wan Bakx	TION, Enschede				Ancona (ITA)		26-03-2009
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	8.70	6.24	9.02	1.69	3:01.62		
	Punten	942	871	528	696	784		

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>								
4.004	Jos Warmerdam	U-Track, Utrecht				Berlijn (GER)		15-03-2015
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	8.36	4.78	8.40	1.44	10.14	3.50	3.20.4h
	Punten	631	485	491	449	696	620	632
4.144	Leo van der Aa	AV Fortuna, Vlaardingen				Berlijn (GER)		10-03-2019
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	7.87	4.75	9.08	1.48	10.18	3.30	3.22.16
	Punten	775	477	540	488	690	557	617
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
4.003	Leo van der Aa	AV Fortuna, Vlaardingen				Berlijn (GER)		10-03-2019
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	7.87	4.75	9.08	1.48	10.18	3.30	3.22.16
	Punten	713	483	532	504	631	546	594

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:48.83	Arie Sluimer	AVR Illion, Zoetemeer	Den Haag	28-01-1996 <sup>1</sup>
	Hans Buijze			
	Jan Zwennes			
	Arnold Poels			
1:49.22	Ron Schijfs	DJA, Zundert	Helsinki (FIN)	25-03-2007
	Theo Peeters	a.v. Valkenswaard		
	Hans Peeters	a.v. Valkenswaard		
	Glenn Gentle	AVON, Heerlen		
1:45.42	Marc van Gils	Eindhoven Atletiek	Boedapest (HUN)	30-03-2014
	Jack van Avendonk	Attila, Tilburg		
	Peter Mijsberg	Eindhoven Atletiek		
	Koen Joosse	Eindhoven Atletiek		
1:37.47	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Ancona (ITA)	03-04-2016
	Wan Bakx	TION, Enschede		
	Richard Janssens	Lycurgus, Krommenie		
	Henk van Dijk			

- 1) Na samenvoegen van de lijsten (2022), kwam deze prestatie (verenigingen) als eerste boven. Onduidelijk waarom het niet als NR erkend is.

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:21.84	Frank Bossers	Spado, Bergen op Zoom	Gent (BEL)	25-02-2024
	Arnold Bolders			
	Jurgen van Laerhoven			
	Mike Franken			

**4 x 800 m estafette**

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

**Vrouwen 45****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
8.52	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Den Haag	17-03-1996
8.27	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Dordrecht	26-01-2002
8.14	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Gent (BEL)	16-02-2002
8.12	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Apeldoorn	04-02-2023
8.03	Jacqueline Drop-Pullens	U-Track, Utrecht	Gent (BEL)	25-02-2023

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
29.56	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Den Haag	30-01-1994
29.34	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Zuidbroek	21-01-2001
28.86	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Bordeaux (FRA)	10-03-2001
26.71	Tilly Jacobs	Sparta, Den Haag	Gent (BEL)	16-02-2002

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1:06.33	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Den Haag	12-12-1993
1:04.06	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Gent (BEL)	03-01-1998
1:03.28	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Sindelfingen (GER)	14-03-2004
1:03.18	Annemieke Punter	Rotterdam Atletiek	Gent (BEL)	10-03-2018
1:02.47	Julia Dahmen	Swift Atletiek, Swifterbant	Apeldoorn	03-02-2024

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
2:26.30	Irene Wentzel	ADA, Amsterdam	Den Haag	03-02-1991
2:23.85	Chantal Baartse	Running Team Eindhoven	Gent (BEL)	09-02-2019
2:23.78	Julia Dahmen	Swift Atletiek, Swifterbant	Apeldoorn	03-02-2024

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:42.0h min.</i>				
5:06.13	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Linz (AUT)	20-03-2006
5:02.79	Astrid van Velden	ACO-van Delderen, Ommen	Apeldoorn	25-01-2015
4:47.51	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Dortmund (GER)	18-12-2016
4:44.35	Nicole Weijling	AAC, Amsterdam	Apeldoorn	11-02-2017

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:54.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
<i>Vacant</i>				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13.34.0h min.</i>				
12:33.31	Dula Brandsma	Noordkop, Den Helder	Zuidbroek	22-01-2000
12:01.30	Nicole Loeve	HAC, Helmond	Apeldoorn	27-02-2011
11:49.54	Nicole Loeve	HAC, Helmond	Apeldoorn	04-03-2012
11:08.41	Astrid van Velden	ACO-van Elderen, Ommen	Apeldoorn	10-02-2013
11:03.61	Astrid van Velden	ACO-van Elderen, Ommen	San Sebastian (ESP)	19-03-2013
10:55.23	Astrid van Velden	ACO-van Elderen, Ommen	Apeldoorn	15-02-2015

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
11.00	Elly Willemsen	Attila, Tilburg	Den Haag	29-01-1995
10.33	Hanny Barnhoorn	Trias, Heiloo	Sittard	12-02-2006
9.73	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem	Apeldoorn	15-02-2014
9.50	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem	Boedapest (HUN)	25-03-2014
9.44	Aafke van Daalen	Clytoneus, Woerden	Ancona (ITA)	01-04-2016

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 19:30.0 min.</i>				
17:15.49	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Düsseldorf (GER)	03-02-2001

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de erkende "overall"-records</i>				
1.45	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Den Haag	26-01-1992
1.50	Mia Dudink	Sagitta, Amsterdam	Den Haag	12-02-1995
1.55	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Den Haag	30-01-1999
1.57	Monique Krefting	Scopias, Venlo	Londen (GBR)	15-02-2015

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.25 meter.</i>				
3.20	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Utrecht	05-02-2006
3.36	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Linz (AUT)	18-03-2006
3.40	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Sittard	07-01-2007

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
4.58	Mia Linskens	Atos, Amsterdam	Utrecht	08-01-1989
4.82	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Bordeaux (FRA)	10-03-2001
4.92	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem	Apeldoorn	16-02-2014
5.09	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem	Boedapest (HUN)	25-03-2014

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7.30 meter.</i>				
9.71	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Den Haag	30-01-1999
10.34	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Bordeaux (FRA)	11-03-2001
10.41	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Sittard	19-01-2003
10.72	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Dordrecht	25-01-2003

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 4,00 kg</i>				
11.84	Mariet Thomas	DEM, Beverwijk	Den Haag	17-03-1996
12.38	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Zuidbroek	21-01-2001
12.64	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Sindelfingen (GER)	14-03-2004

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg.</i>				
13.20	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Clermont-Ferrand (FRA)	18-03-2008
13.51	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Kamloops (CAN)	05-03-2010
15.07	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Jyväskylä (FIN)	04-04-2012
15.51	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Boedapest (HUN)	28-03-2014

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
2.531	Monique Seerden	Lionitas, Leeuwarden			Gent (BEL)		17-03-2011
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.31	1.30	9.11	3.78	3:15.91	
	Punten	530	621	587	416	377	
3.570	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem			Boedapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.50	1.33	8.07	5.09	2:58.52	
	Punten	1013	666	505	846	540	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.570	Ingrid Smit	Ciko '66, Arnhem			Boedapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.50	1.33	8.07	5.09	2:58.52	
	Punten	1013	666	505	846	540	
3.944	Monique Krefting	Scopias, Venlo			Londen (GBR)		15-02-2015
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.86	1.57	8.07	4.49	2:30.94	
	Punten	944	1003	505	637	855	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.829	Monique Krefting	Scopias, Venlo			Londen (GBR)		15-02-2015
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	9.86	1.57	8.07	4.49	2:30.94	
	Punten	939	928	512	609	841	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:57.36	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Helsinki (FIN)	25-03-2007
	Joke Torbijn	Parthenon, Dordrecht		
	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder		
	Hermien Roggeband			

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 50****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
7.78	Cees Wiezer	s.c. Reeuwijk	Den Haag	20-12-1991
7.67	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Maastricht	17-01-1998
7.63	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	25-01-1998
7.63	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	28-01-2006
7.61	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	13-01-2007
7.59	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Sittard	04-02-2007
7.58	Marc van de Krogt	Ilion, Zoetermeer	Gent (BEL)	18-03-2011
7.55	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	14-02-2015
7.52	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	25-03-2015
7.46	Matthijs Seijlhouwer	KAV Holland, Haarlem	Apeldoorn	04-02-2017
7.43	Matthijs Seijlhouwer	KAV Holland, Haarlem	Madrid (ESP)	20-03-2018

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
26.17	Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer	Den Haag	12-02-1995
25.83	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Den Haag	28-01-1997
24.42	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	25-01-1998
24.35	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Gent (BEL)	16-03-2011
24.23	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Gent (BEL)	17-03-2011
24.11	Kay Schaafsma	Sprint, Breda	Gent (BEL)	17-03-2011
23.92	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	15-02-2015
23.65	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	27-03-2015
23.52	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	27-03-2015

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
57.38	Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer	Den Haag	29-01-1995
54.10	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Maastricht	17-01-1998
53.85	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	27-02-1999
53.75	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Malmö (SWE)	07-03-1999
53.34	Robert Moen	DEM, Beverwijk	Gent (BEL)	14-03-2015

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
2:06.7h	Piet Maijoor	AAC, Amsterdam	Dortmund (GER)	02-01-1983
2:05.49	Marc van Gils	AV de Keien, Uden	Apeldoorn	05-02-2022
2:02.77	Andrew Larasen	AV Impala, Drachten	Apeldoorn	15-01-2023

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
4:38.96	Herman Kromhout	Haag Atletiek	Den Haag	17-03-1996
4:33.54	Arie van Tol	Leiden Atletiek	Birmingham (GBR)	02-03-1997
4:25.00	Corné Haast	Spado, Bergen op Zoom	Gent (BEL)	20-03-2011
4:20.96	Alex Stienstra	LAAC Twente, Oldenzaal	Jyväskylä (FIN)	08-04-2012
4:18.85	Ruud Beerepoot	AV Hera, Heerhugowaard	Apeldoorn	06-01-2019
4:17.71	Andrew Larasen	AV Impala, Drachten	Apeldoorn	05-02-2023
4:16.67	Andrew Larasen	AV Impala, Drachten	Boston (USA)	02-03-2025

### 1 Engelse mijl

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
4:58.39	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout	Den Haag	30-01-1994
4:57.12	Henri Havinga	AV '40, Delft	Gent (BEL)	26-12-2013
4:55.94	Tonnie Stouten	AV Veluwe, Apeldoorn	Gent (BEL)	26-12-2017
4:45.58	Arthur van Dijk	Olympus '70, Naaldwijk	New York (USA)	25-02-2023
4:34.85	Andrew Larasen	AV Impala, Drachten	Boston (USA)	02-03-2025

### 3 000 m

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
9:05.62	Ad Heijdens	Achilles, Etten-Leur	Den Haag	03-02-1991
9:02.73	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Apeldoorn	02-02-2019

### 60 m horden

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 5 horden met een hoogte van 91,4 cm.</i>				
11.19	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Hoboken (BEL)	08-01-1994
10.41	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Den Haag	07-02-1999
8.79	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Malmö (SWE)	06-03-1999
8.79	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Boedapest (HUN)	29-08-2014
8.74	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Toruń (POL)	25-03-2015
8.73	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Toruń (POL)	28-03-2015

### 3 000m snelwandelen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
14:35.6h	Hein Zethof	a.v. Aalsmeer	Zwolle	03-02-1979
14:34.26	Jan Cornelis	a.v. Holten	Zaandam	24-02-2007
14:20.92	Remco de Bruin	De Lat, Amsterdam	Apeldoorn	13-02-2016
14:11.20	Remco de Bruin	De Lat, Amsterdam	Apeldoorn	03-02-2017
14:07.27	Remco de Bruin	De Lat, Amsterdam	Apeldoorn	02-02-2018
13:38.15	Remco de Bruin	De Lat, Amsterdam	Apeldoorn	01-02-2019

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1.65	Robby Bleijert	Climax, Ede	Boedapest (HUN)	08-03-1991
1.70	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gemert	30-12-2001
1.81	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Hoboken (BEL)	19-01-2002
1.83	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gent (BEL)	16-02-2002

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.80 meter</i>				
3.50	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Dortmund (GER)	10-03-2002
3.60	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Sittard	08-02-2004
4.10	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Dordrecht	28-10-2017

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5.38	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Hoboken (BEL)	30-01-1994
5.73	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Den Haag	01-02-1998
5.86	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam	Malmö (SWE)	05-03-1999
6.29	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Zoetermeer	11-12-2010
6.39	Alje Kuiper	Ilion, Zoetermeer	Gent (BEL)	18-03-2011

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 9.00 meter</i>				
10.76	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Amsterdam	05-02-1995
11.36	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gent (BEL)	16-02-2002
11.88	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Sittard	19-01-2003

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 6,00 kg</i>				
13.59	Wim de Graaff	a.v. Nijmegen	Arnhem	17-12-1995
14.90	Martin Regtop	AC TION, Enschede	Zuidbroek	23-01-1999
15.01	Martin Regtop	AC TION, Enschede	Den Haag	30-01-1999
15.24	Martin Regtop	AC TION, Enschede	Steenwijk	06-03-1999
15.44	Martin Regtop	AC TION, Enschede	Sittard	19-01-2003

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 11,34 kg.</i>				
18.41	Michel Leinders	Unitas, Sittard	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
3.821	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			San Sebastian (ESP)		06-03-2003
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	9.87	5.59	12.67	1.52	3:11.80	
	Punten	752	816	760	679	814	
3.839	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	9.91	5.35	13.28	1.47	3:00.81	
	Punten	744	746	803	627	919	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.934	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	9.91	5.35	13.28	1.47	3:00.81	
	Punten	839	746	803	627	919	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.752	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	9.91	5.35	13.28	1.47	3:00.81	
	Punten	779	713	824	544	892	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.752	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	9.91	5.35	13.28	1.47	3:00.81	
	Punten	779	713	824	544	892	
3.842	Wan Bakx	AC TION, Enschede			Toruń (POL)		25-03-2015
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.74	5.58	10.00	1.54	3:07.05	
	Punten	779	713	824	544	892	
4.191	Jurgen van Berkum	Fortius, Dordrecht			Madrid (ESP)		22-03-2018
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.71	6.42	9.80	1.72	2:59.90	
	Punten	979	925	575	731	981	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.123	Jurgen van Berkum	Fortius, Dordrecht			Madrid (ESP)		22-03-2018
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	8.71	6.42	9.80	1.72	2:59.90	
	Punten	932	927	565	749	950	

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum	
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog - &amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>								
4.625	Jos Warmerdam	U-track, Utrecht			Berlin (GER)		20-03-2016	
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	8.53	4.87	11.05	1.52	10.12	3.50	3:22.70
	Punten	659	582	664	593	739	699	689
4.635	André van Wort	NEA Volharding, Purmerend			Berlin (GER)		11-03-2018	
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>				<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
Prestatie	7.88	5.56	9.08	1.48	9.18	2.60	3:33.38	
Punten	851	774	524	552	932	403	599	
4.897	Jurgen van Berkum	AV Valkenswaard			Berlin (GER)		13-03-2022	
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.42	5.66	8.67	1.56	9.60	3.10	3:03.23	
Punten	690	802	495	636	843	562	869	

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

4.728	Jurgen van Berkum	AV Valkenswaard			Berlin (GER)		13-03-2022
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
Prestatie	8.42	5.66	8.67	1.56	9.60	3.10	3:03.23
Punten	613	804	486	644	797	546	838

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:45.88	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Den Haag	28-01-1996
	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout		
	Peter van der Ham	Haag Atletiek		
	Frank Larsen	Ilion, Zoetermeer		
1:44.99	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Birmingham (GBR)	02-03-1997
	Onno Waalewijn	AV'23, Amsterdam		
	Wout Spaargaren	a.v. Aalsmeer		
	Wim Schreuder Goedhey	Hellas, Utrecht		
1:41.63	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Malmö (SWE)	07-03-1999
	Frans van Boven	THOR, Roosendaal		
	Wim de Ronde	Zaanland, Zaandam		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 50****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
9.34	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Gent (BEL)	25-02-1995
9.25	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Zwolle	26-01-1997
9.19	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Den Haag	25-01-1998
9.04	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Dordrecht	26-01-2002
9.00	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Gent (BEL)	16-02-2002
8.96	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Utrecht	18-12-2005
8.69	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Dordrecht	12-01-2008
8.47	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Sittard	10-02-2008
8.43	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Clermont-Ferrand (FRA)	18-03-2008
8.35	Valérie Klostermann	PAC, Rotterdam	Ancona (ITA)	30-03-2016
8.29	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Apeldoorn	12-02-2022

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
31.25	Riet Jonkers	av Veteranen, Nederland	Gent (BEL)	24-02-1996
30.51	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Den Haag	25-01-1998
30.09	Marja Broers	Lycurgus, Krommenie	Den Haag	30-01-1999
29.80	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Gent (BEL)	16-02-2002
28.08	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Helsinki (FIN)	24-03-2007
28.06	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Helsinki (FIN)	25-03-2007
28.01	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Clermont-Ferrand (FRA)	18-03-2008
27.95	Sonja Oost	De Sperwers, Emmen	Clermont-Ferrand (FRA)	19-03-2008
27.57	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	15-02-2015
27.52	Valérie Klostermann	PAC, Rotterdam	Apeldoorn	14-02-2016

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:19.40 sec.</i>				
1:09.89	Riet Jonkers	av Veteranen, Nederland	Gent (BEL)	26-12-1996
1:09.85	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Birmingham (GBR)	02-03-1997
1:09.41	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Gent (BEL)	03-01-1998
1:08.82	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	San Sebastian (ESP)	09-03-2003
1:07.68	Diny Klomp	Prins Hendrik, Vught	Gent (BEL)	22-03-2003
1:06.93	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Helsinki (FIN)	22-03-2007
1:04.49	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Helsinki (FIN)	23-03-2007
1:03.55	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	15-02-2014
1:02.47	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Budapest (HUN)	30-03-2014
1:01.64	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Gent (BEL)	14-03-2015
1:01.54	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	24-03-2015

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
2:33.59	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Den Haag	13-02-1994
2:30.20	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Groningen	27-01-2008
2:28.67	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Gent (BEL)	16-02-2008
2:28.30	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Clermont-Ferrand (FRA)	18-03-2008

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:52.0h min.</i>				
5:12.44	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder	Clermont-Ferrand (FRA)	22-03-2008

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:15.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14:40.0h min.</i>				
11:01.25	Ineke Stofmeel	THOR, Roosendaal	Linz (AUT)	15-03-2006
10:25.36	Nicole Weijling-Dissel	AAC, Amsterdam	Toruń (POL)	24-03-2019

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13.50 sec * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
10.66	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Utrecht	18-12-2005
10.53	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Linz (AUT)	17-03-2006
10.52	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Linz (AUT)	19-03-2006
10.27	Hanny Barnhoorn	Trias, Heiloo	Gent (BEL)	17-03-2011

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 20:40.0h min.</i>				
17:12.2h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	01-12-2001
17:07.8h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	27-02-2005

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.15 meter.</i>				
1.35	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Den Haag	08-03-1998
1.55	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Zuidbroek	21-01-2001

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.00 meter.</i>				
3.21	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Dordrecht	08-01-2011
3.22	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Gent (BEL)	16-03-2011
3.31	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	San Sebastian (ESP)	22-03-2013

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met de beste seizoenprestatie.</i>				
3.96	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Gent (BEL)	25-02-1995
4.31	Riet Jonkers	av Veteranen, Nederland	Den Haag	08-12-1996
4.44	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Birmingham (GBR)	01-03-1997
4.47	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Sittard	08-02-2004
4.61	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Linz (AUT)	15-03-2006
4.70	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Linz (AUT)	17-03-2006
4.75	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Dordrecht	12-01-2008
4.85	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Sittard	10-02-2008
4.97	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Clermont-Ferrand (FRA)	20-03-2008

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
8.45	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Amsterdam	05-02-1995
10.17	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Sittard	08-02-2004
10.50	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Dordrecht	28-02-2004
10.53	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Sittard	10-02-2008

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 3,00 kg</i>				
9.41	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Den Haag	17-03-1996
9.60	Mia Linskens	Atos, Amsterdam	Zwolle	26-01-1997
10.31	Mia Linskens	Atos, Amsterdam	Steenwijk	01-03-1997
10.36	Rina ten Braak	Parthenon, Dordrecht	Zuidbroek	21-01-2001
14.06	Tine Schenkels	s.c. Reeuwijk	Linz (AUT)	19-03-2006

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 7,26 kg.</i>				
16.04	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Boedapest (HUN)	28-03-2014

---

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
17.19	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Sittard	20-02-2016
17.37	Gonny Mik	Groningen Atletiek	Ancona (ITA)	01-04-2016

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
3.732	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Linz (AUT)		17-03-2006
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.53	1.33	9.33	4.70	3:12.22	
	Punten	946	795	723	819	449	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.734	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Linz (AUT)		17-03-2006
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.53	1.33	9.33	4.70	3:12.22	
	Punten	948	795	723	819	449	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.616	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Linz (AUT)		17-03-2006
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.53	1.33	9.33	4.70	3:12.22	
	Punten	893	771	645	816	491	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.616	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Linz (AUT)		17-03-2006
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.53	1.33	9.33	4.70	3:12.22	
	Punten	893	771	645	816	491	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.349	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Linz (AUT)		17-03-2006
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.53	1.33	9.33	4.70	3:12.22	
	Punten	840	701	567	771	470	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:59.16	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Clermont-Ferrand (FRA)	22-03-2008
	Marja Mulder	Sportlust, Den Helder		
	Riet Jonkers	Attila, Tilburg		
	Sonja Oost	De Sperwers. Emmen		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 55****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
8.44	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Den Haag	30-01-1994
8.44	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zuidbroek	21-01-2001
8.19	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Bordeaux (FRA)	09-03-2001
8.18	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Utrecht	12-12-2004
8.17	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Utrecht	18-12-2005
8.13	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	28-01-2006
8.10	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Sittard	12-02-2006
8.06	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Linz (AUT)	18-03-2006
7.98	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	13-01-2007
7.93	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Sittard	04-02-2007
7.90	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	30-10-2010
7.89	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	08-01-2011
7.82	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Apeldoorn	27-02-2011
7.82	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Apeldoorn	04-03-2012
7.80	Ricardo Hill	Parthenon, Dordrecht	Apeldoorn	09-02-2013
7.65	Matthijs Seijlhouwer	KAV Holland, Haarlem	Apeldoorn	12-02-2022

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
27.59	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Den Haag	07-02-1993
27.45	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Zuidbroek	22-01-2000
26.23	Henny van Verseveld	Statina, Culemborg	Bordeaux (FRA)	09-03-2001
25.89	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Sindelfingen (GER)	10-03-2004
25.87	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Sindelfingen (GER)	11-03-2004
25.44	Pierre Lommen	Nijmegen Atletiek	Braga (POR)	25-02-2022
25.18	Pierre Lommen	AV Cifla, Nijmegen	Toruń (POL)	30-03-2023
25.04	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Gent (BEL)	04-01-2025
24.95	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Apeldoorn	09-02-2025

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:04.65 min</i>				
1:01.27	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout	Gent (BEL)	03-01-1998
1:00.83	Anne Lenis	Hera, Heerhugowaard	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
59.23	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
58.18	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
57.95	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Gent (BEL)	17-02-2007
57.30	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Gent (BEL)	10-03-2007
57.18	Marc van Gils	De Keien, Uden	Gent (BEL)	23-12-2023
54.86	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Gent (BEL)	18-01-2025
54.06	Toine van Beckhoven	AV Attila, Tilburg	Apeldoorn	02-02-2025

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2:34.9h min</i>				
2:19.88	Ton Peters	Scorpio, Oosterhout	Den Haag	25-01-1998
2:16.70	Wim Threels	GAC, Hilversum	Gent (BEL)	16-02-2008
2:14.02	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	10-02-2013
2:12.47	Corné Haast	Spado, Bergen op Zoom	Apeldoorn	15-02-2015
2:11.43	Corné Haast	Spado, Bergen op Zoom	Gent (BEL)	06-03-2016
2:09.94	Marc van Gils	De Keien, Uden	Gent (BEL)	30-12-2023

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:21.0h min</i>				
5:00.34	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Sindelfingen (GER)	14-03-2004
4:41.36	Cees Kraaijeveld	AV '34, Apeldoorn	Apeldoorn	29-01-2011
4:40.12	Cees Kraaijeveld	AV '34, Apeldoorn	Apeldoorn	04-03-2012
4:30.50	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	09-02-2013
4:27.12	Koen Joosse	Eindhoven Atletiek	Apeldoorn	28-01-2023
4:26.03	Koen Joosse	Eindhoven Atletiek	Toruń (POL)	01-04-2023
4:23.71	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Gent (BEL)	18-01-2025

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:35.0h min</i>				
4:57.94	Alex Stienstra	LAAC Twente	Gent (BEL)	26-12-2015
4:54.77	Ruud Beerepoot	AV Hera, Heerhugowaard	Apeldoorn	25-01-2025

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
10:28.59	Peter Keizer	Atos, Amsterdam	Den Haag	28-01-1996
10:16.35	Peter Vlaarkamp	a.v. Castricum	Gent (BEL)	21-02-2004
9:38.04	John van der Wansem	LADB, Hilvarenbeek	Gent (BEL)	18-02-2006
9:36.87	Alex Stienstra	LAAC, Twente	Apeldoorn	06-02-2016
9:15.60	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Apeldoorn	03-02-2024
9:04.58	Peter van der Velden	Eindhoven Atletiek	Toruń (POL)	17-03-2024

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 11.80 sec * 5 horden met een hoogte van 91,4 cm.</i>				
10.14	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Malmö (SWE)	06-03-1999
9.90	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Sittard	04-02-2007
9.89	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Helsinki (FIN)	22-03-2007
9.70	Glenn Gentle	AVON, Heerlen	Clermont-Ferrand (FRA)	17-03-2008
9.59	Lucas Prins	Haag Atletiek	Apeldoorn	14-02-2015
9.51	Lucas Prins	Haag Atletiek	Toruń (POL)	27-03-2015
9.06	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Torun (POL)	29-03-2019
9.02	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Apeldoorn	08-02-2020
8.98	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Braga (POR)	26-02-2022

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 17:40.0 min.</i>				
17:29.05	Ad van Oyen	a.v. Weert	Düsseldorf (GER)	05-02-2000
17:11.39	Ad van Oyen	a.v. Weert	Düsseldorf (GER)	03-02-2001
16:53.1h	Alex Wijsman	De LAT, Amsterdam	Zaandam	27-02-2005
16:50.74	Alex Wijsman	De LAT, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	12-03-2005
16:37.3h	Alex Wijsman	De LAT, Amsterdam	Zaandam	26-02-2006
16:20.58	Alex Wijsman	De LAT, Amsterdam	Linz (AUT)	17-03-2006
15:34.32	Theo Koenis	De LAT, Amsterdam	Zaandam	24-02-2007
14:24.82	Jan Cornelis	a.v. Holten	Apeldoorn	04-03-2012
14:01.57	Remco de Bruin	SV De Lat, Bussum	Apeldoorn	08-02-2020

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1.40	Joop van den Brink	Hercules, Dordrecht	Dordrecht	19-03-1988
1.55	Robby Bleijert	Climax, Ede	Birmingham (GBR)	01-03-1997
1.55	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Malmö (SWE)	07-03-1999
1.65	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Gemert	13-01-2007
1.70	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Zoetermeer	20-01-2007
1.74	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Helsinki (FIN)	24-03-2007

**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	Den Haag	30-01-1994
2.95	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Zoetermeer	21-01-2006
3.00	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Sittard	12-02-2006
3.05	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Sittard	04-02-2007
3.60	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Helsinki (FIN)	24-03-2007
3.70	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	12-02-2022

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
4.45	Jan Kempe	Olympus '70, Naaldwijk	Den Haag	12-12-1993
4.87	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Malmö (SWE)	05-03-1999
5.24	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Zoetermeer	27-11-2004
5.34	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Utrecht	12-12-2004
5.34	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Sittard	04-02-2007
5.77	Alje Kuiper	ARV Ilion, Zoetermeer	Apeldoorn	13-02-2016
5.85	Wan Bakx	AC TION, Enschede	Braga (POR)	22-02-2022

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8.25 m.</i>				
9.74	Henk Nordt	Zuidwal, Huizen	Sittard	13-02-2005
10.09	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	28-10-2006
11.21	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Zoetermeer	20-01-2007

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 6,00 kg</i>				
12.38	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Den Haag	17-03-1996
14.46	Martin Regtop	TION, Enschede	Zuidbroek	25-01-2004
14.62	Martin Regtop	TION, Enschede	Sittard	08-02-2004
15.06	Martin Regtop	TION, Enschede	Sittard	13-02-2005
15.08	Rob Bakker	AV Jahn II, Stadskanaal	Toruń (POL)	18-03-2024

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 11,34 kg.</i>				
11.64	Dirk Jan Giskes	NOVA, Warmenhuizen	Helsinki (FIN)	10-04-2011
12.06	Dirk Jan Giskes	NOVA, Warmenhuizen	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012
12.09	Dirk Jan Giskes	NOVA, Warmenhuizen	Helsinki (FIN)	07-04-2013
13.59	Albert van der Mee	Sprint, Breda	Sittard	20-02-2016
17.43	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	Toruń (POL)	28-03-2019

**MEERKAMPEN**

**Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>			<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>								
2.933	Frans van Boven	THOR, Roosendaal			San Sebastian (ESP)			06-03-2003
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	10.59	4.43	7.22	1.46	4:04.85		
	Punten	755	574	437	705	462		
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
2.933	Frans van Boven	THOR, Roosendaal			San Sebastian (ESP)			06-03-2003
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	10.59	4.43	7.22	1.46	4:04.85		
	Punten	755	574	437	705	462		
4.103	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Helsinki (FIN)			22-03-2007
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	9.89	5.13	12.22	1.49	3:13.75		
	Punten	891	785	824	731	872		
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.936	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Helsinki (FIN)			22-03-2007
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	9.89	5.13	12.22	1.49	3:13.75		
	Punten	869	750	822	644	851		
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.936	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Helsinki (FIN)			22-03-2007
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	9.89	5.13	12.22	1.49	3:13.75		
	Punten	869	750	822	644	851		
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.820	Glenn Gentle	AVON, Heerlen			Helsinki (FIN)			22-03-2007
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m		
	Prestatie	9.89	5.13	12.22	1.49	3:13.75		
	Punten	816	741	800	653	810		

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>			<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp; 60 m H - pols - 1.000 m</i>								
3.872	Ulrich Flücht	NEA Volharding, Purmerend			Berlijn (GER)			11-03-2018
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	8.51	4.77	9.07	1.32	11.05	2.20	4:04.20
	Punten	745	641	577	480	650	333	446
4.195	Jos Warmerdam	AV Fit, Zeist			Berlijn (GER)			13-03-2022
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	9.04	4.55	8.67	1.44	11.14	3.10	3:42.56
	Punten	598	580	546	593	633	640	605
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
3.976	Jos Warmerdam	AV Fit, Zeist			Berlijn (GER)			13-03-2022
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	9.04	4.55	8.67	1.44	11.14	3.10	3:42.56
	Punten	511	571	531	602	581	614	566
4.142	Jos Warmerdam	AV Fit, Zeist			Berlijn (GER)			12-03-2023

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>				<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.94	5.01	9.11	1.44	11.19	3.10	3:45.10	
Punten	537	704	565	602	583	614	546	
5.057	Jurgen van Berkum	Av Valkenswaard			Berlijn (GER)		04-02/2024	
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.63	5.49	9.43	1.56	9.82	3.10	3:12.36	
Punten	619	852	589	731	829	614	823	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
1:49.47	Peter Pesch	Zuidwal, Huizen	Apeldoorn	25-01-2015
	Justus van Nierop	DAK, Drunen		
	Wim van den Wijngaard	Scorpio, Oosterhout		
	Marcel Scholten	Altis, Amersfoort		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:20.59	Marc van Gils	AV De Keien, Uden	Gent (BEL)	08-03-2025
	Caspar Wijkmans	AV Astylos, Tiel		
	Egon Meuleman	AV De Keien, Uden		
	Peter Mijsberg	AV De Keien, Uden		

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 55****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
9.36	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Gent (BEL)	24-02-1996
9.35	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Den Haag	30-01-1999
9.16	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Malmö (SWE)	05-03-1999
8.58	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Apeldoorn	07-01-2012
8.54	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Gent (BEL)	15-01-2012
8.52	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Jyväskylä (FIN)	03-04-2012
8.44	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Jyväskylä (FIN)	04-04-2012
8.36	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Apeldoorn	03-02-2024

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
32.08	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Gent (BEL)	24-02-1996
30.69	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Den Haag	24-01-1999
28.92	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Gent (BEL)	15-01-2012
28.51	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012
28.33	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012
28.26	Simone Geel	AV DEM, Beverwijk	Apeldoorn	03-02-2019
28.23	Simone Geel	AV DEM, Beverwijk	Apeldoorn	22-02-2020
28.07	Angelique Hogeveen-Smit	Phanos, Amsterdam	Apeldoorn	04-02-2024

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:23.60 sec.</i>				
1:18.03	Lisa Plat	av Veteranen, Nederland	Birmingham (GBR)	02-03-1997
1:08.04	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Malmö (SWE)	07-03-1999
1:02.43	Simone Geel	DEM, Beverwijk	Gent (BEL)	11-03-2017

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
2:37.34	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Den Haag	12-02-1995
2:36.75	Riet Jonkers	Energie, Barendrecht	Den Haag	13-03-1999

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
5:20.29	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Den Haag	17-03-1996

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:48.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
<i>Vacant</i>				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 15:46.0h min.</i>				
11:42.90	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Birmingham (GBR)	28-02-1997
11:42.39	Mirjam de Boer	SAV, Grootebroek	Apeldoorn	08-02-2020
11:12.39	Elly van Duynhoven	AV Cifla, Nijmegen	Apeldoorn	08-02-2025

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14.00 sec. * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
10.98	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Malmö (SWE)	06-03-1999
10.80	Lena Jansen	Energie, Barendrecht	Helsinki (FIN)	25-03-2007
10.76	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Ancona (ITA)	01-04-2016
10.74	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Apeldoorn	08-02-2020

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 22:00.0h min.</i>				
21:26.2h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	22-02-2004
20:50.2h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	20-11-2004
20:14.4h	Coby Bunschoten	RWV, Rotterdam	Zaandam	27-02-2005
17:29.8h	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Zaandam	26-02-2006

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.10 meter.</i>				
1.25	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Den Haag	30-01-1999
1.29	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Malmö (SWE)	06-03-1999
1.36	Annelies Steekelenburg	av Veteranen, Nederland	Flagstaff (USA)	15-02-2004
1.37	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Sittard	12-02-2006
1.40	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	10-03-2007
1.46	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Sittard	10-02-2008
1.48	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Ancona (ITA)	29-03-2009

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.50 meter.</i>				
1.90	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Sittard	10-02-2008
2.05	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	01-03-2009
2.86	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Apeldoorn	04-02-2017
3.02	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Apeldoorn	03-02-2018

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
4.06	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Gent (BEL)	24-02-1996
4.15	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Den Haag	30-01-1999
4.21	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Zuidlaren	23-01-2000
4.33	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	01-03-2009
4.46	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	14-02-2010
4.63	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Apeldoorn	04-03-2012
4.75	Tilly Jacobs	PEC 1910, Zwolle	Jyväskylä (FIN)	06-04-2012

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.50 meter.</i>				
8.89	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Malmö (SWE)	07-03-1999
10.25	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	01-03-2009
10.36	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	14-02-2010

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 3,00 kg</i>				
8.35	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Den Haag	17-03-1996
9.35	Corrie Vink	Atos, Amsterdam	Steenwijk	01-03-1997
11.24	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen	Apeldoorn	04-03-2012
11.27	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen	Apeldoorn	10-02-2013
11.98	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen	Apeldoorn	16-02-2014

**Gewichtwerpen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 7,26 kg</i>				
12.40	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Sittard	11-02-2018
13.68	Ingrid van Dijk	GAC, Hilversum	Toruń (POL)	26-03-2019

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
3.083	Anja Akkerman	a.v. Castricum			Gent (BEL)		17-03-2011
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.57	1.24	8.47	3.85	3:23.93	
	Punten	637	736	635	603	472	
3.419	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			San Sebastian (ESP)		24-03-2013
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.40	1.27	9.23	3.86	3:20.14	
	Punten	820	783	704	606	506	
3.508	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Boedapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.73	1.27	9.30	4.15	3:17.34	
	Punten	767	783	710	717	531	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.508	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Boedapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.73	1.27	9.30	4.15	3:17.34	
	Punten	767	783	710	717	531	
3.535	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Toruń (POL)		27-03-2015
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.62	1.27	9.53	3.98	3:11.63	
	Punten	785	783	731	651	585	
3.569	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum			Ancona (ITA)		29-03-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.97	1.27	7.48	4.20	3:09.13	
	Punten	893	783	546	738	609	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.281	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum			Ancona (ITA)		29-03-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	10.97	1.27	7.48	4.20	3:09.13	
	Punten	836	701	479	686	579	
3.322	Marlou Klaver	Nijmegen Atletiek			Toruń (POL)		31-03-2023
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.68	1.32	8.17	4.03	3:00.75	
	Punten	718	783	535	623	663	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
2:29.50	Erica Jesterhoudt	AV Atos, Amsterdam	Toruń (POL)	01-04-2023
	Mariska Anderegg	ATV Venray		
	Marlou Klaver	Nijmegen Atletiek		
	Renée Ligteringen	AV Veluwe, Apeldoorn		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

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

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie</i>				
8.82	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Den Haag	17-03-1996
8.50	Ron Landré	De Spartaan, Lisse	Den Haag	30-01-1999
8.42	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Sittard	13-02-2005
8.39	Hans Schouten	Trias, Heiloo	Sittard	04-02-2007
8.24	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Dordrecht	12-01-2008
8.23	Jan Ties	AAC '61, Assen	Heerenveen	20-03-2010
8.14	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Dordrecht	30-10-2010
8.06	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Apeldoorn	13-02-2016
8.02	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Dordrecht	18-03-2017

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
28.25	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Gent (BEL)	30-01-1993
27.42	Ron Landré	De Spartaan, Lisse	Den Haag	30-01-1999
27.20	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Eskilstuna (SWE)	11-03-2005
26.98	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Clermont-Ferrand (FRA)	18-03-2008
26.21	Wim Threels	GAC, Hilversum	Apeldoorn	04-03-2012
26.09	Ruud Wieles	Typhoon, Gorinchem	Apeldoorn	04-02-2018

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
1:01.94	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Gent (BEL)	30-01-1993
1:00.60	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Linz (AUT)	19-03-2006
58.88	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag	Clermont-Ferrand (FRA)	22-03-2008
58.22	Wim Threels	GAC, Hilversum	Apeldoorn	15-02-2014

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
2:19.8h	Piet Maijor	Pijnenburg, Soest	Den Haag	22-02-1992
2:17.70	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Dortmund	16-12-2007
2:16.77	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	16-02-2014
2:15.82	Arno Hulshof	AV Sprint, Breda	Gainesville (USA)	24-03-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
5:00.7h	Piet Baas	V&L/TC, Den Haag	Den Haag	27-01-1990
4:46.45	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Gent (BEL)	22-12-2007
4:43.22	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Jyväskylä (FIN)	08-04-2012
4:38.93	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	15-02-2014

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:28.15	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Boedapest (HUN)	30-03-2014

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5:45.0h min</i>				
5:24.53	Mark Jillissen	AV Cifla, Nijmegen	Västerås (SWE)	19-01-2025
5:19.80	Mark Jillissen	AV Cifla, Nijmegen	Apeldoorn	25-01-2025

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 12:02.0h min.</i>				
11:25.70	Martien van de Ven	a.v. Oirschot	Gent (BEL)	27-02-2011
10:22.04	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Apeldoorn	27-02-2011
10:11.58	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Gent (BEL)	16-03-2011
10:05.19	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Apeldoorn	16-02-2014
9:57.18	Martien van der Hoorn	De Spartaan, Lisse	Boedapest (HUN)	27-03-2014

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 5 horden met een hoogte van 84,0 cm.</i>				
10.40	Mario Spadon	De Bataven, Leiden	Den Haag	26-01-1992
10.14	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
10.12	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
9.62	Denny Kreekel	Eindhoven Atletiek	Amsterdam	23-12-2023
8.99	Wan Bakx	AC Tion, Enschede	Düsseldorf	18-02-2024

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 18:50.0h min.</i>				
15:44.66	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	24-01-1998
14:25.44	Remco de Bruin	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	08-02-2025

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
1.25	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Utrecht	12-01-1991
1.40	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Sittard	08-02-2004
1.45	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Sindelfingen (GER)	11-03-2004
1.45	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Sindelfingen (GER)	11-03-2004
1.45	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zoetermeer	27-11-2004
1.46	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Eskilstuna (SWE)	10-03-2005
1.48	René Hondelink	Cialfo, Epe	Apeldoorn	01-03-2009
1.48	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Apeldoorn	01-03-2009
1.50	Teo Maat	Fortuna, Vlaardingen	Ancona (ITA)	27-03-2009
1.58	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Utrecht	20-01-2012
1.60	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Apeldoorn	04-03-2012
1.66	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Jyväskylä (FIN)	06-04-2012

**Polsstokspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.30 meter.</i>				
2.80	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Den Haag	14-01-1996
2.90	Bert Vreeswijk	Typhoon, Gorinchem	Gent (BEL)	17-03-2011
3.21	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Apeldoorn	04-03-2012
3.25	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Boedapest (HUN)	28-03-2014
3.30	Marc van Vliet	a.v. Castricum	Ancona (ITA)	01-04-2016

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
4.18	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Utrecht	12-01-1991
4.47	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Den Haag	08-12-1996
4.50	Peter van der Ham	Haag Atletiek	Zoetermeer	26-11-2005
4.66	Hans Schouten	Trias, Heiloo	Sittard	04-02-2007
5.16	Willem Schoone	NOVA, Warmenhuizen	Apeldoorn	01-03-2009
5.19	Wan Bakx	AC Tion, Enschede	Düsseldorf (GER)	18-02-2024
5.44	Wan Bakx	AC Tion, Enschede	Toruń (POL)	19-03-2024

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie</i>				
9.18	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Birmingham (GBR)	01-03-1997
9.66	Paul Boer	Avanti-Wilskracht, Glanerbrug	Apeldoorn	14-02-2010
10.28	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Apeldoorn	04-03-2012
10.53	Jan Huijbers	GAC, Gemert	Apeldoorn	10-02-2013

**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
10.46	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Utrecht	12-01-1991
13.41	Wim Fokker	Hellas, Utrecht	Den Haag	30-01-1999
13.78	Frans de Laat	Statina, Culembourg	Dordrecht	10-01-2009
13.96	Frans de Laat	Statina, Culembourg	Ancona (ITA)	27-03-2009
14.25	Milco Braak	AAV '36, Alphen aan den Rijn	Apeldoorn	05-02-2023

### Gewichtwerpen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg</i>				
13.97	Henk van Bakel	Swift, Roermond	Sittard	20-02-2016
14.49	Dirk Jan Giskes	NOVA, Warmenhuizen	Sittard	29-01-2017
16.11	Albert van der Mee	av Sprint, Breda	Sittard	29-01-2023

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
1.640	Henk van de Langerijt	AV Weert			San Sebastian (ESP)		06-03-2003
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	14.05	3.59	6.48	1.04	4:42.80	
	Punten	218	415	380	331	296	
3.299	Kees Jägers	GAC Hilversum			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.98	4.08	9.74	1.45	3:47.29	
	Punten	654	561	629	794	661	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.335	Kees Jägers	GAC Hilversum			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.98	4.08	9.74	1.45	3:47.29	
	Punten	690	561	629	794	661	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.213	Kees Jägers	GAC Hilversum			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.98	4.08	9.74	1.45	3:47.29	
	Punten	717	531	616	696	653	
3.979	Wim Threels	GAC Hilversum			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.27	5.02	9.49	1.54	3:17.80	
	Punten	851	828	597	803	900	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.979	Wim Threels	GAC Hilversum			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.27	5.02	9.49	1.54	3:17.80	
	Punten	851	828	597	803	900	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.780	Wim Threels	GAC Hilversum			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.27	5.02	9.49	1.54	3:17.80	
	Punten	752	804	583	794	847	

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum	
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>								
4.062	Kees Meijer	NEA Volharding, Purmerend			Berlijn (GER)		11-03-2018	
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	9.14	4.56	8.81	1.32	10.95	2.60	4:27.19
	Punten	653	677	545	552	722	535	378
4.593	Ulrich Flücht	NEA Volharding, Purmerend			Berlijn (GER)		13-03-2022	
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	8.65	4.24	9.25	1.36	10.51	2.90	3:55.60
	Punten	789	578	579	602	804	651	590
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>								
4.267	Ulrich Flücht	NEA Volharding, Purmerend			Berlijn (GER)		13-03-2022	

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>				<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.65	4.24	9.25	1.36	10.51	2.90	3:55.60	
Punten	684	561	566	593	707	617	539	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
2:02.01	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Birmingham (GBR)	02-03-1997
	Mario Spadon	De Bataven, Leiden		
	Kees van Giezen	GAC, Hilversum		
	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen		
1:53.04	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Clemont-Ferrand (FRA)	22-03-2008
	Onno Waalewijn	AV '23, Amsterdam		
	Wim Scholtes	Sparta, Den Haag		
	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet voor een nationale ploeg</i>				
4:51.74	Kees Franken	Spado, Bergen op Zoom	Gent (BEL)	25-02-2024
	Carl Dasbach			
	Jan Baarendds			
	Corné Haast			

**4 x 800m estafette**

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

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

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 12.96 sec.</i>				
10.14	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	05-03-1999
9.44	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	23-01-2000
9.05	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Dordrecht	14-01-2017
8.96	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Apeldoorn	04-02-2017
8.95	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Gent (BEL)	11-03-2017

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 42.82 sec.</i>				
34.23	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	07-03-1999
32.00	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	23-01-2000
31.70	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	19-02-2005
30.84	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Gent (BEL)	11-03-2017
30.82	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Daegu (KOR)	21-03-2017
30.36	Tilly Jacobs	AV'34, Apeldoorn	Daegu (KOR)	23-03-2017

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:30.00 sec.</i>				
1:17.68	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	04-03-1999
1:16.44	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Malmö (SWE)	07-03-1999
1:15.30	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
1:13.40	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Sindelfingen (GER)	14-03-2004
1:12.35	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	26-12-2004
1:10.15	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	05-03-2005

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:21.0h min.</i>				
2:45.18	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Bordeaux (FRA)	11-03-2001
2:42.41	Bettie Bijker-Bangma	AV Heerenveen	Apeldoorn	17-12-2023

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:52.0h min.</i>				
5:41.91	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Bordeaux (FRA)	11-03-2001
5:35.93	Mirjam de Boer	SAV, Grootebroek	Apeldoorn	17-12-2023

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:10.0h min.</i>				
6:36.50	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	23-01-2005

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 17:16.0h min.</i>				
12:01.59	Gerda van Kooten	Sprint, Breda	Bordeaux (FRA)	08-03-2001

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14.70 sec * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.</i>				
11.80	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	23-01-2000
11.02	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Bordeaux (FRA)	08-03-2001
10.99	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
10.98	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	29-03-2019
10.82	Brigitte van de Kamp	GAC Hilversum	Toruń (POL)	31-03-2023

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 23:30.0h min.</i>				
20:08.1h	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Zaandam	22-02-2004
18:07.67	Marleen Radder	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	27-02-2011

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.05 meter.</i>				
1.25	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	23-01-2000
1.27	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Bordeaux (FRA)	08-03-2001
1.28	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sittard	08-02-2004
1.35	Annelies Steekelenburg	Rotterdam Atletiek	Kamloops (CAN)	04-03-2010
1.40	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	13-03-2010
1.41	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	27-02-2011
1.43	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Utrecht	20-01-2012
1.46	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	04-03-2012

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.50 meter. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
2.80	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Assendelft	29-01-2022
2.85	Brigitte van de Kamp	GAC, Hilversum	Apeldoorn	12-02-2022

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.80 meter.</i>				
4.25	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Zuidbroek	23-01-2000
4.29	Tilly Jacobs	AV '34, Apeldoorn	Daegu (KOR)	21-03-2017

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.10 meter.</i>				
8.40	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Bordeaux (FRA)	11-03-2001
8.49	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Gent (BEL)	16-02-2002
8.51	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	San Sebastian (ESP)	09-03-2003
8.54	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sindelfingen (GER)	12-03-2004
10.07	Janine Kortbeek	Prins Hendrik, Vught	Apeldoorn	15-02-2015

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.50 meter * 3,00 kg.</i>				
7.09	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Bordeaux (FRA)	08-03-2001
8.16	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Dordrecht	31-01-2004
8.93	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Enschede	31-01-2004
11.93	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Apeldoorn	14-02-2016

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
15.73	Tiny Hellendoorn	Isala'96, Kampen	Sittard	27-01-2019

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
4.053	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.27	7.09	3.99	3:57.54	
	Punten	1146	1054	618	896	339	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld.</i>							
3.889	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.27	7.09	3.99	3:57.54	
	Punten	1125	991	654	795	324	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld.</i>							
3.792	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.27	7.09	3.99	3:57.54	
	Punten	1028	991	654	795	324	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld.</i>							
3.518	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.27	7.09	3.99	3:57.54	
	Punten	965	903	571	771	308	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld.</i>							
3.518	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.27	7.09	3.99	3:57.54	
	Punten	965	903	571	771	308	
4.021	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Ancona (ITA)		29-03-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.39	1.30	9.24	3.91	3:17.86	
	Punten	904	966	785	738	628	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren ingesteld.</i>							
3.630	Anja Akkerman	DEM, Beverwijk			Ancona (ITA)		29-03-2016
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.39	1.30	9.24	3.91	3:17.86	
	Punten	840	842	694	671	583	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**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>				
<i>Vacant</i>				

**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>				
<i>Vacant</i>				

**Mannen 65****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie.</i>				
8.7h	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Arnhem	19-12-1993
8.74	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Kamloops (CAN)	01-03-2010
8.44	Willem Schoone	Nova, Warmenhuizen	Apeldoorn	27-02-2011
8.35	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	15-02-2014
8.33	Jan Ties	Groningen Atletiek	Boedapest (HUN)	26-03-2014
8.29	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Apeldoorn	13-02-2016
8.27	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Apeldoorn	06-01-2019

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 34.20 sec.</i>				
30.13	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Birmingham (GBR)	28-02-1997
29.91	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Zuidbroek	21-01-2001
28.33	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Kamloops (CAN)	02-03-2010
28.19	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Kamloops (CAN)	03-03-2010
28.13	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Gent (BEL)	16-03-2011
27.61	Jan Ties	AAC '61, Assen	Apeldoorn	10-02-2013
27.49	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	16-02-2014
27.46	Wim Threels	GAC, Hilversum	Apeldoorn	04-02-2018
27.00	Tjerk Vos	SV Noordkop, Den Helder	Apeldoorn	06-01-2019

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:15.10 sec.</i>				
1:06.23	Boy van Heemstede Obelt	Fortuna, Vlaardingen	Birmingham (GBR)	02-03-1997
1:03.82	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Kamloops (CAN)	05-03-2010
1:02.40	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard	Kamloops (CAN)	06-03-2010
1:00.33	Wim Threels	GAC, Hilversum	Apeldoorn	02-02-2018
59.21	Wim Threels	GAC, Hilversum	Madrid (ESP)	20-03-2018

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:01.9h min</i>				
2:51.97	Piet Baas	Haag Atletiek	Den Haag	30-01-1999
2:36.95	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Apeldoorn	27-02-2011
2:35.38	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Gent (BEL)	18-03-2011
2:21.58	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Düsseldorf (GER)	10-03-2012
2:19.81	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Dortmund (GER)	06-01-2013
2:18.59	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Toruń (POL)	26-03-2015

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:16.0h min.</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
4:49.58	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Dortmund (GER)	25-03-2012
4:44.88	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Dortmund (GER)	12-01-2014
4:43.01	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Apeldoorn	14-02-2015

### 1 Engelse mijl

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:40.0h min</i>				
5:58.70	Martien van de Ven	a.v. Oirschot	Gent (BEL)	26-12-2013

### 3 000 m

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 12:46.0h min.</i>				
12:32.63	Johan Engelhart	avVN, Hilversum	Gent (BEL)	16-03-2011
12:24.21	Johan Engelhart	avVN, Hilversum	Apeldoorn	04-03-2012
10:54.49	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Jyväskylä (FIN)	06-04-2012
10:15.52	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Apeldoorn	15-02-2015
10:02.56	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Toruń (POL)	23-03-2015

### 60 m horden

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met erkenning van de beste seizoenprestatie * 5 horden met een hoogte van 84,0 cm.</i>				
11.43	Mario Spadon	De Bataven, Leiden	Den Haag	14-01-1996
11.40	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	06-03-1999
11.18	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Ancona (ITA)	28-03-2009
10.86	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Ancona (ITA)	28-03-2009
10.58	Wim Threels	GAC, Hilversum	Madrid (ESP)	23-03-2018
10.06	Alfred Burgos	AV Startbaan, Amstelveen	Gainesville (USA)	30-03-2025

### 3 000 m snelwandelen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 19.05.0h min.</i>				
16:45.3h	Klaas Bakker	OLAT, Sint-Oedenrode	Zaandam	23-02-2003
15:52.52	Henk Plasman	AV Generaal Michaelis, Best	Apeldoorn	04-02-2023

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.10 meter.</i>				
1.39	Arend Koet	a.v. Castricum	Birmingham (GBR)	02-03-1997
1.45	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Sittard	10-02-2008
1.56	Wim Threels	GAC, Hilversum	Apeldoorn	02-02-2018

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.00 meter.</i>				
2.60	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	06-03-1999
2.71	Michel van Osch	Haag Atletiek	Utrecht	20-12-2013
2.75	Michel van Osch	Haag Atletiek	Apeldoorn	14-02-2015
2.80	Ko Florusse	Parthenon, Dordrecht	Gent (BEL)	12-03-2016
3.00	Marc van Vliet	AV Castricum	Daegu (KOR)	22-03-2017
3.12	Marc van Vliet	AV Castricum	Apeldoorn	03-02-2018
3.20	Marc van Vliet	AV Castricum	Madrid (ESP)	20-03-2018

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>				
4.20	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Arnhem	19-12-1993
5.20	Willem Schoone	NOVA, Warmenhuizen	Apeldoorn	27-02-2011

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.85 meter.</i>				
8.60	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	05-03-1999
8.84	Onno Waalewijn	AV '23, Amsterdam	Jyväskylä (FIN)	08-04-2012
8.88	Onno Waalewijn	Phanos, Amsterdam	Ancona (ITA)	30-03-2016
8.99	Wim Threels	GAC, Hilversum	Helsinki (FIN)	14-04-2018
9.30	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Apeldoorn	04-02-2024
9.38	Paul Zijp	AV Startbaan, Amstelveen	Apeldoorn	08-02-2025

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie * 5,00 kg.</i>				
10.09	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Arnhem	19-12-1993
10.87	Cees Vooijs	a.v. Gouda	Dordrecht	26-01-2002
10.95	Frits Martens	Hollandia, Hoorn	Apeldoorn	14-02-2010
13.34	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Apeldoorn	04-03-2012
13.52	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Apeldoorn	09-02-2013

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 9,08 kg</i>				
13.96	Frans de Laat	Statina, Culemborg	Boedapest (HUN)	27-03-2014

---

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
14.16	Frans de Laat	Swift, Roermond	Sittard	20-02-2016

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
2.637	Kees van Giezen	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.22	3.85	6.35	1.26	5:03.68	
	Punten	654	602	461	670	250	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.571	Kees van Giezen	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.22	3.85	6.35	1.26	5:03.68	
	Punten	631	584	446	661	249	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.621	Kees van Giezen	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.22	3.85	6.35	1.26	5:03.68	
	Punten	681	584	446	661	249	
3.287	Kees Jägers	GAC Hilversum			Clermont-Ferrand (FRA)		17-03-2008
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.10	3.50	9.23	1.42	4:12.39	
	Punten	700	469	703	868	547	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.029	Kees Jägers	GAC Hilversum			Clermont-Ferrand (FRA)		17-03-2008
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.10	3.50	9.23	1.42	4:12.39	
	Punten	617	443	640	767	562	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.029	Kees Jägers	GAC Hilversum			Clermont-Ferrand (FRA)		17-03-2008
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.10	3.50	9.23	1.42	4:12.39	
	Punten	617	443	640	767	562	
3.467	Paul Boer	Avanti-Wilskracht, Enschede			Toruń (POL)		25-03-2015
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.00	4.27	8.62	1.39	3:37.97	
	Punten	633	693	589	731	821	
4.179	Wim Threels	GAC Hilversum			Madrid (ESP)		23-03-2018
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.58	4.68	9.00	1.51	3:22.48	
	Punten	881	838	621	887	952	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.919	Wim Threels	GAC Hilversum			Madrid (ESP)		23-03-2018
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	10.58	4.68	9.00	1.51	3:22.48	
	Punten	781	792	605	859	882	

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>							
5.043	Wim Threels	GAC, Hilversum			Helsinki		15-04-2018

Prestatie	Naam	Vereniging				Plaats		Datum
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.74	4.44	9.32	1.54	11.36	2.10	3:52.15	
Punten	851	753	648	925	741	416	709	

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

4.635	Wim Threels	GAC, Hilversum				Helsinki	15-04-2018	
Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m	
Prestatie	8.74	4.44	9.32	1.54	11.36	2.10	3:52.15	
Punten	732	711	631	896	642	384	639	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
2:00.80	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Gent (BEL)	20-03-2011
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		
	Roelf Akkerman	a.v. Castricum		
	Frans van Boven	THOR, Roosendaal		
1:56.65	Jan Ties	Groningen Atletiek	Madrid (ESP)	24-03-2018
	Jelle van der Schaaf	Hera, Heerhugowaard		
	Roelf Akkerman	a.v. Castricum		
	Frans Marcelissen	Atletiek Helden		

**4 x 400 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
4:30.37	Twan Bongers	AV De Keien, Uden	Gent (BEL)	08-03-2025
	Corné Haast	Spado, Bergen op Zoom		
	Stan Spangenberg	Phanos, Amsterdam		
	Albert van de Bedum	Spark, Spijkenisse		

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 65****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13.79 sec.</i>				
9.68	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sittard	13-02-2005
9.56	Tilly Jacobs	AV '34, Apeldoorn	Apeldoorn	12-02-2022

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 45.90 sec.</i>				
37.40	Lisa Plat	Lycurgus, Krommenie	Gent (BEL)	19-02-2005
33.62	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Linz (AUT)	15-03-2006
32.68	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Linz (AUT)	16-03-2006

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:38.00 min.</i>				
1:13.89	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	10-01-2009

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:50.0h min.</i>				
3:43.36	Rietje Dijkman	AV '23 Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	18-03-2005
2:53.77	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	20-12-2008
2:52.24	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Gent (BEL)	31-01-2009

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:12.0h min.</i>				
6:18.01	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Düsseldorf (GER)	10-01-2010
6:05.99	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Apeldoorn	14-02-2015

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:40.0h min.</i>				
6:38.95	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2008

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 18:56.0h min.</i>				
13:46.08	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	10-02-2013
13:39.23	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	16-02-2014
13:06.67	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Apeldoorn	15-02-2015
12:43.73	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Toruń (POL)	23-03-2015

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 15.40 sec * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.</i>				
11.02	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	10-03-2005
10.92	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Linz (AUT)	19-03-2006

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 25:10.0h min.</i>				
20:41.10	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Ancona (ITA)	26-03-2009
19:49.59	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Kamloops (CAN)	03-03-2010

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.99 meter.</i>				
1.30	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sittard	13-02-2005
1.35	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Gent (BEL)	14-03-2015
1.39	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	13-02-2016

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.40 meter. Limiet vervallen 1-1-2020</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.50 meter.</i>				
3.92	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	10-03-2005
3.96	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)	27-03-2009

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.70 meter.</i>				
8.33	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Sittard	13-02-2005
8.68	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	13-03-2005

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.20 meter.</i>				
7.20	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)	10-03-2005
8.00	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Utrecht	01-02-2009
8.35	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Apeldoorn	01-03-2009
8.62	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)	27-03-2009
8.68	Laura Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Apeldoorn	14-02-2010
8.80	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	03-02-2018
10.90	Tiny Hellendoorn	Isala '96, Kampen	Apeldoorn	12-02-2022

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg.</i>				
8.81	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Jyväskylä (FIN)	05-04-2012
14.45	Annie van Anholt	Attila, Tilburg	Sittard	20-02-2016

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>				<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
4.669	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)				10-03-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.28	7.20	3.92	3:43.36	
	Punten	1185	1198	760	918	608	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.630	Rietje Dijkman	AV '23, Amsterdam	Eskilstuna (SWE)				10-03-2005
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	11.02	1.28	7.20	3.92	3:43.36	
	Punten	1146	1198	760	918	608	
4.899	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.27	1.18	8.62	3.96	2:54.72	
	Punten	948	1003	938	937	1073	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.446	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.27	1.18	8.62	3.96	2:54.72	
	Punten	852	891	814	899	990	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.446	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.27	1.18	8.62	3.96	2:54.72	
	Punten	852	891	814	899	990	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.970	Riet Jonkers	Attila, Tilburg	Ancona (ITA)				27-03-2009
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.27	1.18	8.62	3.96	2:54.72	
	Punten	783	759	719	798	911	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**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>				
<i>Vacant</i>				

**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>				
<i>Vacant</i>				

**Mannen 70****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 11.13 sec.</i>				
9.68	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Den Haag	30-01-1999
9.58	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	05-03-1999
9.24	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	05-03-1999
9.20	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Linz (AUT)	18-03-2006
9.15	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	14-02-2015
9.07	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	24-03-2015
8.92	Hans Schouten	Trias, Heiloo	Amsterdam	08-01-2017
8.67	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	03-02-2018
8.60	Jan Ties	Groningen Atletiek	Madrid (ESP)	21-03-2018
8.59	Ko Florusse	Fortius, Dordrecht	Apeldoorn	12-02-2022

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 36.70 sec.</i>				
32.85	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Den Haag	30-01-1999
32.25	Arend Koet	a.v. Castricum	Zuidbroek	21-01-2001
31.12	Pieter Schouten	GAC, Hilversum	Gent (BEL)	19-02-2005
30.84	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Apeldoorn	15-02-2015
30.48	Roelf Akkerman	DEM, Beverwijk	Toruń (POL)	27-03-2015
30.14	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Ancona (ITA)	31-03-2016
29.98	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Daegu (KOR)	21-03-2017
29.25	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Daegu (KOR)	23-03-2017
28.95	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	04-02-2018
28.93	Jan Ties	Groningen Atletiek	Madrid (ESP)	23-03-2018

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:20.56 min</i>				
1:17.52	Cees Vooijs	a.v. Gouda	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
1:14.75	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Apeldoorn	09-02-2013
1:07.46	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Ancona (ITA)	03-04-2016
1:06.74	Jelle van der Schaaf	Hylas, Alkmaar	Daegu (KOR)	25-03-2017
1:04.81	Wim Threels	GAC Hilversum	Apeldoorn	04-02-2023

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:21.9h min.</i>				
2:55.52	Wim Metselaar	a.v. Aalsmeer	Apeldoorn	10-02-2013
2:33.09	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Daegu (KOR)	22-03-2017
2:26.56	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Dortmund (GER)	17-12-2017

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6:46.0h min.</i>				
6:34.73	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	27-02-2011
6:29.83	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Gent (BEL)	20-03-2011
6:02.15	Johan Engelhart	avVN, Hilversum	Apeldoorn	15-02-2014
4:59.62	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Daegu (KOR)	25-03-2017
4:53.53	Cees Stolwijk	Altis. Amersfoort	Apeldoorn	01-02-2020

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:10.0h min.</i>				
<i>vacant</i>				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13:29.0h min.</i>				
13:25.59	Gilles Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	27-02-2011
12:46.78	Johan Engelhart	avVN, Hilversum	San Sebastian (ESP)	19-03-2013
12:41.67	Johan Engelhart	avVN, Hilversum	Apeldoorn	16-02-2014
11:37.31	Hans Smeets	Achilles-Top, Kerkrade	Daegu (KOR)	23-03-2017
10:41.80	Cees Stolwijk	Altis, Amersfoort	Apeldoorn	08-02-2020

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14.00 sec * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
11.07	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	06-03-1999
10.99	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Utrecht	17-01-2014

**3 000 m snelwandelen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 21:15.0h min.</i>				
20:40.3h	Wout van Wieringen	RWV, Rotterdam	Zaandam	27-02-2005
18:18.7h	Tjabel Ras	RWV, Rotterdam	Zaandam	26-02-2006

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.05 meter.</i>				
1.30	Arend Koet	a.v. Castricum	Zuidbroek	21-01-2001
1.33	Kees Jägers	GAC, Hilversum	Apeldoorn	10-02-2013
1.35	Kees Jägers	GAC, Hilversum	San Sebastian (ESP)	23-03-2013
1.38	Rene Hondelink	AV'34, Apeldoorn	Apeldoorn	02-02-2018
1.40	René Hondelink	AV'34, Apeldoorn	Apeldoorn	23-02-2020
1.49	Wim Threels	GAC Hilversum	Apeldoorn	04-02-2023

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.70 meter.</i>				
2.40	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Zoetermeer	06-03-2004
2.48	Michel van Osch	Haag Atletiek	Zoetermeer	15-12-2018
2.60	Michel van Osch	Haag Atletiek	Torun (POL)	29-03-2019
2.64	Michel van Osch	Haag Atletiek	Apeldoorn	08-02-2020
2.70	Michel van Osch	Haag Atletiek	Gent (BEL)	08-03-2020
3.00	Willem Langeland	Atletico '73, Gendringen	Apeldoorn	08-02-2025

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3.40 meter.</i>				
3.81	Arend Koet	a.v. Castricum	Zuidbroek	21-01-2001
3.87	Geert van Dijk	av Veteranen, Nederland	Sittard	10-02-2008
4.05	Onno Waalewijn	Phanos, Amsterdam	Gent (BEL)	11-03-2017
4.14	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	09-02-2020
4.35	Wim Threels	GAC Hilversum	Berlijn (GER)	11-03-2023

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 6.35 meter.</i>				
6.85	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Malmö (SWE)	06-03-1999
8.30	Cees Vooijs	a.v. Gouda	Sittard	08-02-2004
8.38	Cees Vooijs	a.v. Gouda	Sindelfingen (GER)	12-03-2004

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7.00 meter * 4,00 kg</i>				
11.12	Jan Oerlemans	a.v. Nijmegen	Dongen	16-01-2000
11.22	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	Zoetermeer	08-12-2012
13.85	Frans de Laat	Swift, Roermond	Zoetermeer	10-12-2016

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 7,26 kg</i>				
17.01	Frans de Laat	Swift, Roermond	Sittard	29-01-2017

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
2.972	Arend Koet	AV Castricum			Sindelfingen (GER)		11-03-2004
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.82	3.43	8.52	1.27	4:22.62	
	Punten	530	544	551	785	562	
3.121	Arend Koet	AV Castricum			Eskilstuna (SWE)		10-03-2005
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.19	3.80	8.70	1.27	4:38.04	
	Punten	625	682	565	785	464	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.242	Arend Koet	AV Castricum			Eskilstuna (SWE)		10-03-2005
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.19	3.80	8.70	1.27	4:38.04	
	Punten	746	682	565	785	464	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.088	Arend Koet	AV Castricum			Eskilstuna (SWE)		10-03-2005
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.19	3.80	8.70	1.27	4:38.04	
	Punten	658	644	589	696	501	
3.243	Kees Jägers	GAC Hilversum			San Sebastian (ESP)		23-03-2013
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.07	3.56	9.77	1.35	4:33.34	
	Punten	677	556	677	803	530	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
3.203	Kees Jägers	GAC Hilversum			San Sebastian (ESP)		23-03-2013
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.07	3.56	9.77	1.35	4:33.34	
	Punten	677	556	637	803	530	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.906	Kees Jägers	GAC Hilversum			San Sebastian (ESP)		23-03-2013
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	12.07	3.56	9.77	1.35	4:33.34	
	Punten	566	506	651	749	434	

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum	
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>								
4.712	Wim Threels	GAC, Hilversum			Berlijn (GER)		12-03-2023	
	Onderdeel	60m	ver	kogel	hoog	60mH	pols	1000m
	Prestatie	9.14	4.35	9.67	1.36	11.25	1.70	3:38.64
	Punten	703	781	643	767	702	293	823

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
2:21.17	Frans van Boven	THOR, Roosendaal	Boedapest (HUN)	30-03-2014
	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal		
	Christiaan Mettrop	Spark, Spijkenisse		
	Piet Verbeek	AV '56, Goes		

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 70****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14.80 sec.</i>				
10.15	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Hoboken (BEL)	17-11-2013
10.03	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	28-12-2013
10.01	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	15-02-2014

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 48.90 sec.</i>				
34.66	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dortmund (GER)	22-12-2013
33.86	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	11-01-2014

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:43.80 sec.</i>				
1:17.74	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2013

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3.54.0h sec.</i>				
3:12.53	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	11-01-2014
3:02.02	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Budapest (HUN)	28-03-2014
3:01.04	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	14-03-2015

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:50.0h sec.</i>				
7:03.81	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	13-02-2016
6:33.25	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	04-02-2018
6:25.58	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	03-02-2019

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8:20.0h sec.</i>				
7:17.27	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2014

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 20:54.0h sec.</i>				
13:59.72	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	02-02-2018

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 17.20 sec * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.</i>				
11.75	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	17-01-2014

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 27.10.0 min</i>				
21.19.43	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dortmund (GER)	22-12-2013

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.93 meter.</i>				
1.19	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	16-02-2014
1.32	Weia Reinboud	Hellas, Utrecht	Apeldoorn	12-02-2022

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.40 meter. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
Vacant				

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.20 meter.</i>				
2.96	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Hoboken (BEL)	17-11-2013
3.53	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	16-02-2014
3.59	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Budapest (HUN)	25-03-2014

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.30 meter.</i>				
7.77	Rietje Dijkman	AV '23 Amsterdam	Apeldoorn	16-02-2014

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4.75 meter * 3,00 kg.</i>				
7.35	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	28-12-2013
8.04	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	16-02-2014

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
10.38	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Boedapest (HUN)	30-03-2014
13.81	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Sittard	11-02-2018
15.10	Annie van Anholt	AV Attila, Tilburg	Sittard	27-01-2019

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
4.676	Riet Jonkers	Attila, Tilburg			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.06	1.18	7.65	3.59	3:12.86	
	Punten	980	1054	807	874	961	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.676	Riet Jonkers	Attila, Tilburg			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.06	1.18	7.65	3.59	3:12.86	
	Punten	980	1054	807	874	961	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.047	Riet Jonkers	Attila, Tilburg			Budapest (HUN)		25-03-2014
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	12.06	1.18	7.65	3.59	3:12.86	
	Punten	914	855	709	744	825	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 75****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 12.24 sec.</i>				
9.96	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Zuidbroek	23-01-2000
9.63	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Gent (BEL)	19-02-2000
9.15	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	04-02-2023

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 41.80 sec.</i>				
34.18	Christiaan Mettrop	Spark, Spijkenisse	Daegu (KOR)	21-03-2017
33.30	Roelf Akkerman	AV DEM, Beverwijk	Apeldoorn	23-02-2020
31.86	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	05-02-2023
31.62	Jan Ties	Groningen Atletiek	Toruń (POL)	30-03-2023
31.26	Jan Ties	Groningen Atletiek	Toruń (POL)	31-03-2023

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1:28.50 sec.</i>				
1:24.08	Wim Metselaar	AV Alsmar	Apeldoorn	22-02-2020
1:23.23	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Gent (BEL)	08-03-2020
1:11.37	Leon Thissen	AV Zaanland	Apeldoorn	05-02-2023
1:11.23	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Gent (BEL)	11-01-2025 <sup>1</sup>
1:10.13	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Leverkusen (GER)	26-01-2025 <sup>2</sup>
1:09.79	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Apeldoorn	08-02-2025

- 1) Prestatie beter dan het huidige Nederlandse record, maar incomplete aanvraag.
- 2) Prestatie beter dan het huidige Nederlandse record, maar incomplete aanvraag.

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 3:42.00 sec.</i>				
3:26.44	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	15-02-2015
3:20.98	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Toruń (POL)	26-03-2015
3:13.69	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Gent (BEL)	10-03-2018
3:09.14	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Apeldoorn	23-12-2018
3:08.39	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Apeldoorn	02-02-2019
3:07.20	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Apeldoorn	08-02-2020
2:38.59	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Braga (POR)	23-02-2022
2:35.02	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Gent (BEL)	14-01-2023
2:33.32	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Düsseldorf (GER)	18-02-2024
2:33.11	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Apeldoorn	02-02-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:26.0h min.</i>				

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
6:51.79	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	14-02-2015
6:41.56	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Toruń (POL)	27-03-2015
6:38.60	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Apeldoorn	04-02-2018
6:21.86	Jan Oosterom	Loopgroep PK, Dodewaard	Apeldoorn	03-02-2019
6:05.00	Wim Oudejans	AV Nijkerk	Apeldoorn	13-02-2022
5:45.10	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Braga (POR)	26-02-2022
5:32.23	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Gent (BEL)	08-01-2023
5:30.05	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Gent (BEL)	25-02-2023
5:25.30	Hans Smeets	av Achilles Top, Kerkrade	Louvain-la-Neuve (BEL)	24-02-2024
5:15.98	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Apeldoorn	09-02-2025 <sup>1</sup>

1) Met deze prestatie zette Cees Stolwijk evens een Wereldrecord mannen 75+

### 1 Engelse mijl

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 7:50.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
5:33.56	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Apeldoorn	25-01-2025 <sup>1</sup>

1) Met deze prestatie zette Cees Stolwijk eveneens een Wereldrecord mannen 75+ neer

### 3 000 m

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 13:29.0h min.</i>				
14:18.50	Gilles Bosman	THOR, Roosendaal	Toruń (POL)	23-03-2015
13:01.27	Wim Oudejans	AV Nijkerk	Apeldoorn	12-02-2022
12:43.18	Hans Smeets	AV Achilles Top, Kerkrade	Toruń (POL)	17-03-2024
11:00.81	Cees Stolwijk	AV Altis, Amersfoort	Apeldoorn	08-02-2025 <sup>1</sup>

1) Met deze prestatie zette Cees Stolwijk evens een Wereldrecord mannen 75+

### 60 m horden

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 16.10 sec * 5 horden met een hoogte van 76,2 cm.</i>				
12.19	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Bordeaux (FRA)	09-03-2001
12.05	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	14-02-2015

### 3 000 m snelwandelen

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 22:45.0h min.</i>				
20:20.23	Nico Schroten	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	30-01-2010
20:09.39	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	29-01-2011
19:51.19	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Gent (BEL)	17-03-2011

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.00 meter.</i>				
1.08	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Bordeaux (FRA)	08-03-2001
1.27	Arend Koet	a.v. Castricum	Helsinki (FIN)	24-03-2007
1.31	René Hondelink	AV '34, Apeldoorn	Apeldoorn	04-02-2023

**Polsstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.60 meter.</i>				
2.15	Arend Koet	a.v. Castricum	Sittard	04-02-2007
2.30	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Utrecht	13-12-2009
2.32	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Groningen	17-01-2010
2.35	Kees van Giezen	GAC, Hilversum	Apeldoorn	14-02-2010
2.60	Michel van Osch	Haag Atletiek	Apeldoorn	17-12-2023
2.70	Michel van Osch	Haag Atletiek	Assendelft	30-12-2023
2.71	Michel van Osch	Haag Atletiek	Apeldoorn	03-02-2024

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.90 meter.</i>				
3.33	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Gent (BEL)	19-02-2000
3.56	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	13-02-2016
4.16	Jan Ties	Groningen Atletiek	Apeldoorn	04-02-2023
4.31	Jan Ties	Groningen Atletiek	Toruń (POL)	30-03-2023

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.10 meter.</i>				
6.01	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Bordeaux (FRA)	10-03-2001
6.62	Frans Buijs	GAC, Hilversum	San Sebastian (ESP)	08-03-2003

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 5.50 meter * 4,00 kg</i>				
7.54	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Birmingham (GBR)	26-02-2000
11.72	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Apeldoorn	09-02-2013

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 7,26 kg</i>				
14.47	Martin Regtop	MPM, Hengelo	Sittard	28-01-2024

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>							
2.647	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	744	437	625	593	248	
<i>Per 01-04-2003 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.443	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	541	467	548	636	251	
<i>Per 01-01-2007 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.541	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	639	467	548	636	251	
<i>Per 01-05-2010 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.436	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	621	437	537	560	281	
<i>Per 01-05-2014 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.401	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	621	437	502	560	281	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
2.059	Frans Buijs	GAC Hilversum			Bordeaux (FRA)		08-03-2001
	Onderdeel	60m H	ver	kogel	hoog	1000m	
	Prestatie	13.08	2.93	7.34	1.08	5:43.90	
	Punten	511	373	519	496	160	

**Zevenkamp**

Prestatie	Naam	Vereniging			Plaats		Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>							
Vacant							

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 75****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
10.18 sec	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	14-02-2015

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
36.04	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2018
35.78	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	12-01-2019

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
1:23.23	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2018
1:22.10	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	23-02-2020

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
3:18.55	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	12-01-2019
3:15.40	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	02-02-2019

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
7:03.69	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	09-02-2020

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
7:46.64	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	26-12-2019

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
14.51.45	Trees Rutten	Nijmegen Atletiek	Apeldoorn	04-02-2023

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet. * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.</i>				
13.52	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dordrecht	27-10-2018
13.17	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Utrecht	05-01-2019
12.80	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	01-02-2019

**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>				
<i>Vacant</i>				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
1.20	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	15-02-2015
1.24	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	13-02-2016

**Polsstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
3.49	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Dordrecht	27-10-2018

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
7.71	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	15-02-2015
7.80	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	14-02-2016

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet. * 2,00 kg</i>				
6.72	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	15-02-2015
7.75	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	13-02-2016
9.02	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	02-02-2019
9.31	Mia van der Meer	AV Startbaan, Amstelveen	Apeldoorn	05-02-2023

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
10.59	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Toruń (POL)	26-03-2019
12.65	Annie van Anholt	Av Attila, Tilburg	Sittard	28-01-2024

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>Plaats</b>		<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>							
4.987	Riet Jonkers	Atledo, Dongen			Toruń (POL)		29-03-2019
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	13.17	1.17	8.55	3.24	3.24.47	
	Punten	935	1124	905	865	1058	
<i>Per 01-01-2023 zijn er nieuwe leeftijdscorrectiefactoren</i>							
4.084	Riet Jonkers	Atledo, Dongen			Toruń (POL)		29-03-2019
	Onderdeel	60m H	hoog	kogel	ver	800 m	
	Prestatie	13.17	1.17	8.55	3.24	3.24.47	
	Punten	883	953	731	694	823	

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 80****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 14.70 sec. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
11.15	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	04-02-2023
11.06	Christiaan Mettrop	Spark, Spijkenisse	Gent (BEL)	25-02-2023
11.06	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	03-02-2024

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 48.95 sec. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
38.01	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	05-02-2023
37.08	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	04-02-2024

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.28.50 sec. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
1:32.50	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	04-02-2023
1:30.17	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	Apeldoorn	03-02-2022

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4.09.0h sec.</i>				
3.44.18	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	08-02-2020

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8.26.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
8:02.55	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Toruń (POL)	01-04-2023

**1 Engelse mijl**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 8.50.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
Vacant				

**3 000 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 15.40.0h min. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
17:17.19	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Toruń (POL)	26-03-2023

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 16.10 sec. * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
14.69	Kees Jägers	GAC Hilversum	Assendelft	18-12-2022

**3 000 m snelwandelen**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 24.25.0 min.</i>				
23.15.24	Henri Gest	RWV, Rotterdam	Düsseldorf (GER)	09-12-2001
22.07.45	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Zaandam	23-02-2008
21.48.5h	Koos van Rijn	RWV, Rotterdam	Capelle aan den IJssel	25-10-2008
20.36.36	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	13-02-2016

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 0.90 meter.</i>				
0.95	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Zoetermeer	05-02-2005
1.10	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	23-02-2020
1.11	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	12-02-2022
1.11	Kees Jägers	GAC Hilversum	Toruń (POL)	17-03-2024

**Polstokhoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 1.50 meter. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
1.70	Kees Jägers	GAC Hilversum	Toruń (POL)	23-03-2024

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 2.30 meter.</i>				
2.92	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Zoetermeer	05-02-2005
2.98	Peter Blom	Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	08-02-2020

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4.50 meter. Limiet vervallen per 1-1-2020</i>				
<i>Vacant</i>				

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld met een limiet van 4.50 meter * 4,00 kg * vanaf 2007 met 3,00 kg</i>				
6.61	Frans Buijs	GAC, Hilversum	Eskilstuna (SWE)	11-03-2005
11.44	Wim Fokker	Atverni, Nieuwegein	Apeldoorn	05-02-2017

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
<i>Vacant</i>				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>				
vacant				

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>				
Vacant				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 80****LOOPONDERDELEN****60 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
10.51	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	09-02-2020
10.49	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	12-02-2022

**200 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
37.45	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	13-02-2022
36.93	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Braga (POR)	26-02-2022

**400 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
1:44.39	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Toruń (POL)	28-03-2023
1:39.10	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Gent (BEL)	16-12-2023
1:36.73	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Apeldoorn	03-02-2024

**800 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
3:44.35	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Toruń (POL)	21-03-2024

**1 500 m**

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

**1 Engelse mijl**

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

**3 000 m**

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

**60 m horden**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet. * 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.</i>				
<i>Vacant</i>				

**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>				
<i>Vacant</i>				

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
1.17	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Braga (POR)	22-02-2022

**Polstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
3.33	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Apeldoorn	09-02-2020
3.49	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Braga (POR)	21-02-2022

**Hink-stap-springen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet.</i>				
7.57	Rietje Dijkman	GAC, Hilversum	Braga (POR)	23-02-2022

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet. * 2,00 kg</i>				
7.64	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sittard	28-01-2024

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
9.95	Riet Jonkers	Atledo, Dongen	Sittard	28-01-2024

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 85****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

**200 m**

Prestatie	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>				
6:51.36	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Apeldoorn	03-02-2024
4:17.28	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	08-02-2025

**1 500 m**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
13.10.55	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Apeldoorn	05-02-2023
8:44.74	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	09-02-2025

**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>				
25.50.24	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	Apeldoorn	12-02-2022
18:41.41	Gillis Bosman	THOR, Roosendaal	Apeldoorn	08-02-2025

**60 m horden**

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

**3 000 m snelwandelen**

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

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
24.58.9h	Henri Gest	AV Zaanland, Zaandam	Zaandam	22-02-2004
24.15.80	Henri Gest	AV Zaanland, Zaandam	Sindelfingen (GER)	12-03-2004
24.15.39	Bauke te Nijenhuis	RWV, Rotterdam	Apeldoorn	12-02-2022

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet</i>				
0.97	Henri Gest	AV Zaanland	Sindelfingen (GER)	13-03-2004
1.07	Peter Blom	AV Jahn II, Stadskanaal	Apeldoorn	09-02-2025

**Polsstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

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

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3,00 kg</i>				
8.01	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Dordrecht	28-10-2017
8.50	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Apeldoorn	04-02-2018
8.89	Joop van den Brink	Fortius, Dordrecht	Dordrecht	12-01-2019

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>				
vacant				

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>				
Vacant				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 85****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**200 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**400 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**800 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 500 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 Engelse mijl**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**3 000 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**60 m horden**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet. \* 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.*

*Vacant*

**3 000 m snelwandelen**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

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

**Polstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

Prestatie	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				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 90****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

**200 m**

Prestatie	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				

**60 m horden**

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

**3 000 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				

**Polstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

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

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3,00 kg</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 90****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**200 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**400 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**800 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 500 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 Engelse mijl**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**3 000 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**60 m horden**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet. \* 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.*

*Vacant*

**3 000 m snelwandelen**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

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

**Hink-stap-springen**

Prestatie	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				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

**Mannen 95****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

**200 m**

Prestatie	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				

**60 m horden**

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

**3 000 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>				
<i>Vacant</i>				

**Polstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

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

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3,00 kg</i>				
<i>Vacant</i>				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
<i>Vacant</i>				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800m estafette**

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

**Vrouwen 95****LOOPONDERDELEN****60 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**200 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**400 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**800 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 500 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 Engelse mijl**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**3 000 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**60 m horden**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet. \* 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.*

*Vacant*

**3 000 m snelwandelen**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**TECHNISCHE ONDERDELEN****Hoogspringen**

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

**Polsstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

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

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet. * 2,00 kg</i>				
<i>Vacant</i>				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
<i>Vacant</i>				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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

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

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

**200 m**

Prestatie	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				

**60 m horden**

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

**3 000 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				

**Polstokhoogspringen**

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

**Verspringen**

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

**Hink-stap-springen**

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

**Kogelstoten**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet * 3,00 kg</i>				
Vacant				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet * 5,45 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - ver - kogel - hoog - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**Zevenkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 2 dagen - 60 m - ver - kogel - hoog -&amp;- 60 m H - pols - 1.000 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**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>				
<i>Vacant</i>				

**4 x 800m estafette**

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

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

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**200 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**400 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**800 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 500 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**1 Engelse mijl**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**3 000 m**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

*Vacant*

**60 m horden**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet. \* 5 horden met een hoogte van 68,6 cm.*

*Vacant*

**3 000 m snelwandelen**

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

*In 1995 ingesteld zonder limiet.*

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

**Hink-stap-springen**

Prestatie	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				

**Gewichtwerpen**

Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
<i>In 2008 ingesteld zonder limiet. * 4,00 kg</i>				
Vacant				

**MEERKAMPEN****Vijfkamp**

<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
<i>In 1995 ingesteld zonder limiet - te verwerken in 1 dag - 60m horden - hoog - kogel - ver - 800 m</i>				
<i>Vacant</i>				

**ESTAFETTES****4 x 200 m estafette**

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

**4 x 400 m estafette**

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

**4 x 800 m estafette**

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