

## WEGRECORDS VROUWEN

### Opmerkingen:

- Oranje gemarkeerde prestaties zijn een verbetering van het huidige Nederlandse record en worden beoordeeld.
- Schuin gedrukte records zijn behaald in het lopende kalenderjaar

### 1 mijl (1609 meter)

<b>SEN</b>	4:30.3h	Marissa Damink	AV Sprint Breda	Düsseldorf (GER)	1-9-2024
<b>U23</b>	*	vacant			

### 5 km

<b>SEN</b>	14:39 min	Diane van Es	PAC Rotterdam	Monaco (MON)	9-2-2025
<b>SEN</b>	14:33 min	Diane van Es	PAC Rotterdam	Monaco (MON)	15-2-2026
<b>U23</b>	*	vacant			

### 10 km

<b>SEN</b>	30:29 min	Diane van Es	PAC Rotterdam	Schoorl	12-2-2023
<b>U23</b>	*	vacant			
<b>V35</b>	32:23 min	Carla Beurskens	Festina Venlo	Atlanta (USA)	4-7-1990
<b>V40</b>	32:39 min	Carla Beurskens	Scopias Venlo	Brunssum	10-4-1994
<b>V45</b>	34:16 min	Carla Beurskens	Scopias Venlo	Brunssum	13-4-1997
<b>V50</b>	36:36 min	Mirjam Koersen	GAC Hilversum	Schoorl	9-2-2025
<b>V55</b>	38:47 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Dordrecht	2-4-2017
<b>V60</b>	39:46 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Den Haag	26-5-2019
<b>V65</b>	42:01 min	Jacqueline van den Bercken	Loopwijzer	Utrecht	5-10-2025
<b>V70</b>	44:13 min	Jeannine Liebrand	AV Cifla Nijmegen	Schoorl	11-2-2024
<b>V75</b>	52:03 min	Els Raap	AV Badhoevedorp	Schoorl	12-2-2023
<b>V80</b>	1:00.31 uur	Ada Habes-Ket	Altis Amersfoort	Schoorl	10-2-2018
<b>V85</b>	*	vacant			
<b>V90</b>	*	vacant			

### ½ marathon

<b>SEN</b>	1:05.15 uur	Sifan Hassan	Eindhoven Atletiek	Kopenhagen (DEN)	16-9-2018
<b>U23</b>	1:18.15 uur	Vera de Vries	AV Horror	Breda	6-10-2024
<b>V35</b>	1:10.04 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Den Haag	31-3-1990
<b>V40</b>	1:12.26 uur	Carla Beurskens	Scopias Venlo	Den Haag	27-3-1994
<b>V45</b>	1:14.21 uur	Carla Beurskens	Scopias Venlo	Den Haag	23-3-1997
<b>V50</b>	1:19.51 uur	Carla Beurskens	Atletiek Helden	Eindhoven	12-10-2003
<b>V55</b>	1:25.33 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Den Haag	6-3-2016
<b>V60</b>	1:26.13 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Venlo	31-3-2019
<b>V65</b>	1:30.12 uur	Jacqueline van den Bercken	Loopwijzer Amsterdam	Venlo	30-3-2025
<b>V70</b>	1:36.14 uur	Jeannine Liebrand	AV Cifla Nijmegen	Dordrecht	3-11-2024
<b>V75</b>	1:48.16 uur	Ria Hoksbergen	Arena Atletiek Rheden	Venlo	30-3-2025
<b>V80</b>	*	vacant			
<b>V85</b>	*	vacant			
<b>V90</b>	*	vacant			

### Marathon

<b>SEN</b>	2:13.44 uur	Sifan Hassan	Eindhoven Atletiek	Chicago (USA)	8-10-2023
<b>U23</b>	2:39.36 uur	Vera de Vries	AV Horror	Amsterdam	20-10-2024
<b>V35</b>	2:25.52 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Amsterdam	16-10-2011
<b>V40</b>	2:28.18 uur	Miranda Boonstra	Nijmegen Atletiek	Eindhoven	14-10-2012
<b>V45</b>	2:37.21 uur	Carla Beurskens	RRA Rotterdam	Enschede	8-6-1997
<b>V50</b>	2:44.43 uur	Mirjam Koersen	GAC Hilversum	Berlijn (BER)	29-9-2024
<b>V55</b>	3:05.36 uur	Anita van den Bogert	Altis Amersfoort	Rotterdam	14-4-2024
<b>V60</b>	2:58.59 uur	Ingrid Prigge-Morsink	LAAC Twente Oldenzaal	Amsterdam	19-10-2025
<b>V65</b>	3:14.18 uur	Karin Verheijden	Eindhoven Atletiek	Rotterdam	14-4-2024

V70	3:33.51 uur	Jeannine Liebrand	AV Cifla Nijmegen	Spijkenisse	30-11-2025
V75	4:29.31 uur	Ria van Weezep	Spirit Lelystad	Amsterdam	16-10-2022
V80	*	vacant			
V85	*	vacant			
V90	*	vacant			

<b>50 km</b>					
SEN	3:17.00 uur	Yvonne van Vlerken	AV Passaat	Winschoten	13-9-2025
U23	4:33.13 uur	Anne Bijpost	AV Rijssen	Sittard	4-5-2025
U23	4:27.45 uur	Anne Bijpost	AV Rijssen	Amersfoort	24-1-2026

<b>100 km</b>					
SEN	7:32:04 uur	Hinke Schokker	SV Friesland	Winschoten	14-9-2024
U23	*	vacant			

<b>10 km snelwandelen</b>					
U20	1:04:22 uur	Liesbeth van Leeuwen	NOP Emmeloord	Amsterdam	28-1-2007
V35	54:51 min	Anne van Andel	DAK Drunen	Tilburg	5-10-2025
V40	1:05:20 uur	Annie van der Meer	RWV Rotterdam	Goirle	5-6-1988
V45	58:15 min	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	6-2-2000
V50	58:36 min	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	8-1-2006
V55	1:00:33 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	4-2-2007
V60	1:02:40 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	4-12-2011
V65	1:08:34 uur	Riet Jonkers	Attila Tilburg	Tilburg	4-10-2009
V70	1:10:42 uur	Annie van der Meer	RWV Rotterdam	Tilburg	7-10-2018
V75	*	vacant			
V80	*	vacant			
V85	*	vacant			
V90	*	vacant			

<b>20 km snelwandelen</b>					
SEN	1:47:36.31 uur	Anne van Andel	DAK Drunen	Montreuil (FRA)	25-9-2022
U23	*	vacant			
V35	1:48:21 uur	Anne van Andel	DAK Drunen	Tilburg	5-10-2025
V40	2:12:33 uur	Annie van der Meer	RWV Rotterdam	Goirle	5-6-1988
V45	2:04:30 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Den Haag	31-5-1997
V50	2:05:35 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Olland	10-3-2002
V55	2:10:31 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Olland (St-Oedenrode)	9-3-2008
V60	2:50:51 uur	Anita Bakker	RWV Rotterdam	Tilburg	23-6-2018
V65	*	vacant			
V70	2:24:22 uur	Annie van der Meer	RWV Rotterdam	Tilburg	7-10-2018
V75	*	vacant			
V80	*	vacant			
V85	*	vacant			
V90	*	vacant			

<b>35 km snelwandelen</b>					
SEN	3:40.09 uur	Anne van Andel	DAK Drunen	Tilburg	1-10-2023

<b>50 km snelwandelen</b>					
SEN	5:30:11 uur	Anne van Andel	DAK Drunen	Tilburg	1-10-2017
U23	*	vacant			
V35	*	vacant			
V40	6:39:24 uur	Ilonka van Bommel	RWV Rotterdam	Schiedam	14-5-2016
V45	6:06:17 uur	Larissa Droogendijk	RWV Rotterdam	Tilburg	3-10-2021
V50	*	vacant			

V55 \* vacant  
V60 \* vacant  
V65 \* vacant  
V70 \* vacant  
V75 \* vacant  
V80 \* vacant  
V85 \* vacant  
V90 \* vacant

**Ekiden** {5-10-5-10-5-7,195 km}

<b>SEN</b>	2:22:36 uur	nationaal team	Nederland	Yokohama (JPN)	25-2-1990
		Wilma van Onna * Carla Beurskens * Anne van Schuppen * Jolanda Homminga * Joke Kleyweg * Ine Valentin			
<b>SEN</b>	2.34:48 uur	club team	De Bataven Leiden	Vught	20-3-1994
		Suze Groen in 't Woud * Regina Hazeleger * Marja Hogenboom * Joke Kleyweg * Monique Bruins * Leny van der Plas			