

Inhoudsopgave	
Inhoudsopgave	1
Ingevoerde weg/baan wedstrijden:	2
Pupillen	3
<i>Mini-meisjes</i>	3
<i>Mini jongens</i>	3
<i>Pupillen C-Meisjes</i>	3
<i>Pupillen C-Jongens</i>	4
<i>Pupillen B-meisjes</i>	4
<i>Pupillen B-jongens</i>	5
<i>Pupillen A-meisjes 1^e jaars</i>	5
<i>Pupillen A-meisjes 2^e jaars</i>	6
<i>Pupillen Jongens-A 1^e jaars</i>	7
<i>Pupillen Jongens-A 2^e jaars</i>	8
Junioren	8
<i>Junioren D-meisjes</i>	8
<i>Junioren D-jongens</i>	10
<i>Junioren C-meisjes</i>	11
<i>Junioren C-jongens</i>	12
<i>Junioren B-meisjes</i>	14
<i>Junioren B-jongens</i>	15
<i>Junioren-A meisjes:</i>	17
<i>Junioren A-jongens</i>	17
	Senioren
	<i>Senioren – Dames</i>
	<i>Senioren – Heren</i>
	Veteranen.....
	<i>Veteranen – Dames 35</i>
	<i>Veteranen – Dames 40</i>
	<i>Veteranen – Dames 45</i>
	<i>Veteranen – Dames 50</i>
	<i>Veteranen – Heren algemeen</i>
	<i>Veteranen – Heren 35 m.i.v. 01-11-2005 (KNAU)</i>
	<i>Veteranen – Heren 40</i>
	<i>Veteranen – Heren 45</i>
	<i>Veteranen- Heren 50</i>
	<i>Veteranen – Heren 55</i>
	<i>Veteranen – Heren 60</i>
	<i>Veteranen – Heren 65</i>
	<i>Veteranen – Heren 70</i>
	<i>Veteranen – Heren 75</i>
	Verstandelijk Gehandicapten
	<i>Dames</i>
	<i>Heren</i>
	Recreanten.....

Ingevoerde weg/baan wedstrijden:novemberdecemberjanuarifebruarimaart

15	Reeuwijk	Plassenloop
30	Gouda	openingswedstrijd*

april

11	Waddinxveen	C/D blokmeerkamp
12	Reeuwijk	competitie pupillen
19	Alphen	competitie C/D
27	Sittard	competitie senioren

mei

01	Gouda	Goudse Kaas&stroopwafel NK10
02	Utrecht	Run2day track meeting
04	Den Haag	competitie A
11	Amsterdam	Battle of the B's
12	Sittard	NK meerkamp
16	Gouda	Goudse Kaas&stroopwafel
17	Den Haag	competitie C/D
18	Uden	competitie senioren
24	Schoonhoven	competitie pupillen
25	Zoetermeer	competitie A
28	Zoetermeer	competitie pupillen
30	Groningen	NK junioren A/B

Juni

01	Groningen	NK junioren A/B
07	Gouda	competitie pupillen
08	Helmond	competitie senioren
14	Zoetermeer	5 Regio ontmoeting
14	Lisse	Gouden Spike
21	Spijkenisse	Gebiedsfinale C/D
22	Haarlem	competitie B
25	Reeuwijk	werpmeerkamp
27	Utrecht	Run2day track meeting

juli

5+6	Schoonhoven	meerkampen
18	Utrecht	Run2day track meeting

augustus

8	Utrecht	Run2day track meeting
22	Gouda	Goudse Kaas&stroopwafel
23	Amsterdam	C-Spelen
29	Utrecht	Run2day track meeting
30+31	Amersfoort	meerkamp

september

5	Gouda	C/D blokmeerkamp
13	Assen	competitie C/D finale
14	Zwolle	competitie B finale
20+21	Enschede	meerkamp NK
27	Amstelveen	estafettes NK

oktober

4	Gouda	clubwedstrijd
---	-------	---------------

* niet alle prestaties zijn erkend ivm het ontbreken van windmeting-gegevens

blauwe tekst is een clubrecord

lila tekst is een baanrecord

Atleten dienen zelf door te geven wanneer ze waar zijn geweest en welke onderdelen ze gedaan hebben.

Pupillen**Mini-meisjes**40 meter:

1. Femke vd Griendt 10.07 041008 Gouda

600 meter:

1. Femke vd Griendt 3.05.99 041008 Gouda

Verspringen:

2.85 dd 071007 Gouda

Hoogspringen:

2. Femke vd Griendt 0.55 041008 Gouda

Balwerpen:

17.29 dd 071007 Gouda

1. Femke vd Griendt 7.38 041008 Gouda

Mini jongens40 meter:

8.30 dd 071007 Gouda

1. Jesse Ceelen 8.44 041008 Gouda
2. Stijn de Bakker 8.55 041008 Gouda
3. Bas Hovius 8.57 041008 Gouda

600 meter:

1. Bas Hovius 3.06.46 041008 Gouda
2. Stijn de Bakker 3.11.61 041008 Gouda
3. Jesse Ceelen 2.45.09 041008 Gouda

hoogspringen:

cr; 0.80 dd 041008 Gouda

4. Jesse Ceelen **0.80** 041008 Gouda
5. Bas Hovius 0.75 041008 Gouda
6. Stijn de Bakker 0.70 041008 Gouda

Balwerpen:

1. Jesse Ceelen 17.04 041008 Gouda
2. Stijn de Bakker 12.33 041008 Gouda
3. Bas Hovius 9.97 041008 Gouda
4. Jef Sibbald 7.17 041008 Gouda

Pupillen C-Meisjes40 meter:

1. Alysia de Jong 33.84 300308 Gouda
Naomi vd Bovenkamp
Nina Nuvelstijn
Isa Dijkstra

40 meter et:

1. Nina Nuvelstijn 7.15 140608 Zoetermeer
2. Femke de Boer 7.25 041008 Gouda
3. Frederique Post 7.77 041008 Gouda
4. Alysia de Jong 8.23 041008 Gouda
5. Mila Luk 8.30 041008 Gouda
6. Isa Dijkstra 8.50 041008 Gouda
7. Naomi vd Bovenkamp 8.97 240508 S'hoven
8. Marit vd Schuit 9.84 240508 S'hoven

600 meter

1. Judith van Swieten 2.51.14 300308 Gouda
2. Alysia de Jong 2.52.42 070608 Gouda
3. Mila Luk 2.57.56 070608 Gouda
4. Naomi vd Bovenkamp 3.25.52 300308 Gouda
5. Marit vd Schuit 3.47.43 120408 Reeuwijk

Verspringen:

1. Nina Nuvelstijn 3.50 300308 Gouda
2. Alysia de Jong 2.53 070608 Gouda
3. Judith van Swieten 2.41 300308 Gouda
4. Mila Luk 2.35 070608 Gouda
5. Naomi vd Bovenkamp 2.23 300308 Gouda
6. Marit vd Schuit 1.87 120408 Reeuwijk

Hoogspringen

cr; 1.10 dd 041008 Gouda

Br; 1.10 dd 041008

1. Femke de Boer **1.10** 041008 Gouda
2. Alysia de Jong 0.90 041008 Gouda
3. Frederique Post 0.85 041008 Gouda
4. Mila Luk 0.85 041008 Gouda
5. Marit vd Schuit 0.75 240508 S'hoven
6. Isa Dijkstra 0.70 041008 Gouda
7. Naomi vd Bovenkamp 0.70 240508 S'hoven

Balwerpen

1. Nina Nuvelstin 15.94 140608 Zoetermeer
2. Femke de Boer 12.93 041008 Gouda
3. Mila Luk 10.14 280608 Z'meer
4. Marit vd Schuit 10.25 240508 S'hoven
5. Alysia de Jong 10.02 240508 S'hoven
6. Frederique Post 9.30 041008 Gouda
7. Naomi vd Bovenkamp 8.38 240508 S'hoven
8. Isa Dijkstra 7.57 041008 Gouda

Balstoten:

1. Nina Nuvelstijn	5.16	300308 Gouda
2. Alysia de Jong	3.80	070608 Gouda
3. Mila Luk	3.59	070608 Gouda
4. Marit vd Schuit	3.56	120408 Reeuwijk
5. Naomi vd Bovenkamp	3.36	300308 Gouda

Pupillen C-Jongens40 meter et:

1. David Zorge	7.94	041008 Gouda
2. Ivo vd Pasch	7.98	041008 Gouda
3. Pepijn Planteydt	8.03	041008 Gouda
4. Torsten de Pleyt	8.04	280608 Z'meer
5. Daan Klijn	8.09	041008 Gouda

600 meter

1. David Zorge	2.28.50	070608 Gouda
2. Torsten de Pleyt	2.31.69	300308 Gouda
3. Daan Klijn	2.45.31	041008 Gouda
4. Ivo vd Pasch	2.49.56	070608 Gouda

Verspringen

1. Torsten de Pleyt	2.90	300308 Gouda
2. David Zorge	2.75	300308 Gouda
3. Ivo vd Pasch	2.70	300308 Gouda

Hoogspringen

1. David Zorge	0.95	041008 Gouda
2. Ivo vd Pasch	0.95	041008 Gouda
3. Pepijn Planteydt	0.85	041008 Gouda
4. Torsten de Pleyt	0.85	240508 S'hoven
5. Daan Klijn	0.70	041008 Gouda

Balwerpen

1. David Zorge	23.03	041008 Gouda
2. Pepijn Planteydt	19.35	041008 Gouda
3. Torsten de Pleyt	15.23	240508 S'hoven
4. Ivo vd Pasch	14.57	280608 Z'meer
5. Daan Klijn	10.63	041008 Gouda

Balstoten:

1. David Zorge	5.56	300308 Gouda
2. Ivo vd Pasch	4.28	120408 Reeuwijk
3. Torsten de Pleyt	3.63	120408 Reeuwijk

Pupillen B-meisjes40 meter et:

1. Sascha Palsgraaf	7.06	041008 Gouda
2. Nikki Louwerse	7.34	041008 Gouda
3. Susan de Koning	7.39	041008 Gouda
4. Sophie van Veen	7.54	041008 Gouda
5. Emma Moons	7.69	280608 Z'meer
6. Rhea Buijs	7.77	280608 Z'meer
7. Milou Stam	7.82	070608 Gouda
8. Seera Weevers	8.03	041008 Gouda
9. Heba Kleij	8.05	070608 Gouda

4x40 meter:

1. Nikki Louwerse	30.92	300308 Gouda
Milou Stam		
Heba Kleij		
Sacha Palsgraaf		

1000 meter:

1. Nikki Louwerse	4.12.06	070608 Gouda
2. Sascha Palsgraaf	4.13.71	041008 Gouda
3. Milou Stam	4.19.74	070608 Gouda
4. Susan de Koning	4.33.86	070608 Gouda
5. Emma Moons	4.44.99	070608 Gouda
6. Rhea Buijs	4.45.63	300308 Gouda
7. Sophie van Veen	4.47.33	041008 Gouda
8. Heba Kleij	5.10.27	070608 Gouda
9. Sera Weevers	5.36.85	041008 Gouda

Verspringen:

1. Sascha Palsgraaf	3.50	280608 Z'meer
2. Nikki Louwerse	3.30	280608 Z'meer
3. Susan de Koning	3.10	280608 Z'meer
4. Emma Moons	3.07	280608 Z'meer
5. Sophie van Veen	3.05	041008 Gouda
6. Rhea Buijs	2.98	280608 Z'meer
7. Milou Stam	2.76	280608 Z'meer
8. Seera Weevers	2.75	041008 Gouda
9. Heba Kleij	2.58	280608 Z'meer

Hoogspringen:

1. Sascha Palsgraaf	1.00	300308 Gouda
2. Nikki Louwerse	0.95	300308 Gouda
3. Emma Moons	0.95	300308 Gouda
4. Milou Stam	0.90	300308 Gouda
5. Heba Kleij	0.90	300308 Gouda
6. Susan de Koning	0.90	120408 Reeuwijk
7. Rhea Buijs	0.85	300308 Gouda

Kogelstoten:

1. Sascha Palsgraaf	4.53	140608 Zoetermeer
2. Sera Weevers	4.53	041008 Gouda
3. Susan de Koning	4.52	240508 S'hoven
4. Rhea Buijs	4.24	041008 Gouda
5. Heba Kleij	4.09	280608 Z'meer
6. Sophie van Veen	4.00	041008 Gouda
7. Nikki Louwerse	3.89	041008 Gouda
8. Emma Moons	3.86	041008 Gouda
9. Milou Stam	2.95	240508 S'hoven

Balwerpen:

22.50 dd 071007 Gouda

1. Nikki Louwerse	17.68	120408 Reeuwijk
2. Susan de Koning	17.00	120408 Reeuwijk
3. Sascha Palsgraaf	13.37	070608 Gouda
4. Emma Moons	14.44	070608 Gouda
5. Heba Kleij	11.88	300308 Gouda
6. Rhea Buijs	11.11	120408 Reeuwijk
7. Milou Stam	8.16	070608 Gouda

Pupillen B-jongens40 meter et:

6.69 dd 020607 B op Zoom

1. Bram Wiellaard	7.66	300308 Gouda
2. Zoltan Bognar	7.66	041008 Gouda
3. Corné Slob	7.74	070608 Gouda
4. Tijn Kemp	7.81	280608 Z'meer
5. Tristan den Hertog	7.99	070608 Gouda
6. Youp van 't Hoff	8.16	041008 Gouda
7. Ofke Teekens	8.38	041008 Gouda

1000 meter:

1. Zoltan Bognar	3.59.85	070608 Gouda
2. Tristan den Hertog	4.16.16	070608 Gouda
3. Bram Wiellaard	4.17.80	041008 Gouda
4. Corné Slob	4.25.40	070608 Gouda
5. Tijn Kemp	5.09.63	120408 Reeuwijk
6. Youp van 't Hoff	5.13.03	041008 Gouda

Verspringen

1. Zoltan Bognar	3.23	280608 Z'meer
2. Corné Slob	2.98	280608 Z'meer
3. Tristan den Hertog	2.93	280608 Z'meer
4. Tijn Kemp	2.54	280608 Z'meer

Hoogspringen:

1. Zoltan Bognar	1.00	300308 Gouda
2. Tijn Kemp	0.95	120408 Reeuwijk
3. Corné Slob	0.95	070608 Gouda
4. Tristan den Hertog	0.90	070608 Gouda
5. Bram Wiellaard	0.85	300308 Gouda

Kogelstoten:

1. Bram Wiellaard	5.54	041008 Gouda
2. Corné Slob	4.48	041008 Gouda
3. Zoltan Bognar	4.38	240508 S'hoven
4. Youp van 't Hoff	4.17	041008 Gouda
5. Ofke Teekens	4.08	041008 Gouda
6. Tristan den Hertog	3.97	280608 Z'meer
7. Tijn Kemp	3.89	240508 S'hoven

Balwerpen:

1. Corné Slob	25.05	120408 Reeuwijk
2. Tijn Kemp	16.68	120408 Reeuwijk
3. Zoltan Bognar	19.99	120408 Reeuwijk
4. Bram Wiellaard	21.63	300308 Gouda
5. Tristan den Hertog	15.97	120408 Reeuwijk

Pupillen A-meisjes 1^e jaars60 meter et:

cr; 9.02 dd 120507 Zoetermeer

1. Iris Pols	9.91	041008 Gouda
2. Dagmar vd Heuvel	10.01	041008 Gouda
3. Merel de Groot	10.06	070608 Gouda
4. Inger Albeda	10.30	280608 Z'meer
5. Angelene Rozendaal	10.36	041008 Gouda
6. Nina Stam	10.52	070608 Gouda
7. Minke van Alten	10.60	041008 Gouda
8. Esther Konings	10.94	300308 Gouda
9. Noelle den Hertog	10.97	070608 Gouda

4x60 meter

1. Nina Stam	42.02	300308 Gouda
Merel de Groot		
Dagmar vd Heuvel		
Esther Konings		
2. Iris Pols	43.41	300308 Gouda
Minke van Alten		
Angelene Rozendaal		
Noelle den Hertog		

1000 meter:

1. Nina Stam	3.53.33	070608 Gouda
2. Merel de Groot	3.59.40	070608 Gouda
3. Inger Albeda	4.06.65	070608 Gouda
4. Noelle den Hertog	4.19.73	070608 Gouda
5. Minke van Alten	4.20.74	120408 Reeuwijk
6. Dagmar vd Heuvel	4.24.85	300308 Gouda
7. Iris Pols	4.31.28	070608 Gouda
8. Angelene Rozendaal	4.38.52	300308 Gouda
9. Esther Konings	4.48.93	300308 Gouda

verspringen:

1. Iris Pols	3.82	070608 Gouda
2. Merel de Groot	3.66	120408 Reeuwijk
3. Dagmar vd Heuvel	3.28	120408 Reeuwijk
4. Nina Stam	3.27	070608 Gouda
5. Noelle den Hertog	3.23	070608 Gouda
6. Esther Konings	3.18	300308 Gouda
7. Minke van Alten	3.14	120408 Reeuwijk
8. Inger Albeda	2.94	070608 Gouda
9. Angelene Rozendaal	2.76	300308 Gouda

hoogspringen:

1. Merel de Groot	1.10	240508 S'hoven
2. Iris Pols	1.05	240508 S'hoven
3. Minke van Alten	1.05	240508 S'hoven
4. Nina Stam	1.00	240508 S'hoven
5. Dagmar vd Heuvel	1.00	240508 S'hoven
6. Inger Albeda	1.00	240508 S'hoven
7. Noëlle den Hertog	0.90	240508 S'hoven

Kogelstoten:

1. Merel de Groot	5.78	070608 Gouda
2. Minke van Alten	4.84	070608 Gouda
3. Inger Albeda	4.65	070608 Gouda
4. Dagmar vd Heuvel	4.39	070608 Gouda
5. Nina Stam	4.27	070608 Gouda
6. Noelle den Hertog	3.96	070608 Gouda
7. Iris Pols	3.90	120408 Reeuwijk
8. Angelene Rozendaal	3.85	300308 Gouda
9. Esther Konings	3.11	300308 Gouda

Balwerpen:

1. Merel de Groot	22.76	240508 S'hoven
2. Dagmar vd Heuvel	20.03	280608 Z'meer
3. Minke van Alten	14.24	041008 Gouda
4. Iris Pols	13.14	280608 Z'meer
5. Noëlle den Hertog	12.58	240508 S'hoven
6. Nina Stam	12.40	041008 Gouda
7. Inger Albeda	12.37	240508 S'hoven

Pupillen A-meisjes 2^e jaars60 meter et:

1. iris Spetter	9.26	070608 Gouda
2. Nynke Smits	9.46	070608 Gouda
3. Susanne Broer	9.72	240508 S'hoven
4. Atie Lechner	9.83	041008 Gouda
5. Eva Smid	9.88	280608 Zoetermeer
6. Julia Zorge	9.96	041008 Gouda
7. Jessica Wennekes	10.28	300308 Gouda
8. Jolijn Nuvelstijn	10.41	300308 Gouda
9. Isa Frijns	10.50	041008 Gouda
10. Susan Bergamin	10.54	280608 Zoetermeer
11. Femke Kortekaas	11.07	041008 Gouda
12. Jorien Prins	11.35	041008 Gouda
13. Maria Verburg	11.52	280608 Zoetermeer
14. Lotte van Grieken	12.52	041008 Gouda

4x60 meter

1. Eva Smid	41.43	300308 Gouda
Jolijn Nuvelstijn		
Nienke Smits		
Femke Kortekaas		

1000 meter:

1. Nynke Smits	3.58.79	070608 Gouda
2. Atie Lechner	4.04.18	041008 Gouda
3. Susanne Broer	4.05.13	120408 Reeuwijk
4. Eva Smid	4.10.86	300308 Gouda
5. Iris Spetter	4.14.19	120408 Reeuwijk
6. Isa Frijns	4.18.04	041008 Gouda
7. Julia Zorge	4.20.00	300308 Gouda
8. Susan Bergamin	4.27.95	070608 Gouda
9. Femke Kortekaas	4.41.69	041008 Gouda
10. Jolijn Nuvelstijn	4.49.22	041008 Gouda
11. Jessica Wennekes	4.54.88	120408 Reeuwijk
12. Maria Verburg	5.11.95	070608 Gouda
13. Lotte van Grieken	5.22.50	041008 Gouda
14. Jorien Prins	5.31.98	041008 Gouda

Verspringen

1. Iris Spetter	4.05	280608 Zoetermeer
2. Eva Smid	3.93	041008 Gouda
3. Atie lechner	3.87	041008 Gouda
4. Nynke Smits	3.77	041008 Gouda
5. Julia Zorge	3.59	041008 Gouda
6. Isa Frijns	3.38	041008 Gouda
7. Susan Bergamin	3.33	280608 Zoetermeer
8. Jolijn Nuvelstijn	3.28	041008 Gouda
9. Jessica Wennekes	3.09	280608 Zoetermeer
10. Susanne Broer	3.04	240508 S'hoven
11. Maria Verburg	2.79	280608 Zoetermeer
12. Femke Kortekaas	2.73	041008 Gouda
13. Lotte van Grieken	2.63	041008 Gouda
14. Jorien Prins	2.48	041008 Gouda

Hoogspringen

1. Eva Smid	1.25	300308 Gouda
2. Nynke Smits	1.20	300308 Gouda
3. Julia Zorge	1.05	300308 Gouda
4. Iris Spetter	1.05	070608 Gouda
5. Jessica Wennekes	1.00	120408 Reeuwijk
6. Susan Bergamin	1.00	070608 Gouda
7. Femke Kortekaas	0.95	300308 Gouda
8. Susanne Broer	0.95	120408 Reeuwijk
9. Maria Verburg	0.95	120408 Reeuwijk

Kogelstoten

1. Atie Lechner	7.53	041008 Gouda
2. Iris Spetter	6.73	240508 S'hoven
3. Julia Zorge	5.96	041008 Gouda
4. Eva Smid	5.57	280608 Zoetermeer
5. Nynke Smits	5.41	041008 Gouda
6. Isa Frijns	5.28	041008 Gouda
7. Maria Verburg	5.27	240508 S'hoven
8. Jolijn Nuvelstijn	5.18	041008 Gouda
9. Maria Verburg	4.77	280608 Zoetermeer
10. Susan Bergamin	4.73	280608 Zoetermeer
11. Jessica Wennekes	4.72	240508 S'hoven
12. Susanne Broer	4.44	240508 S'hoven
13. Jorien Prins	4.26	041008 Gouda
14. Femke Kortekaas	4.07	041008 Gouda

Balwerpen:

1. Iris Spetter	21.42	120408 Reeuwijk
2. Nynke Smits	21.11	070608 Gouda
3. Julia Zorge	19.30	300308 Gouda
4. Eva Smid	18.27	070608 Gouda
5. Maria Verburg	17.23	070608 Gouda
6. Jolijn Nuvelstijn	16.96	300308 Gouda
7. Susanne Broer	16.74	120408 Reeuwijk
8. Sasan Bergamin	12.20	070608 Gouda
9. Jessica Wennekes	12.09	120408 Reeuwijk
10. Femke Kortekaas	11.32	300308 Gouda

Pupillen Jongens-A 1^e jaars60 meter et:

1. Daan van Gasteren	9.38	280608 Z'meer
2. Joost van Zutphen	10.39	300308 Gouda
3. Max Versteeg	10.63	300308 Gouda
4. Olaf Visser	10.89	240508 S'hoven
5. Ivar de Niet	11.02	280608 Z'meer
6. Dennis Melkert	12.01	041008 Gouda
7. Joost Houdijk	12.96	041008 Gouda

4x60 meter

2. Joost van Zutphen	45.60	300308 Gouda
Ivar de Niet		
Dennis Melkert		
Max Versteeg		

1000 meter:

1. Oscar Oostdam	3.45.65	041008 Gouda
2. Joost van Zutphen	3.54.68	070608 Gouda
3. Daan van Gasteren	3.56.61	041008 Gouda
4. Olaf Visser	4.03.41	041008 Gouda
5. Damian Weerwindt	4.18.01	041008 Gouda
6. Max Versteeg	4.27.56	300308 Gouda
7. Ivar de Niet	4.41.20	041008 Gouda
8. Dennis Melkert	5.02.17	300308 Gouda

Verspringen:

1. Daan van Gasteren	4.10	070608 Gouda
2. Joost van Zutphen	3.35	300308 Gouda
3. Ivar de Niet	2.86	070608 Gouda
4. Max Versteeg	2.63	300308 Gouda
5. Dennis Melkert	2.50	300308 Gouda

Hoogspringen:

1. Daan van Gasteren	1.15	041008 Gouda
2. Joost van Zutphen	1.05	240508 S'hoven
3. Ivar de Niet	1.00	041008 Gouda
4. Olaf Visser	0.95	041008 Gouda
5. Joost Houdijk	0.85	041008 Gouda
6. Dennis Melkert	0.80	041008 Gouda

Kogelstoten:

1. Daan van Gasteren	6.93	070608 Gouda
2. Joost van Zutphen	5.61	070608 Gouda
3. Ivar de Niet	4.48	070608 Gouda
4. Max Versteeg	3.44	300308 Gouda
5. Dennis Melkert	3.39	300308 Gouda

Balwerpen:

1. Daan van Gasteren	22.70	140608 Zoetermeer
2. Olaf Visser	19.17	041008 Gouda
3. Joost Houdijk	18.27	041008 Gouda
4. Joost van Zutphen	14.17	240508 S'hoven
5. Ivar de Niet	10.87	280608 Z'meer
6. Dennis Melkert	10.46	041008 Gouda

Pupillen Jongens-A 2^e jaars60 meter et:

1. Ruben Buijs	10.19	041008 Gouda
2. Thomas Stouten	10.62	280608 Z'meer
3. Joes Planteijdt	10.79	041008 Gouda
4. Gert Jan Kolkman	11.07	120408 Reeuwijk

4x60 meter

3. Lennard Kwakernaak	40.2	010407
Gouda		
Tim Hendrix		
Rens Insulani		
Elmar vd Wijk		

1000 meter:

1. Ruben Buijs	3.53.56	041008 Gouda
2. Leen Sandifort	4.06.86	041008 Gouda
3. Thomas Stouten	4.15.66	041008 Gouda
4. Milan Hoofwijk	4.34.78	041008 Gouda
5. Joes Planteijdt	4.55.55	041008 Gouda

Verspringen:

1. Ruben Buijs	3.34	041008 Gouda
2. Joes Planteijdt	3.36	041008 Gouda
3. Thomas Stouten	3.11	280608 Z'meer

Hoogspringen:

1. Ruben Buijs	1.10	300308 Gouda
2. Joes Planteijdt	1.10	300308 Gouda
3. Thomas Stouten	1.00	300308 Gouda
4. Gert Jan Kolkman	1.00	120408 Reeuwijk

Kogelstoten:

1. Joes Planteijdt	7.32	041008 Gouda
2. Thomas Stouten	6.68	280608 Z'meer
3. Ruben Buijs	6.26	041008 Gouda

Balwerpen:

1. Ruben Buijs	23.42	300308 Gouda
2. Joes Planteijdt	24.53	300308 Gouda
3. Thomas Stouten	18.02	070608 Gouda

Junioren**Junioren D-meisjes**60 meter ht:

cr; 8.4 dd 88/06

1. Ingrid Brokke	8.7	110408 W'veen
2. Irene van Lier	8.9	110408 W'veen
3. Jiska Pols	8.8	110408 W'veen
4. Viviane Wennekes	9.0	110408 W'veen
5. Ingrid vd Heuvel	9.5	110408 W'veen
6. Manuela Mboto	9.5	110408 W'veen
7. Fleur Smid	9.7	110408 W'veen
8. Fleur de Groot	10.6	110408 W'veen

60 meter et:

1. Jiska Pols	8.76	300308 Gouda
2. Ingrid Brokke	8.82	300308 Gouda
3. Viviane Wennekes	9.06	300308 Gouda
4. Irene van Lier	9.13	300308 Gouda
5. Ingrid vd Heuvel	9.60	300308 Gouda
6. Fleur Smid	9.77	300308 Gouda
7. Paul vd Meer	10.88	300308 Gouda
8. Fleru de Groot	10.86	300308 Gouda
9. Mascha Risakotta		

60 meter horden:

1. Ingrid Brokke	11.21	190408 Alphen
2. Irene van Lier	12.31	041008 Gouda
3. Manuela Mboto	13.27	041008 Gouda
4. Ingrid vd Heuvel	13.45	041008 Gouda
5. Jiska Pols	13.49	041008 Gouda
6. Noor van Driel	13.60	041008 Gouda
7. Mascha Risakotta	13.87	041008 Gouda
8. Fleur Smid	13.93	041008 Gouda
9. Simone Spek	14.26	041008 Gouda
10. Paul vd Meer	14.57	041008 Gouda

4 x 60 meter:

cr; 32.59 dd 170606 Alphen

1. Jiska Pols	33.83	210608 Spijkenisse
Ingrid Brokke		
Ingrid vd Heuvel		
Irene van Lier		
2. Jiska Pols	34.18	190408 Alphen
Ingrid Brokke		
Ingrid vd Heuvel		
Mascha Risakotta		
1. Irene van Lier	35.16	120507 Gouda
Madelon Kamp		
Rosalinde Borgman		
Vivianne Wennekes		
3. Ingrid Brokke	35.81	300308 Gouda
Mascha Risakotta		
Ingrid vd Heuvel		
Jiska Pols		

4. Irene van Lier 36.30 300308 Gouda
 Viviane Wennekes
 Paula vd Meer
 Fleur Smid

600 meter:

1.	Jiska Pols	1.55.33	050908 Gouda
2.	Simone Spek	1.58.48	041008 Gouda
3.	Viviane Wennekes	1.59.94	300308 Gouda
4.	Ingrid Brokke	2.00.99	041008 Gouda
5.	Ingrid vd Heuvel	2.06.28	050908 Gouda
6.	Irene van Lier	2.11.40	300308 Gouda
7.	Fleur Smid	2.12.73	041008 Gouda
8.	Manuela Mboto	2.15.56	041008 Gouda
9.	Noor van Driel	2.15.80	041008 Gouda
10.	Paul vd Meer	2.27.74	041008 Gouda
11.	Mascha Risakotta	2.30.25	041008 Gouda
12.	Fleru de Groot	2.41.69	300308 Gouda

1000 meter:

1.	Viviane Wennekes	3.29.20	190408 Alphen
2.	Jiska Pols	3.34.47	190408 Alphen

Verspringen:

1.	Irene van Lier	4.15	050908 Gouda
2.	Ingrid Brokke	4.12	050908 Gouda
3.	Fleur Smid	4.06	050908 Gouda
4.	Manuela Mboto	3.83	041008 Gouda
5.	Jiska Pols	3.76	041008 Gouda
6.	Simone Spek	3.66	041008 Gouda
7.	Ingrid vd Heuvel	3.47	210608 Spijkenisse
8.	Noor van Driel	3.43	041008 Gouda
9.	Mascha Risakotta	3.34	190408 Alphen
10.	Paul vd Meer	3.26	041008 Gouda

Hoogspringen:

1.	Manuela Mboto	1.40	041008 Gouda
2.	Irene van Lier	1.35	300308 Gouda
3.	Fleur Smid	1.30	041008 Gouda
4.	Jiska Pols	1.30	041008 Gouda
5.	Simone Spek	1.25	041008 Gouda
6.	Ingrid vd Heuvel	1.25	300308 Gouda
7.	Viviane Wennekes	1.15	300308 Gouda
8.	Ingrid Brokke	1.15	300308 Gouda
9.	Noor van Driel	1.15	041008 Gouda
10.	Paul vd Meer	1.10	041008 Gouda
11.	Fleur de Groot	1.00	300308 Gouda
12.	Mascha Risakotta	1.05	300308 Gouda

Speerwerpen:

1.	Irene van Lier	21.08	210608 Spijkenisse
2.	Manuela Mboto	19.71	041008 Gouda
3.	Mascha Risakotta	18.73	041008 Gouda
4.	Fleur Smid	18.33	050908 Gouda
5.	Ingrid Brokke	17.73	050908 Gouda
6.	Jiska Pols	17.49	041008 Gouda
7.	Ingrid vd Heuvel	17.36	050908 Gouda
8.	Viviane Wennekes	15.24	300308 Gouda
9.	Fleur de Groot	10.71	300308 Gouda
10.	Noor van Driel	10.39	041008 Gouda
11.	Paul vd Meer	9.89	041008 Gouda
12.	Simone Spek	9.76	041008 Gouda

Kogelstoten:

1.	Ingrid Brokke	9.81	210608 Spijkenisse
2.	Manuela Mboto	8.92	041008 Gouda
3.	Fleur Smid	7.97	041008 Gouda
4.	Jiska Pols	7.80	041008 Gouda
5.	Ingrid vd Heuvel	7.46	190408 Alphen
6.	Irene van Lier	7.46	110408 W'veen
7.	Viviane Wennekes	6.59	110408 W'veen
8.	Fleur de Groot	6.35	110408 W'veen
9.	Noor van Driel	6.20	041008 Gouda
10.	Mascha Risakotta	5.92	041008 Gouda
11.	Simone Spek	5.26	041008 Gouda
12.	Paul vd Meer	4.61	041008 Gouda

6 Kamp:

1.	Ingrid Brokke	2333	041008 Gouda
2.	Manuela Mboto	2247	041008 Gouda
3.	Jiska Pols	2230	041008 Gouda
4.	Ingrid vd Heuvel	1887	041008 Gouda
5.	Fleur Smid	1834	041008 Gouda
6.	Simone Spek	1761	041008 Gouda
7.	Noor van Driel	1592	041008 Gouda
8.	Mascha Risakotta	1480	041008 Gouda
9.	Paul vd Meer	1240	041008 Gouda
10.	Irene van Lier	1053*	041008 Gouda

* geen volledige meerkamp

Junioren D-jongens80 meter:

1. Rafael van Loon	11.2	110408 W'veen
2. Koen Braker	11.7	110408 W'veen
3. Elmar vd Wijk	11.9	110408 W'veen
4. Sjoerd van Alten	12.7	110408 W'veen
5. Joris van Veen		
6. Tim de Frankrijker		

80 meter et:

1. Joris van Veen	11.39	041008 Gouda
2. Rafael van Loon	11.69	300308 Gouda
3. Tim de Frankrijker	11.86	041008 Gouda
4. Koen Braker	11.87	041008 Gouda
5. Elmar vd Wijk	12.34	210608 Spijkenisse
6. Siets Roskam	12.71	041008 Gouda
7. Sjoerd van Alten	13.56	300308 Gouda

80 meter horden:

1. Rafael van Loon	15.24	041008 Gouda
2. Joris van Veen	16.25	041008 Gouda
3. Tim de Frankrijker	16.32	041008 Gouda
4. Siets Roskam	17.13	041008 Gouda
5. Koen Braker	17.64	041008 Gouda

4x80 meter:

1. Elmar vd Wijk	45.55	210608 Spijkenisse
Joris van Veen		
Rafael van Loon		
Koen Braker		
2. Elmar vd Wijk	45.95	170508 DenHaag
Joris van Veen		
Rafael van Loon		
Koen Dorsman		
3. Tim de Frankrijker	47.43	300308 Gouda
Joris van Veen		
Koen Braker		
Rafael van Loon		
4. Elmar vd Wijk	47.72	190408 Alphen
Joris van veen		
Rafael van Loon		
Tim de Frankrijker		

600 meter:

1. Rafael van Loon	2.03.11	300308 Gouda
2. Koen Braker	2.03.93	300308 Gouda
3. Joris van Veen	2.02.38	300308 Gouda
4. Tim de Frankrijker	1.59.61	300308 Gouda
5. Elmar vd Wijk	2.26.08	300308 Gouda
6. Sjoerd van Alten	2.17.15	300308 Gouda

1000 meter:

1. Tim de Frankrijker	3.25.34	210608 Spijkenisse
2. Joris van Veen	3.41.62	170508 DenHaag
3. Rafael van Loon	3.56.50	041008 Gouda
4. Koen Braker	4.02.35	041008 Gouda
5. Siets Roskam	4.08.92	041008 Gouda
6. Sjoerd van Alten	4.13.23	050908 Gouda

verspringen:

1. Joris van Veen	4.41	041008 Gouda
2. Rafael van Loon	4.37	110408 W'veen
3. Tim de Frankrijker	4.31	300308 Gouda
4. Koen Braker	4.05	041008 Gouda
5. Siets Roskam	3.68	041008 Gouda
6. Elmar vd Wijk	3.63	170508 DenHaag
7. Sjoerd van Alten	3.36	300308 Gouda

Hoogspringen:

1. Joris van Veen	1.40	210608 Spijkenisse
2. Tim de Frankrijker	1.30	041008 Gouda
3. Koen Braker	1.25	041008 Gouda
4. Sjoerd van Alten	1.20	050908 Gouda
5. Siets Roskam	1.20	050908 Gouda
6. Rafael van Loon	1.10	041008 Gouda

Kogelstoten:

1. Koen Braker	7.53	210608 Spijkenisse
2. Rafael van Loon	7.05	041008 Gouda
3. Lennard Kwakernaak	6.47	190408 Alphen
4. Tim de Frankrijker	6.35	041008 Gouda
5. Joris van Veen	6.30	190408 Alphen
6. Siets Roskam	5.11	041008 Gouda
7. Sjoerd van Alten	5.08	050908 Gouda

Discuswerpen:

1. Koen Braker	19.00	300308 Gouda
2. Rafael van Loon	17.23	300308 Gouda
3. Joris van Veen	14.32	300308 Gouda
4. Sjoerd van Alten	13.60	110408 W'veen
5. Lennard Kwakernaak	12.96	190408 Alphen
6. Tim de Frankrijker	12.54	300308 Gouda
7. Elmar vd Wijk	12.40	110408 W'veen

Speerwerpen:

1. Koen Braker	25.72	041008 Gouda
2. Joris van Veen	22.35	041008 Gouda
3. Siets Roskam	21.31	041008 Gouda
4. Tim de Frankrijker	14.14	041008 Gouda
5. Rafael van Loon	13.82	041008 Gouda

7- kamp:

1. Rafael van Loon	2530	041008 Gouda
2. Koen Braker	2661	041008 Gouda
3. Joris van Veen	2980	041008 Gouda
4. Tim de Frankrijker	2619	041008 Gouda
5. Siets Roskam	2241	041008 Gouda

Junioren C-meisjesZweedse Estafette:

1. ?	2.46.50	280908 Amstelveen
------	---------	-------------------

80 meter ht: cr; 10.3 dd 020607 BopZoom

1. Sanne Dekker	10.3	110408 W'veen
2. Simone Hagen	10.9	110408 W'veen
3. Nina Hogendoorn	11.3	110408 W'veen
4. Madeleen Graafland	11.4	110408 W'veen
5. Madelon Kamp	11.5	110408 W'veen
6. Maria Honkoop	11.6	110408 W'veen
7. Nanneke Marcus	11.8	110408 W'veen
8. Rosalinde Borgman	12.2	110408 W'veen
9. Anouk Heeren	13.4	110408 W'veen

80 meter et: cr; 10.53 dd 160607 Den Haag

1. Sanne Dekker	10.48*	230808 A'dam
2. Sanne Dekker	10.53	140608 Zoetermeer
3. Nina Hogendoorn	11.51	170508 DenHaag
4. Madeleen Graafland	11.37	210608 Spijkenisse
5. Madelon Kamp	12.02	170508 DenHaag
6. Simone Hagen	11.01	140608 Zoetermeer

*=windvoordeel

4x80 meter et: cr; 41.14 dd 210608 Spijkenisse

1. Sanne Dekker	41.14	210608 Spijkenisse
Madeleen Graafland		
Simnone Hagen		
?		
2. Sanne Dekker	41.55	190408 Alphen
Madeleen Graafland		
Simone Hagen		
Maria Honkoop		
3. Madeleen Graafland	42.00	300308 Gouda
Maria Honkoop		
Simone Hagen		
Sanne Dekker		
4. Sanne Dekker	42.04	170508 DenHaag
Madeleen Graafland		
Simone Hagen		
?		
5. Sanne Dekker	42.18	130908 Assen
Madeleen Graafland		
Simone Hagen		
Nina Hogendoorn		

6. ?	42.18	280908 Amstelveen
7. Sanne dekker	43.55	230808 A'dam
Madelon Kamp		
Nina Hogendoorn		
Simone Hagen		

80 meter horden ht:

7. Sanne Dekker	13.2	5/60708 S'hoven
8. Simone Hagen	13.9	5/60708 S'hoven
9. Jolien Ooms	16.9	5/60708 S'hoven
10. Madeleen Graafland	16.5	5/60708 S'hoven

80 meter horden et: cr; 13.13 dd 170508 Den Haag

1. Sanne Dekker	13.13	170508 Den Haag
2. Simone Hagen	13.67	300308 Gouda
3. Madelon Kamp	14.65	210608 Spijkenisse
4. Nanneke Marcus	15.42	041008 Gouda
5. Nina Hogendoorn	16.60	041008 Gouda
6. Madeleen Graafland	16.55	041008 Gouda
7. Rosalinde Borgman	16.79	041008 Gouda
8. Jolien Ooms	16.90	300308 Gouda
9. Nymphe Schouten	18.52	300308 Gouda
10. Anouk Heeren	20.27	041008 Gouda

150 meter: cr; 19.8 dd 5/60708 S'hoven

1. Simone Hagen	20.28	041008 Gouda
2. Sanne Dekker	19.8	5/60708 S'hoven
3. Sanne Dekker	19.87	041008 Gouda
4. Jolien Ooms	24.7	5/60708 S'hoven
5. Nina Hogendoorn	21.37	041008 Gouda
6. Madeleen Graafland	21.9	5/60708 S'hoven
7. Nanneke Marcus	23.43	041008 Gouda
8. Anouk Heeren	27.96	041008 Gouda
9. Rosalinde Borgman	24.10	041008 Gouda

600 meter:

1. Simone Hagen	1.42.0	5/60708 S'hoven
2. Sanne Dekker	1.51.5	5/60708 S'hoven
3. Nanneke Marcus	1.57.71	041008 Gouda
4. Madeleen Graafland	1.58.2	5/60708 S'hoven
5. Jolien Ooms	2.02.1	5/60708 S'hoven
6. Nina Hogendoorn	2.17.66	041008 Gouda
7. Rosalinde Borgman	2.18.21	041008 Gouda
8. Anouk Heeren	2.49.97	050908 Gouda

1000 meter:

1. Lisa Zoet	3.21.93	210608 Spijkenisse
2. Madeleen Graafland	3.52.42	170508 Den Haag
3. Rosalinde Borgman	4.06.67	170508 Den Haag

Verspringen:

cr; 5.18 dd 300495 Gouda

1. Simone Hagen	5.12	110408 W'veen
2. Sanne Dekker	5.09	140608 Zoetermeer
3. Nina Hogendoorn	4.44	110408 W'veen
4. Maria Honkoop	4.27	110408 W'veen
5. Jolien Ooms	4.04	5/60708 S'hoven
6. Madeleen Graafland	3.94	041008 Gouda
7. Madelon Kamp	3.93	110408 W'veen
8. Rosalinde Borgman	3.78	110408 W'veen
9. Nanneke Marcus	3.71	110408 W'veen
10. Anouk Heeren	3.41	110408 W'veen

Hoogspringen:

1. Simone Hagen	1.50	190408 Alphen
2. Sanne Dekker	1.45	5/60708 S'hoven
3. Jolien Ooms	1.35	5/60708 S'hoven
4. Madelon Kamp	1.35	230808 A'dam
5. Maria Honkoop	1.30	170508 Den Haag
6. Nanneke Marcus	1.25	300308 Gouda
7. Nina Hogendoorn	1.25	041008 Gouda
8. Rosalinde Borgman	1.20	041008 Gouda
9. Madeleen Graafland	1.10	041008 Gouda
10. Anouk Heeren	1.10	041008 Gouda
11. Nympe Schouten	1.05	300308 Gouda

Kogelstoten:

1. Sanne Dekker	10.13	050908 Gouda
2. Anouk Heeren	10.02	050908 Gouda
3. Jolien Ooms	9.01	041008 Gouda
4. Simone Hagen	7.46	5/60708 S'hoven
5. Nanneke Marcus	7.36	050908 Gouda
6. Nina Hogendoorn	7.27	041008 Gouda
7. Madeleen Graafland	7.05	050908 Gouda
8. Rosalinde Borgman	6.98	041008 Gouda
9. Madelon Kamp	6.29	050908 Gouda

Speerwerpen:

cr; 27.80 dd 300894 Gouda

1. Nanneke Marcus	26.77	230808 A'dam
2. Jolien Ooms	24.81	170508 Den Haag
3. Simone Hagen	24.41	041008 Gouda
4. Anouk Heeren	20.07	050908 Gouda
5. Sanne Dekker	19.57	050908 Gouda
6. Nina Hogendoorn	18.50	050908 Gouda
7. Rosalinde Borgman	16.12	190408 Alphen
8. Madeleen Graafland	15.45	041008 Gouda
9. Madelon Kamp	14.70	300308 Gouda
10. Nympe Schouten	12.14	300308 Gouda

Discuswerpen:

cr; 26.98 dd 210608 Spijkenisse

1. Jolien Ooms	26.98	210608 Spijkenisse
2. Anouk Heeren	22.55	170508 Den Haag
3. Rosalinde Borgman	15.56	190408 Alphen

7-kamp:

4. Sanne Dekker	3643	5/60708 S'hoven
5. Simone Hagen	3589	5/60708 S'hoven
6. Nanneke Marcus	2716	041008 Gouda
7. Jolien Ooms	2689	5/60708 S'hoven
8. Nina Hogendoorn	2598	041008 Gouda
9. Madeleen Graafland	2417	5/60708 S'hoven
10. Rosalinde Borgman	2147	041008 Gouda
11. Anouk Heeren	1564	041008 Gouda

Junioren C-jongens100 meter ht:

cr; 11.4 dd 170888 Leiden

1. Tim Dekker	12.2	110408 W'veen
2. Daan Emmerzaal	13.2	5/60708 S'hoven
3. Matthijs Reekers	13.4	5/60708 S'hoven
4. Hoite Kuipéri	13.8	5/60708 S'hoven
5. Sander van Nielen	13.9	110408 W'veen
6. Rik Rutten	14.0	110408 W'veen
7. Jochem Zwanenburg	14.1	110408 W'veen
8. Koen Dorsman	14.7	110408 W'veen

100 meter et:

cr. 11.95 dd 170606 Alphen

1. Tim Dekker	12.32	041008 Gouda
2. Johan Schonebaum	13.15	041008 Gouda
3. Daan Emmerzaal	13.18	041008 Gouda
4. Hoite Kuipéri	13.91	041008 Gouda
5. Sander van Nielen	14.14	210608 Spijkenisse
6. Sander Nielen	14.31	041008 Gouda
7. Jochem Zwanenburg	14.62	170508 Den Haag
8. Rik Rutten	14.81	041008 Gouda
9. Koen Dorsman	15.01	041008 Gouda
10. Menno Kooter	15.24	041008 Gouda

100 meter horden ht:

cr; 14.5 dd 05060708

Schoonhoven

1. Tim Dekker	14.5	5/60708 S'hoven
2. Hoite Kuiperi	19.5	5/60708 S'hoven
3. Rik Rutten	19.5	5/60708 S'hoven
4. Daan Emmerzaal	20.5	5/60708 S'hoven
5. Koen Dorsman	21.4	5/60708 S'hoven

100 meter horden et:

cr; 14.31 041008 Gouda

Br; 14.31 dd 041008

1. Tim Dekker	14.31	041008 Gouda
2. Johan Schonebaum	15.45	041008 Gouda
3. Hoite Kuipéri	18.02	041008 Gouda
4. Rik Rutten	18.69	190408 Alphen
5. Sander van Nielen	19.55	190408 Alphen
6. Jochem Zwanenburg	20.72	300308 Gouda
7. Daan Emmerzaal	20.99	300308 Gouda
8. Koen Dorsman	21.51	300308 Gouda

<u>4x100 meter:</u>			49.40	dd 120507	Gouda
1.	Tim Dekker	51.62		190408	Alphen
	Johan Schonebaum				
	Sander van Nielen				
	Daan Emmerzaal				
2.	Tim Dekker	51.75		210608	Spijkenisse
	Matthijs Reekers				
	Daan Emmerzaal				
	Koen Dorsman				
3.	Tim Dekker	52.84		170508	Den Haag
	Rik Rutten				
	Matthijs Reekers				
	?				
4.	Matthijs Reekers	53.91		300308	Gouda
	Sander van Nielen				
	Koen Dorsman				
	Daan Emmerzaal				

<u>800 meter:</u>			
1.	Tim Dekker	2.18.84	250508 Z'meer
2.	Matthijs Reekers	2.23.24	210608 Spijkenisse
3.	Jochem Zwanenburg	2.37.28	190408 Alphen
4.	Daan Emmerzaal	2.34.94	050908 Gouda
5.	Koen Dorsman	2.40.56	190408 Alphen
6.	Rik Rutten	2.41.04	300308 Gouda
7.	Sander van Nielen	2.41.97	300308 Gouda
8.	Hoite Kuipéri	2.53.74	050908 Gouda

<u>1.000 meter:</u>			
1.	Tim Dekker	2.59.22	20/210908 Enschede
2.	Daan Emmerzaal	3.28.7	5/60708 S'hoven
3.	Hoite Kuipéri	3.35.92	041008 Gouda
4.	Rik Rutten	3.36.4	5/60708 S'hoven
5.	Sander van Nielen	3.38.78	041008 Gouda
6.	Koen Dorsman	3.39.92	041008 Gouda

<u>Verspringen:</u>			
1.	Tim Dekker	5.55	20/210908 Enschede
2.	Johan Schonebaum	5.13	041008 Gouda
3.	Matthijs Reekers	5.07	170508 Den Haag
4.	Daan Emmerzaal	4.80	050908 Gouda
5.	Sander van Nielen	4.48	041008 Gouda
6.	Hoite Kuipéri	4.45	041008 Gouda
7.	Jochem Zwanenburg	4.22	170508 Den Haag
8.	Rik Rutten	4.20	050908 Gouda
9.	Koen Dorsman	4.10	300308 Gouda
10.	Menno Kooter	4.09	041008 Gouda

<u>Hoogspringen:</u>			cr; 2.00	dd 260806	A'dam
1.	Johan Schönebaum	1.90	250508	Z'meer	
2.	Tim Dekker	1.80	5/60708	S'hoven	
3.	Matthijs Reekers	1.65	110408	W'veen	
4.	Hoite Kuipéri	1.55	041008	Gouda	
5.	Rik Rutten	1.40	110408	W'veen	
6.	Sander van Nielen	1.40	041008	Gouda	
7.	Daan Emmerzaal	1.35	5/60708	S'hoven	
8.	Koen Dorsman	1.35	041008	Gouda	
9.	Jochem Zwanenburg	1.25	110408	W'veen	
10.	Menno Kooter	1.25	041008	Gouda	

<u>Discuswerpen:</u>				
1.	Tim Dekker	40.73	050908	Gouda
2.	Hoite Kuipéri	31.40	5/60708	S'hoven
3.	Johan Schonebaum	30.01	041008	Gouda
4.	Matthijs Reekers	27.30	140608	Zoetermeer
5.	Daan Emmerzaal	24.24	041008	Gouda
6.	Koen Dorsman	21.90	5/60708	S'hoven
7.	Sander van Nielen	20.85	041008	Gouda
8.	Rik Rutten	18.84	050908	Gouda
9.	Jochem Zwanenburg	17.36	300308	Gouda

<u>Kogelstoten:</u>			cr; 15.96	dd 300906	Emmeloord
1.	Johan Schonebaum	11.63	041008	Gouda	
2.	Tim Dekker	11.46	041008	Gouda	
3.	Hoite Kuipéri	9.71	041008	Gouda	
4.	Daan Emmerzaal	9.16	190408	Alphen	
5.	Matthijs Reekers	7.90	110408	W'veen	
6.	Jochem Zwanenburg	7.04	110408	W'veen	
7.	Koen Dorsman	6.64	041008	Gouda	
8.	Rik Rutten	6.14	041008	Gouda	
9.	Sander van Nielen	6.06	041008	Gouda	
10.	Menno Kooter	5.35	041008	Gouda	

<u>Speerwerpen:</u>				
1.	Johan Schönebaum	36.56	190408	Alphen
2.	Tim Dekker	31.16	20/210908	Enschede
3.	Hoite Kuipéri	28.94	5/60708	S'hoven
4.	Daan Emmerzaal	27.16	5/60708	S'hoven
5.	Koen Dorsman	25.68	210608	Sp'nisse
6.	Rik Rutten	19.20	5/60708	S'hoven
7.	Sander van Nielen	16.03	041008	Gouda

8- kamp:

1. Tim Dekker	5395	20/210908 Enschede
2. Johan Schonebaum	3941*	041008 Gouda
3. Hoite Kuipéri	3927	041008 Gouda
4. Daan Emmerzaal	3708	5/60708 S'hoven
5. Sander van Nielen	3225	041008 Gouda
6. Koen Dorsman	3042	5/60708 S'hoven
7. Rik Rutten	2770	5/60708 S'hoven
8. Menno Kooter	1519*	041008 Gouda
9. Matthijs Reekers	580*	5/60708 S'hoven

* geen volledige meerkamp

Junioren B-meisjes100 meter et:

1. Maaïke Spuij	13.28	300508 Groningen
2. Ester vd Heuvel	13.52	250508 Z'meer
3. Nina Hogendoorn ©	14.40	160508 Gouda
4. Maria Honkoop ©	14.42	160508 Gouda
5. Maryse Fröling	15.54	250508 Z'meer
6. Nienke Borgman		

4x100 meter

cr; 52.28 dd 100607 Krommenie

1. Esther vd Heuvel	52.74	250508 Z'meer
Jente Goutier		
Maaïke Spuij		
Nienke Borgman		
2. Nienke Borgman	52.93	300308 Gouda
Jente Goutier		
Maaïke Spuij		
Ester vd Heuvel		
3. Esther vd Heuvel	53.25	220608 Haarlem
Jente Goutier		
Maaïke Spuij		
Nienke Borgman		

4x200 meter:

1. Madeleen Graafland ©	1.53.63	300907 Amstelveen
Nanneke Marcus ©		
Simone Hagen ©		
Sanne Dekker ©		

200 meter ht:

1. Maaïke Spuij	27.9	5/60708 S'hoven
2. Esther vd Heuvel	29.4	5/60708 S'hoven

200 meter et:

1. Ester vd Heuvel	27.66	080608 Helmond
2. Maaïke Spuij	27.43	300508 Groningen
3. Jente Goutier	29.43	160508 Gouda
4. Linde Emmerzaal	31.34	010508 Gouda
5. Nienke Borgman		

400 meter et:

cr; 60.93 dd 080608 Helmond

1. Maaïke Spuij	60.93	080608 Helmond
2. Ester vd Heuvel	65.22	250508 Z'meer
3. Nienke Borgman		

100 meter horden ht:

1. Maaïke Spuij	16.4	5/60708 S'hoven
2. Ester vd Heuvel	18.7	5/60708 S'hoven

100 meter horden et:

1. Nienke Borgman	16.99	250508 Z'meer
2. Jente Goutier	19.00	250508 Z'meer
3. Maaïke Spuij	20.37	300308 Gouda

400 meter horden:

1. Jente Goutier	78.82	110508 A'dam
------------------	-------	--------------

800 meter:

cr; 2.25.1 dd 210595 Spijkenisse

1. Eefje Tielemans	2.25.23	250508 Z'meer
2. Nienke Borgman	2.46.88	300308 Gouda
3. Maaïke Spuij	2.39.4	5/60708 S'hoven
4. Ester vd Heuvel	2.44.8	5/60708 S'hoven

1.000 meter: (incourant)

1. Elise Kato	3.42.41	200707 Utrecht
---------------	---------	----------------

1.500 meter

cr; 4.50.36 dd 290808 Utrecht

3. Eefje Tielemans	4.50.36	290808 Utrecht
4. Iris Zwijnenburg	5.50.76	040508 D.Haag
5. Linde Emmerzaal	6.09.68	080608 Helmond

Verspringen:

1. Jente Goutier	4.73	220608 Haarlem
2. Maaïke Spuij	4.40	250508 Z'meer
3. Ester vd Heuvel	4.14	5/60708 S'hoven
4. Nienke Borgman	3.93	010508 Gouda

Hinkstapspringen:

1. Nienke Borgman	9.24	010508 Gouda
2. Ester vd Heuvel	9.21	040508 D.Haag

Hoogspringen:

1. Linde Emmerzaal	1.55	160508 Gouda
2. Ester vd Heuvel	1.55	5/60708 S'hoven
3. Maaïke Spuij	1.45	300308 Gouda
4. Jente Goutier	1.40	180508 Uden
5. Nienke Borgman	1.30	300308 Gouda

Kogelstoten:

1. Maaïke Spuij	9.33	160508 Gouda
2. Ester vd Heuvel	8.59	5/60708 S'hoven
3. Nelleke van Midden	7.95	160508 Gouda
4. Jente Goutier	7.46	160508 Gouda
5. Maryse Fröling	6.16	040508 D.Haag

Speerwerpen:

1. Ester vd Heuvel	24.24	5/60708 S'hoven
2. Jolien Ooms ©	22.28	010508 Gouda
3. Nanneke Marcus ©	21.72	010508 Gouda
4. Nienke Borgman	21.54	300308 Gouda
5. Maaïke Spuij	13.69	300308 Gouda
6. Maryse Fröling	10.48	180508 Uden

Discuswerpen:

1. Maryse Fröling	18.00	040508 D.Haag
-------------------	-------	---------------

Polstokhoogspringen: cr. 2.80 dd 180508 Uden

1. Maryse Fröling	2.80	180508 Uden
2. Maaïke Spuij	2.40	270608 Utrecht

7- kamp:

1. Nienke Borgman		
2. Maaïke Spuij	3316	5/60708 S'hoven
3. Ester vd Heuvel	3247	5/60708 S'hoven

Junioren B-jongens100 meter ht:

1. Alexander Kirkels	11.7	5/60708 S'hoven
2. Roland van Zuilen	12.1	5/60708 S'hoven
3. Simon Bliëk	12.2	5/60708 S'hoven
4. Bram Popkema	12.3	5/60708 S'hoven
5. Mark Bakker	12.6	5/60708 S'hoven
6. Alan Diddens	12.7	5/60708 S'hoven
7. Joris Heinsbroek	13.1	5/60708 S'hoven

100 meter et:

1. Alexander Kirkels	11.50	270608 Utrecht
2. Ivo Jehee	11.52	270608 Utrecht
3. Reinier Bliëk	11.92	080808 Utrecht
4. Bram Popkema	12.28	30/310808 A'foort
5. Roland van Zuilen	12.20	20/210908 Enschede

4x100 meter:

1. Alexander Kirkels	cr; 44.76	dd 270908 Amstelveen	44.76	270908 Amstelveen
Bram Popkema				
Reinier Bliëk				
Ivo Jehee				
2. Alexander Kirkels	45.27	220608 Haarlem		
Ivo Jehee				
Bram Popkema				
Reinier Bliëk				
3. Alexander Kirkels	45.34	140908 Zwolle		
Bram Popkema				
Reinier Bliëk				
Ivo Jehee				
4. Alexander Kirkels	45.52	250508 Z'meer		

110 meter horden ht:

1. Roland van Zuilen	21.6	5/60708 S'hoven
2. Simon Bliëk	16.8	5/60708 S'hoven
3. Alan Diddens	16.9	5/60708 S'hoven
4. Bram Popkema	17.8	5/60708 S'hoven
5. Mark Bakker	18.5	5/60708 S'hoven
6. Joris Heinsbroek	21.3	5/60708 S'hoven
7. Peter van Leeuwen		

110 meter horden et:

1. Tim Dekker (C)	cr; 15.45	dd 080505 Beverwijk	15.76	250508 Z'meer
2. Alan Diddens	15.83	300508 Groningen		
3. Roland van Zuilen	16.06	160508 Gouda		
4. Alexander Kirkels	15.95	270608 Utrecht		
5. Ivo Jehee	17.84	270608 Utrecht		
6. Bram Popkema	17.21	30/310808 A'foort		
7. Simon Bliëk	17.26	30/310808 A'foort		

200 meter horden:

1. Bram Popkema	29.22	180708 Utrecht
-----------------	-------	----------------

150 meter:

8. Bram Popkema	18.96	180708 Utrecht
-----------------	-------	----------------

200 meter et:

1. Ivo Jehee	23.34	270608 Utrecht
2. Reinier Bliëk	23.91	010508 Gouda
3. Alexander Kirkels	24.04	160508 Gouda
4. Bram Popkema	25.68	160508 Gouda

400 meter et:

1. Reinier Bliëk	cr; 51.97	dd 300508 Groningen	51.97	300508 Groningen
2. Ivo Jehee	55.27	110508 Amsterdam		
3. Alexander Kirkels	56.05	110508 Amsterdam		
4. Bram Popkema	58.84	250508 Z'meer		

400 meter horden

5. Reinier Blik	56.90	110508 Amsterdam
6. Bram Popkema	63.63	300508 Groningen
7. Alan Diddens	64.31	110508 Amsterdam

800 meter:

1. Ivo Jehee	2.04.38	300308 Gouda
2. Mark Bakker	2.12.80	270608 Utrecht
3. Reinier Blik	2.18.61	300308 Gouda
4. Bram Popkema	2.25.34	220608 Haarlem
5. Alan Diddens	2.30.08	300308 Gouda

1500 meter

1. Mark Bakker	4.35.86	140908 Zwolle
2. Roland van Zuilen	4.57.74	20/210908 Enschede
3. Mark de Rooy	5.16.69	220608 Haarlem

Verspringen:

1. Roland van Zuilen	6.55	5/60708 S'hoven
2. Reinier Blik	6.20	220608 Haarlem
3. Alexander Kirkels	5.67	30/310808 A'foort
4. Simon Blik	5.30	300308 Gouda
5. Bram Popkema	5.45	140908 Zwolle
6. Alan Diddens	5.16	300308 Gouda
7. Joris Heinsbroek	5.08	220608 Haarlem
8. Ivo Jehee	4.89	300308 Gouda
9. Mark Bakker	4.31	5/60708 S'hove

Hinkstapspringen:

1. Roland van Zuilen	14.18	300508 Groningen
2. Simon Blik	12.06	300508 Groningen
3. Bram Popkema	11.48	160508 Gouda
4. Tim Dekker ©	11.36	080808 Utrecht
5. Joris Heinsbroek	10.84	300508 Groningen
6. Alan Diddens	10.64	010508 Gouda

Hoogspringen:

1. Roland van Zuilen	1.96	010508 Gouda
2. Roland van Zuilen	2.04	300508 Groningen
3. Simon Blik	1.70	110508 Amsterdam
4. Bram Popkema	1.65	5/60708 S'hoven
5. Alexander Kirkels	1.61	30/310808 A'foort
6. Alan Diddens	1.60	5/60708 S'hoven
7. Mark Bakker	1.60	5/60708 S'hoven
8. Joris Heinsbroek	1.55	5/60708 S'hoven

Kogelstoten: cr; 14.85 dd 20/210908 Enschede

1. Roland van Zuilen	14.85	20/210908 Enschede
2. Alexander Kirkels	11.86	140908 Zwolle
3. Mark de Rooy	11.77	270608 Utrecht
4. Reinier Blik	11.57	010508 Gouda
5. Alan Diddens	10.23	5/60708 S'hoven
6. Mark Bakker	9.99	270608 Utrecht
7. Simon Blik	9.90	160508 Gouda
8. Peter van Leeuwen	9.81	300308 Gouda
9. Bram Popkema	9.73	250608 Reeuwijk
10. Joris Heinsbroek	9.15	160508 Gouda
11. Ivo Jehee	7.60	300308 Gouda

Kogelslingeren: cr; 35.17 dd 270608 Utrecht

1. Roland van Zuilen	35.17	270608 Utrecht
2. Mark de Rooy	28.13	270608 Utrecht
3. Mark Bakker	16.29	270608 Utrecht

Discuswerpen: cr; 56.82 dd 220608 Haarlem

1. Roland van Zuilen	56.82	220608 Haarlem
2. Roland van Zuilen	55.07	220808 Gouda
3. Mark Bakker	35.22	220808 Gouda
4. Simon Blik	31.26	5/60708 S'hoven
5. Alexander Kirkels	30.42	30/310808 A'foort
6. Reinier Blik	28.89	080808 Utrecht
7. Bram Popkema	27.65	5/60708 S'hoven
8. Peter van Leeuwen	21.38	300308 Gouda
9. Alan Diddens	20.97	300308 Gouda
10. Joris Heinsbroek	19.47	220608 Haarlem

Speerwerpen: cr; 51.02 dd 130507 Utrecht

1. Roland van Zuilen	47.61	110508 A'dam
2. Mark de Rooy	47.44	220608 Haarlem
3. Wesley Schoonderwoerd	40.66	040508 D.Haag
4. Alexander Kirkels	39.21	5/60708 S'hoven
5. Peter van Leeuwen	38.64	300308 Gouda
6. Joris Heinsbroek	35.09	5/60708 S'hoven
7. Mark Bakker	32.75	160508 Gouda
8. Simon Blik	32.66	5/60708 S'hoven
9. Bram Popkema	27.43	5/60708 S'hoven
10. Alan Diddens	26.54	5/60708 S'hoven

Polstokhoogspringen: cr; 3.90 dd 090602 Delft

1. Roland van Zuilen	3.80	250508 Z'meer
2. Bram Popkema	2.80	5/60708 S'hoven
3. Alan Diddens	2.70	040508 D.Haag
4. Alexander Kirkels	2.92	270608 Utrecht
5. Joris Heinsbroek	2.30	5/60708 S'hoven
6. Simon Blik	2.00	5/60708 S'hoven

9- kamp: [cr; 6129 dd 20/210908 Enschede](#)

1. Roland van Zuilen	6129	20/210908 Enschede
2. Simon Blik	4027	5/60708 S'hoven
3. Bram Popkema	3864	5/60708 S'hoven
4. Alan Diddens	3721	5/60708 S'hoven
5. Alexander kirkels	3791*	30/310808 A'foort
6. Mark Bakker	3535*	5/60708 S'hoven
7. Joris Heinsbroek	3081	5/60708 S'hoven

* = geen volledige meerkamp

Junioren-A meisjes:100 meter et:

1. Evelien Bos	12.94	040508 D.Haag
2. Elise Kato	14.27	300308 Gouda
3. Jente Goutier	14.53	300308 Gouda
4. Iris Zwijnenburg	14.69	300308 Gouda

4 x 100:

1. Jente Goutier (B)	56.93	040508 D.Haag
Elise Kato		
Ester vd Heuvel (B)		
Maryse Fröling (B)		

100 meter horden et:

5. Evelien Bos		
6. Elise Kato		
7. Jente Goutier	19.68	040508 D.Haag
8. Iris Zwijnenburg		

400 meter:

1. Elise Kato	72.81	270408 Sittard
---------------	-------	----------------

800 meter

1. Evelien Bos	2.31.52	300308 Gouda
2. Elise Kato	2.45.19	040508 D.Haag

1.500 meter:

1. Iris Zwijnenburg	5.50.76	040508 D.Haag
---------------------	---------	---------------

3000 meter: [cr; 11.14.92 dd 250693 Groningen](#)

1. Elise Kato	13.47.87	180508 Uden
---------------	----------	-------------

5000 meter: [cr; 24.40.86 dd 110507 Gouda](#)verspringen:

1. Evelien Bos	4.19	300308 Gouda
2. Jente Goutier	4.12	300308 Gouda
3. Elise Kato	3.49	300308 Gouda

Speerwerpen"

1. Evelien Bos	14.49	040508 D.Haag
----------------	-------	---------------

Kogelstoten:

1. Elise Kato	6.89	300308 Gouda
2. Jente Goutier	6.68	300308 Gouda
3. Evelien Bos	6.52	300308 Gouda
4. Iris Zwijnenburg		

7- kamp:

*= geen volledige meerkamp

Junioren A-jongens100 meter et:

1. Roben Popkema	11.57	300508 G'ningen
2. Cosmo van Berkel	12.52	300308 Gouda

4x100 meter

cr. 44.28 dd 060507 DenHaag		
1. Reinier Blik (B)	47.49	040508 D.Haag
Alan Diddens (B)		
Simon Blik (B)		

200 meter et:

1. Roben Popkema	23.64	290808 Utrecht
------------------	-------	----------------

110 meter horden et: [cr; 15.10 dd 110507 Gouda](#)400 meter et: [cr; 50.48 dd 240607 Alphen](#)800 meter:

1. Cosmo van Berkel	2.00.39	080608 Helmond
2. Antonie Wong	2.10.06	160508 Gouda

1.500 meter: [cr; 3.57.21 dd 240501 Gouda](#)

1. Cosmo van Berkel	4.12.63	180508 Uden
---------------------	---------	-------------

3.000 meter:
1. Cosmo van Berkel 9.50.73 040508 D.Haag

5000 meter:
1. Cosmo van Berkel 17.04.00 080608 Helmond
2. Geert Moelker 17.54.43 180708 Utrecht

Verspringen:
1. Cosmo van Berkel 5.40 300308 Gouda

Hinkstap-springen:

Hoogspringen:

Polshoogspringen:

Kogelstoten:
1. Antonie Wong 9.67 160508 Gouda
2. Cosmo van Berkel 7.87 300308 Gouda

Discuswerpen: br; 39.38 dd 110507

Speerwerpen:
1. Antonie Wong 35.35 250608 Reeuwijk

10-kamp: br; 5506 dd 06/071008
* = geen volledige meerkamp

Senioren

Senioren – Dames

Zweedse Estafette: 2.28.07 dd 230406 Delft

1. Laura Molenaar 2.24.82** 080608 Helmond
Mirjam Revet
Maaïke Spuij (B)
Esther vd Huevel (B)
2. Laura Molenaar 2.42.07** 270408 Sittard
Marianne Groenendijk
Esther vd Heuvel (B)
Elise Kato (A)
** geen recorderkenning

4 x 100 mtr et: cr ; 50.99 dd 220506 Alphen
1. Laura Molenaar 52.98 180508 Uden
Mirjam Revet
Jente Goutier (B)
Maaïke Spuij (B)

100 meter et: cr; 12.51 dd 030607 Heiloo
1. Laura Molenaar 12.70 300308 Gouda
2. Mirjam Revet 14.34 270408 Sittard
* windvoordeel

100 meter horden et: cr; 13.78 dd 280608 Nijvel
1. Laura Molenaar 13.66* 140608 Leiden
2. Laura Molenaar 13.78 280608 Nijvel (B)
3. Mirjam Revet 20.13 270608 Utrecht
*=windvoordeel

200 meter et: cr; 25.46 dd 140608 Lisse
1. Laura Molenaar 25.46 140608 Lisse

400 meter:
1. Mirjam Revet 66.07 180508 Uden

400 meter horden cr; 65.64 dd 180508 Uden
1. Mirjam Revet 65.64 180508 Uden

800 meter: cr; 2.26.5 dd 210698 Huizen
1. Laura Molenaar 2.31.69 300308 Gouda

1000 meter:

1500 meter:

3000 meter:

5000 meter:
1. Marina Sneijders 25.31.54 300308 Gouda

Verspringen:
1. Laura Molenaar 5.49 080608 Helmond

Hinkstapverspringen: cr; 10.23 dd 200507 Krommenie
Mirjam Revet 9.65 180508 Uden

Hoogspringen:
1. Laura Molenaar 1.57 11/120508 Sittard

Kogelstoten: cr; 11.22 dd 11/120508 Sittard
1. Laura Molenaar 11.22 11/120508 Sittard
2. Kim Disco 8.61 160508 Gouda
3. Mirjam Revet 8.51 080608 Helmond
4. Simone Arbeider 6.02 250608 Reeuwijk

Speerwerpen: cr; 33.60 dd 120507 Hoorn

1. Laura Molenaar	31.03	11/120508 Sittard
2. Kim Disco	27.23	300308 Gouda
3. Mirjam Revet	24.00	080608 Helmond
4. Simone Arbeider	15.65	250608 Reeuwijk

Discuswerpen:

1. Kim Disco	26.00	080808 Utrecht
2. Simone Arbeider	15.04	250608 Reeuwijk

7- kamp: cr; 4788 dd 11/120508 Sittard

1. Laura Molenaar	4788	11/120508 Sittard
-------------------	-------------	-------------------

Senioren – Heren

Zweedse estafette:

1. Pim Jehee	2.00.28**	080608 Helmond
Jorrit vd Wiel		
Alexander Kirkels (B)		
Ivo Jehee (B)		
2. Pim Jehee	2.03.02**	270408 Sittard
Jorrit vd Wiel		
Alex van Zutphen		
Ivo Jehee (B)		

**geen recorderkenning voldoet niet aan recordeisen.
(Bjun loopt bij sen)

4x100:

1. Alex van Zutphen	44.79**	180508 Uden
Pim Jehee		
Jorrit vd Wiel		
Ivo Jehee (B)		

**geen recorderkenning voldoet niet aan recordeisen.
(Bjun loopt bij sen)

100 meter et:

1. Pim Jehee	11.30	020508 Utrecht
2. Alex van Zutphen	12.06	11/120508 Sittard
3. Niels Bakker	12.56	160508 Gouda

110 meter horden et: cr; 15.67 dd 270408 Sittard

1. Pim Jehee	15.67	270408 Sittard
--------------	--------------	----------------

200 meter et:

1. Pim Jehee	22.96	270608 Utrecht
2. Niels Bakker	25.25	160508 Gouda

400 meter:

1. Pim Jehee	49.61	11/120508 Sittard
2. Jorrit vd Wiel	51.20	080608 Helmond

400 meter horden: cr; 56.10 dd 060707 Utrecht

1. Alex van Zutphen	59.37	180508 Uden
---------------------	-------	-------------

800 meter:

1. Jorrit vd Wiel	2.00.15	270608 Utrecht
2. Pim Jehee	2.06.85	300308 Gouda
3. Niels Bakker	2.10.48	300308 Gouda

1500 meter:

1. Pim Jehee	4.31.51	11/120508 Sittard
--------------	---------	-------------------

3000 meter:

1. Geert Moelker	10.33.38	160508 Gouda
------------------	----------	--------------

3000 meter Steeple: cr. 8.40.50 dd 200604 Bydgoszcz

1. Pim Jehee	11.24.28	180508 Uden
--------------	----------	-------------

5000 meter:

1. Anton Kool	17.22.43	300308 Gouda
---------------	----------	--------------

Verspringen:

1. Pim Jehee	6.62	11/120508 Sittard
2. Alex van Zutphen	6.03	11/120508 Sittard

Hinkstap springen:

1. Niels Bakker	11.93	270408 Sittard
-----------------	-------	----------------

Hoogspringen:

1. Pim Jehee	1.81	11/120508 Sittard
--------------	------	-------------------

Polstokhoogspringen:

1. Alex van Zutphen	4.40	080608 Helmond
2. Pim Jehee	4.20	270608 Utrecht

Kogelstoten:

1. Alex van Zutphen	11.49	270408 Sittard
2. Niels Bakker	10.71	180508 Uden
3. Pim Jehee	10.20	11/120508 Sittard
4. Frank van Leeuwen	9.56	250608 Reeuwijk
5. Nico van Leeuwen	8.82	080808 Utrecht

Kogelslingeren:

Discuswerpen:

1. Niels Bakker	37.72	250608 Reeuwijk
2. Pim Jehee	35.37	250608 Reeuwijk
3. Alex van Zutphen	33.50	250608 Reeuwijk
4. Frank van Leeuwen	31.95	250608 Reeuwijk
5. Nico van Leeuwen	31.77	080808 Utrecht
6. Donny Spoel	25.69	010508 Gouda

Speerwerpen:

1. Pim Jehee	43.92	11/120508 Sittard
2. Alex van Zutphen	43.62	080608 Helmond
3. Niels Bakker	39.00	300308 Gouda
4. Donny Spoel	37.39	010508 Gouda
5. Nico van Leeuwen	29.04	250608 Reeuwijk
6. Frank van Leeuwen	29.00	250608 Reeuwijk

10- kamp:

cr; 6577 dd 11/120508 Sittard

1. Pim Jehee	6577	11/120508 Sittard
--------------	-------------	-------------------

Veteranen**Veteranen – Dames 35****Veteranen – Dames 40**3.000 mtr5.000 mtr

cr; 22.32.29 dd 110507 Gouda
Br; 22.32.29 dd 110507

10.000 mtr:

cr; 42.36.51 dd 010508 Gouda

1. Feikje Breimer	42.36.51	010508 Gouda
-------------------	-----------------	--------------

Kogelstoten:

1. Marianne Groenendijk	7.84	270408 Sittard
-------------------------	------	----------------

Kogelslingeren:

1. Marianne Groenendijk	24.98	080608 Helmond
-------------------------	-------	----------------

Gewichtslingeren (9.08kg):Discuswerpen:

cr; 26.68 dd 030607 Heiloo

1. Marianne Groenendijk	24.63	220808 Gouda
-------------------------	-------	--------------

Speerwerpen:WerpVijfkamp:**Veteranen – Dames 45**3.000 meter:

cr; 13.15.41 dd 010508 Gouda

1. Liesbeth Meershoek	13.15.41	010508 Gouda
-----------------------	-----------------	--------------

5000 meter

1. Liesbeth Meershoek	22.35.2	250608 Reeuwijk
-----------------------	---------	-----------------

Marathon:

cr; 13.15.41 dd 130408 Rotterdam

1. Liesbeth Meershoek	13.15.41	130408 Rotterdam
-----------------------	-----------------	------------------

Veteranen – Dames 50

Veteranen – Heren algemeenZweedse estafette:**Veteranen – Heren 35 m.i.v. 01-11-2005 (KNAU)**

100 meter: cr; 11.7 dd 010407 Gouda
Cr; 12.13 dd 061007 Gouda

110 meter horden br; 16.38 dd 071007

200 meter cr; 24.45 dd 310807 Gouda

400 meter: cr; 58.12 dd 061007 Gouda

400 meter Horden cr; 61.47 dd 200507 Krommenie

800 meter:

1.500 meter: cr; 5.43.80 dd 061007 Gouda

3000 meter:

1. Pascal van Norden 9.59.86 220808 Gouda

5.000 meter: cr 16.15.90 dd 040707 Leiden

1. Anton Kool 17.28.22 180708 Utrecht
2. Pascal van Norden 17.54.8 250608 Reeuwijk
3. Menno de Vries 20.09.0 250608 Reeuwijk

15 km

1. Menno de Vries 1.04.45 150308 Reeuwijk

Verspringen: cr 6.42 dd 200507 Krommenie

Hoogspringen: br; 1.84 dd 061007
Cr; 1.84 dd 061007 Gouda

Polshoog: cr; 2.80 dd 071007 Gouda
Br; 2.80 dd 071007

Hinkstapverspringen: cr; 13.28 dd 250507 Gouda

Kogelstoten:

1. Michiel Heerema 8.76 220808 Gouda

Discuswerpen: br; 32.22 dd 071007 Gouda
Michiel Heerema 29.68 220808 Gouda

Speerwerpen: cr; 40.50 dd 071007 Gouda

10-Kamp**Veteranen – Heren 40**100 meter:200 meter:400 meter:800 meter:

3000 meter: cr; 9.21.47 dd 080808 Utrecht
1. Sandor Bron 9.21.47 080808 Utrecht
2. Raymond Bouman 10.46.02 220808 Gouda

5000 meter:

1. Sandor Bron 16.29.37 180708 Utrecht

15 kilometer:

1. Wilbert Moons 1.08.11 150308 Reeuwijk
2. Ron Dik 1.11.51 150308 Reeuwijk

Veteranen – Heren 45

100 meter cr; 12.89 dd 010508 Gouda
1. Rene Verkerke 12.89 010508 Gouda

Horden150 meter:

200 meter:
1. René Verkerke 26.49 220808 Gouda

400 meter

3000 meter cr; 10.36.0 dd 180907 S'hoven
1. Rob Boer 11.42.96 010508 Gouda

5000 meter:

1. Henk van Zutphen 18.09.6 250608 Reeuwijk
2. Boudewijn Dijkstra 22.00.80 300308 Gouda
3. René Verkerke 23.22.53 300308 Gouda

10.000 mtr:

1. Michel Bik 38.33.47 010508 Gouda

Verspringen

cr. 4.64 dd 061007 Gouda

HoogspringenPolshoog

cr. 1.82 dd 071007 Gouda

Discuswerpen

1. Rene Verkerke 19.95 250608 Reeuwijk

Speerwerpen

cr. 26.05 dd 300308 Gouda

1. Rene Verkerke **26.05** 300308 Gouda

Kogelstoten

1. René Verkerke 6.83 250608 Reeuwijk

10-Kamp

cr; 33.28 dd 06/071007 Gouda
Br; 33.28 dd 06/071007

Veteranen- Heren 5015 kilometer:

cr: 1.03.44 dd 150308 Reeuwijk

1. Peter Spruit **1.03.44** 150308 Reeuwijk
2. Herre Methorst 1.08.03 150308 Reeuwijk

800 meter

2.30.25 dd 220808 Gouda

1. Jaap van Mannekes **2.30.25** 220808 Gouda

Veteranen – Heren 553000 meter

11.24.4 dd 250892 Gouda

5000 meter

cr: 20.01.0 dd 250608 Reeuwijk

1. Marius vd Berg **20.01.0** 250608 Reeuwijk

15 kilometer:

cr: 1.04.19 dd 210393 Reeuwijk

1. Detlev König 1.06.38 150308 Reeuwijk
2. Wietse Wissema 1.14.52 150308 Reeuwijk
3. Hans Kramer 1.19.20 150308 Reeuwijk

Veteranen – Heren 60½ Marathon:

cr 1.34.56 dd 231206 Linschoten

Veteranen – Heren 65**Veteranen – Heren 70****Veteranen – Heren 75****Verstandelijk Gehandicapten****Dames**100 meter:

1. Ilham El Muktari 19.1 041008 Gouda
2. Judith Visser 18.7 041008 Gouda
3. Marja van Dijk 32.9 041008 Gouda

400 meter

1. Ilham El Muktari 1.53.6 041008 Gouda
2. Judith Visser 2.27.8 041008 Gouda
3. Marja van Dijk 3.29.6 041008 Gouda

Kogelstoten

1. Ilham El Muktari 6.99 041008 Gouda
2. Judith Visser 4.42 041008 Gouda
3. Marja van Dijk 3.42 041008 Gouda

Verspringen

1. Ilham El Muktari 2.56 041008 Gouda
2. Judith Visser 2.39 041008 Gouda
3. Marja van Dijk 0.99 041008 Gouda

Heren100 meter:

1. Isaam el Achkar	14.81	041008 Gouda
2. Michael Koolmees	16.07	041008 Gouda
3. Wouter Schwiebbe	17.39	041008 Gouda
4. Bas de Vos	19.49	041008 Gouda

400 meter

1. Isaam el Achkar	1.16.62	041008 Gouda
2. Michael Koolmees	1.23.93	041008 Gouda
3. Wouter Schwiebbe	1.24.12	041008 Gouda
4. Bas de Vos	1.55.52	041008 Gouda

Kogelstoten

1. Isaam el Achkar	5.43	041008 Gouda
2. Michael Koolmees	4.87	041008 Gouda
3. Bas de Vos	4.25	041008 Gouda
4. Wouter Schwiebbe	4.22	041008 Gouda

Verspringen

1. Isaam el Achkar	3.46	041008 Gouda
2. Michael Koolmees	3.32	041008 Gouda
3. Wouter Schwiebbe	2.75	041008 Gouda
4. Bas de Vos	2.13	041008 Gouda

Recreanten100 meter

1. Eric Pols	14.07	300308 Gouda
--------------	-------	--------------

800 meter

1. Eric Pols	2.42.43	300308 Gouda
--------------	---------	--------------

Verspringen

1. Eric Pols	4.46	300308 Gouda
--------------	------	--------------

Kogelstoten

1. Eric Pols	7.79	300308 Gouda
--------------	------	--------------

5000 mtr

1. Frans Kingma	25.59.53	300308 Gouda
2. Lenie Hoogendoorn	26.08.17	300308 Gouda
3. Wiekje vd Heide	27.31.91	300308 Gouda
4. Mieke da Graca	30.26.00	300308 Gouda