

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	1
Ingevoerde wedstrijden:	2
Pupillen	3
<i>Pupillen C-Meisjes</i>	<i>3</i>
<i>Pupillen C-Jongens</i>	<i>3</i>
<i>Pupillen B-meisjes</i>	<i>3</i>
<i>Pupillen B-jongens</i>	<i>3</i>
<i>Pupillen A-meisjes</i>	<i>3</i>
<i>Pupillen Jongens-A</i>	<i>3</i>
Junioren	4
<i>Junioren D-meisjes</i>	<i>4</i>
<i>Junioren D-jongens</i>	<i>4</i>
<i>Junioren C-meisjes</i>	<i>4</i>
<i>Junioren C-jongens</i>	<i>5</i>
<i>Junioren B-meisjes</i>	<i>5</i>
<i>Junioren B-jongens</i>	<i>6</i>
<i>Junioren-A meisjes</i>	<i>6</i>
<i>Junioren A-jongens</i>	<i>7</i>
Senioren	7
<i>Senioren - Dames</i>	<i>7</i>
<i>Senioren - Heren</i>	<i>8</i>
Veteranen	9
<i>Veteranen Dames 40-44</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Dames 45-49</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Dames 50-54</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Heren 35-39</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Heren 35-39</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Heren 40-44</i>	<i>9</i>
<i>Veteranen Heren 65-69</i>	<i>9</i>

Ingevoerde wedstrijden:

november:

28 Zoetermeer

december:

13 Utrecht

19 Gent

januari

3 Dortmund

9 Zoetermeer

9 Dordrecht

16 Zoetermeer

17 Groningen

30 Zoetermeer

februari

6+7 Apeldoorn NK senioren

13 Apeldoorn NK studenten

14 Apeldoorn NK masters

20-21 Apeldoorn NK meerkamp

27+28 Apeldoorn NK junioren

Maart

6 Zoetermeer

13 Zoetermeer

Apeldoorn heeft geen goedgekeurde accommodatie;
prestaties hier behaald komen niet in aanmerking voor
recorderkenning.

Pupillen

Pupillen C-Meisjes

40 meter: cr: 7.2 dd 190205 Zoetermeer
verspringen: cr: 2.72 dd 190205 Zoetermeer
hoogspringen: cr: **0.90** dd 180306 + 170307 Zoetermeer
balwerpen: cr: 13.31 dd 180306 Zoetermeer

Pupillen C-Jongens

40 meter: cr: 7.2 dd 160199 Den Haag
600 meter: cr: 2.41.1 dd 160199 Den Haag
Hoogspringen: cr: 0.85 dd 170307 Zoetermeer
Verspringen: cr: 2.99 dd 160199 Den Haag
Kogelstoten: cr: 6.41 dd 160199 Den Haag
Balwerpen: cr: **19.78** dd 170307 Zoetermeer

Pupillen B-meisjes

40 meter: cr: 7.0 dd 190205 Zoetermeer
verspringen: cr: 3.22 dd 190205 Zoetermeer
hoogspringen: cr: 1.00 dd 190205 Zoetermeer
Kogelstoten: cr: 5.09 dd 190205 Zoetermeer

Pupillen B-jongens

40 meter: cr: 7.1 dd 160199 Den Haag
verspringen: cr: 3.19 dd 160199 Den Haag
hoogspringen: cr: 0.95 dd 190205 Zoetermeer
kogelstoten: cr: 5.70 dd 160199 Den Haag

Pupillen A-meisjes

60 meter: cr: 9.9 dd 160199 Den Haag

verspringen: cr: 3.67 dd 140309 Zoetermeer
1. Michelle Broer 3.25 130310 Zoetermeer

hoogspringen: cr: **1.20** 170307 Zoetermeer
1. Michelle Broer 1.06 130310 Zoetermeer

kogelstoten: cr: 6.39 dd 140309 Zoetermeer

Pupillen Jongens-A

60 meter: cr: 9.1 dd 160199 Den Haag

verspringen: cr: 3.70 dd 171196 Den Haag

hoogspringen: cr: **1.05** dd 190205 Zoetermeer

kogelstoten: cr: 6.87 dd 160199 Den Haag

Junioren**Junioren D-meisjes**

60 meter: cr. 8.59 dd 110306 Zoetermeer
cr. ht: 9.0 dd 120305 Z'meer

60 meter horden: cr. 11.37
cr: 13.1 ht 120305 Zoetermeer
1. Merel de Groot 14.63 300110 Zoetermeer

150 meter:

1000 meter: cr. 4.21.98 dd 220303 Gent

Hoogspringen: cr. 1.40 dd 110306 Zoetermeer
1. Merel de Groot 1.15 060310 Zoetermeer
2. Nina Stam 1.10 060310 Zoetermeer
Dagmar vd Heuvel 1.10 060310 Zoetermeer

Verspringen: cr. 4.42 dd 110306 Zoetermeer
1. Merel de Groot 3.63 060310 Zoetermeer
2. Iris Pols 3.34 060310 Zoetermeer
3. Dagmar vd Heuvel 3.25 281109 Zoetermeer
4. Nina Stam 3.06 060310 Zoetermeer

Kogelstoten: cr. 10.25 dd 161197 DenHaag
1. Merel de Groot 6.71 060310 Zoetermeer
2. Nina Stam 6.00 060310 Zoetermeer
3. Iris Pols 5.64 060310 Zoetermeer
4. Dagmar vd Heuvel 5.27 060310 Zoetermeer

Polsstokhoogspringen: cr. 2.00

Junioren D-jongens

50 meter: cr. 7.80 dd 190103 Groningen

60 meter: cr. 8.26 et
cr: 8.6 ht 120305 Zoetermeer

60 meter horden: cr. 9.57 dd 040206 Utrech
cr. 10.7 ht 120305 Zoetermeer

150 meter:

400 meter: cr. 61.98

1000 meter: cr. 3.13.00 dd 090397 DenHaag

hoogspringen: cr. 1.45 dd 100104 Dordrecht

Verspringen: cr 4.66 dd 110306 Zoetermeer

Kogelstoten: cr. 10.46 dd 100104 Dordrecht

Junioren C-meisjes

50 meter: cr. 7.46 dd 190103 Dordrecht

60 meter et: cr. 8.15 dd 270108 Groningen
1. Jiska Pols 8.60 191209 Gent
2. Mascha Risakotta 9.00 191209 Gent
3. Anna Kuiken 9.48 191209 Gent

60 meter ht: cr. 8.8 dd 120305 Zoetermeer

60 meter horden et: cr. 10.01 080308 Zoetermeer
1. Ingrid vd Heuvel 12.05 191209 Gent

60 meter horden ht: 12.1 dd 120305 Zoetermeer

200 meter: cr. 27.74 dd 150203 Gent
1. Jiska Pols 28.34 191209 Gent
2. Ingrid vd Heuvel 31.36 191209 Gent
3. Mascha Risakotta 31.68 191209 Gent
4. Anna Kuiken 30.80 191209 Gent

600 meter: cr. 1.49.18 dd 140298 D.Haag

800 meter: cr. 2.50.63 191204 Gent

Verspringen: cr. 5.10 dd 020208 Zoetermeer
1. Jiska Pols 4.69 191209 Gent
2. Manuela Mboti 4.37 281109 Zoetermeer
3. Ingrid vd Heuvel 4.25 060310 Zoetermeer
4. Fleur Smid 4.05 281109 Zoetermeer
5. Anna Kuiken 4.02 281109 Zoetermeer
6. Roos Janssen 3.22 060310 Zoetermeer

Hoogspringen: cr. 1.60 dd 060310 Zoetermeer

1. Manuela Mboto	1.60	060310 Zoetermeer
2. Fleur Smid	1.35	281109 Zoetermeer
3. Anna Kuiken	1.35	281109 Zoetermeer
4. Jiska Pols	1.30	281109 Zoetermeer
5. Ingrid vd Heuvel	1.35	060310 Zoetermeer
6. Roos Janssen	1.20	060310 Zoetermeer

Kogelstoten: cr. 10.86 dd 150203 Gent

1. Manuela Mboto	8.38	060310 Zoetermeer
2. Jiska Pols	7.40	060310 Zoetermeer
3. Ingrid vd Heuvel	7.01	060310 Zoetermeer
4. Roos Janssen	5.18	060310 Zoetermeer

Junioren C-jongens

50 meter: cr. 6.85 dd 190103 Dordrecht

60 meter: cr. 7.8 in 2000
cr. 7.84 dd 110306 Zoetermeer

1. Koen Braker	8.32	300110 Zoetermeer
2. Elmar vd Wijk	8.91	191210 Gent

60 meter horden: cr. 8.68 080308 Zoetermeer

1. Joris van Veen	10.87	300110 Zoetermeer
2. Tim de Frankrijker	10.91	300110 Zoetermeer

60 meter horden ht: 12.8 120305 Zoetermeer

200 meter:

1. Koen Braker	27.49	191210 Gent
2. Tim Frankrijker	28.43	191210 Gent
3. Joris van Veen	29.20	191210 Gent
4. Elmar vd Wijk	29.78	191210 Gent

400 meter: cr. 64.74

800 meter: cr. 2.14.00 : 2000

1. Koen Braker	2.22.34	170110 G'ningen
2. Tim de Frankrijker	2.21.89	170110 G'ningen
3. Joris van Veen	2.35.60	191210 Gent

Kogelstoten: cr. 13.27 dd 101205 Z'meer

1. Koen Braker	9.66	170110 G'ningen
2. Tim de Frankrijker	7.07	060310 Zoetermeer
3. Joris van Veen	7.71	060310 Zoetermeer
4. Elmar vd Wijk	6.01	060310 Zoetermeer

Verspringen: cr. 6.32 d.d. 101205 Zoetermeer

1. Koen Braker	4.83	300110 Zoetermeer
2. Tim de Frankrijker	4.64	060310 Zoetermeer
3. Joris van Veen	4.55	281109 Zoetermeer
4. Elmar vd Wijk	4.34	060310 Zoetermeer

Hoogspringen: cr. 1.85 dd 101205 Zoetermeer

1. Joris van Veen	1.50	281109 Zoetermeer
2. Tim de Frankrijker	1.50	060310 Zoetermeer
3. Koen Braker	1.35	281109 Zoetermeer
4. Elmar vd Wijk	1.25	281109 Zoetermeer

Polshoogspringen: cr. 3.10 : 2000

Junioren B-meisjes

50 meter: 7.27 290105 Dordrecht

60 meter : cr. 7.6 200371 Leiden

60 meter et: 8.12 dd 100109 Zoetermeer

1. Sanne Dekker	8.47	170110 G'ningen
2. Madelon Kamp	8.89	191209 Gent
3. Marleen vd Meer	10.05	191209 Gent

50 meter horden: cr. 8.61 dd 260102 Dordrecht

60 meter horden: cr. 9.28

1. Jolijn Spuij	10.41	160110 Zoetermeer
-----------------	-------	-------------------

200 meter: cr. 26.92 dd 201208 Gent

1. Jolijn Spuij	29.81	191209 Gent
2. Madelon Kamp	30.60	191209 Gent
3. Marleen vd Meer	34.49	191209 Gent

400 meter: cr. 60.3 dd 17/180296 Den Haag

800 meter: cr. 2.20.6 dd 200271 R'dam

Verspringen: cr. 4.97 dd 170109 Groningen

1. Simone Hagen	4.60	170110 G'ningen
2. Sanne Dekker	4.06	170110 G'ningen

Hinkstapspringen: cr. 9.53 dd 250103 Groningen

Hoogspringen: cr. 1.55 dd 200277 Zwolle
1. Jolijn Spuij 1.46 191209 Gent

Polstokhoogspringen: cr. 2.40 dd 020302
Zoetermeer+170109 Groningen

Kogelstoten: cr. 11.89 dd 191195 Den Haag
1. Jolijn Spuij 7.09 191209 Gent

Junioren B-jongens

50 meter et: 6.42 dd 230193 Zwolle

50 meter horden : 7.62 dd 290105 Dordrecht

60 meter: cr. 7.2 dd 281089 Den Haag

60 meter et: 7.39 dd 020208 Zoetermeer
1. Tim Dekker 7.37 20/210210 Apeldoorn*

60 meter horden: cr. 8.23 dd 170110 Groningen
1. Tim Dekker **8.23** 170110 G'ningen
2. Tim Dekker 8.17 20/210210 Apeldoorn

200 meter: cr. 23.83 dd 130288 Den Haag
1. Tim Dekker 24.46 191210 Gent

400 meter: cr. 54.19 dd 200293 Den Haag

800 meter: 2.01.4 dd 030199 Den Haag
1. Daan Emmerzaal 2.17.59 191210 Gent

1000 meter: cr. 2.55.8 dd 060388 Dortmund
1. Tim Dekker 2.57.82 20/210210 Apeldoorn*

1500 Meter: cr. 4.21.10 dd 170201 Gent

Verspringen: cr. 6.64 dd 200293 Den Haag
1. Tim Dekker 6.20 20/210210 Apeldoorn*

Hinkstapverspringen: cr. 13.37 dd 280393 Den Haag

Hoogspringen: cr. 2.05 dd 270108 G'ningen
1. Tim Dekker 1.86 090110 Gouda
2. Tim Dekker 1.87 20/210210 Apeldoorn*

Polstokhoogspringen: cr. 3.40 dd 151207 Gent
1. Tim Dekker 2.90 20/210210 Apeldoorn*

Kogelstoten: cr. 12.70 dd 120389 Zoetermeer
1. Tim Dekker 10.85 20/210210 Apeldoorn

7 kamp
1. Tim Dekker 4567 20/210210 Apeldoorn*

* = niet goed gekeurde accommodatie

Junioren-A meisjes

50 meter et: 7.33 310104 Dordrecht

50 meter horden et: 7.77 290105 Dordrecht

60 meter et: 8.30 dd 020208 Zoetermeer

60 meter horden et: cr. 9.05 230105 Münster

60 meter horden: 9.6 040104 Dortmund

200 meter et: 27.37 220105 Münster

400 meter et: 64.04 dd 250104 Zuidbroek

400 meter: 63.9 040104 Dortmund

800 meter: cr. 2.33.3 dd 200185 Zwolle

Verspringen: cr. 5.02 040104 Dortmund

Hinkstapspringen: 10.07 310104 Dordrecht

Hoogspringen: cr. 1.60 dd 1970

Kogelstoten: cr. 69 dd 290105 Dordrecht

Polstokhoogspringen: cr. 2.60 dd 230297 Den Haag

5 kamp: cr. 2430 dd 080303 Gent

Junioren A-jongens50 meter: cr 6.26 dd 161290 Den Haag50 meter horden: cr. 7.79 dd 260102 Dordrecht60 meter: cr 7.05 dd 260295 Den Haag

1. Alexander Kirkels 7.66 160110 Zoetermeer
2. Alexander Kirkels 7.65 270210 Apeldoorn*

60 meter horden: 8.7 ht dd 150189 Zwolle
8.37 dd 060107 Zoetermeer200 meter: cr. 22.49 dd 250295 Den Haag400 meter: cr. 50.75 dd 27/2801 Groningen

1. Reinier Blik 52.25 191210 Gent
2. Reinier Blik 50.99 130210 A'doorn*

800 meter: cr: 1.57.48 dd 070209 A'doorn1.500 meter: 4.05.88 dd 160291 Den HaagHoogspringen: cr: 2.06 070209 Apeldoorn

1. Simon Blik 1.75 170110 G'ningen
2. Mark Bakker 1.55 170110 G'ningen

Polshoog: cr: 3.96 dd 27/2801 GroningenVerspringen: cr: 6.80 dd 30.01.94

1. Simon Blik 5.71 090110 Dordrecht

Hink-stap-sprong: cr: 14.55 dd 070209 Apeldoorn

1. Simon Blik 11.96 170110 G'ningen

Kogelstoten: cr. 14.51 dd 090110 Dordrecht

1. Roland van Zuilen **14.51** 090110 Dordrecht
2. Mark Bakker 10.53 090110 Dordrecht
3. Roland van Zuilen 14.99 270210 Apeldoorn*

Hinkstapspringen: cr. 13.85 dd 260294 Den Haag

* = niet goed gekeurde accommodatie

Senioren**Senioren - Dames**60 meter: cr. 7.94 dd 060107 Zoetermeer

1. Laura Molenaar 8.10 030110 Dortmund

50 meter horden: cr. 7.68 dd 131209 Utrecht

1. Laura Molenaar **7.68** 131209 Utrecht

60 meter horden: cr. 8.63 dd 150209 Apeldoorn

2. Laura Molenaar 8.80 030110 Dortmund
3. Laura Molenaar 8.62 130210 Apeldoorn*

200 meter: cr: 25.73 dd 070107 Dortmund

1. Laura Molenaar 26.65 191209 Gent

800 meter:

1. Laura Molenaar 2.34.13 20/210210 Apeldoorn

Verspringen cr: 5.57 dd 030110 Dortmund

1. Laura Molenaar **5.57** 030110 Dortmund

Hoogspringen: cr: 1.65 dd 210381 Gouda

1. Laura Molenaar 1.41 191209 Gent
2. Laura Molenaar 1.47 20/210210 Apeldoorn

Hinkstapverspringen: cr: 10.55 040206 ZoetermeerKogelstoten: cr: 11.03 dd 030110 Dortmund

1. Laura Molenaar **11.03** 030110 Dortmund
2. Laura Molenaar 11.16 20/210210 Apeldoorn

Vijfkamp

1. Laura Molenaar 3444 20/210210 Apeldoorn

* = niet goed gekeurde accommodatie

Senioren - Heren50 meter: cr. 6.14 dd 250198 Den Haag50 meter horden et: cr; 7.47 dd 131209 Utrecht
1. Pim Jehee 7.47 131209 Utrecht60 meter et: cr. 6.95 dd 280299 Dordrecht
1. Pim Jehee 7.28 20/210210 A'doorn*
2. Niels Bakker 8.24 191210 Gent60 meter horden et: cr. 8.62 dd 310109 Apeldoorn
1. Pim Jehee 8.73 20/210210 A'doorn*
2. Niels Bakker 10.33 191210 Gent60 meter horden: cr. 8.7 040104 Dortmund200 meter: cr 22.18 dd 280299 Dortmund400 meter: 50.04 dd 140299 Dortmund
1. Cosmo van Berkel 54.66 191210 Gent800 meter:
1. Cosmo van Berkel 2.09.38 030110 Dortmund1000 meter:
1. Pim Jehee 2.47.17 20/210210 A'doorn*1500 meter: cr; 4.16.25 dd 110191 Den Haag
1. Cosmo van Berkel 4.29.69 191209 GentKogelstoten: cr. 12.06 310104 Dordrecht
1. Niels Bakker 10.55 030110 Dortmund
2. Pim Jehee 10.52 030110 DortmundPolstokhoogspringen: cr. 4.75 dd 150203
1. Pim Jehee 4.52 170110 G'ningen
2. Pim Jehee 4.72 070210 A'doorn*Verspringen: cr, 6.67 dd 160109 Utrecht
1. Pim Jehee 7.06 20/210210 A'doorn*
2. Pim Jehee 6.91 160110 Zoetermeer
3. Niels Bakker 5.19 191210 GentHinkstapspringen: cr. 13.85 dd 240296 Den HaagHoogspringen:

1. Pim Jehee 1.78 170110 G'ningen

zevenkamp:

cr 4866 dd 21/220209 Apeldoorn

1. Pim Jehee 5090 20/210210 A'doorn*

* = niet goed gekeurde accommodatie

Veteranen

Veteranen Dames 40-44

Kogelstoten: cr: 8.53 dd 171206

Veteranen Dames 45-49

Kogelstoten: cr: 7.90 dd 170110 Groningen
1. Marianne Groenendijk 7.90 170110 G'ningen

Veteranen Dames 50-54

60 meter: cr: 9.8 dd 261105 Zoetermeer

Kogelstoten: cr: 8.18 dd 261105 Zoetermeer

Veteranen Heren 35-39

60 mtr horden: cr: 9.02 dd 160110 Zoetermeer
1. Michiel Heerema **9.02** 160110 Zoetermeer
2. Michiel Heerema 8.86 140210 Apeldoorn*

Verspringen: cr: 6.14 dd 010309 Apeldoorn
1. Michiel Heerema **6.15** 160110 Zoetermeer

Hinkstapspringen: cr: 13.16 dd 040206 Zoetermeer
2. Michiel Heerema 6.22 140210 Apeldoorn*

* = niet goed gekeurde accommodatie

Veteranen Heren 35-39

Veteranen Heren 40-44

60 meter: cr: 7.95 dd 030207 Zoetermeer

Veteranen Heren 65-69

Kogelstoten: cr: 10.87 dd 260102 Dordrecht