

Clubrecords MEISJES PUPILLEN MINI:

40m	Iris Govers	7.0 ht	080400	Zoetermeer
	Femke de Boer	7.56 et	071007	Gouda
400rn.	Esther van de Heuvel	1.33.7	260998	Gouda
600m.	Marije Wielaard	2.24.27	031010	Gouda
1000m.	Lotte Steenbeek	4.53.2	240995	Gouda
4min meters maken	Lois van der Zanden	925	110415	Zoetermeer
verspringen	Dunya v.d.Tooren	2.93	090612	Lisse
hoogspringen	Lois van der Zanden/Anna Blok/Floortje Lubbers 0.85	290815		Reeuwijk
kogelstoten	Lotte Steenbeek	3.51	110695	Gouda
balwerpen	Nina Nuvelstijn	17.29	071007	Gouda
vortex	Lois van der Zanden	19.00	190915	Alphen ad Rijn
balstoten	Lois van der Zanden	4.80	290815	Reeuwijk
4 x 40m	Dunya v.d.Tooren,Nora v.d Zanden,Nikki v.Golden			
	Tinka Klatten	31.36	010912	Zoetermeer

Clubrecords MEISJES PUPILLEN C:

40rn.	Nynke Smits	7.0	270805	Zoetermeer
	Nina Nuvelstijn	7.15 et	140608	Zoetermeer
600m	Dunya vd Tooren	2,13.06	061013	Gouda
1000m.	Imkje Lugten	4.14.6	140697	Alphen.a/d.Rijn
4min meters maken	Dunya van den Tooren	1000	210913	Gouda
verspringen	Iris Govers	3.51	290901	Gouda
hoogspringen	Femke de Boer	1.10	051008	Gouda
	Dunya vd Tooren	1.10	061013	Gouda
kogelstoten	Marjolein Looye	6.10	080696	Reeuwijk
balwerpen	Lois van der Zanden	22.86	020716	Barendrecht
vortex	Sam Lopes Galina Fortes	20.00	190915	Alphen ad Rijn
balstoten	Sam Lopes Galina Fortes	5.88	031015	Gouda
4 x 40m.	Brenda v.Essen,EmmaGovers,Esther v.d.Heuvel			
	Rinske Smid	29.7	110999	Zoetermeer
	Denise Broer,Aybüke Güven,Mieke v.d Pasch			
	Marije Wielaard	32.09 et	030912	Alphen .a/d/Rijn

Clubrecords MEISJES PUPILLEN B:

40m.	Femke de Boer	6.63 et	050909	A.a/d.Rijn
1000m.	Esther v.d.Heuvel	3.49.7	230900	Gouda
4min metersmaken	Dunya van den Tooren	1025	200914	Zoetermeer
verspringen	Femke de Boer	4.18	050909	A.a/d.Rijn
hoogspringen	Sacha Goedhart	1.20	070413	Gouda
kogelstoten	Mette Aardewerk	6.16	120987	Gouda
	Jazmin Tjontg-Ayong	6.16	040910	Zoetermeer
balwerpen	Sacha Goedhart	28.25	061013	Gouda
vortex	Lois van der Zanden	28.50	090917	Alphen ad Rijn
4 x 40m.	Alysia de Jong.Frederique Post,Michelle Broer			
	Femke de Boer	26.98 et	190909	Zoetermeer

Clubrecords MEISJES PUPILLEN A:

60m.	Femke de Boer	8.97 et	090411	Reeuwijk
1000m.	Evelien Steysiger	3.38.3	180596	Spijkenisse
6min meters maken	Isa Hammer	1550	090917	Alphen ad Rijn
verspringen	Femke de Boer	4.39m.	021011	Gouda
hoogspringen	Sacha Goedhart	1.40m.	031015	Gouda
kogelstoten	Marjolein Looije	9.03m	110999	Zoetermeer
balwerpen	Mette Aardewerk	36.00m	160989	Reeuwijk
vortex	Renske de Wilde	32.00	090917	Alphen ad Rijn
4 x 60m.	Madelon v.d.Hoek Oostende, Michelle Broer, Frederique Post,			
	Femke de Boer	36.03et	170911	Zoetermeer

Clubrecords MEISJES D:

60m.	Cindy Huizer	8.4 ht	020788	Leiden
	Sanne Dekker	8.4 ht	220406	Leiden
	Jiska Pols	8.49et	200609	Zoetermeer
	Femke de Boer	8.49et	250513	Veenendaal
60m,horden	Esther van den Heuvel	10.11 et	040904	Amsterdam
150m.	Julia Hollander	20.86	140412	Reeuwijk
600m.	Jiska Pols	1.48.74	050409	Gouda
1000m.	Imen Laroussi	3.22.57	200692	Gorinchem
4 x 60m.	Sanne Dekker, Madelon Kamp, Jana de Heer, Simone Hagen			
		32.59 et	170606	A.a/d.Rijn
verspringen	Julia Hollander	4.73	210412	Spijkenisse
Polsver	Sacha Goedhart	5.49	130517	Leiden
hoogspringen	Marjolein Looije	1.55	190501	Lisse
	Marjolein Looije	1.55	300601	Rotterdam
	Femke de Boer	1.55	070413	Gouda
stapstapsprong	Sacha Palsgraaf	9.29	080612	Boskoop
kogelstoten	Marjolein Looije	11.94	190501	Lisse
kogelslingeren	Dieuwertje Janssen	29.31	020916	Den Haag
discuswerpen	Evelien Steysiger	27.74.	260998	Gouda
speerwerpen	Dieuwertje Janssen	28.62	011016	Gouda
zeskamp	Julia Hollander	3013pnt	29/300912	Gouda

Clubrecords MEISJES C:

80m.	Sanne Dekker	10.3 ht	020607	B.op Zoom
	Sanne Dekker	10.51 et	270608	Boskoop
150m	Judith Vis	19.22 et	010795	Barendrecht
80m.horden	Julia Hollander	12.39 et	080614	Apeldoorn
300m	Fabienne Buijs	45.16	280816	Amsterdam
300m.horden	Julia Hollander	48.33 et	120414	Alphen ad Rijn
600m.	Judith Vis	1.41.8	170695	Lisse
800m	Fabienne Buijs	2.29.37	100611	Zoetermeer
1000m.	Eefje Tielemans	3.03.73	170606	A.ald.Rijn
4x80m.	Femke de Boer, Madelon van den Hoek Oostende, Kim Lavrijsen			
	Frederique Post	40.86 et	140615	Lisse
verspringen	Judith Vis	5.18m.	300495	Gouda
hoogspringen	Judith Vis	1.60	170695	Lisse
polshoog	Eva Smid	2.12	250812	Amsterdam
stapstapsprong	Jiska Pols	10.28	030911	Alphen ad Rijn
H.s.s	Pien van Berk	8.96	260817	Amsterdam
kogelstoten	Judith Vis	11.95	160595	Gouda
kogelslingeren	Mieke van de Pasch	33.50	061018	Gouda
discuswerpen	Sophie van Veen	29.21	150614	Haarlem
Speerwerpen600gr	Kim Disco	27.80	300894	Gouda
Speerwerpen500gr	Dieuwertje Janssen	32.16	080418	Gouda
zevenkamp	Judith Vis	4135pnt	170695	Lisse

Clubrecords MEISJES B

100m.	Tineke Krechting	12.5	290571	Breda
	Frederique Post	12.71et	030716	Breda
200m.	Frederique Post	25.70et	030716	Breda
400m.	Maaïke Spuij	60.78 et	210609	Harderwijk
100m,horden	Maaïke Spuij	14.97 et	020709	Dronten
	Maaïke Spuij	14.9 ht	050709	Schoonhoven
300m.horden	Julia Hollander	48.33	080614	Apeldoorn
400m.horden	Maaïke Spuij	66.85 et	260609	Emmeloord
800m.	Jiska Pols	2.21.82	070613	Gouda
1500m,	Eefje Tielemans	4.50.36	290808	Utrecht
3000m.	Fabienne Buijs	11.58.22	270518	Alkmaar
4 x 100m.	Susan Bergamin, Astrid van der Maas, Jiska Pols			
	Nynke Smits	51.71 et	280913	Amstelveen
4x400m	Susan Bergamin, Astrid van der Maas, Jiska Pols			
	Nynke Smits	4.19.15 et	280913	Amstelveen
verspringen	Julia Hollander	5.39m	260615	Breda
h.s.s.	Judith Vis	10,61m.	130996	Gouda
hoogspringen	Manuela Mboti	1.64m	020612	Breda
polshoog	Maryse Froling	2.80m.	180508	Uden
kogelstoten	Sophie van Veen	12.38	150716	Utrecht
kogelslingeren	Mieke van de Pasch (MC)	33.50	061018	Gouda
discuswerpen	Sophie van Veen	34.10	120616	Alphen ad Rijn
speerwerpen 600gr	Femke Pluim	32.58	170911	Gemert
speerwerpen 500gr	Chantal Kruit	34.11m.	250817	Gouda
zevenkamp	Femke Pluim	4787pnt.	17/180911	Gemert

Clubrecords MEISJES A

100m	Femke Pluim	12.61 et	090912	Gorinchem
200m.	Frederique Post	25.90 et	280615	Breda
400m.	Mirjam Revet	60.62 et	030704	Uden
100 m..horden	Laura Molenaar	14.58 et	250605	Helmond
400m.horden	Maaïke Spuij	67.46et	180610	Utrecht
800m.	Jiska Pols	2.23.53	050714	Amsterdam
1500m.	Erika Verhoeven	5.03.3	270684	Leiden
1 EM.	Janet Konincks	5.34.38	020593	Alphen/Rijn
3000m.	Janet Konincks	11.14.92	250693	Groningen
5000m.	Laura Vos	24.40,86	110507	Gouda
4 x 100m,	Julia Hollander, Chantal Kruit, Kim Lavrijsen			
	Frederique Post (mix A+B)	51.17	230917	Amstelveen
Zweedse estf.	Jiska Pols(A), Susan Bergamin (B), Ingrid vd Heuvel (A)			
	Marlinde Romeijn(B)	2.30.45	290614	Beverwijk
verspringen	Femke Pluim	5.49	260812	Woerden
h.s.s.	Maaïke Spuij	10.89	050611	Spijkenisse
hoogspringen	Femke Pluim	1.66	260812	Woerden
polshoog	Femke Pluim	3.80m	060912	A.a/d.Rijn
kogelstoten	Sophie van Veen	11.14	010718	Naaldwijk
kogelslingeren	Sophie van Veen	23.38	180617	Hilversum
discuswerpen	Sophie van Veen	35.77m.	130718	Utrecht
speerwerpen	Miriam Geerdink	37.74m.	300990	Gouda
zevenkamp	Femke Pluim	4991pnt	25/260812	Woerden

Clubrecords DAMES SENIOREN

100m	Yvonne Kortlever	11.9 ht	200882	Den Haag
	Laura Molenaar	12.45 et	070707	Oordegem (B)
200m.	Yvonne Kortlever	24.8 ht	200882	Den Haag
	Laura Molenaar	25.46 et	140608	Lisse
400m.	Yvonne Kortlever	58.9 ht	280782	Den Haag
	Frederique Post (MC)	60.89et	140615	Lisse
100m.horden	Laura Molenaar	13.78 et	280608	Nijvel(B)
400m. horden	Laura Molenaar	65.64 et	180508	Uden
800m,	Jiska Pols	2.23.53	050714	Amsterdam
1000m.	Erika Verhoeven	3.06.3 2	070698	Rotterdam
1500m.	Erika Verhoeven	4.57.8 6	030698	Gorinchem
1 EM.	Erika Verhoeven	5.26.27	280698	Delft
2000m.	Erika Verhoeven	7.06.2	230998	Amersfoort
3000m.	Jiska Pols	10.51.56	011016	Gouda
5000m.	Erika Verhoeven	19.08.87	160798	Haarlem
10000m.w.	Jiska Pols	39.48	090916	Gouda
15km	Annie van Dijk	1.02.19	160391	Reeuwijk
10 EM,	Irma van de Vliet	1.13.00	070784	Gorinchem
20km.	Annie van Dijk	1.23.40	201090	Schoonhoven
1/2 marathon	Annie van Dijk	1.29.19	170291	Gouda
marathon	Wil Haverkamp	4.34.27	180493	Rotterdam
4 x 100m..	Laura Molenaar(V).Femke Pluim(A)mixploeg, Jonneke Boere,(A)			
	Sanne Dekker(A)	50.43 et	010412	Gouda
4 x 200m.	Agnes Popkema,Lenie Hogendoorn,Yvonne Kortlever			
	,Hanny Ales	1.49.4	270882	Den Haag
4 x 400m.	Femke de Boer, Jiska Pols, Milou Stam			
	Astrid van der Maas	4.32.05260616		Alphen ad Rijn
Zweedse estafette	Laura Molenaar, Mirjam Revet, Linda Bakker			
	Marjolein Looije mix	2.28.07	230406	Delft
verspringen	Atie Blok	5.64m.	290668	Gouda
h.s.s.	Mirjam Revet	10.23m.	200507	Krommenie
hoogspringen	Yvonne Kortlever	1.63m,	190581	Reeuwijk
polshoog	Kim Disco	3.00m.	020599	Schoonhoven
kogelstoten	Laura Molenaar	11.85	210511	Emmeloord
kogelslingeren	Laura Molenaar	29.74	010718	Naaldwijk
discuswerpen	Marianne Groenendijk	36.52m.	210687	Aalsmeer
speerwerpen	Julia Hollander (MA)	35.39m.	060618	Reeuwijk
zevenkamp	Laura Molenaar	4868pnt*	27/280609	Szczecin ()Polen)

*zevenkamp Laura Molenaar 5000 pnt 21-22/5/11 Emmeloord, maar met teveel rugwind ver.

Clubrecords JONGENS PUPILLEN MINI

40m.	Roland van Zuilen	7.2 ht	260998	Gouda
	Onno Glasbergen	7.32 et	030911	A.a/d.Rijn
400m	Jelle Lugten	1.23.8	260998	Gouda
600m.	Bent Braker	2.23.08	041009	Gouda
1000m.	Johan Kramp	4.24.5	240695	Schoonhoven
4min metersmaken	Thomas Spoel	950	260817	Zoetermeer
verspringen	Roland van Zuilen	3.55	260998	Gouda
hoogspringen	Thomas Spoel	0.85	200517	Reeuwijk
kogelstoten	Roben Popkema	5.13	240995	Gouda
balwerpen	Ruben Zorge	23.06	290902	Gouda
vortex	Luuk de Haan	17.00	200914	Zoetermeer
balstoten	Ewan te Hennepe	4.27	030911	A.a/d.Rijn
4 x 40m	Onno Glasbergen, Ewan te Hennepe, Cody Bos			
	Sven Teekens	32.06	030911	A.a/d.Rijn

Clubrecords JONGENS PUPILLEN C

40rn.	Bart Veltman	6.64et	021011	Gouda
600m.	Roland van Zuilen	2.04.3	250999	Gouda
1000m.	Tjalle Boorsma	3,45.8	250993	Gouda
4min metersmaken	Heiko Ribberink	990	210913	Gouda
verspringen	Roland van Zuilen	3.79m.	250999	Gouda
hoogspringen	Onno Glasbergen	1.09m	010912	Zoetermeer
kogelstoten	Roland van Zuilen	8.22m.	110999	Zoetermeer
balwerpen	Kees Buitendijk	34.01m	230900	Gouda
vortex	Luuk de Haan	21.00	270615	Leiden
balstoten	Luuk Schoonman	5.89m.	031015	Gouda
4x40m	Aaron Steenbergen, Koert van Oosten, Bent Braker			
	Liam Rietbroek	28.12et	190910	A.a/d.Rijn

Clubrecords JONGENS PUPILLEN B:

40m.	Roben Popkema	6.3s ht	260998	Gouda
	Bart Veltman	6.35 et	090612	Lisse
1000m.	Tjalle Boorsma	3.26.1	240994	Gouda
4min metersmaken	Naut Carol	1050	200914	Zoetermeer
	Hugo Slangen	1050	260817	Zoetermeer
verspringen	Roland van Zuilen	4.25m.	230900	Gouda
hoogspringen	Ruben Koning	1.25m	091010	A.a/d.Rijn
kogelstoten	Roland van Zuilen	8.18m	240600	Gorinchem
balwerpen	Manuel v Schoonhoven	35.00m..	160984	Utrecht
vortex	Ewan ter Hennepe	28.00	150613	Schoonhoven
4 x 40m.	Aaron Steenbergen, Koert v.Oosten, Christiaan Hoogendoorn			
	Liam Rietbroek	26.27	170911	Zoetermeer

Clubrecords JONGENS PUPILLEN A:

60rn.	Tim Dekker	8.5 ht	170404	Zoetermeer
	Bart Veltman	8.59 et	051014	Gouda
1000m.	Vincent Hodzelmans	3.10.5	090783	AlphenRijn
6min metersmaken	Koert van Oosten	1580	150613	Schoonhoven
verspringen	Daan van Gasteren	4.50	041009	Gouda
hoogspringen	Ruben Koning	1.46	160612	B.op Zoom
kogelstoten	Paul v.d. Heuvel	9.86m.	260987	Gouda
balwerpen	Frank Broer	41.00	74	
vortex	Bart Veltman	36.50	050714	Lisse
4 x 60m.	Reinier Blik, Allan Diddens, Jelle Lugten			
	Roland van Zuilen	36.0 ht	150602	Zoetermeer
	Bent Braker, Daniel Maring, Jochem Ribberink			
	Liam Rietbroek	36.29 et	210913	Gouda

Clubrecords JONGENS D

80m.	Nils Rietveld	10.0 ht	190993	Amsterdam
	Dave de Jong	10.52	150912	Krommenie
80m.horden	Tim Dekker	12.1 ht	071006	Emmeloord
	Tim Dekker	12.37 et	011006	Emmeloord
150m	Pepeijn Nieuwveld	19.56	130517	Leiden
600m	Liam Rietbroek	1.46.11	200915	Barendrecht
1000m.	Miquel v Schoonhoven	2.55.9	090783	A.a/d.Rijn
4 x 80m.	Bende Jong	41.6 ht	300901	Gouda
	Jorrit van de Wiel, Pim Jehee, Roben Popkema.			
	Allan Diddens	42.16 et	110904	Assen
	Roland van Zuilen, Mark de Rooy, Reinier Bliet			
verspringen	Nils Rietveld	5.43m.	040993	Zoetermeer
polsver	Bart Veltman	5.79m	030916	Gouda
hoogspringen	Johan Schonebaum	1.70m.	081006	Gouda
stapstapsprong	Dave de Jong	10.43m	080612	Boskoop
kogelstoten	Roland van Zuilen	12.50m.	110904	Assen
discuswerpen	Roland van Zuilen	31.48m.	110904	Assen
speerwerpen	Roland van Zuilen	42.39m.	031004	Gouda
zevenkamp	Johan Schonebaum	4233pnt	07/081006	Gouda

Clubrecords JONGENS C:

100m.	Shaquille Haverkamp	11.3 ht	051014	Gouda
	Reinier Bliet	11.95 et	170606	A.a/d.Rijn
150m.	Alexander Kirkels	17.76 et	200707	Utrecht
100m.horden	Tim Dekker	14.31 et	041008	Gouda
300m	Jochem Ribberink	37.90 et	260817	Amsterdam
300m.horden	Jochem Ribberink	40.53 et	130517	Leiden
600m	Guiliquame v.d.Bogaerde	1.31.9	250966	Rotterdam
800m.	Mario Alblas	2.03.8	240886	Amsterdam
1000m.	Mario Alblas	2.48.1	280986	Gouda
1500m.	Paul Verkley	4.22.8	170888	Leiden
1500m steeple	Liam Rietbroek	5.27.56	270816	Amsterdam
4 x 100m.	Irving Schenkers, Martijn Delissen, Bart de Kort			
	Wim Schuling	46.41 ht	310891	Terneuzen
	Roland v. Zuilen.Mark d Rooy,Allan Diddens			
	Reinier Bliet.	48.9 ht	220406	Leiden
4 x 800m	Jonathan Dol, Jitse van Esch, Ruben Koning			
	Matthias Nab	9.12.46	270915	Amstelveen
Zweedse est.	Bram Popkema, Johan Schonebaum, Alexander Kirkels			
	Tim Dekker	2.13.87	300907	Amstelveen
verspringen	Roland van Zuilen	6.18m.	300906	Emmeloord
hoogspringen	Roland van Zuilen	2.00	270806	Amsterdam
polshoog	Tjalle Boorsma	3.20m.	070500	Schoonhoven
stapstapsprong	Matthias Nab	11.86m	110915	Alphen ad Rijn
kogelstoten	Roland van Zuilen	15.96m.	300906	Emmeloord
kogelslingeren	Thomas Stouten	40.41	271012	Rotterdam
discuswerpen	Roland van Zuilen	60.99	220906	Reeuwijk
speerwerpen	Mark de Rooij	51.40	090906	Etten Leur
achtkamp	Roland van Zuilen	6031pnt	309/011006	Emmeloord

Clubrecords JONGENS B

100m	Shaquille Haverkamp	10.79 et	280516	Oordegem (B)
200m.	Tim Dekker	22.77 et	060610	Hoorn
400m.	Tim Dekker	51.16et	200810	Gouda
110 horden	Tim Dekker	14.46 et	280510	Utrecht
300mhorden	Steven Lans	44.6 ht	220490	Zoetermeer
	Mario Alblas	46.14 et	120588	Rotterdam
400m.horden	Jochem Ribberink	56.51	160618	Emmeloord
800m.	Joost Blokland	1.58.48	130599	Gouda
1000m.	Indigo Tjan	2.46.91	240818	Gouda
1500m.	Joost Blokland	4.04.28	130899	Utrecht
2000m.steeple	Joost Blokland	6.05.45	130699	Zevenaar
3000m.	Maarten Blokland	8.41.95	060504	Vught
10000 weg	Maarten Blokland	31.47.00	120903	Gouda
4 x 100m.	Ivo Jehee, Alexander Kirkels, Bram Popkema			
	Reinier Blik	44.76 et	270908	Amstelveen
4x200m.	Faas Ignatius	1.37.10	240917	Amstelveen
	Ruben Koning, Jochem Ribberink, Indigo Tjan			
4 x 400m.	Faas Ignatius	3.34.25	290918	Amstelveen
	Ruben Koning, Jochem Ribberink, Indigo Tjan			
3 x 800m.	Paul Verklei,Wouter de Vries			
	Hilmar v.d.Dool	6.36.8	240488	Schoonhoven
4 x 800m				
verspringen	Martijn Delissen	6.72m.	260693	Groningen
h.s.s.	Roland van Zuilen	14.18	300508	Groningen
hoogspringen	Roland van Zuilen	2.04 m	300508	Groningen
polshoog	Tjalle Boorsma	3.90m.	090602	Delft
kogelstoten	Roland van Zuilen	14.85	200908	Enschede
kogelslingeren	Thomas Stouten	43.48	120414	Rotterdam
discuswerpen	Roland van Zuilen	56.82	220608	Haarlem
speerwerpen	Mark de Rooy	51.02	130507	Utrecht
negenkamp	Roland van Zuilen	6129pnt	20/210908	Enschede

Clubrecords JONGENS A

100m.	Shaquille Haverkamp	10.62 et	030617	Oordegem (BE)
	(Shaquille Haverkamp**	10.53	170617	Leiden)
200m.	Wim Schüling	22.17et	240695	Sittard
400m.	Tim Dekker	49.51 et	210511	Emmeloord
110m.horden	Tim Dekker	13.92 et	030612	Breda
400m.horden	Joris van Veen	55.12 et	040714	Amsterdam
800m.	Tjalle Boorsma	1.56.26	270503	Gouda
1000m.	Cosmo van Berkel	2.38.64	080608	Rotterdam
1500m.	Joost Blokland	3.57.21	240501	Gouda
3000m.	Robert Ton	8.38.12	080504	Lisse
3000m.Steeple	Joost Blokland	9.15.8	290801	Hengelo
5000m.	Joost Blokland	14.54.67010601	Utrecht	
10000m. weg	Joost Blokland	31.44.2	140901	Gouda
10000m.baan	Maarten Blokland	31.59.51250506	Vught	
15km.	Joost Blokland	50.21	170301	Reeuwijk
10 Em.	Paul Koenis	54.52.0	071297	Brielle
1/2marathon	Paul Koenis	1.14.36	201297	Zoeterwoude
4 x 100m	Roben Popkema,	44.28 et	060507	Den Haag
	Ivo Jehee,Pim Jehee,Reinier Blik	mix ploeg		
4 x 400m.	Alex v.d.Nol	3.35.72	200987	Rotterdam
	Quinten Izeboud,Mario Alblas,Jaco Hodzelmans			
4x800m.	Andre de Vries	8.36.10	190987	Rotterdam
	Dave Soekha Rodney Dirks Sebastiaan Messerschmidt			
verspringen	Tim Dekker	7.23	100712	Barcelona
h.s.s.	Martijn Delissen	14.05m.	240695	Sittard
hoogspringen	Tim Dekker	2.04	100712	Barcelona
polshoog	Tim Dekker	4.24	230411	Amersfoort
kogelstoten	Roland van Zuilen	16.61 m.260610	Zwolle	
kogelslingeren	Thomas Stouten	40.45	110415	Boskoop
discuswerpen	Roland van Zuilen	53.39m.	260610	Zwolle
speerwerpen	Koen Braker	51.65m.	210614	Lier (B)
tienkamp	Tim Dekker	7815 pnt10/110712	Barcelona	

** Wind +2,1 m

Clubrecords HEREN SENIOREN

100m	Remco van Gageldonk	10.74 et	190699	Oordegem (B)
200m.	Remco van Gageldonk	21.46 et	040799	Oordegem (B)
400m.	Pim Jehee	49.53 et	310509	Barendrecht
110m..horden	Pim Jehee	15.04 et	230912	Tilburg
400rn.horden	Pim Jehee	54.13	190910	Naaldwijk
800m.	Paul Verkley	1.53.95	300696	Amsterdam
1000m.	Said Kanfaoui	2.32.17	020598	Lisse
1500m.	Paul Verkley	3.47.45	300598	Duffel (B)
1 EM.	Paul Verkley	4.12.09	150996	Hilversum
2000m.	Joost Blokland	5.25.00	070402	A.a/d.Rijn
3000m.	Joost Blokland	8.15.48	030704	Uden
3000m steeple	Joost Blokland	8.40,50	200604	Bydgoszcz
5000m.	Said Serifi Kanfaoui	14.36.21	240605	Uden
10000m.baan	Said Serifi Kanfaoui	30,03,0	080499	Gorinchem
10000m weg	Said Serifi Kanfaoui	29.36.2	140901	Gouda
15 kin.	Said Serifi Kanfaoui	45,48	119695	Maasdijk
10 EM.	Said Serifi Kanfaoui	49.47	141199	Beverwijk
20 km.	Said Serifi Kanfaoui	1.03.09	070304	Alphen adRijn
1/2 marathon	Said Serifi Kanfaoui	1.05.18	030202	Drunen
25 km.	Bert Koppendraaiier	1.26.19	020690	Brielle
30 km.	Said Serifi Kanfaoui	1.35.44	200200	Schoorl
marathon	Said Serifi Kanfaoui	2.21.53	050502	Almere
uurloop	Jan Zijderlaan	17.985.65m.	221067	Rotterdam
100 km.	Gerrit van Rotterdam	7.18.10	170694	Torhout B
4 x 100m	Roben Popkema, Tim Dekker, Pim Jehee			
	Alex van Zutphen mix	42.68 et	200512	Hilversum
4 x 200m	Cosmo van Berkel, Floris de Boer, Vincent Kruit			
	Riepko de Vries	1.34.79	240917	Amstelveen
4 x 400m.	Reinier Bliet, Tim Dekker, Pim Jehee, Mix ploeg			
	Cosmo van Berkel	3.22.52	260611	Zwolle
Zweedse est.	Alex van Zutphen, Roben Popkema, Pim Jehee Mix ploeg			
	Jorrit van der Wiel	2.01.94	220407	Delft
4 x 800m.	Theo Boere, Cor Mikkers, Rob de Smet			
	Jan Vermeulen	8.11.4	110672	Den Haag
4 x 1500m.	Jan Zijderlaan, Louis Jansen, Joop Kooiman			
	Thomas Stolk	16.46	100961	Amsterdam
Ekiden	Herman Couperus, Paul Koenis, Erik Bosker, Anne Jan Smid,			
	Said Kanfaoui, Arjan de Jong	2.21.26	210399	Vught
verspringen	Pim Jehee	7.29	020711	Bressanone (It)
h.s.s.	Martijn Delissen	14.48m	270898	Alphen a/d.Rijn
hoogspringen	Andre van Boxmeer	2.01m	100889	Alphen[a/dRijn
polshoog	Alex van Zutphen	4.90m.	260611	Zwolle
kogelstoten	Ronald van Zuilen	15.67	050512	Lisse
kogelslingeren	Alexander Kirkels	31.10	270417	Woerden
discuswerpen	Ronald van Zuilen	55.49	150913	Zwolle
speerwerpen	Andre van Boxmeer	56.74m.	040690	Vlaardingen
tienkamp	Pim Jehee	7245pnt.21/220511	Emmeloord	

Clubrecords V.B SPORTERS DAMES

100m.	Nicky van Tok	17.08 et	020416	Gouda
200m.	Nicky van Tok	37.24 et	060414	Gouda
400m.	Judith Visser	1.53.34	021011	Gouda
Verspringen	Nicky van Tok	3.24	020416	Gouda
Kogelstoten	Nicky van Tok	6.74	031015	Gouda
Speer	Marja van Dijk	5.62	020711	B.op Zoom
Balwerpen	Judith Visser	24.70	290912	Den Haag

Clubrecords V.B SPORTERS HEREN

100m.	Stefan Rabouw	11.99	210516	Breda
200m.	Stefan Rabouw	24.69	210516	Breda
400m.	Stefan Rabouw	70.20	010412	Gouda
600m.	Stefan Rabouw	1.57.62	020711	B.op Zoom
Hoogspringen	Stefan Rabouw	1,58	140515	Gouda
Verspringen	Stefan Rabouw	6.06m.	210516	Breda
Kogelstoten	Stefan Rabouw	7.61	051014	Gouda
Speer	Michael Koolmees	13.18	020711	B.op Zoom
4x100m.	Stefan Rabouw,Wouter Schwiebe,Bas de Vos			
	Michael Koolmees	67.24	010412	Gouda