

**Baanrecords MEISJES PUPILLEN D**

40m.	Femke de Boer	AV Gouda	7.56 sec.	7-10-2007
400m.	Esther van de Heuvel	AV Gouda	1.33,70 min.	26-9-1998
600m.	Megan van Beelen	Spartaan	2.22,46 min.	7-6-2008
4Min Meters	Jana Nagtegaal	AAV36	975 m.	21-9-2013
1000m.				
4 x 40m.	<i>ONBEKEND</i>	A.V.47	33.20 sec.	23-6-2001
verspringen	Daphne Sman	Ilion	3.10 m.	7-6-1997
hoogspringen	Roos Mast	AAV 36	0.85 m.	5-10-2008
kogelstoten	Nienke Snelting	AAV 36	4.46 m.	9-10-1999
balwerpen	Elik van Erk	Avantri	17.50 m.	30-8-2003
vortex	Fenna Thelen	Leiden Atletiek	15.00 m.	15-9-2018

**Baanrecords MEISJES PUPILLEN C**

40m.	Jeannine Desbarida	Ilion	6.60 sec.	7-6-1996
600m.	Nelly Ritfeld	Ilion	2.12,50 min.	9-10-1999
4Min Meters	Dunya van den Tooren	AV Gouda	1000 m.	21-9-2013
1000m.				
4 x 40m.	<i>ONBEKEND</i>	Ilion	29.50 sec.	30-8-2003
verspringen	Fleur Favre	Leiden	3.85 m.	15-9-2018
hoogspringen	Femke de Boer	AV Gouda	1.10 m.	5-10-2008
kogelstoten				
balstoten	Sam Lopes Galina Fortes	AV Gouda	5.88 m.	3-10-2015
balwerpen	Heike Egberts	AAV 36	28.82 m.	9-10-1999
vortex	Fleur Favre	Leiden	28.50 m.	15-9-2018

**Baanrecords MEISJES PUPILLEN B**

40m	Julia Crins	Ilion	6.28 sec.	16-6-2018
4Min Meters	Isa van der Valk	Ilion	1050 m.	21-9-2013
1000m.	Dagmar Smid	AAV 36	3.38,95 min.	24-6-2006
4 x 40m.				
verspringen	Julia Crins	Ilion	4.28 m.	16-6-2018
hoogspringen	Megan van Beelen	Spartaan	1.23 m.	12-6-2010
kogelstoten	Marie-José Mastenbroek	Ilion	6.39 m.	7-6-1997
balwerpen	Jokeh Engelhart	AAV 36	31.31 m.	12-6-2010
vortex	Bente den Hollander	Rijnsoever	23.00 m.	15-9-2018

**Baanrecords MEISJES PUPILLEN A**

60m.	Lesley Bowen	Ilion	8.4 sec.	7-6-1997
1000m.	Dagmar Smid	AAV 36	3.15,31 min.	7-6-2008
6Min Meters				
4 x 60m.				
verspringen	Nelly Ritfeld	Ilion	4.49 m.	23-6-2001
hoogspringen	Ilse Kuijf	AAV 36	1.43 m.	12-6-2010
kogelstoten	Nelly Ritfeld	Ilion	8.89 m.	23-6-2001
balwerpen	Noa Onwerdiegwu	Leiden Atletiek	37.64 m.	9-6-2007
vortex	Julia Pieterse	AV de Spartaan	29.50 m.	15-9-2018

**Baanrecords MEISJES D**

60m	Gabrielle Dwomoh	Ilion	8.41 sec.	12-5-2007
60m.horden	Alysee Lester	Ilion	9.58 sec	25-6-2010
600m.	Jiska Pols	AV Gouda	1.48,74 min.	5-4-2009
1000m.	Merlijne van Doorn	Atverni	3.12,41 min.	22-6-2019
4x60m	<i>ONBEKEND</i>	PAC	31.5 sec.	25-4-1998
verspringen	Gabriella Dwomoh	Ilion	5.00 m.	12-5-2007
hoogspringen	Femke de Boer	AV Gouda	1.55 m.	7-4-2013
kogelstoten	Alysee Lester	Ilion	12.91 m.	25-6-2016
kogelslingeren	Zoë Eyra	PAC	25.25 m.	24-7-2021
discuswerpen	Evelien Steysiger	AV Gouda	27.74 m.	26-9-1998
speerwerpen	Marleen Nieuwenkamp	Ilion	30.59 m.	4-9-1998
zeskamp	Julia Hollander	AV Gouda	3013 pnt.	29/30-09-2012

**Baanrecords MEISJES C**

80m.	Britt de Blauw	PAC	10.13 sec.	16-6-2018
150m	Sanne Dekker	AV Gouda	19.57 sec.	6-10-2007
<b>200m</b>	<b>Anniek de Lange</b>	<b>Fortus</b>	<b>27,13 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
80m.horden	Nikki Boon	Flevodelta	12.15 sec.	2-10-2016
300m.horden	Zoe Sedney	Ilion	44.50 sec.	25-6-2016
600m.	Tirza v.d.Wolf	S.R.	1.42,12 min.	5-9-2008
800m	Zoe Sedney	Ilion	2.22,80 min.	26-6-2016
1000m.	Floor Doornwaard	AV de Gemzen	2.57,87 min.	22-8-2014
4 x 80m.	Maya Clark, Mererl Jorna, Leonie Mariën, Coos Veldpaus	Hellas	40.59 sec.	22-6-2019
verspringen	Britt de Blauw	PAC	5.50 m.	16-6-2018
hoogspringen	Sterre de Booy	Ilion	1.68 m.	9-5-2013
polshoog	Joska Le Conte	AV FIT	2.70 m.	30-8-2002
h.s.s	Anna Lusthof	Olympus 70	10.31 m.	30-5-2019
s.s.s	Daphne Zintel	AAV36	10.36 m.	15-9-2018
kogelstoten	Alida van Daalen	PAC	14.63 m.	10-6-2016
discuswerpen	Mandy van Egdome	Triathlon	31.07 m.	1-5-2008
speerwerpen	Nanah Fung-Loy	Ilion	38.81 m.	25-6-2016
kogelslingeren	Safira den Oudsten	AV Spiridon	35.56 m.	21-7-2018
gewichtwerpen	Esmée Weber	Almere '81	9,50 m.	20-7-2019
zevenkamp	Nikki Boon	Flevodelta	4474 pnt.	01/02-10-2016

**Baanrecords MEISJES B**

100m.	Inge Drost	Ilion	12.15 sec.	7-6-2013
200m.	Laurien Hoos	Hera	25.48 sec.	1-6-2000
400m.	Eva Dollart	Ilion	58.99 sec.	1-6-2000
100m.horden	Maayke Tjin-a-Lim	Sparta	14.08 sec.	7-6-2013
400m.hor-den	Feline Molenaar	Avantri	65.76 sec.	10-6-2016
800m.	Joyce Vrijenhoek	Clytoneus	2.18,00 min.	27-5-2003
1000m	Dagmar Smid	AAV36	2.57,12 min.	22-8-2014
1500m.	Marjolein Rutgers	Clytoneus	4.55,10 min.	24-5-2001
3000m.	Maureen Koster	A.V 47	10.03,07 min.	28-8-2009
4 x 100m	Simone Hagen,Sanne Dekker, Maaike Spuij, Madeleen Graafland	AV Gouda	51.74 sec.	5-4-2009
4 x 200m.	<i>ONBEKEND</i>	PAC	1.46,80 min.	5-9-2003
verspringen	Jolanda Nobels	Energie	5.48 m.	11-6-2010
h.s.s.	Priscilla van Oorschot	AAC.	11.76 m.	23-8-2013
hoogspringen	Ilse Kuijf	AAV36	1.71 m.	14-5-2015
polshoog	Dominique Esselaar	Unitas	3.60 m.	7-6-2013
kogelstoten	Bianca Reuver	Hera	15.82 m.	19-5-2006
discuswerpen	Enid Duut	PAC	44.52 m.	10-6-2016
speerwerpen 600gr	Sietske Verkade	AAV36	42.35 m.	30-5-2019
<b>kogelslingeren</b>	<b>Anna Jébose</b>	<b>AAC.</b>	<b>43,39 m.</b>	<b>28-8-2020</b>
Gewichtwerpen	Mieke van de Pasch	AV Gouda	7,23 m.	6-10-2019
zevenkamp				

**Baanrecords MEISJES A**

100m.	Esmeralda Adriaans	Rotterdam Atletiek	12.14 sec.	29-5-2004
<b>200m.</b>	<b>Zoe Sedney</b>	<b>Rotterdam Atletiek</b>	<b>23,85 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
400m.	Iris van Daalen	PAC	57.19 sec.	19-8-2011
100m horden	Sharona Bakker	Suomi	14.08 sec.	16-5-2008
400m.horden	Maaïke Schoute	Lycurgus	67.07 sec.	10-6-2016
800m.	Danaïd Prinsen	Lycurgus	2.06,39 min.	26-8-2016
1000m.				
1500m.	Marije Hijman	PAC	4.37,87 min.	30-5-2019
2000m.				
3000m.	Maureen Koster	A.V. 47	9.38,02 min.	19-8-2011
<b>5000m.</b>	<b>Isa Leen</b>	<b>AV Olympus '70</b>	<b>17.57,30 min.</b>	<b>24-7-2020</b>
4 x 100m.	<i>ONBEKEND</i>	Statina	52.14 sec.	3-5-2014
4 x 400m.	<i>ONBEKEND</i>	CAV Energie	3.57,14 min.	3-5-2014
Zweedse estf	<i>ONBEKEND</i>	CAV Energie	2.24,76 min.	3-5-2014
verspringen	Iris van Daalen	PAC	5.49 m.	2-6-2011
h.s.s.	Judeska Sheppard	Rotterdam Atletiek	11.82 m.	10-5-2018
hoogspringen	Anouk Kragtwijk	Spartaan	1.67 m.	31-8-2007
polshoog	Femke Pluim	AAV36	3.95 m.	7-6-2013
kogelstoten	Jenny Tchedjo	U-track	12.94 m.	10-5-2018
discuswerpen	Dara Obot	Haag atletiek	44.01 m.	12-4-2019
speerwerpen	Mandy v.d. Meer	Ilion	46.12 m.	29-6-2012
kogelslingeren	Lotte Smink	PAC	48.63 m.	20-7-2019
zevenkamp	Laura Molenaar	AV Gouda	4114 pnt.	01/02-10-2005

**Baanrecords DAMES SENIOREN**

100m	Femke van der Meij	Suomi	12.13 sec.	20-8-2010
<b>200m</b>	<b>Zoe Sedney</b>	<b>Rotterdam Atletiek</b>	<b>23.85 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
400m.	Nanet Karenbeld	Argo 77	55.76 sec.	1-6-2000
100m. Horden	Karin Ruckstuhl	Hellas	13.72 sec.	20-5-2005
400m. Horden	Maruska Eduarda	Rotterdam Atletiek	63.14 sec.	7-5-2013
800m.	Sanne Verstegen	Rotterdam Atletiek	2.00,54 min.	26-8-2016
1000m.				
1500m.	Inga Michejenko	Olympus '70	4.35,32 min.	26-8-2016
1 EM				
3000m.	Jip Vastenburger	AV34	9.05,06 min.	10-6-2016
5000m.				
10000m.	Saskia van Vught	Phoenix	35.24,46 min.	1-5-2008
4 x 100m	Laura Molenaar(V), Femke Pluim(A), Sanne Dekker(A), Jonneke Boere(A)	AV Gouda	50.43 sec.	1-4-2012
4 x 200m.				
4 x 400m.	<i>ONBEKEND</i>	Rotterdam Atletiek	4.07,06 min.	3-5-2014
4 x 800m.				
Zweedse Estafette	Eiline Bardeel, Brit van der Meijden, Eva Mollema, Evelien van Wijk	AV FIT	2.26,41 min.	24-4-2016
verspringen	Karin Mey	Zuid-Afrika	6.14 m.	23-6-2006
h.s.s	Patricia Krolis	Rotterdam Atletiek	12.24 m.	10-6-2016
hoogspringen	Joyce Huisman	Phanos	1.72 m.	20-8-2010
polshoog	Rianna Gallart	Lycurgus	4.00 m.	2-6-2011
kogelstoten	Pamela Kiel	AAV36	15.71 m.	10-5-2016
discuswerpen	Corinne Nugter	AV NOP	56.62 m.	30-5-2019
speerwerpen	Patricia Harteveld	Climax	43.01 m.	11-6-2010
kogelslingeren	Maaïke Schetters	Eindhoven	47.17 m.	31-3-2018
gewichtwerpen	Sofie Zuidam	AAV36	12.99 m.	21-7-2018
zevenkamp	Kim van Loon	AV Gouda	3287 pnt.	01/02-10-2005

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 35-39**

100m	Marloes ten Napel-Zacharias	EAC de Sperwers	13.11 sec.	18-5-2019
200m.	Laura Zwaan	Phanos	27.42 sec.	3-6-2018
400m.	Ingrid Grutters	Atverni	58.03 sec.	19-8-2011
100m.horden	Neeltje van Hulten	Phoenix	15.36 sec.	2-6-2011
400m.horden	M.M.van Peet-Hesper	Rotterdam Atletiek	67.15 sec.	1-9-2006
800m.	Linda Reus-Bakker	SAV	2.20.50 min.	1-6-2018
1500m.	Claudia van Rijn	Leiden atletiek	4.45.86 min.	2-6-2011
1 EM				
2000m SC	Eefje Ottevanger	Eindhoven atletiek	7.37.55 min. <b>NR</b>	11-6-2017
3000m.	Isabelle Heusinkveld	DEM	10.38.73 min.	29-5-2004
5000m.	Saskia de Vries-van Vugt	AV Phoenix	17.40.52 min.	1-6-2018
10000m.				
4 x 100m				
4 x 200m.				
4 x 400m.				
verspringen	Wendy Visser	Phanos	5.26 m.	19-5-2019
h.s.s	Wendy Visser	Phanos	11.19 m.	9-6-2017
hoogspringen	Titia van Osch	AAC	1.63 m.	23-8-2013
polshoog	Annemieke Dunnink	Phoenix	3.41 m.	2-6-2018
kogelstoten	Mirjam van Bremen	Rotterdam Atletiek	12.85 m.	24-5-2001
discuswerpen	Ciska Bosma	AV Noordkop	34.03 m.	10-6-2017
speerwerpen	Margreet Takken	Climax	36.40 m.	11-6-2017
kogelslingeren	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	63.78 m.	20-7-2019
gewichtwerpen	Wendy Koolhaas	Groningen Atletiek	17.60 m.	18-5-2019
vijfkamp				
zevenkamp				

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 40-44**

80m.horden	Eefje Swinkels-van Mourik	HAC	12.49 sec.	18-5-2019
100m.	Jacqueline Drop-Pullens	AV Pijnenburg	12.94 sec.	2-6-2018
200m.	Jacqueline Drop-Pullens	AV Pijnenburg	27.03 sec.	2-6-2018
400m.	Anjolie Engels-Wisse	VZA	60.44 sec.	10-6-2017
400m H	Maaïke Honig	KAV Holland	1.11,52 min.	11-6-2017
800m.	Julia Dahmen	Swift	2.19,20 min.	19-5-2019
1500m.	Yvonne Meijer	ACO/van Elderen	4.49,62 min.	18-5-2019
1 EM				
3000m.	Marijke von Bergh	Attila	10.38,82 min.	5-5-2005
5000m.	Paddy Herijgers	DJA	19.04,25 min.	19-5-2019
10000m.	Charlotte Marijn	Altis	40.14,35 min.	17-5-2019
4 x 200	<i>ONBEKEND</i>	PAC	2.06,04 min.	5-9-2003
verspringen	Anjolie Engels-Wisse	VZA	4.95 m.	11-6-2017
h.s.s.	Tinka Smith-Tolsma	Leiden atletiek	9.94 m.	19-8-2011
hoogspringen	Marjolijn Jongens	AV Startbaan	1.45 m.	17-5-2019
kogelstoten	Tine Schenkels	Reeuwijk	12.63 m.	13-5-1999
discuswerpen	Tine Schenkels	Reeuwijk	38.22 m.	13-5-1999
speerwerpen	Kirstin Gnoth	AC TION	35.25 m.	11-6-2017
<b>kogelslingeren</b>	<b>Wendy Koolhaas</b>	<b>Groningen Atletiek</b>	<b>61.33 m.</b>	<b>24-7-2021</b>
gewichtwerpen				
vijfkamp				
zevenkamp				

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 45-49**

80mh	Aafke van Daalen	Clytoneus	12.63 sec.	26-8-2016
100m.	Joke Torbijn	AV Parthenon	13.34 sec.	27-5-2003
200m.	Joke Torbijn	AV Parthenon	27.65 sec.	27-5-2003
400m.	Annemieke Punter	Rotterdam Atletiek	63.02 sec.	2-5-2018
400mH	Agnes Olgers-Heiner	AV NOP	1.25,38 min.	11-6-2017
800m.	Nicole Weijling-Dissel	Unitas	2.17,69 min.	23-8-2013
1500m.	Agnes Schipper	Hellas	4.59,62 min.	2-6-2018
2000m SC	Agnes Olgers-Heiner	AV NOP	8.14,53 min.	2-6-2018
3000m.	Ingrid Coster	Atos	11.08,85 min.	29-5-2004
5000m.	Nicole Weijling-Dissel	AAC	17.31,49 min. <b>NR</b>	9-6-2017
10000m	Nathalie Klaassen	AAV36	41.27,56 min.	17-5-2019
3000m SW	Jenny Acuana-van Avendonk	AV Arrila	18.13,35 min.	19-5-2019
verspringen	Cindy van der Burg-Bolleboom	Ilion	4.62 m.	3-6-2018
h.s.s.	Anja Mulder	AC TION	10.25 m.	1-6-2018
hoogspringen	Linda van Berkel	AV40	1.48 m.	2-6-2018
kogelstoten	Tine Schenkels	Reeuwijk	12.27 m.	24-5-2001
discuswerpen	Tine Schenkels	Reeuwijk	39.37 m.	24-5-2001
speerwerpen	Kirstin Gnoth	AC TION	34.16 m.	15-5-2019
kogelslingeren	Ditha Stegman-van der Hidde	Rotterdam Atletiek	36.30 m.	17-5-2019
Gewichtwerpen	Cindy weber	Almere '81	7,37 m.	20-7-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 50-54**

80mH	Ingrid Smit	Ciko 66	14.00 sec.	18-5-2019
100m.	Valerie Klostermann	PAC	13.62 sec.	10-6-2017
200m.	Valerie Klostermann	PAC	28.01 sec.	11-6-2017
300mH	Annet den Hartog	AV Startbaan	53.34 sec.	19-5-2019
400m.	Lena Jansen	Energie	67.88 sec.	5-9-2003
800m.	Nicole Weijling-Dissel	AAC	2.29,26 min.	19-5-2019
1500m.	Nicole Weijling-Dissel	AAC	4.53,80 min.	18-5-2019
1EM	Annelies van Dorp	AV Gouda	6.21,36 min.	26-8-2016
2000m sc	Agnes Olgers	AV NOP	8.14,33 min. <b>NR</b>	18-5-2019
3000m.	Mirjam Beers	AAV 36	12.35,90 min.	29-6-2012
5000m.	Nicole Weijling-Dissel	AAC	17.57,34 min. <b>NR</b>	19-5-2019
10000m	Nicole Weijling - Dissel	AAC	38.08,31 min.	17-5-2019
verspringen	Monique Snuverink	Thor	4.33 m.	11-6-2017
h.s.s.	Carina Banga	Fortius	9.07 m.	1-6-2018
hoogspringen	Monique Snuverink	Thor	1.44 m.	10-6-2017
kogelstoten	Freya Muller	Hollandia	12.05 m.	10-6-2017
discuswerpen	Mirjam Aberkrom	AV Edam	33.45 m.	10-5-2018
speerwerpen	Bieneke Bauling	Eindhoven atletiek	32.99 m.	18-5-2019
kogelslingeren	Gonny Mik	Groningen Atletiek	51.03 m.	20-7-2019
gewichtwerpen	Gonny Mik	Groningen Atletiek	16.50 m.	18-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS Dames 55-59**

80mh	Brigitte van de Kamp	GAC	14.29 sec.	10-6-2017
100m.	Simone Geel	DEM	13.56 sec.	25-5-2017
200m	Simone Geel	DEM	27.19 sec. <b>NR</b>	25-5-2017
400m	Simone Geel	DEM	61.71 sec. <b>NR</b>	10-6-2017
800m	Mirjam de Boer	SAV	2.41,83 min.	19-5-2019
1500m	Mirjam de Boer	SAV	5.25,27 min.	18-5-2019
1EM	Mirjam Beers	AAV36	6.37,03 min.	26-8-2016
2000m SC	Jeanine van Overveld	Thor	8.51,95 min. <b>NR</b>	11-6-2017
3000m	Wilma Bos	Hanzesport	12.37,62 min.	25-5-2017
5000m	Cinta Groos	Dutch Gay Lesbian	21.56,75 min.	1-6-2018
hoogspringen	Weia Reinboud	Hellas	1.42 m.	1-9-2006
polshoog	Brigitte van de Kamp	GAC	3.01 m.	9-6-2017
verspringen	Brigitte van de Kamp	GAC	4.24 m.	11-6-2017
hss	Rina Groenendijk	A.V.47	8.33 m.	19-8-2011
Kogel	Mirjam Aberkrom de Groot	AV Edam	11.34 m.	19-5-2019
discuswerpen	Mirjam Aberkrom de Groot	AV Edam	33.85 m.	19-5-2019
speer	Mariet Voskamp	Hanzesport	35.61 m. <b>NR</b>	11-6-2017
<b>kogelslingeren</b>	<b>Gonny Mik</b>	<b>Groningen Atletiek</b>	<b>49,75 m.</b>	<b>28-8-2020</b>
gewichtwerpen	Ingrid van Dijk	GAC	13.14 m.	18-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 60-64**

80mH	Rina Groenendijk	AV47	14.91 sec.	10-6-2017
100m	Tilly Jacobs	AV34	14.60 sec.	18-5-2019
200m	Tilly Jacobs	AV34	30.83 sec.	19-5-2019
400m	Greet Vrijbloed	Isala '96	1.11,22 min.	18-5-2019
800m.	Ella Witjes	Altis	2.46,49 min.	11-6-2017
1500m	Carla Ophorst	Olympus	5.24,09 min.	18-5-2019
2000m SC	Greet Vrijbloed	Isala '96	9.13,74 min.	2-6-2018
3000m.	Els Raap	Kombijsport	12.14,78 min.	22-8-2008
5000m	Carla Ophorst	Olympus	19.26,94 min. <b>NR</b>	19-5-2019
10000m	Ella Witjes	Altis	44.46,43 min.	10-6-2017
Ver	Anja Akkerman-Smits	DEM	3.90 m.	3-6-2018
Hoog	Rina Groenendijk	AV47	1.27 m.	10-6-2017
Hss	Rina Groenendijk	AV47	7.99 m.	1-6-2018
kogel	Tiny Hellendoorn	Isala '96	11.76 m.	3-6-2018
discus	Tiny Hellendoorn	Isala '96	33.25 m.	19-5-2019
speer	Anja Akkerman-Smits	DEM	28.22 m.	18-5-2019
kogelslingeren	Tiny Hellendoorn	Isala '96	38.47 m.	23-3-2019
gewichtwerpen	Tiny Hellendoorn	Isala '96	15.94 m.	18-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 65-69**

200m	Afien Toering-Benus	AV Impala	35.46 sec.	19-5-2019
400m	Afien Toering-Benus	AV Impala	1.18,41 min.	18-5-2019
800m	Trees Rutten	Nijmegen atletiek	3.15,81 min.	11-6-2017
1500m	Dineke Kok	GAC	7.23,32 min.	2-6-2018
3000m.	Martha van Hal	Energie	13.29,31 min.	19-8-2011
Verspringen	Yvonne Seelaar	PAC	2.81 m.	2-6-2011
Hoog	Weia Reinboud	Hellas	1.36 m.	17-5-2019
Kogel	Jenny Marcelis-Dikmans	Scorpio	9.15 m.	3-6-2018
Discus	Weia Reinboud	Hellas	24.73 m.	10-6-2017
Speer	Weia Reinboud	Hellas	28.99 m.	18-5-2019
kogelslingeren	Weia Reinboud	Hellas	28.11 m.	1-6-2018
gewichtwerpen	Weia Reinboud	Hellas	11.24 m.	18-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 70-74**

80mH	Riet Jonkers	Atledo	17.32 sec.	10-6-2017
100m	Riet Jonkers	Atledo	17.58 sec.	2-6-2018
200m	Riet Jonkers	Atledo	36.35 sec.	11-6-2017
800m	Marianne Knapen de Bode	Loopgroep PK	3.20,91 min.	19-5-2019
1500m	Trees Rutten	Nijmegen atletiek	6.21,28 min.	18-5-2019
3000m	Els Raap	Kombijsport	14.17,02 min.	25-5-2017
5000m	Trees Rutten	Nijmegen	23.33,02 min. <b>NR</b>	19-5-2019
10000m	Trees Rutten	Nijmegen	51.06,60 min.	3-6-2018
5000m snelwandelen	Riet Jonkers	Atledo	35.50,32 min. <b>NR</b>	5-5-2016
<b>Hoog</b>	<b>Weia Reinboud</b>	<b>hellas</b>	<b>1.30 m.</b>	<b>24-7-2020</b>
Ver	Riet Jonkers	Atledo	3.31 m.	3-6-2018
Kogel	Annie van Anholt	AV Attila	9.06 m. <b>NR</b>	19-5-2019
Speer	Jenny Marcellis-Dikmans	Scorpio	21.12 m.	30-5-2019
Discus	Annie van Anholt	AV Attila	27.71 m. <b>NR</b>	19-5-2019
kogelslingeren	Annie van Anholt	AV Attila	34.06 m.	1-5-2018
gewichtwerpen	Annie van Anholt	AV Attila	14.69 m.	18-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 75-79**

80mh	Riet Jonkers – Slegers	Atledo	17.48 sec. <b>NR</b>	18-5-2019
100m	Rietje Dijkman	GAC	16.73 sec.	10-6-2017
200m	Riet Jonkers - Slegers	Atledo	35.54 sec. <b>NR</b>	19-5-2019
200mh	Riet Jonkers - Slegers	Atledo	41.54 sec. <b>NR</b>	19-5-2019
400m	Riet Jonkers - Slegers	Atledo	1.21,10 min. <b>NR</b>	18-5-2019
hoog	Rietje Dijkman	GAC	1.19 m.	10-6-2017
ver	Rietje Dijkman	GAC	3.54 m.	19-5-2019
hss	Rietje Dijkman	GAC	8.02 m. <b>NR</b>	9-6-2017
kogelslingeren	Riet Jonkers - Slegers	Atledo	25.55 m.	17-5-2019

**BAANRECORDS MASTERS DAMES 80-84**

400m	Ada Habes-Ket	AV Veteranen Nederland	1.43,14 min. <b>NR</b>	2-6-2018
1500m	Ada Habes-Ket	AV Veteranen Nederland	7.54,82 min. <b>NR</b>	2-6-2018

**Baanrecords JONGENS PUPILLEN D**

40m.	Kaj Ramsteijn	Ilion	7.00 sec.	7-6-1997
	Joël Zwiers	Avantri	7.00 sec.	7-6-1997
400m.	Jelle Lugten	AV Gouda	1.23,80 min.	26-9-1998
600m	Mart Overbeek	Avantri	2.18,20 min.	9-10-1999
4Min Meters				
1000m.				
4 x 40m.	<i>ONBEKEND</i>	Ilion	31.50 sec.	11-6-2005
verspringen	Joël Zwiers	Avantri	3.56 m.	7-6-1997
hoogspringen	Sem Noort/Nout Candido	Leiden	0.90 m.	15-9-2018
kogelstoten				
balwerpen	Luuk de Vos	Avantri	32.29 m.	23-6-2001
vortex	Hugo Koper	Leiden	21.00 m.	15-9-2018

**Baanrecords JONGENS PUPILLEN C**

40m	Bart Veltman	AV Gouda	6.64 sec.	2-10-2011
600m	Roland van Zuilen	AV Gouda	2.04,30 min.	25-9-1999
4Min Meters	Robin de Haan	Reeuwijk	1040 m.	21-9-2013
1000m.				
4 x 40m.				
verspringen	Roland van Zuilen	AV Gouda	3.79 m.	25-9-1999
hoogspringen	Bent Braker	AV Gouda	1.05 m.	3-10-2010
kogelstoten	Tom Lotz	Avantri	9.48 m.	7-6-1997
balstoten	Tom Driessen	AAV 36	5.92 m.	7-6-2008
balwerpen	Fabian Reehuis	Antilope	34.42 m.	30-8-2003
vortex	Luuk van der Wel	AV47	24.00 m.	15-9-2018
	Tijmen Immerzeel	AAV 36	24.00 m.	15-9-2018

**Baanrecords JONGENS PUPILLEN B**

40m.	Roben Popkema	AV Gouda	6.30 sec.	26-9-1998
4Min Meters	Youssef Laouhaichi	Ilion	1075 m.	21-9-2013
1000m.	Jelle Lugten	AV Gouda	3.32,80 min.	23-9-2000
4 x 40m.	<i>ONBEKEND</i>	Ilion	26.40 sec.	12-6-2004
verspringen	Roland van Zuilen	AV Gouda	4.25 m.	23-9-2000
hoogspringen	Ruben Koning	AV Gouda	1.18 m.	12-6-2010
kogelstoten	Roland van Zuilen	AV Gouda	7.63 m.	23-9-2000
balwerpen	Luuk de Vos	Avantri	37.97 m.	30-8-2003
vortex	Gijs de Bruin	AV47	31.50 m.	15-9-2018

**Baanrecords JONGENS PUPILLEN A**

60m	Manne Baan	Leiden atletiek	8.50 sec.	16-6-2018
1000m.	Matthijs Fransen	Ilion	3.16,50 min.	7-6-1997
6Min Meters				
4 x 60m.	<i>ONBEKEND</i>	Ilion	34.13 sec.	24-6-2006
verspringen	Daan van Gasteren	AV Gouda	4.50 m.	4-10-2009
hoogspringen	Johan Schonebaum	Reeuwijk	1.50 m.	12-6-2004
kogelstoten	Jeroen Rooker	Avantri	10.00 m.	9-10-1999
balwerpen	Luuk de Vos	Avantri	50.64 m.	11-6-2005
vortex	Nathan van der Hoorn	AAV36	41.00 m.	15-9-2018

**Baanrecords JONGENS D**

80m	Lars Dauw	Ilion	9.81 sec.	16-6-2018
80m. horden	Tim Dekker	AV Gouda	12.10 sec.	7-10-2006
600m.	Tim Dekker	AV Gouda	1.53,20 min.	10-4-2005
1000m.	Tjalle Boorsma	AV Gouda	3.04,00 min.	25-4-1998
4 x 80m.				
verspringen	Mark de Rooij	AV Gouda	5.38 m.	3-10-2004
hoogspringen	Johan Schönebaum	AV Gouda	1.70 m.	8-10-2006
polsver	Bart Veltman	AV Gouda	5.79 m.	3-9-2016
kogelstoten	Marijn van Duin	Ilion	13.08 m.	25-6-2016
discuswerpen				
speerwerpen	Marijn van Duin	Ilion	48.27 m.	25-6-2016
kogelslingeren	Tyrone Lak	AV Lycurgus	18.68 m.	21-7-2018
zevenkamp	Johan Schonebaum	AV Gouda	4233 pnt.	07/08-10-2006

**Baanrecords JONGENS C**

<b>100m.</b>	<b>Maurice Afognon</b>	<b>ARV Ilion</b>	<b>11,17 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
150m.	Jochem Ribberink	AV Gouda	17.78 sec.	30-9-2017
<b>200m.</b>	<b>Maurice Afognon</b>	<b>ARV Ilion</b>	<b>22,91 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
100m.horden	Tim Dekker	AV Gouda	14.31 sec.	4-10-2008
300m.horden	Jochem Ribberink	AV Gouda	41.84 sec.	25-6-2016
600m.	Reinier Blik	AV Gouda	1.38.8 min.	2-4-2006
800m.	Timo Hoogendoorn	U-track	2.02,16 min.	30-5-2019
1000m.	Cain Rutgers	Almere'81	2.51,51 min.	22-8-2014
<b>1500m.</b>	<b>Pablo van Hoorn</b>	<b>Altis</b>	<b>4.22,19 min.</b>	<b>24-7-2020</b>
4 x 100m.	<i>ONBEKEND</i>	PAC	45.87 sec.	3-5-2014
verspringen	Roland van Zuilen	AV Gouda	6.07 m.	1-10-2005
<b>hoogspringen</b>	<b>Ridzerd Punt</b>	<b>PAC</b>	<b>1.97 m.</b>	<b>24-7-2020</b>
polshoog	Jorn Bakker	Ilion	3.31 m.	7-6-2002
h.s.s	Joas van Hellemond	Leiden atletiek	11.18 m.	30-5-2019
s.s.s	Bart Veltman	AV Gouda	11.63 m.	15-9-2018
kogelstoten	Julian Mejame Ejong	PAC	15.90 m.	16-6-2018
discuswerpen	Roland van Zuilen	AV Gouda	54.35 m.	8-10-2006
<b>speerwerpen</b>	<b>Luuk den Toom</b>	<b>ARV Ilion</b>	<b>48.94 m.</b>	<b>24-7-2020</b>
kogelslingeren	Joris Verhoeven	Prins Hendrik	41.66 m.	21-7-2018
gewichtwerpen	Etienne Verwaal	PAC	12.61m.	23-3-2019
achtkamp	Johan Schonebaum	AV Gouda	5324 pnt.	06/07-10-2007

**Baanrecords JONGENS B**

100m.	Shaquille Haverkamp	AV Gouda	10.90 sec.	2-4-2016
200m.	Sander Pupelle	Energie	22.23 sec.	28-8-2009
400m.	Tony van Diepen	AV Hera	49.64 sec.	23-8-2013
110m.horden	Robin Oenema	PEC	14.68 sec.	16-5-2008
400m.horden	Stan Does	Leiden Atletiek	57.45 sec.	7-6-2013
800m.	Geert Jan Wassink	Rotterdam Atletiek	1.56,68 min.	13-5-1999
1000m	Thijs Doornwaard	AV De Gemzen	2.40,51 min.	22-8-2014
1500m.	Brian Kamstra	AAC 61	4.00,00 min.	11-6-2010
3000m.	Maarten Blokland	AV Gouda	8.58,48 min.	5-9-2003
4 x 100m.				
4 x 400m.				
4 x 800m.				
Zweedse estafette				
<b>verspringen</b>	<b>Justin Sluijter</b>	<b>Typhoon</b>	<b>6.60 m.</b>	<b>28-8-2020</b>
h.s.s.	Patrick Cronie	AV Passaat	13.31 m.	2-9-2005
hoogspringen	Roland van Zuilen	AV Gouda	1.96 m.	1-5-2008
polshoog	Menno Vloon	Lycurgus	4.60 m.	2-6-2011
kogelstoten	Maarten Snoeken	A.V.56	15.79 m.	9-5-2013
discuswerpen	Roland van Zuilen	AV Gouda	55.07 m.	22-8-2008
speerwerpen	Sam Beard	Clytoneus	59.44 m.	7-5-2013
kogelslingeren	Orry Willems	Belgie	57.42 m.	23-3-2019
negenkamp	Tjalle Boorsma	AV Gouda	4826 pnt.	29/30-09-2001



### Baanrecords JONGENS A

100m.	Martijn Ungerer	AAV 36	10.69 sec.	8-5-1997
200m.	Jerry Joseph	AAC	21.92 sec.	24-5-2001
400m.	Daniel de Wild	Rotterdam Atletiek	48.95 sec.	5-9-2003
110m.horden	Jules de Bont	Phanos	14.07 sec.	7-6-2013
400m.horden	Joost de Jong	AV Pallas	53.56 sec.	7-6-2013
800m.	Tjalle Boorsma	AV Gouda	1.56.26 min.	27-5-2003
1000m.				
1500m.	Joost Blokland	AV Gouda	3.57,21 min.	24-5-2001
1 EM	Tom de Leeuw	Almere 81	4.23,50 min.	26-8-2016
2000m.				
3000m.	Thomas Poesiat	AVA	8.39,94 min.	31-8-2007
5000m.	Menno Beck	Avantri	16.07,85 min.	23-6-2006
4 x 100m	<i>ONBEKEND</i>	PAC	42.66 sec.	17-4-2011
4 x 200m	<i>ONBEKEND</i>	PAC	1.34,41 min.	17-4-2011
4 x 400m.				
4 x 800m.				
verspringen	Egnetius Gaisah	PAC	7.77 m.	30-8-2002
h.s.s.	Remko Aubert	PAC	13.47 m.	2-9-2005
hoogspringen	Robert Bal	Haag Atletiek	2.00 m.	5-9-2003
polshoog	Rutger Koppelaar	Ilion	4.80 m.	29-5-2012
kogelstoten	Remco Goedheer	Rotterdam Atletiek	16.72 m.	2-6-2011
discuswerpen	Roland van Zuilen	AV Gouda	50.39 m.	11-5-2010
speerwerpen	Ingmar Vos	PAC	60.25 m.	5-5-2005
<b>kogelslingeren</b>	<b>Orry Willems</b>	<b>Haag Atletiek</b>	<b>63,36 m.</b>	<b>24-7-2021</b>
tienkamp	Pim Jehee	AV Gouda	5506 pnt.	06/07-10-2007

### Baanrecords HEREN SENIOREN

100m.	Ramone McKenzie	Jamaica	10.45 sec.	20-8-2010
200m.	Ramone McKenzie	Jamaica	20.92 sec.	20-8-2010
400m.	Tony van Diepen	Lycurgus	47.39 sec.	26-8-2016
110m.horden	Tjendo Samuel	Phanos	14.44 sec.	7-6-2013
400m.horden	Rik Hanswijk	Climax	55.55 sec.	1-9-2006
800m.	Jurgen Wielart	AV Haarlem	1.53,21 min.	26-8-2016
1000m.	Menno Schouten	Lycurgus	2.28,51 min.	22-8-2014
1500m.	Vincent Hazeleger	AAC	3.44,33 min.	26-8-2016
1 EM	Alexander v.d.Vooren	Atverni	4.25,02 min.	23-6-2006
3000m.	Said Kanfaoui	IRR	8.27,83 min.	25-5-2007
<b>3000m steeple</b>	<b>Siem Uittenhout</b>	<b>AV Phoenix</b>	<b>10.14,48 min.</b>	<b>5-9-2021</b>
5000m.	Tom Hendrikse	ACC '61	14.11,47 min.	24-7-2020
10000m.	Patrick Stitsinger	Pegasus	29.20,28 min.	1-5-2008
uurloop	Sandor Bron	AV Gouda	17221,75m	8-4-2001
20km.				
4 x 100m	<i>ONBEKEND</i>	Rotterdam Atletiek	40.97	2-9-2005
4 x 200m	<i>ONBEKEND</i>	Phanos	1.32.19	17-4-2011
4 x 400m				
4 x 800m.				
4 x 1500m.				
Zweedse Estafette	Olav Donker, Koen Koenders, Martijn Meijer, Robbin Ruyter	Prins Hendrik	1.59,66 min.	14-4-2019
verspringen	Robert Martey	PAC	7.61 m.	19-8-2011
h.s.s.	Fabian Florant	Haag Atletiek	15.85 m.	22-8-2008
hoogspringen	Maurice Meeuwisse	Ilion	2.01 m.	20-5-2005
polshoog	Laurens Looije	Ilion	5.55 m.	24-5-2001
kogelstoten	Maarten Persoons	Phanos	17.29 m.	29-5-2012
discuswerpen	Erik Cadee	Prins Hendrik	63.08 m.	23-8-2013
speerwerpen	Daan Meier	AV 34	72.06 m.	11-6-2010
<b>kogelslingeren</b>	<b>Joris Pals</b>	<b>PAC</b>	<b>50,82 m.</b>	<b>24-7-2021</b>
Gewichtwerpen	Dylan Tertoolen	AV Fortuna	8,96 m.	20-7-2019
tienkamp				

**Baanrecords Masters HEREN 35-39**

100m	Thomas Reijnders	Altis	11.34 sec.	2-6-2018
<b>200.m</b>	<b>Arjan Lantink</b>	<b>AV PEC 1910</b>	<b>23.04 sec.</b>	<b>24-7-2020</b>
400m..	Rikkert van Rhee	Energie	51.63 sec.	9-5-2013
110m.horden	Vincent Kersies	AC TION	15.25 sec.	18-5-2019
400mh	Bart van der Zanden	Eindhoven	56.58 sec.	19-5-2019
800m.	Job Dusch	Atletiek Helden	2.01,10 min.	19-5-2019
1500m.	Bernard te Boekhorst	Phoenix	4.06,54 min.	11-6-2010
1EM	Kaspar van den Brink	AV Gouda	5.31,04 min.	26-8-2016
3000m.	Jeroen Zeinstra	AVPallas	9.10,19 min.	7-6-2013
5000m,	Jeroen Kramer	AV Zaanland	15.22,69 min.	1-6-2018
10000m.	Bernard te Boekhorst	Phoenix	32.06,58 min.	1-5-2008
3000m sc	Ard Vlooswijk	AV34	10.27,14 min.	11-6-2017
5000m sw	Rick Liesting	OLAT	22.10,76 min.	11-6-2017
verspringen	Erik Crombag	GVAC	6.49 m.	18-5-2019
h.s.s.	Lennart Teunissen	Altis	13.54 m.	1-6-2018
hoogspringen	Adriaan Saman	AV34	1.85 m.	19-5-2019
polshoog	Alex van Zutphen	AAV36	4.61 m.	9-6-2017
discuswerpen	Patrick Groot	Lycurgus	46.36 m.	2-6-2018
speerwerpen	Daan Meyer	AV34	74.56 m.	3-6-2018
kogelstoten	Ruben van Ameijden	Fortius	13.47 m.	18-5-2019
kogelslingeren	Sander Stok	AV 1923	54.94 m.	17-5-2019
gewichtwerpen	Dennis de Jong	AV PEC 1910	13.37 m.	19-5-2019

**Baanrecords Masters HEREN 40-44**

100m.	Justin Francois	AV Groene Ster	11.52 sec.	2-6-2018
200m.	Gerrit de Man	Hercules	22.87 sec.	13-5-1999
400m.	Gerrit de Man	Hercules	50.14 sec.	21-5-1998
110horden	Justin Francois	AV Groene Ster	15.33 sec.	2-6-2018
400horden	Justin Francois	AV Groene Ster	58.20 sec.	3-6-2018
800m.,	Peter Poppe	Rotterdam Atletiek	2.00,28 min.	21-5-2009
1500m.	Cock v.d.Hulst	Hera	4.07,17 min	1-6-2000
1 EM	Geert Moelker	AV Gouda	5.22,80 min	26-8-2016
3000m	Tim Brouwer de Koning	Leiden atletiek	9.15,95 min	29-5-2004
3000m sc	Rens de Bok	Running Holland	11.17,85 min	2-6-2018
5000m.	Eltjo van Mechelen	Thor	15.38,37 min	10-6-2017
10000m.	Edo Baart	Atos	30.51,04 min	1-5-2008
5000m sw	Rick Liesting	Daventria	21.35,97 min.	1-6-2018
4 x 100m.				
verspringen	Frank Koopmans	PEC 1910	6.31 m.	10-6-2017
h.s.s.	Lennert Elands	AV Achilles TOP	11.89 m.	17-5-2019
hoogspringen	Justin Francois	Groene Ster	1.70 m.	3-6-2018
polshoog	Alex van Zutphen	AAV36	4.31 m.	17-5-2019
kogelstoten	Wieger Jan de Wit	Impala	14.19 m.	11-6-2017
discuswerpen	Robin Geertsma	Lycurgus	44.49 m.	11-6-2017
speerwerpen	Jeroen ten Heuvel	Flevo Delta	55.32 m.	9-6-2017
kogelslingeren	Jeroen Vis	PAC	41.11 m.	31-3-2018
gewichtwerpen	Jeroen Vis	PAC	13.35 m.	3-6-2018
vijfkamp				
tienkamp	René Verkerke	AV Gouda	3462 pnt.	07/08-10-2006

**Baanrecords Masters HEREN 45-49**

100m.	Toine van Beckhoven	Attila	11.95 sec.	18-5-2019
200m.	Toine van Beckhoven	Attila	24.00 sec.	11-6-2017
400m.	Toine van Beckhoven	Attila	51.83 sec.	10-6-2017
110m.horden	Jurgen van Bentum	Parthenon	16.24 sec.	9-5-2013
400m.horden	Toine van Beckhoven	Attila	56.21 sec. <b>NR</b>	11-6-2017
800m.	Peter Poppe	Rotterdam Atletiek	2.02,38 min.	2-5-2011
1500m.	Patrick Smit	AVPallas 67	4.17,15 min.	30-5-2019
1 E.mijl	Aart Stigter	Hylas	4.44,93 min.	23-6-2006
3000m	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	9.12,39 min.	22-8-2014
3000m sc	Sjaak vd Linde	Rotterdam Atletiek	10.46,83 min.	11-6-2017
5000m.	Peter van den Velden	Eindhoven	15.43,05 min.	10-6-2017
10000m.	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	32.52,36 min.	3-6-2018
5000m sw	Paul Jansen	DAK	22.25,18 min.	19-5-2019
uurloop	Fred Zweere	AV Gouda	14041 m.	8-4-2001
4 x 100m	Eric Pols, Rene Verkerke, Hans Braker, Henk van Zutphen	AV Gouda	55.12 sec.	17-4-2011
4 x 200m.	Eric Pols, Rene Verkerke, Hans Braker, Henk van Zutphen	AV Gouda	2.00,81 min.	17-4-2011
4 x 400m.	Eric Pols, Rene Verkerke, Hans Braker, Henk van Zutphen	AV Gouda	4.14,86 min.	1-4-2012
4 x 800m.	Eric Pols, Rene Verkerke, Hans Braker, Henk van Zutphen	AV Gouda	10.36,04 min.	17-4-2011
verspringen	Lars Janssen	AV Phoenix	5.90 m.	18-5-2019
h.s.s.	Maarten Smitskamp	Startbaan	12.48 m.	13-5-2010
hoogspringen	Jeremy Robbmond	Athlos	1.76 m.	3-6-2018
polshoog	Frans van de Ham	Avantri	4.10 m.	24-5-2001
kogelstoten	Hans Lolkema	Heerenveen	14.26 m.	2-6-2018
discuswerpen	Sylvain Ephimenco	Rotterdam Atletiek	45.25 m.	9-5-2002
speerwerpen	Elliott Thijssen	Hellas	62.53 m.	9-6-2017
kogelslingeren	Martin Wijand	AAC	47.02 m.	19-5-2019
gewichtwerpen	Martin Wijand	AAC	14.19 m.	3-6-2018
10 kamp	René Verkerke	AV Gouda	3328 pnt.	06/07-10-2007

**Baanrecords Masters HEREN 50-54**

100m.	Matthijs Seijlhouwer	KAV	11.76 sec.	10-6-2017
200m.	Robert Moen	DEM	24.44 sec.	11-6-2017
400m.	Wim Scholtes	Sparta	54.40 sec.	21-5-1998
100m.horden	Jurgen van Berkum	Fortius	14.46 sec.	2-6-2018
400m.horden	Manfred Mooijer	Edam	1.07,60 min.	19-5-2019
800m.	Peter Poppe	Rotterdam Atletiek	2.06,17 min.	25-5-2017
1500m.	Ruud Beerepoot	AV Hera	4.20,14 min.	18-5-2019
1EM	Henk van Zutphen	AV Gouda	5.34,27 min.	26-8-2016
3000m.	Martien v.d .Hoorn	de Spartaan	9.29,65 min.	1-9-2006
3000m sc	Peter Mijsberg	Eindhoven	10.54,83 min.	11-6-2017
5000m.	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	15.44,78 min.	19-5-2019
10000m.	Patrick Kwist	Rotterdam Atletiek	33.04,30 min.	17-5-2019
3000m snelwandel	Remco de Bruin	De Lat	13.38,40 min. <b>NR</b>	25-5-2017
5000m snelwandel	Remco de Bruin	De Lat	23.35,29 min.	19-5-2019
uurloop	Dik Stijnman	AV Gouda	9600 m.	8-4-2001
verspringen	Koos Reiding	Rotterdam Atletiek	5.39 m.	1-6-2000
h.s.s.	Marcus Treep	Haarlemmermeer	10.99 m.	9-6-2017
hoog	Patrick Schoo	U-track	1.67 m.	19-5-2019
polshoog	Marc Suvaal	Rotterdam Atletiek	4.01 m.	9-6-2017
kogel	Iwan Groothuijse	Hollandia	14.70 m.	18-5-2019
discuswerpen	Henk Jan Blom	Hollandia	45.64 m.	11-6-2017
speerwerpen	Eugene Lommen	AV De Keien	58.09 m.	3-6-2018
kogelslingeren	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	49.35 m.	1-6-2018
gewichtwerpen	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	17.84 m.	3-6-2018

**Baanrecords Masters HEREN 55-59**

100m.	Kay Schaafsma	AV Sprint	12.56 sec.	10-6-2017
100m.H	Huub Huikeshoven	Atos	15.90 sec.	2-6-2018
200m.	Kay Schaafsma	AV Sprint	25.64 sec.	11-6-2017
400.m.	Wim Scholtes	Sparta	56.57 sec.	29-5-2004
400m H	Bram Koppenaal	NEA-Volharding	1.12,27 min.	11-6-2017
800.m.	Martien v.d.Hoorn	Spartaan	2.13,34 min.	21-5-2009
1500m.	Cock Dorst	Pallas'93	4.34,75 min.	10-6-2017
1EM	Arie Visser	Avantri	5.45,05 min.	26-8-2016
3000m	Martien v.d.Hoorn	de Spartaan	9.34,43 min.	19-8-2011
3000m sc	Duk Bekema	Startbaan	12.07,41 min.	11-6-2017
5000m.	Willem de Graaf	Olympus 70	17.39,94 min.	1-6-2018
10000m.	Martien v.d.Hoorn	de Spartaan	35.59,51 min.	1-5-2008
5000m sw	Richard Leijenaar	RWV	27.10,12 min.	11-6-2017
4 x 200m.	<i>ONBEKEND</i>	PAC	1.52,88 min. <b>NR</b>	5-9-2003
verspringen	Wan Bakx	Action	5.74 m.	18-5-2019
h.s.s.	Wim Scholtes	Sparta	11.28 m.	2-9-2005
hoogspringen	Jan Miltenburg	Maastricht atletiek	1.63 m.	11-6-2017
polshoog	Jos Verbakel	HAC.	2.91 m.	17-5-2019
kogelstoten	Milco Braak	AAV36	13.59 m.	18-5-2019
discuswerpen	Henk Jan Blom	AV Hollandia	49.06 m.	2-6-2018
speer	Paul de Vries	Haag Atletiek	52.98 m.	2-6-2018
kogelslingeren	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	50.08 m.	17-5-2019
gewichtwerpen	Onno Heerlien	Groningen Atletiek	18.11 m. <b>NR</b>	19-5-2019

**Baanrecords Masters HEREN 60-64**

100m	Ruud Wieles	Typhoon	12.58 sec. <b>NR</b>	10-6-2017
100m H	Kees Meijer	Nea Volharding	18.84 sec	18-5-2019
200m.	Ruud Wieles	Typhoon	25.50 sec <b>NR</b>	11-6-2017
300m H	Twan Bongers	AV De Keien	50.77 sec	19-5-2019
400m	Marcel Scholten	Altis	61.28 sec	10-6-2017
800m.	Stan Spangenberg	Phanos	2.27,51 min.	19-5-2019
1500m.	Jaap Stijlaart	AV Triatlon	4.51,24 min.	18-5-2019
1EM	Einte Elsinga	AV Gouda	6.34,33 min.	26-8-2016
2000m sc	Theo Woldberg	Phanos	8.02,74 min.	18-5-2019
3000m.	Rob Kruis	Typhoon	10.54,79 min.	21-5-2009
5000m.	Jaap Stijlaart	AV Triatlon	17.50,10 min.	19-5-2019
10000m.	Bert Streumer	Hellas	36.43,40 min.	1-5-2008
5000m sw	Henk Plasman	Generaal Michaelis	26.53,10 min.	19-5-2019
verspringen	Gerard van Broekhoven	Atledo	4.55 m.	10-6-2017
hoogspringen	Kees Justus Vogel	AAV36	1.48 m.	14-5-2015
polshoog	Twan Bongers	AV De Keien	2.31 m.	17-5-2019
h.s.s.	Wim Scholtes	Sparta	10.62 m.	22-8-2008
discus	Teo Maat	Fortuna	46.51 m.	20-8-2010
kogel	Frans de Laat	Statina	12.89 m.	28-8-2009
speer	Wim Roosen	KAV	47.83 m.	3-6-2018
kogelslingeren	Peter van Noort	AV Spartaan	52.19 m.	17-5-2019
gewichtwerpen	Peter van Noort	AV Spartaan	20.43 m.	3-6-2018

**Baanrecords Masters HEREN 65-69**

100m	Tjerk Vos	SV Noordkop	13.13 sec.	18-5-2019
100m.H	Glenn Gentle	Achilles Top	19.04 sec.	10-6-2017
200m.	Wim Threels	GAC	27.17 sec. <b>NR</b>	3-6-2018
300m H	Wim Threels	GAC	47.36 sec. <b>NR</b>	11-6-2017
400m.	Wim Threels	GAC	60.63 sec.	2-6-2018
800m.	Cees Stolwijk	Altis	2.30,85 min.	19-5-2019
1500m.	Cees Stolwijk	Altis	5.09,08 min.	18-5-2019
2000m sc	Jan Kreuk	SAV	8.22,42 min.	2-6-2018
3000m.	Bert Streumer	Hellas	10.43,40 min.	23-8-2013
5000m	Cees Stolwijk	Altis	19.23,61 min.	1-6-2018
10000m.	Cees Stolwijk	Altis	38.40,31 min.	17-5-2019
5000m SW	Theo Koenis	De Lat	30.20,32 min.	11-6-2017
verspringen	Tjerk Vos	SV Noordkop	4.19 m.	18-5-2019
hoogspringen	Wim Threels	GAC	1.51 m.	11-6-2017
hss	Glenn Gentle	Achilles TOP	9.38 m. <b>NR</b>	9-6-2017
polshoog	Michel van Osch	Haag Atletiek	2.81 m.	9-6-2017
Kogel	Jack Dekker	DEM	11.81 m.	11-6-2017
Discus	Jan van Hooft	Swift	43.51 m.	11-6-2017
speerwerpen	Wim Threels	GAC	41.77 m.	3-6-2018
kogelslingeren	Martin Regtop	AC TION	35.70 m.	1-6-2018
gewichtwerpen	Wil van Uijthoven	AV Spiridon	13.85 m.	19-5-2019

**Baanrecords Masters Heren 70-74**

80m H	Michel van Osch	Haag Atletiek	16.28 sec.	18-5-2019
100m	Jan Ties	Groningen Atletiek	13.70 sec.	2-6-2018
200m	Jelle van der Schaaf	Hylas	28.85 sec. <b>NR</b>	11-6-2017
300m H	Jelle van der Schaaf	Hylas	52.96 sec.	3-6-2018
400m.	Jelle van der Schaaf	Hylas	1.07,06 min.	2-6-2018
800m	Rob Kruis	Typhoon	2.46,42 min.	11-6-2017
1500m	Rob Kruis	Typhoon	5.38,72 min.	10-6-2017
3000m	Ruud Nieuwenhuis	Kombijsport	14.26,37 min.	25-5-2017
5000m	Bert Schalkwijk	AV Atos	20.05,16 min.	19-5-2019
10000m	Bert Schalkwijk	AV Atos	40.12,12 min.	3-6-2018
5000m SW	Hans van Wakeren	Unitas	31.54,92 min.	19-5-2019
verspringen	Jan Ties	Groningen Atletiek	4.54 m. <b>NR</b>	2-6-2018
hoogspringen	Rob Dekker	AV56 Goes	1.45 m. <b>NR</b>	11-6-2017
Polshoog	Michel van Osch	Haag Atletiek	2.81 m. <b>NR</b>	17-5-2019
hss	Onno Waalewijn	Phanos	8.33 m.	9-6-2017
kogel	Frans de Laat	Swift	13.86 m.	11-6-2017
speer	Teo Maat	AV Fortuna	36.03 m.	19-5-2019
kogelslingeren	Frans de Laat	Hellas	38.09m.	17-5-2019
gewichtwerpen	Frans de Laat	Hellas	16.02 m.	3-6-2018
discus	Frans de Laat	Swift	40.63 m.	11-6-2017

**Baanrecords Masters Heren 75-79**

80mH	Peter Blom	AV Jahn II	17.59 sec.	10-6-2017
100m	Roel Gaasbeek	AV vn	16.47 sec.	18-5-2019
100mH	Frans van Boven	Thor	19.25 sec.	18-5-2019
200m	Christiaan Mettrop	Spark	35.53 sec.	25-5-2017
400m	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	1.16,49 min.	10-6-2017
800m	Wim Metselaar	AV Aalsmeer	2.57,65 min.	11-6-2017
1500m	Jan Keijzers	AV Sprint	6.18,80 min.	10-6-2017
5000m	Jan Keijzers	AV Sprint	23.26,00 min.	10-6-2017
5000m SW	Bauke te Nijenhuis	RWV	33.09,46 min. <b>NR</b>	2-6-2011
Verspringen	Peter Blom	AV Jahn II	3.20 m.	18-5-2019
Hoogspringen	Peter van der Ham	Haag Atletiek	1.24 m.	19-5-2019
Polshoog	Kees Jagers	GAC	2.11 m.	2-6-2018
Hss	Ron Odendaal	Loopgroep PK	7.75 m. <b>NR</b>	1-6-2018
Kogel	Dick Schrieken	AV Trias	11.35 m.	2-6-2018
Discus	Dick Schrieken	AV Trias	35.21 m.	2-8-2016
Speer	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	25.83 m.	3-6-2018
Kogelslingeren	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	29.43 m.	1-6-2018
gewichtwerpen	Peter Blommestijn	Rotterdam Atletiek	12.37 m.	3-6-2018

**Baanrecords Masters Heren 80-84**

100m.	Wim Schild	Antilope	19.08 sec.	31-8-2007
200m	Joop Ruter	PAC	34.56 sec. <b>NR</b>	7-6-2013
400m.	Wim Schild	Antilope	94.49 sec.	11-5-2007
800m	Joop Ruter	PAC	3.01,96 min. <b>NR</b>	7-6-2013
5000m	Harry Sprenger	Atletiek Maastricht	41.15,91 min.	19-5-2019
5000m snelwandel	Bauke te Nijenhuis	RWV	34.40,33 min. <b>NR</b>	5-5-2016
kogel	Nico Storre	V.N.	8.07 m.	21-5-2009
discus	Nico Ridder	SV Noordkop	20.14 m.	2-6-2018
speer	Nico Ridder	SV Noordkop	22.58 m.	9-6-2017

**Baanrecords Masters Heren 85-89**

100m.	Wim Schild	Antilope	22.67 sec.	19-8-2011
200m.	Wim Schild	Antilope	46.92 sec.	13-5-2011
400m	Wim Schild	Antilope	1.54,00 min.	17-5-2012
Kogel	Nico Storre	V.N.	7.43 m.	17-5-2012
Discus	Nico Storre	V.N.	18.77 m.	17-5-2012
Speer	Nico Storre	V.N.	14.01 m.	17-5-2012

**Baanrecords V.B.SPORTERS DAMES**

100m.	Nicky van Tok	AV Gouda	17.08 sec.	2-4-2016
200m.	Nicky van Tok	AV Gouda	37.24 sec.	6-4-2014
400m.	Judith Visser	AV Gouda	1.53.43 min.	2-10-2011
Verspringen	Nicky van Tok	AV Gouda	3.24 m.	2-4-2016
Kogelstoten	Nicky van Tok	AV Gouda	6.74 m.	3-10-2015

**Baanrecords V.B. SPORTERS HEREN**

100m.	Stefan Rabouw	AV Gouda	12.13 sec.	14-5-2015
200m.	Stefan Rabouw	AV Gouda	25.99 sec.	5-10-2014
400m.	Uberto Druivetak	AV Sprint	53.72 sec.	2-6-2014
4 x 100m.	Bas de Vos, Wouter Schwiebe, Stefan Rabouw, Michael Koolmees	AV Gouda	67.24 sec.	1-4-2012
Verspringen	Stefan Rabouw	AV Gouda	5.23 m.	6-4-2014
Kogelstoten	Stefan Rabouw	AV Gouda	7.61 m.	5-10-2014
Speerwerpen	Leandro Jansen	Spark	35.42 m.	9-5-2013
Hoogspringen	Leandro Jansen	Spark	1.81 m. <b>NR</b>	2-6-2011