

Clubrecords indoor MEISJES PUPILLEN MINI:

40m			
600m.			
1000m.			
verspringen.	Anna Blok	2.50 m.	7-3-2015 Zoetermeer
hoogspringen	Anna Blok	0.75 m.	7-3-2015 Zoetermeer
kogelstoten			
balwerpen	Dunya v.d.Tooren	10.09 m.	26-11-2011 Dordrecht

Clubrecords indoor MEISJES PUPILLEN C:

40m.	Iris Spetter	7.2 sec. ht	19-2-2005 Zoetermeer
	Dunya v.d.Tooren	7.79 sec.et	15-12-2012 Zoetermeer
600m.	Rinske Smid	2.50,80 min.	16-1-1999 Den Haag
1000m.			
verspringen	Dunya v.d.Tooren	3.00 m.	15-12-2012 Zoetermeer
hoogspringen	Susan de Koning	0.90 m.	17-3-2007 Zoetermeer
kogelstoten	Emma Govers	4.80 m.	16-1-1999 Den Haag
balwerpen	Dagmar v.d.Heuvel	13.31 m.	18-3-2006 Zoetermeer
balstoten	Mieke v.d.Pasch	4.21 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer

Clubrecords indoor MEISJES PUPILLEN B:

40m.	Mieke Hoogenboom	7.0 sec. ht	19-2-2005 Zoetermeer
	Femke de Boer	7.08 sec. et	14-3-2009 Zoetermeer
600m.	Dunya v.d.Tooren	2.11,72 min.	20-3-2014 Apeldoorn
1000m.			
verspringen	Dunya v.d.Tooren	3.46 m.	20-3-2014 Apeldoorn
hoogspringen	Fabiënne Buijs	1.03 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer
kogelstoten	Ingrid van de Heuvel	5.09 m.	19-2-2015 Zoetermeer

Clubrecords indoor MEISJES PUPILLEN A:

60m	Sacha Goedhart	9.68 sec.	20-3-2014 Apeldoorn
600m.	Ymkje Lugten	2.10,40 min.	16-1-1999 Den Haag
1000m			
Verspringen	Sacha Goedhart	3.90 m	7-3-2015 Zoetermeer
hoogspringen	Sacha Goedhart	1.38 m	22-11-2014 Dordrecht
kogelstoten	Mieke v.d. Pasch	7.32 m	8-3-2014 Zoetermeer

Clubrecords indoor MEISJES D

50m.	Femke de Boer	7.45 sec.	2-3-2013 Zoetermeer
60m.	Femke de Boer	8.45 sec.	19-1-2013 Apeldoorn
60m.horden	Julia Hollander	10.21 sec.	7-1-2012 Zoetermeer
600m.	Evelien Steysiger	1.59,70 min.	9-3-1997 Den Haag
1000m.	Isabel van Steenwijk	3.48,62 min.	23-1-2016 Apeldoorn
4x50m	Noor Hovius, Mieke van der Pasch, Isabel van Steenwijk, Mette Pols	31.65 sec.	17-1-2015 Apeldoorn
verspringen	Sacha Goedhart	4.62 m.	19-12-2015 Zoetermeer
hoogspringen	Sacha Goedhart	1.46 m.	13-2-2016 Zoetermeer
stapstapsprong	Sacha Goedhart	9.29 m.	13-1-2016 Zoetermeer
kogelstoten	Yazmin Tjong-Ayong	10.42 m.	23-11-2013 Zoetermeer

Clubrecords indoor MEISJES C:

50m.	Julia Hollander	7.32 sec.	1-3-2014 Zoetermeer
60m.	Sanne Dekker	8.11 sec.	29-12-2017 Gent (België)
50m.horden	Julia Hollander	8.51 sec.	20-12-2013 Utrecht
60m.horden	Femke de Boer	9.95 sec.	18-1-2015 Apeldoorn
600m.	Hind Laroussi	1.49,18 min.	14-2-1998 Den Haag
800m	Femke Moelker	2.49,32 min	26-1-2020 Apeldoorn
4x50m	Kim Lavrijsen, Floor Tetelepta, Femke de Boer, Frederique Post	27.15 sec.	18-1-2015 Apeldoorn
verspringen	Simone Hagen	5.10 m.	2-2-2018 Zoetermeer
hoogspringen	Manuela Mboto	1.62 m.	6-3-2010 Zoetermeer
stapstapsprong	Femke de Boer	9.73 m.	28-2-2015 Zoetermeer
kogelstoten	Marjolein Looije	10.86 m.	15-2-2003 Gent (Be)

Clubrecords indoor MEISJES B

50m.	Yvonne Kortlever	7.0 sec. ht	22-1-1977 Groningen
	Frederique Post	7.14 sec. et	12-12-2015 Zoetermeer
60m.	Tineke Krecthing	7.6 sec. ht	20-3-1971 Leiden
	Sanne Dekker	8.12 sec. et	10-1-2009 Zoetermeer
150m.	Eva Dietz	21.91 sec.	11-12-1994 Den Haag
200m.	Frederique Post	26.66 sec.	20-12-2015 Dortmund
400m.	Judith Vis	60.3 sec. ht	18-2-1996 Den Haag
	Jiska Pols	61.29 sec. et	16-2-2013 Apeldoorn
50m.horden	Astrid v.d.Maas	8.18 sec.	21-12-2012 Utrecht
60m.horden	Judith Vis	9.28 sec.	18-2-1996 Den Haag
800m.	Tineke Krecthing	2.20,60 min. ht	20-2-1971 Rotterdam
1000m.	Kim Disco	3.57.64 min.	11-12-1994 Den Haag
1500m.	Imen Laroussi	4.50.93 min.	26-2-1995 Den Haag
verspringen	Frederique Post	5.10 m.	9-1-2016 Dordrecht
h.s.s.	Astrid v.d Maas	10.56 m.	23-2-2013 Apeldoorn
hoogspringen	Yvonne Kortlever	1.55 m.	20-2-1977 Zwolle
polshoog	Maryse Froling	2.40 m.	17-1-2009 Zoetermeer
	Maaïke Spuij	2.40 m.	17-1-2009 Groningen
kogelstoten	Judith Vis	11.89 m.	19-11-1995 Den Haag
vijfkamp	Judith Vis	3165 pnt.	20/21-1-1996 Zwolle

Clubrecords indoor MEISJES A:

50m.	Yvonne Kortlever	6.8 sec. ht	21-1-1978 Groningen
	Frederique Post	7.14 sec. et	12-12-2015 Zoetermeer
60m.	Femke Pluim	7.87 sec.	25-2-2012 Apeldoorn
150m.	Olga Carbo	24.21 sec.	11-12-1994 Den Haag
200m.	Frederique Post	26.66 sec.	20-12-2015 Dortmund (Duitsland)
400m.	Jiska Pols	61.40 sec.	8-2-2014 Apeldoorn
50m.horden	Laura Molenaar	7.77 sec.	29-1-2005 Dordrecht
60m.horden	Femke Pluim	8.81 sec.	29-1-2012 Praag (Tjechië)
800m.	Jiska Pols	2.21,57 min.	22-2-2014 Apeldoorn
1000m.			
1500m.	Erika Verhoeven	5.25,20 sec.	22-1-1984 Zwolle
verspringen	Femke Pluim	5.69 m.	29-1-2012 Praag (Tjechië)
h.s.s.	Astrid van der Maas	11.12 m.	9-2-2014 Apeldoorn
hoogspringen	Femke Pluim	1.69 m.	19-2-2012 Apeldoorn
polshoog	Femke Pluim	4.25 m.	2-2-2013 Zoetermeer
kogelstoten	Femke Pluim	11.23 m.	10-2-2013 Apeldoorn
5 kamp	Femke Pluim	3751 pnt.	28/29-1-2012 Praag (Tjechië)

Clubrecords indoor DAMES -SENIOREN:

50m	Laura Molenaar	7.08 sec.	23-12-2011 Utrecht
60m.	Yvonne Kortlever	7.7 sec. ht	12-12-1982 Dortmund (Duitsland)
	Laura Molenaar	7.94 sec. et	6-1-2007 Zoetermeer
200m.	Yvonne Kortlever	25.5 sec.ht	12-12-1982 Dortmund (Duitsland)
	Laura Molenaar	25.73 sec.et	7-1-2007 Dortmund (Duitsland)
400m	Jiska Pols	61.40 sec.	8-2-2014 Apeldoorn
50m.horden	Laura Molenaar	7.67 sec.	23-12-2011 Utrecht
60m.horden	Laura Molenaar	8.56 sec.	13-2-2011 Apeldoorn
800m.	Jiska Pols	2.21,57 min.	22-2-2014 Apeldoorn
1500m.	Katinka Vervoorn	5.21,20 min.	23-1-1983 Zwolle
verspringen	Laura Molenaar	5.58 m.	20-1-2011 Apeldoorn
hinkstapsprong	Astrid van der Maas	11.12 m.	9-2-2014 Apeldoorn
hoogspringen	Yvonne Kortlever	1.65 m.	31-3-1981 Gouda
polshoog	Kim Disco	2.70 m.	7-2-1999 Den Haag
kogelstoten	Laura Molenaar	11.50 m.	20-2-2011 Apeldoorn
5 kamp	Laura Molenaar	3595 pnt.	19/20-2-2011 Apeldoorn

Clubrecords indoor Dames Masters 35-40

60m.	Agnes Popkema	9.59 sec.	12-12-1993 Den Haag
150m.	Agnes Popkema	21.01 sec.	12-12-1993 Den Haag

Clubrecords indoor Dames Masters 40-44

kogel	Marianne Groenendijk	8.73 m.	12-3-2006 Enschede
-------	----------------------	---------	--------------------

Clubrecords indoor Dames Masters 45-49

Kogel	Marianne Groenendijk	7.90 m.	17-1-2010 Groningen
-------	----------------------	---------	---------------------

Clubrecords indoor Dames Masters 50-54:

60m	Riet Bresser	9.8 sec. ht	26-11-2005 Zoetermeer
kogel	Riet Bresser	8.18 m.	26-11-2005 Zoetermeer

Clubrecords indoor Dames Masters 60-64:

800m	Anne van Dijk	2.57,90 min.	16-2-2014 Apeldoorn
1500m	Anne van Dijk	5.52,44 min.	30-3-2014 Budapest (Hongarije)
3000m	Anne van Dijk	12.34,91 min.	26-3-2014 Budapest (Hongarije)

Clubrecords indoor Dames Masters 65-69:

800m	Anne van Dijk	3.01,40 min.	15-2-2015 Apeldoorn
1500m	Anne van Dijk	6.05,99 min.	14-2-2015 Apeldoorn
3000m	Anne van Dijk	12.43,73 min.	23-3-2019 Torun (Polen)

Clubrecords indoor Jongens pupillen mini:

40m.	Nils van Oosten	7.91 sec.	21-1-2017 Zoetermeer
600m.			
1000m.			
Verspringen hoogspringen kogelstoten.	Onno Glasbergen	3.26 m.	18-6-2011 Zoetermeer
Balwerpen Balstoten	Nils van Oosten	4.30 m.	21-1-2017 Zoetermeer

Clubrecords indoor Jongens pupillen C:

40m	Jelle Lugten	7.2 sec. ht	16-1-1999 Den Haag
	Ties Witzier	7.51 sec. et	15-12-2012 Zoetermeer
600m	Ivo Jehee	2.41,10 min.	16-1-1999 Den Haag
verspringen	Bart Veltman	3.32 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer
hoogspringen	Luuk de Haan	0.95 m.	7-3-2015 Zoetermeer
Kogelstoten	Jelle Lugten	6.41 m.	16-1-1999 Den Haag
Balwerpen	Corne Slob	19.78 m.	17-3-2007 Zoetermeer
Balstoten	Bart Veltman	4.63 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer

Clubrecords indoor Jongens pupillen B:

40m.	Bart Veltman	6.81 sec.	26-11-2011 Dordrecht
600m	Emiel de Jong	2.18,30 min.	16-1-1999 Den Haag
1000m.			
verspringen	Jack Lavrijsen	3.40 m.	7-3-2015 Zoetermeer
hoogspringen	Christian Hogendoorn	1.13 m.	18-6-2011 Zoetermeer
Kogelstoten	Christiaan Ribbens	5.70 m.	16-1-1999 Den Haag

Clubrecords indoor Jongens pupillen A:

60m.	Bart Veltman	8.95 sec.	2-3-2014 Apeldoorn
600m.	Pim Jehee	2.03,40 min.	16-1-1999 Den Haag
1000m.			
verspringen	Bart Veltman	4.30 m.	15-2-2014 Amsterdam
hoogspringen	Beau van Koert	1.23 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer
	Torsten de Pleyt	1.23 m.	ONBEKEND 2011 Zoetermeer
Kogelstoten	Bart Veltman	8.33 m.	12-1-2014 Utrecht

Clubrecords indoor JONGENS D

50m.	Shaquille Haverkamp	7.27 sec.	3-3-2012 Zoetermeer
60m.	Ben de Jong	8.26 sec.	31-3-2001 Gent
60mhorden	Tim Dekker	9.57 sec.	4-2-2006 Utrecht
600m	Sven Teekens	1.46,24 min.	21-1-2017 Apeldoorn
1000m.	Tjalle Boorsma	3.13,00 min.	9-3-1997 Den Haag
4x50m	Bent Braker, Jochem Ribberink, Liam Rietbroek, Bart Veltman	28.68 sec.	17-1-2015 Apeldoorn
verspringen	Dave de Jong	4.76 m.	7-1-2012 Zoetermeer
hoogspringen	Ruben Koning	1.55 m.	23-11-2013 Zoetermeer
stapstapsprong	Bart Veltman	9.14 m.	28-2-2015 Zoetermeer
kogelstoten	Roland van Zuilen	10.46 m.	10-1-2004 Dordrecht

Clubrecords indoor JONGENS C:

50m.	Shaquille Haverkamp	6.46 sec.	1-3-2014 Zoetermeer
60m	Shaquille Haverkamp	7.5 sec. ht	23-11-2014 Zoetermeer
	Shaquille Haverkamp	7.69 sec. et	1-3-2014 Zoetermeer
60m.horden	Tim Dekker	8.68 sec.	8-3-2008 Zoetermeer
800m.	Robert Ton	2.14,00 min.	16-1-2000 Dortmund (Duitsland)
1500m	Liam Rietbroek	5.08,77 min.	23-1-2016 Apeldoorn
4x50m	Ewan ter Hennepe, Pepijn Nieuwveld, Wessel van Vlaardingen, Thom de Weger	26.52 sec.	20-1-2019 Apeldoorn
verspringen	Roland van Zuilen	6.32 m.	10-12-2009 Gent (België)
hoogspringen	Johan Schonebaum	1.86 m.	16-2-2008 Gent (België)
polstokhoog	Tjalle Boorsma	3.10 m.	18-3-2000 Zoetermeer
stapstapsprong	Mattias Nab	11.36 m.	28-2-2015 Zoetermeer
kogelstoten	Roland van Zuilen	13.27 m.	10-12-2005 Gent (België)

Clubrecords indoor JONGENS B:

50m.	Shaquille Haverkamp	6.41 sec.	19-12-2014 Utrecht
60m.	Shaquille Haverkamp	7.14 sec.	20-12-2015 Dortmund (Duitsland)
150m.	Laurens van Putten	18.50 sec.	11-12-1994 Den Haag
200m.	Shaquille Haverkamp	23.33 sec.	1-3-2015 Apeldoorn
400m	Jochem Ribberink	51.43 sec.	26-1-2019 Apeldoorn
50m.horden	Pim Jehee	7.62 sec.	29-1-2005 Dordrecht
60m.horden	Tim Dekker	8.10 sec.	28-1-2010 Apeldoorn
800m.	Joost Blokland	2.01,40 min.	3-1-1999 Den Haag
1000m.	Wilco de Vries	2.55,80 min.	6-3-1988 Dortmund (Duitsland)
1500m.	Robert Ton	4.21,10 min.	17-2-2001 Gent
3000m.	Joost Blokland	9.13,59 min.	14-2-1999 Den Haag
verspringen	Martijn Delissen	6.64 m.	20-2-1993 Den Haag
h.s.s.	Roland van Zuilen	13.77 m.	17-2-2007 Gent
hoogspringen	Roland van Zuilen	2.05 m.	27-1-2008 Groningen
polshoog	Jitse van Esch	3.60 m.	27-12-2016 Apeldoorn
kogel	Michel van de Nol	12.70 m.	12-3-1989 Zoetermeer
7 kamp	Tim Dekker	4567 pnt.	20/21-02-2010 Apeldoorn

Clubrecords indoor JONGENS A

50m.	Rowdy Huizer	6.26 sec.	16-12-1990 Den Haag
60m.	Shaquille Haverkamp	7.03 sec.	4-2-2017 Heusden (België)
200m.	Wim Schüling	22.49 sec.	25-2-1995 Den Haag
400m.	Jochem Ribberink	49.70 sec.	15-12-2019 Apeldoorn
50m.horden	Floris de Boer	7.69 sec.	19-12-2014 Utrecht
60m.horden	Tim Dekker	7.97 sec.	11-2-2012 Apeldoorn
800m.	Cosmo van Berkel	2.01,91 min.	20-1-2008 Dortmund (Duitsland)
1000m.	Andre de Vries	2.40,90 min.	6-3-1988 Dortmund (Duitsland)
1500m.	Paul Verkley	4.05,88 min.	16-2-1991 Den Haag
3000m.	Paul Koenis	9.14,51 min.	16-2-1997 Den Haag
verspringen	Tim Dekker	7.14 m.	25-2-2012 Apeldoorn
h.s.s.	Roland van Zuilen	14.55 m.	7-2-2009 Apeldoorn
hoogspringen	Roland van Zuilen	2.09 m.	28-2-2009 Apeldoorn
polshoog	Tim Dekker	4.20 m.	19-2-2012 Apeldoorn
kogelstoten	Roland van Zuilen	15.08 m.	1-2-2010 Apeldoorn
7 kamp	Tim Dekker	5683 pnt.	18/19-02-2012 Apeldoorn

Clubrecords indoor HEREN SENIOREN

50m.	Wim Schüling	6.14 sec.	25-1-1998 Den Haag
60m.	Wim Schüling	6.95 sec.	28-2-1999 Dortmund (Duitsland)
150m.	Erich Ehlert	17.71 sec.	12-12-1993 Den Haag
200m.	Wim Schüling	22.18 sec.	28-2-1999 Dortmund (Duitsland)
400m.	Jochem Ribberink	49.70 sec.	15-12-2019 Apeldoorn
50m.horden	Quinten Izeboud	7.3 sec. ht	13-1-1990 Utrecht
	Pim Jehee	7.47 sec. et	13-12-2009 Utrecht
60m.horden	Pim Jehee	8.30 sec.	10-2-2013 Apeldoorn
800m.	Cosmo van Berkel	2.00,65 min.	12-2-2011 Apeldoorn
1000m.	Michel Bik	2.39,63 min.	16-12-1990 Den Haag
1500m.	Michel Bik	4.16,25 min.	11-1-1991 Den Haag
3000m.	Paul Verkley	8.16,24 min.	25-1-1998 Den Haag
verspringen	Pim Jehee	7.33 m.	28-1-2012 Praag (Tjechië)
h.s.s.	Martijn Delissen	13.85 m.	24-1-1996 Den Haag
hoogspringen	Andre van Boxmeer	2.00 m.	14-1-1990 Zoetermeer
polshoog	Alex van Zutphen	4.85 m.	2-2-2016 Zoetermeer
kogelstoten	Roland van Zuilen	15.77 m.	25-2-2012 Apeldoorn
7 kamp	Pim Jehee	5482pnt.	28/29-01-2012 Praag (Tjechië)

Clubrecords indoor Heren Masters 35-39:

60m.horden	Michiel Heerema	8.86 sec.	14-2-2010 Apeldoorn
ver	Michiel Heerema	6.22 m.	14-2-2010 Apeldoorn
h.s.s.	Michiel Heerema	13.16 m.	4-2-2006 Zoetermeer

Clubrecords indoor Heren Masters 40-44:

60m.	Rene Verkerke	7.95 sec.	3-2-2007 Zoetermeer
------	---------------	-----------	---------------------

Clubrecords indoor Heren Masters 45-49:

60m	Gianni Orsini	8.16 sec.	20-1-2018 Utrecht
-----	---------------	-----------	-------------------

Clubrecords indoor Heren Masters 50-54:

60m	John Romkes	8.51 sec.	10-12-2016 Alkmaar
200m	John Romkes	27.34 sec.	3-2-2017 Apeldoorn
400m	John Romkes	1.00,76 min.	13-2-2016 Apeldoorn
800m	John Romkes	2.18,43 min.	3-2-2017 Apeldoorn

Clubrecords indoor Heren Masters 55-59:

800m	Jaap van Mannekes	2.38,06 min.	2-2-2019 Apeldoorn
------	-------------------	--------------	--------------------

Clubrecords indoor Heren Masters 60-64:

800m	Jaap van Mannekes	2.38,06 min.	2-2-2019 Apeldoorn
------	-------------------	--------------	--------------------

Clubrecords indoor Heren Masters 65-69:

kogel	Cees Vooy's	10.87 m.	26-1-2002 Dordrecht
-------	-------------	----------	---------------------

Clubrecords indoor Heren Masters 70-74:

400m.	Cees Vooy's	1.17,52 min.	12-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
60m.horden	Cees Vooy's	14.31 sec.	13-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
1000m.	Cees Vooy's	4.38,20 min.	13-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
ver	Cees Vooy's	3.70 m.	13-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
hinkstapsprong	Cees Vooy's	8.38 m. NR	12-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
Hoog	Cees Vooy's	1.25 m.	8-2-2004 Sittard
kogel	Cees Vooy's	9.77 m.	13-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)
5 kamp	Cees Vooy's	2932 pnt.	12/13-3-2004 Sindelfingen (Duitsland)