

historie van de Nederlandse WEG-records *vanaf 1893 tot 31-12-2015*



Mannen & Vrouwen

(senioren * junioren * masters)

samenstelling: **Hans-Peter B. Dries**

Ten geleide

Sinds 2004 worden prestaties op de weg (weer) erkend als records.

Vóórdien was er in bepaalde perioden wel sprake van records maar eigenlijk moeten die meer gezien worden als erkende beste prestaties. In dit boek heb ik deze prestaties wel opgenomen:

- * omdat in diverse publicaties (o.a. jaarverslagen) er sprake was van "records".
- * omdat de betrokken sporters er van uit gingen dat zij een record op hun naam hadden staan.

Om misverstanden en/of onvolledigheid te voorkomen, heb ik de mij wel bekende beste prestaties uit het verleden (nog) niet opgenomen. Bovendien is het ook niet zeker of al deze prestaties c.q. parcoursen wel aan de nu gestelde eisen voldoen.

Vroeger waren er geen duidelijke regels qua opmeting van de parcoursen waarmee ik niet wil zeggen dat de afstanden niet juist waren. Vooral op initiatief van de AIMS is dat nu wel internationaal geregeld en worden records alleen erkend als het parcours ook gecertificeerd is door erkende parcoursmeters. Als extra zekerheid is het nu ook verplicht dat een waarnemer heeft gecontroleerd dat de deelnemers gelopen hebben zoals het parcours gemeten is.

Sinds het IAAF congres in Osaka worden vanaf 2008 ook tijden van erkende transponder systemen (chips) erkend in wedstrijden op de weg. Onverkort is gebleven dat alleen de bruto tijd voor recorderkenning in aanmerking komt. Voor atleten die niet op de eerste rij kunnen starten als er heel veel deelnemers zijn, is dit een (bekend) nadeel.

Voor het snelwandelen op de weg gelden dezelfde eisen als voor het hardlopen. Hoewel de IAAF reeds beste prestaties snelwandelen heeft sinds 1894 en het reeds in 1932 op het Olympisch programma stond, hebben zij hun ingangsdatum voor deze records ook op 2004 gesteld. Het record 50 kilometer snelwandelen voor vrouwen wordt per 31-12-2015 ingevoerd, ook in Nederland.

Betekenis van de gebruikte afkortingen:

IAAF = International Association of Athletics Federations

AIMS = Association of International Marathons and Distance Races

Voor op- en/of aanmerkingen kunt u contact opnemen met de samensteller van het boek.

Putte, januari 2016
Hans-Peter B. Dries

(hpb.dries@wxs.nl)

MANNEN ~ senioren {alle leeftijdscategorieën}

10 kilometer hardlopen

41.40.8 min	J.P.W. van Nieuwland	Z.A.C. Zwolle	Zwolle	10-05-1894
37.21.0 min	A. van Wing	Pro Patria Rotterdam	Den Haag	20-09-1896
36.15.0 min	Willem Wakker	Neptunus Rotterdam	Rotterdam	08-10-1905
34.56.2 min	Piet Dullaart	Pro Patria Rotterdam	Rotterdam	08-03-1925
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1938 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
28.09 min	Luc Krotwaar	Prins Hendrik Vught	Brunssum	07-04-2002
28.08 min	Abdi Nageeye	Cifla Nijmegen	Brunssum	07-04-2013

15 kilometer hardlopen

59.58.4 min	Jan Schoub	Pro Patria Rotterdam	onbekend	12-03-1905
56.15.0 min	Louwe Huizinga	N.A.U.. (persoonlijk lid)	Groningen	14-11-1915
53.27.8 min	Louwe Huizinga	N.A.U.. (persoonlijk lid)	Groningen	22-10-1916
53.27.0 min	Jaap Kemp	D.O.S. Rotterdam	Rotterdam	30-11-1930
51.50.2 min	Wim Bakker	A.V.A.C. Amsterdam	Amsterdam	03-04-1932
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1938 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
43.38 min	Marco Gielen	Scopias Tegelen	Nijmegen	24-05-1999
43.33 min	Khalid Choukoud	Haag Atletiek	Tilburg	01-09-2013
43.29 min	Abdi Nageeye	Cifla Nijmegen	Tilburg	06-09-2015

20 kilometer hardlopen

1.19.56.2 uur	Louwe Huizinga	N.A.U. (persoonlijk lid)	Groningen	14-11-1915
1.13.18.2 uur	Louwe Huizinga	N.A.U. (persoonlijk lid)	Groningen	22-10-1916
1.12.18.4 uur	Teun Sprong Sr.	D.O.S. Rotterdam	Zeist	03-06-1923
1.11.35.6 uur	Wim Bakker	A.V.A.C. Amsterdam	Rotterdam	07-10-1934
1.10.58.0 uur	Jaap Meyer	A.A.C. Amsterdam	Geleen	14-06-1947
1.08.46.4 uur	Joop Overdijk	A.A.C. Amsterdam	Brussel (BEL)	22-06-1949
1.06.50.0 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Rotterdam	27-04-1952
1.06.42.6 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Rotterdam	26-04-1953
1.03.59.4 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Alphen aan den Rijn	14-05-1953
1.03.44.6 uur	Frans Künen	Sprint Breda	Blaricum	30-04-1960
1.02.37.2 uur	Piet Beelen	De Spartaan Lisse	Leeuwarden	16-10-1966
1.02.12.4 uur	Aad Steylen	Metro Rotterdam	Alphen aan den Rijn	01-05-1967
1.02.00.0 uur	Geert Jansen	A.V.'23 Amsterdam	Dordrecht	04-10-1970
1.01.07.4 uur	Geert Jansen	A.A.C. Amsterdam	Leiden	07-04-1973
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1975 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
58.04 min	Greg van Hest	Tilburg Road Runners	Alphen aan den Rijn	13-03-1999

½ marathon hardlopen

***	<i>Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
1.01.10 uur	Greg van Hest	Tilburg Road Runners	Den Haag	27-03-1999

25 kilometer hardlopen

1.49.00.0 uur	Frans Sparnaay	Sparta Rotterdam	Rotterdam	24-09-1893
1.38.30.0 uur	George Büff	Pro Patria Rotterdam	Amsterdam	18-10-1896
1.37.06.0 uur	Jan Schut	De Germaan Amsterdam	Rotterdam	17-07-1898
1.35.58.4 uur	Wim Braams	Pro Patria Rotterdam	Haarlem	29-06-1908
1.31.22.8 uur	Daan Lange	Pro Patria Rotterdam	Rotterdam	21-07-1912
1.29.36.0 uur	Henri Landheer	't IJ Amsterdam	Rotterdam	01-10-1933
1.28.48.4 uur	Joop Overdijk	A.A.C. Amsterdam	Amsterdam	02-10-1949
1.27.29.0 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Losser	20-05-1950
1.25.00.4 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Bergen op Zoom	25-05-1952
1.24.42.0 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Den Haag	26-10-1952
1.22.19.6 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Bergen op Zoom	16-05-1954
1.21.59.6 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Assen	09-07-1954
1.21.13.4 uur	Piet Bleeker	Lycurgus Krommenie	Den Bosch	19-10-1958
1.19.41.6 uur	Frans Künen	Sprint Breda	Blaricum	30-04-1960
1.16.53.2 uur	Aad Steylen	Metro Rotterdam	Emmeloord	17-06-1967
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1975 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
1.14.15 uur	Gerard Nijboer	Daventria Deventer	Eersel	03-07-1982

30 kilometer hardlopen

***	<i>Vanaf 1969 ingesteld met behoud van de geldende beste prestaties.</i>			
1.45.15.4 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Brussel (BEL)	24-09-1952
1.36.23.2 uur	Frans Künen	Sprint Breda	Gronau (BRD)	24-05-1960
1.34.06.6 uur	Henk Kalf	GVAV-Rapiditas Groningen	Berlijn (BRD)	24-05-1975
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1975 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
1.30.20 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Schoorl	16-02-2003

marathon hardlopen

***	<i>Vanaf 1931 door de KNAU ingesteld.</i>			
3.02.38.8 uur	Evert Wijburg	Pro Patria Rotterdam	Amsterdam	19-04-1931
2.54.07.0 uur	Teun Sprong Sr.	D.O.S. Rotterdam	Amsterdam	24-04-1927
2.53.26.0 uur	Henri Landheer	K.N.A.U. (persoonlijk lid)	Amsterdam	12-08-1934
2.53.03.0 uur	Joop Overdijk	A.A.C. Amsterdam	Kosice (CZE)	28-10-1947
2.46.37.2 uur	Joop Overdijk	A.A.C. Amsterdam	Hilversum	12-09-1948
2.43.42.0 uur	Joop Overdijk	A.A.C. Amsterdam	Enschede	01-09-1951
2.33.50.0 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Helsinki (FIN)	27-07-1952
2.29.19.2 uur	Janus van der Zande	Olympia'47 Halsteren	Bern (SUI)	25-08-1954
2.26.07.8 uur	Frans Künen	Sprint Breda	Eindhoven	23-07-1960
2.22.20.4 uur	Aad Steylen	Metro Rotterdam	Karl Marx Stadt (DDR)	07-05-1967
2.19.07.0 uur	Aad Steylen	A,S,V, Eibergen	Husum (BRD)	12-05-1968
***	<i>Door de IAAF en de KNAU in 1975 van de vigerende recordlijst afgevoerd.</i>			
***	<i>Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
2.08.31 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Amsterdam	19-10-2003
2.08.21 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Amsterdam	21-10-2007

100 kilometer hardlopen

***	<i>Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.</i>			
6.38.12 uur	Bruno Joppen	GVAV Groningen	Rodenbach (BRD)	23-04-1988

10 kilometer snelwandelen

*** *Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

42.57 min	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Rotterdam	03-02-1991
-----------	-----------------	---------------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

2.06.10.8 uur	Jan Schoub	Pro Patria Rotterdam	Rotterdam	03-04-1898
1.48.47.4 uur	Gerrit van Tongeren	Daventria Deventer	Deventer	07-05-1916
1.45.11.4 uur	Wim Ekkers	Te Werve Den Haag	Scheveningen	29-09-1929
1.42.22.6 uur	Cor Gubbels	Pro Patria Rotterdam	Den Haag	05-10-1930
1.37.08.0 uur	Jan Cijis	De LAT Amsterdam	Amsterdam	05-04-1959
1.37.03.0 uur	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Dortmund (BRD)	15-09-1968
1.36.41.6 uur	Tjabel Ras	P.A.C. Rotterdam	Rotterdam	24-10-1976

*** *Door de IAAF en de KNAU op 05-10-1978 van de vigerende recordlijst afgevoerd.*

*** *Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.24.52 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Vigneulles (FRA)	01-05-1992
-------------	-----------------	---------------	------------------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.17.57 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Arhus (DEN)	17-06-1995
-------------	-----------------	---------------	-------------	------------

50 kilometer snelwandelen

4.42.59.4 uur	Anton Toscani	A.A.C. Amsterdam	Berlijn (GER)	05-08-1936
4.32.51.6 uur	Jan de Jonge	De LAT Amsterdam	Salzgitter-See (BRD)	13-10-1974

*** *Door de IAAF en de KNAU op 05-10-1978 van de vigerende recordlijst afgevoerd.*

*** *Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.58.21 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Békéscsaba (HUN)	05-04-1992
-------------	-----------------	---------------	------------------	------------

Ekiden - nationaal team - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.03.12 uur	nationaal team	Nederland	Chiba (JPN)	23-11-1994
-------------	----------------	-----------	-------------	------------

Greg van Hest * Simon Vroemen * Gerard Kappert * Henk Gommer * René Godlieb
*av Schuurmans Vught * av Schuurmans * Daventria Deventer * av Schuurmans * AAC Amsterdam*

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.06.30 uur	clubteam	a.v. Schuurmans Vught	Vught	20-03-1994
-------------	----------	-----------------------	-------	------------

Simon Vroemen * Armand van der Smissen * Jan van Rijthoven * Tonnie Dirks * Henk Gommer * Greg van Hest

JUNIOREN ~ mannen

10 kilometer snelwandelen

*** *Vanaf 1969 ingesteld met als limiet 60.00.0 min*

57.59.8 min	Imco van der Wal	De LAT Amsterdam	Kortrijk (BEL)	27-08-1972
56.39.0 min	Imco van der Wal	De LAT Amsterdam	Amsterdam	10-03-1974
56.07.6 min	Imco van der Wal	De LAT Amsterdam	Sliedrecht	03-06-1974
55.36.4 min	Imco van der Wal	De LAT Amsterdam	Amsterdam	15-12-1974
51.35.0 min	Rob van Vliet	RWV Rotterdam	Omme (DEN)	28-08-1976
51.15.4 min	Hans van der Knaap	Olympus'70 Naaldwijk	Rotterdam	14-11-1976
49.47.2 min	Frank van Ravensberg	a.v. Haarlem	Rotterdam	30-01-1977
59.28.0 min	Hans van der Knaap	RWV Rotterdam	Roosendaal	15-06-1977
49.17.0 min	Hans van der Knaap	RWV Rotterdam	Drachten	01-10-1977

*** *Door de IAAF en de KNAU op 05-10-1978 van de recordlijst afgevoerd.*

*** *Vanaf 2004 weer ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

46.53 min	Frank van Ravensberg	a.v. Haarlem	Cadenazzo (SUI)	10-06-1979
-----------	----------------------	--------------	-----------------	------------

masters ~ M35

10 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

28.36 min	Marti ten Kate	Fortis Enschede	Brunssum	10-04-1994
-----------	----------------	-----------------	----------	------------

15 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

44.38 min	Tonnie Dirks	De Keien Uden	Nijmegen	17-11-1996
44.06 min	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Nijmegen	19-11-2006

20 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

59.41 min	Marti ten Kate	TION Enschede	Alphen aan den Rijn	11-03-1995
-----------	----------------	---------------	---------------------	------------

1/2 marathon hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.02.59 uur	Aart Stigter	AAV-'36 Alphen aan den Rijn	Den Haag	03-04-1993
1.02.03 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Schoorl	11-02-2007

25 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.16.33 uur	John van der Wansem	Sparta Den Haag	Winschoten	25-07-1987
-------------	---------------------	-----------------	------------	------------

30 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.40.38 uur	Gert van Bergen	Phanos Amsterdam	Schoorl	16-02-2003
-------------	-----------------	------------------	---------	------------

marathon hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.11.57 uur	Luc Krotwaar	Prins Hendrik Vught	Rotterdam	04-04-2004
2.08.21 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Amsterdam	21-10-2007

100 kilometer hardlopen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

6.38.12 uur	Bruno Joppen	GVAV Groningen	Rodenbach (BRD)	23-04-1988
-------------	--------------	----------------	-----------------	------------

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

44.27 min	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Rotterdam	02-02-1997
-----------	--------------	---------------------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.29.50 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Naumburg (GER)	25-05-1997
-------------	-----------------	---------------	----------------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.24.19 uur	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Sint-Oedenrode	09-03-1997
-------------	--------------	---------------------	----------------	------------

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2005 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

4.11.37 uur	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Podebrady (CZE)	19-04-1997
-------------	--------------	---------------------	-----------------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2005 ingesteld zonder limiet.*

2.26.37 uur	clubteam	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	02-07-2011
-------------	----------	--------------------	-----------	------------

2.25.40 uur	clubteam	Rotterdam Atletiek	Rotterdam	06-07-2013
	Bas de Peuter * Patrick Kwist * Amriet Oemraw * Maarten van Veen * Gerard Droog * Ronnie Duinkerken Bas de Peuter * Maarten van Veen * Robert Willemse * Patrick Kwist * Ronnie Duinkerken * Ali Shugul			

masters ~ M40

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

29.44 min Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade Oldenzaal 22-08-1999

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

46.23 min John van der Wansem Phoenix Utrecht Dordrecht 20-05-1991

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.03.26 uur John van der Wansem Phoenix Utrecht Dordrecht 23-03-1991

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.04.46 uur Aart Stigter Running De Meern Linschoten 20-12-1997

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.19.17 uur Marius de Snaayer Fortuna Vlaardingem Grootebroek 23-01-1983

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.40.23 uur Wim van Dijk GAC Gemert Oldenzaal 17-05-1992
1.39.42 uur Erik Negerman GAC Hilversum Schoorl 08-02-2015

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.16.31 uur Aart Stigter Hellas Utrecht Rotterdam 20-04-1997

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

6.43.38 uur Henk Bronswijk Olympus'70 Naaldwijk Torhout (BEL) 23-06-1984

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

45.30 min Harold van Beek RWV Rotterdam Rotterdam 02-11-2003
45.26 min Harold van Beek RWV Rotterdam Rotterdam 20-11-2005

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.36.40 uur	Henk Plasman	Generaal Michaëlis Best	Rotterdam	10-05-1998
1.32.44 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Olland	14-03-2004

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.26.28 uur	Henk Plasman	Generaal Michaëlis Best	Den Haag	31-05-1997
-------------	--------------	-------------------------	----------	------------

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

4.18.11 uur	Henk Plasman	Generaal Michaëlis Best	Dudince (SVK)	25-04-1998
-------------	--------------	-------------------------	---------------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.22.24 uur	clubteam	Rotterdam Atletiek	Naaldwijk	01-10-2005
	Jan Cammeraat * Gerard Droog * Amriet Oemraw * Rob van der Want * Evert de Graaf * Don Jassies			

masters ~ M45

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

31.03 min Aart Stigter Loopgroep AS Amerongen Apeldoorn 06-04-2003

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

47.10 min Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade 's Heerenberg 09-12-2001

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.04.31 uur Piet van Alphen AAC Amsterdam Leiden 05-04-1980

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.07.02 uur Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade Best 27-01-2002

1.06.51 uur Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade Best 26-01-2003

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.21.32 uur Rom Jansen THOR Roosendaal Grootebroek 31-01-1982

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.37.07 uur Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade Schoorl 16-02-2003

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.22.57 uur Aart Stigter Loopgroep AS Alkemade Almere 04-05-2003

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

7.11.06 uur Wim Epskamp a.v. Haarlemmermeer Chemogolovka (RUS) 19-04-2003

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

48.17 min Tjabel Ras PAC Rotterdam Rotterdam 20-11-1983

45.48 min Harold van Beek RWV Rotterdam Rotterdam 02-11-2008

45.10 min Harold van Beek RWV Rotterdam Rotterdam 04-01-2009

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.40.11 uur	Tjabel Ras	PAC Rotterdam	Heythuysen	28-06-1981
1.35.02 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Lugano (SUI)	08-03-2009

30 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.35.15 uur	Nico Schroten	Holland Leiden	Barendrecht	03-05-1980
-------------	---------------	----------------	-------------	------------

50 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

4.56.50 uur	Jan Cijs	De LAT Amsterdam	Rijswijk	04-10-1970
4.53.42 uur	Victor Mennen	Unitas Sittard	Tilburg	19-10-2008

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.35.23 uur	clubteam	a.v. Veluwe Apeldoorn	Zwolle	01-04-2012
	Menno Koomen * Tonnie Stouten * Iwan van Aken * Mark Westerhof * Nils van Elzelingen * Dick Elzenga			

masters ~ M50

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

31.49 min John van der Wansem LADB Hilvarenbeek Rijsbergen 16-06-2001

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

47.32 min Piet van Alphen AAC Amsterdam Alphen aan den Rijn 12-03-1983

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.04.53 uur Piet van Alphen AAC Amsterdam Hilversum 25-04-1982

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.07.10 uur Piet van Alphen AAC Amsterdam Den Haag 19-03-1983

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.20.58 uur Piet van Alphen AAC Amsterdam Brugge (BEL) 27-06-1982

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.41.43 uur Victor Maliy Haag Atletiek Schoorl 18-02-2001

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.22.14 uur Piet van Alphen AAC Amsterdam Rotterdam 09-04-1983

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

7.28.37 uur	Siem Deen	av Veteranen Nederland	Rodenbach (BRD)	22-04-1989
7.10.08 uur	Jan Albert Lantink	MPM Hengelo	Winschoten	13-09-2008
6.56.58 uur	Jan Albert Lantink	MPM Hengelo	Rodenbach (GER)	06-10-2012

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

49.41 min	Tjabel Ras	PAC Rotterdam	Rotterdam	05-03-1989
46.30 uur	Jan Cornelis	a.v. Holten	Rotterdam	04-03-2007

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.41.30 uur	Tjabel Ras	PAC Rotterdam	Goirle	06-04-1989
-------------	------------	---------------	--------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.43.42 uur	Tjabel Ras	PAC Rotterdam	Brugge (BEL)	24-06-1989
-------------	------------	---------------	--------------	------------

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

4.58.== uur	Anton Toscani	AAC Amsterdam	Amsterdam	28-10-1951
-------------	---------------	---------------	-----------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.48.29 uur	clubteam	PAC Rotterdam	Rotterdam	02-07-2011
-------------	----------	---------------	-----------	------------

2.37.44 uur	clubteam	Altis Amersfoort	Rotterdam	06-07-2013
	Willem de Ruijter * Hans van Dijk * Izaak de Bruyne * Rubert Rietkerk * Frank Schneijderberg * Cees Stolwijk			

masters ~ M55

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

35.19 min	Bert Streumer	Hellas Utrecht	Utrecht	20-05-2002
35.10 min	Bert Streumer	Hellas Utrecht	Schoorl	13-02-2005
34.02 min	John van der Wansem	LADB Hilvarenbeek	Rijsbergen	17-06-2006
33.59 min	John van der Wansem	LADB Hilvarenbeek	Kaatsheuvel	17-05-2008
33.21 min	Aart Stigter	Loopgroep AS Amerongen	Utrecht	16-10-2011
33.01 min	Aart Stigter	Loopgroep AS Amerongen	Utrecht	30-09-2012

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

49.36 min	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Nijmegen	17-11-1985
-----------	-----------------	---------------	----------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.06.28 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Leiden	05-04-1986
-------------	-----------------	---------------	--------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.12.33 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Leersum	30-08-1986
-------------	-----------------	---------------	---------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.26.37 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Brugge (BEL)	28-06-1987
-------------	-----------------	---------------	--------------	------------

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.50.52 min	Geu Siebenga	Fit Zeist	Schoorl	15-02-2004
1.45.30 uur	Aart Stigter	Loopgroep AS Amerongen	Schoorl	12-02-2012

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.27.54 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Chicago (USA)	20-10-1985
-------------	-----------------	---------------	---------------	------------

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

8.54.35 uur	Gerrit Nillessen	Cifla Nijmegen	Winschoten	13-09-2003
8.41.37 uur	Dik Jagersma	Friesland Sint-Jacobiparochie	Winschoten	12-09-2009
8.33.51 uur	Dik Jagersma	Friesland Sint-Jacobiparochie	Winschoten	08-09-2012
8.21.25 uur	Dik Jagersma	Friesland Sint-Jacobiparochie	Torhout (BEL)	22-06-2013

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

51.37 min	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Rotterdam	17-11-1991
-----------	------------	---------------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.46.22 uur	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	15-03-1992
-------------	------------	---------------	----------------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.11.10 uur	Co de Jong	RWV Rotterdam	Tilburg	29-09-2002
2.58.13 uur	Jan de Jonge	De LAT Amsterdam	Olland	12-03-2006
2.55.07 uur	Theo Koenis	De LAT Amsterdam	Regensburg (GER)	20-05-2007
2.51.10 uur	Theo Koenis	De LAT Amsterdam	Tilburg	19-10-2008

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

5.29.53 uur	Dave Bindervoet	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	04-10-1998
5.01.20 uur	Jan de Jonge	De LAT Amsterdam	Olland	12-03-2006
4.59.49 uur	Theo Koenis	De LAT Amsterdam	Tilburg	19-10-2008

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.46.03 uur	clubteam	a.v. Veluwe Apeldoorn	Zwolle	01-04-2012
		Henk Janssen * Elbert Voogt * Rinus Groen * Ton Smit * Rene van Vliet * Cees Weeda		
2.45.39 uur	clubteam	PAC Rotterdam	Rotterdam	06-07-2012
		Nico Alberts * Paul Streep * Jan Olsthoorn * Nico Vlaar * Piet Stroek * Rob Prins		

masters ~ M60

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

37.31 min	Michiel Koorn	av Veteranen Nederland	Amsterdam	20-10-2002
36.57 min	Ko van der Weijden	Hardloopclub Amsterdam	Schoorl	12-02-2006
36.00 min	Ko van der Weijden	Hardloopclub Amsterdam	Rijsbergen	17-06-2006
34.53 min	John van der Wansem	LADB Hilvarenbeek	Vught	03-10-2010

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

52.14 min	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Noordwijkerhout	07-10-1989
-----------	---------------------	-------------------	-----------------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.11.50 uur	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Rijpwetering	30-03-1991
-------------	---------------------	-------------------	--------------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.16.20 uur	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Den Haag	28-03-1992
-------------	---------------------	-------------------	----------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.32.30 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Zevenbergen	02-09-1990
-------------	-----------------	------------	-------------	------------

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.25.28 uur	Bob Westenberg	Fortuna Vlaardingens	Schoorl	18-02-2001
2.14.06 uur	Marcel van der Plas	Zuidwal Huizen	Schoorl	12-02-2006
2.03.12 uur	Bert Streumer	Hellas utrecht	Amsterdam	09-09-2007
2.00.48 uur	Ko van der Weijden	Hardloopclub Amsterdam	Schoorl	08-02-2009
1.57.39 uur	Bert Schalkwijk	a.v. Monnickendam	Schoorl	14-02-2010
1.56.58 uur	Jo Schoonbroodt	Maasrunners Eijsden	Rotterdam	15-04-2012
1.55.04 uur	Cees Stolwijk	Altis Amersfoort	Amsterdam	08-09-2013

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.38.32 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Amsterdam	15-09-1991
-------------	-----------------	------------	-----------	------------

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

8.20.05 uur	Jo Vos	Olympia Eindhoven	Winschoten	12-09-1992
-------------	--------	-------------------	------------	------------

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

53.46 min	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Rotterdam	01-12-1996
-----------	---------------	---------------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.51.33 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	09-03-1997
-------------	---------------	---------------	----------------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.53.40 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Barendrecht	06-10-1996
-------------	---------------	---------------	-------------	------------

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

5.04.20 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Barendrecht	06-10-1996
-------------	---------------	---------------	-------------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

3.34.13 uur	clubteam Freek Weggeman * Jos van den Berg * Karel Moltzer * Marius Veenker * Bernard den Boogert * Kees Post	PAC Rotterdam	Rotterdam	05-07-2014
-------------	--	---------------	-----------	------------

3.01.44 uur	clubteam Jos van den Berg * Leo van Hoorn * Rob Verhorst * Paul Streep * Nico Alberts * Ben Ellenbroek	PAC Rotterdam	Rotterdam	10-10-2015
-------------	---	---------------	-----------	------------

masters ~ M65

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

39.06 min	Jan Olieslagers	Gloria Baarle-Nassau	Rijsbergen	15-06-2002
37.48 min	Bert Streumer	Hellas Utrecht	Schoorl	13-02-2011
37.25 min	Bert Schalkwijk	Atos Amsterdam	Hoofddorp	01-09-2013
37.15 min	Bert Schalkwijk	Atos Amsterdam	Utrecht	29-09-2013
37.02 min	Cees Stolwijk	Altis Amersfoort	Schoorl	08-02-2015

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

55.20 min	Siem Herlaar	DEM Beverwijk	Rhoon	17-12-1994
-----------	--------------	---------------	-------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.13.18 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Beverwijk	22-10-1995
-------------	-----------------	------------	-----------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.16.25 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Rosmalen	06-04-1997
-------------	-----------------	------------	----------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.00.42 uur	Wim de Koning	Fortuna Vlaardingens	Zevenbergen	21-09-1996
1.54.44 uur	Frans Dijkman	Generaal Michaëlis Best	Bottrop (GER)	06-11-2011

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.46.46 uur	Jan Verweij	Leiden Road Runners	Schoorl	12-02-2006
2.28.29 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	09-09-2007
2.20.49 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingens	Schoorl	10-02-2008
2.02.24 uur	Bert Schalkwijk	Atos Amsterdam	Amsterdam	07-09-2014

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.44.25 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Rotterdam	23-04-1995
-------------	-----------------	------------	-----------	------------

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

8.07.22 uur	Wil van der Lee	av Veteranen Nederland	Winschoten	16-09-1995
-------------	-----------------	------------------------	------------	------------

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

59.14 min	Tjabel Ras	RWV	Rotterdam	Rotterdam	06-01-2002
-----------	------------	-----	-----------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.59.19 uur	Nico Schroten	RWV	Rotterdam	Sint-Oedenrode	12-03-2000
-------------	---------------	-----	-----------	----------------	------------

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.24.20 uur	Jaap Visser	RWV	Rotterdam	Olland	09-03-2003
3.21.44 uur	Jaap Visser	RWV	Rotterdam	Olland	12-03-2006
3.15.08 uur	Rob Frielink	RWV	Rotterdam	Tilburg	27-03-2011

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

5.56.09 uur	Jaap Visser	RWV	Rotterdam	Olland	09-03-2003
5.49.16 uur	Jaap Visser	RWV	Rotterdam	Olland	12-03-2006
5.34.53 uur	Rob Frielink	RWV	Rotterdam	Tilburg	27-03-2011

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

3.49.17 uur	clubteam	PAC	Rotterdam	Rotterdam	06-07-2012
	Joop Rüter * Henk van Meerten * Ron de Kruijff * Ger Bosman * Marius van Zanten * Aad Jetten				

masters ~ M70

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

40.36 min	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rotterdam	15-11-2003
39.14 min	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rotterdam	09-10-2004

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.02.55 uur	Siem Herlaar	DEM Beverwijk	Velsen	24-10-1999
-------------	--------------	---------------	--------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.34.24 uur	Jan van Heiningen	GAC Hilversum	Hilversum	10-04-1994
1.32.13 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Alphen aan den Rijn	08-03-2009
1.31.40 uur	Walter van Gelderen	avVN Hilversum	Den Haag	11-03-2012
1.31.29 uur	Rob Boddeke	avVN Hilversum	Alphen aan den Rijn	01-03-2015

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.27.42 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Drunen	27-02-2000
-------------	-----------------	------------	--------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.11.40 uur	J. Kooijmans	av Veteranen Nederland	Brielle	01-06-1991
1.56.58 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Brielle	01-03-2009
1.55.26 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Brielle	07-03-2010
1.54.05 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Brielle	06-03-2011

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.39.00 uur	Jan Weijnen	Tilburg Road Runners	Tilburg	24-02-2008
2.34.40 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	07-09-2008
2.22.23 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Schoorl	08-02-2009

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.03.16 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Etten-Leur	31-10-1999
3.02.49 uur	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rotterdam	04-04-2004

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.03.19 uur	Wim Dalmeyer	RWV Rotterdam	Odense (DEN)	02-07-1977
1.02.12 uur	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Rotterdam	04-02-2007

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.13.12 uur	Jac Heidendaal	RWV Rotterdam	Hoogvliet	08-04-1984
2.12.33 uur	Jaap Visser	RWV Rotterdam	Olland	09-03-2008

30 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.18.03 uur	Jac Heidendaal	RWV Rotterdam	Rotterdam	10-04-1983
-------------	----------------	---------------	-----------	------------

50 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

5.54.22 uur	Jac Heidendaal	RWV Rotterdam	Heythuysen	23-10-1983
5.52.30 uur	Jaap Visser	RWV Rotterdam	Olland	09-03-2008

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ M75

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

49.13 min	Wim Kapteijn	av Veteranen Nederland	Dordrecht	14-04-2002
46.25 min	Siem Herlaar	DEM Beverwijk	Schoorl	12-02-2006
45.54 sec	Wil van der Lee	DAK Drunen	Kaatsheuvel	20-05-2006

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.14.15 uur	Wim Kapteijn	av Veteranen Nederland	Capelle aan den IJssel	20-05-2001
1.13.29 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Alphen aan den Rijn	02-03-2014
1.12.08 uur	Walter van Gelderen	avVN Hilversum	Nijmegen	15-11-2015

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.42.35 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Endhoven	14-10-2012
1.39.20 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Alphen aan den Rijn	02-03-2014

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.47.13 uur	Wim Kapteijn	av Veteranen Nederland	Heinenoord	23-02-2002
1.43.09 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Drunen	05-03-2006
1.39.35 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Drunen	04-03-2007

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.07.67 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Eindhoven	14-10-2012
2.05.29 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.34.11 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Eindhoven	14-10-2012
2.31.44 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

4.46.07 uur	Wim Kloos	PAC Rotterdam	Rotterdam	04-04-2004
4.39.09 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	11-04-2010
4.18.59 uur	Jan Weijnen	Tilburg Road Runners	Eindhoven	09-10-2011
3.41.12 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Eindhoven	14-10-2012
3.37.32 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.22.53 uur	Joop Wissink	RWV	Rotterdam	Rotterdam	03-02-2002
1.19.52 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Schiedam	31-05-2008
1.18.17 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Tilburg	19-10-2008
1.15.58 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Rotterdam	02-11-2008
1.15.37 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Rotterdam	01-03-2009
1.08.38 uur	Nico Schroten	RWV	Rotterdam	Tilburg	04-10-2009
1.08.26 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV	Rotterdam	Rotterdam	07-11-2010

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.48.41 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Schiedam	31-05-2008
2.46.52 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Tilburg	19-10-2008
2.42.04 uur	Bernard Krabbendam	De LAT	Amsterdam	Binche (BEL)	30-08-2009
2.19.49 uur	Nico Schroten	RWV	Rotterdam	Tilburg	04-10-2009

30 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

4.23.50 uur	Joop Wissink	RWV	Rotterdam	Weert	27-05-2001
4.19.34 uur	Wout van Wieringen	RWV	Rotterdam	Schiedam	31-05-2008
4.09.20 uur	Bernard Krabbendam	De LAT	Amsterdam	Tilburg	04-10-2009
3.38.36 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV	Rotterdam	Tilburg	27-03-2011
3.37.35 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV	Rotterdam	Thionville (FRA)	15-05-2011

50 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

6.24.24 uur	Jac Heidendaal	RWV	Rotterdam	Sint-Oedenrode	12-03-1988
6.16.44 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV	Rotterdam	Tilburg	27-03-2011

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ M80

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.06.42 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	12-04-2015
50.57 min	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rijsbergen	20-06-2015

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.25.48 uur	Jan van Heiningen	GAC Hilversum	Nijmegen	16-11-2003
1.15.41 uur	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Nijmegen	16-11-2014

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.13.18 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	12-04-2015
-------------	-----------------	--------------------	-----------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.13.21 uur	Douwe Kleefstra	av Veteranen Nederland	Giethoorn	20-08-1988
2.04.15 uur	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Dordrecht	01-11-2015

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.49.28 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	12-04-2015
-------------	-----------------	--------------------	-----------	------------

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

3.26.25 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	12-04-2015
-------------	-----------------	--------------------	-----------	------------

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

5.10.51 uur	Simon Pleijsier	Waterweg Maassluis	Rotterdam	12-04-2015
-------------	-----------------	--------------------	-----------	------------

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.15.18 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Rotterdam	18-11-2007
1.14.01 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Rotterdam	02-11-2008
1.11.59 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Rotterdam	15-11-2015

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.41.07 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 31-05-2008

30 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

4.06.30 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 31-05-2008

50 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

7.10.14 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 31-05-2008

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ M85

10 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

15 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

1/2 marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

25 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

30 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

100 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.21.45 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Rotterdam 01-12-2013

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.57.40 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 07-06-2014

30 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

4.36.32 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 07-06-2014

50 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

8.12.30 uur Koos van Rijn RWV Rotterdam Schiedam 07-06-2014

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ M85 t/m M95

10 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

15 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

1/2 marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

25 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

30 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

100 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

30 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

50 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

VROUWEN ~ senioren {alle leeftijdscategoriën}

10 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

32.07 min	Wilma van Onna	Haag Atletiek	Mobile (USA)	28-09-1993
30.59 sec	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Tilburg	05-09-2004

15 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

48.36 min	Carla Beurskens	Festina Venlo	Lissabon (POR)	09-11-1986
47.10 min	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Debrecen (HUN)	08-10-2006
46.59 min	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Udine (ITA)	14-10-2007

20 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

1.07.12 uur	Irma Heeren	Dynamica Middelburg	Aphen aan den Rijn	13-03-1999
1.07.12 uur	Nadja Wijenberg	Tilburg Road Runners	Alphen aan den Rijn	12-03-2000
1.03.21 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Debrecen (HUN)	08-10-2006
1.02.57 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Udine (ITA)	14-10-2007

½ marathon hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

1.10.04 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Den Haag	31-03-1990
1.06.25 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Udine (ITA)	14-10-2007

25 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

1.27.10 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Berlijn (BRD)	07-05-1989
-------------	-----------------	---------------	---------------	------------

30 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

1.46.24 uur	Irma Heeren	Cialfo Epe	Schoorl	16-02-2003
-------------	-------------	------------	---------	------------

marathon hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

2.26.34 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Tokio (JPN)	15-11-1987
2.23.43 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	New York (USA)	02-11-2003

100 kilometer hardlopen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

8.51.47 uur	Mareike Bestenbreur	av Veteranen Nederland	Grantham (GBR)	23-06-1985
8.36.10 uur	Ida Verduin	av Veteranen Nederland	Winschoten	13-09-2008
8.30.40 uur	Mildred Haans	a.v. Valkenswaard	Belvès (FRA)	26-04-2014

10 kilometer snelwandelen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

49.46 min	Marica Onos	AVA '64	Aalsmeer	Rotterdam	10-04-1983
-----------	-------------	---------	----------	-----------	------------

20 kilometer snelwandelen

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

2.04.30 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Den Haag	31-05-1997
2.01.51 uur	Anne van Andel	DAK	Drunen	Amsterdam	27-07-2014
1.51.31 uur	Anne van Andel	DAK	Drunen	Lugano (SUI)	15-03-2015

Ekiden - nationaal team - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

2.22.36 uur	nationaal team	Nederland		Yokohama (JPN)	25-02-1990
-------------	----------------	-----------	--	----------------	------------

Wilma van Onna * Carla Beurskens * Anne van Schuppen * Jolanda Homminga * Joke Kleyweg * Ine Valentin
*Haag Atletiek * Festina Venlo * Cialfo Epe * ADA Amsterdam * De Bataven Leiden * HRR Den Haag*

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

2.34.48 uur	clubteam	De Bataven-Leiden		Vught	20-03-1994
-------------	----------	-------------------	--	-------	------------

Suze Groen in 't Woud * Regina Hazeleger * Marja Hogenboom * Joke Kleyweg * Monique Bruins * Leny van der Plas

JUNIORES ~ vrouwen

10 kilometer snelwandelen

* * *

Vanaf 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

1.10.54 uur	Marije van Broekhoven	RWV	Rotterdam	Rotterdam	04-11-2001
1.10.05 uur	Loes van den Beemt	RWV	Rotterdam	Tilburg	02-10-2005
1.06.28 uur	Liesbeth van Leeuwen	NOP	Emmeloord	Rotterdam	19-11-2006
1.04.22 uur	Liesbeth van Leeuwen	NOP	Emmeloord	Amsterdam	28-01-2007

masters ~ V35

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

32.23 min	Carla Beurskens	Festina Venlo	Atlanta (USA)	04-07-1990
-----------	-----------------	---------------	---------------	------------

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

49.26 min	Carla Beurskens	Festina Venlo	Winschoten	25-07-1987
-----------	-----------------	---------------	------------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.07.12 uur	Nadja Wijenberg	Tilburg Road Runners	Alphen aan den Rijn	12-03-2000
-------------	-----------------	----------------------	---------------------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.10.04 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Den Haag	31-03-1990
-------------	-----------------	---------------	----------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.27.10 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Berlijn (BRD)	07-05-1989
1.25.35 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Amsterdam	16-10-2011

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.46.24 uur	Irma Heeren	Cialfo Epe	Schoorl	16-02-2003
1.42.44 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Amsterdam	16-10-2011

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.26.34 uur	Carla Beurskens	Festina Venlo	Tokio (JPN)	15-11-1987
2.25.52 uur	Lornah Kiplagat	Hylas Alkmaar	Amsterdam	16-10-2011

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

8.51.47 uur	Mareike Bestenbreur	av Veteranen Nederland	Grantham (GBR)	23-06-1985
-------------	---------------------	------------------------	----------------	------------

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.04.45 uur	Miny Starrenburg	RWV Rotterdam	Roosendaal	28-04-1978
-------------	------------------	---------------	------------	------------

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.09.00 uur Annie van der Meer RWV Rotterdam Mulhouse (FRA) 28-08-1984

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

3.05.05 uur clubteam PAC Rotterdam Rotterdam 05-07-2014
 Ingrid Kuijpers * Winifred Broeder * Chantal de Lede * Maria Evora Almeida * Rosalie Ohm * Sigrid
 Martin

masters ~ V40

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

32.39 min Carla Beurskens Scopias Venlo Brunssum 10-04-1994

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

50.56 min Carla Beurskens Scopias Venlo Wolphaartsdijk 14-08-1993

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.10.05 uur Anne van Schuppen Haag Atletiek Alphen aan den Rijn 09-03-2003

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.12.26 uur Carla Beurskens Scopias Venlo Den Haag 27-03-1994

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.37.16 uur Irene Wentzel Hellas Utrecht Vleuten 26-01-1986

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.51.37 uur Mieke Pullen PSV Eindhoven Schoorl 18-02-2001

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.29.43 uur Carla Beurskens Scopias Venlo Rotterdam 17-04-1994
2.28.18 uur Miranda Boonstra Nijmegen Atletiek Eindhoven 14-10-2012

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

9.05.57 uur Ria Buiten av Veteranen Nederland Winschoten 12-09-1998
8.30.40 uur Mildred Haans a.v. Valkenswaard Belvès (FRA) 26-04-2014

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.05.20 uur Annie van der Meer RWV Rotterdam Goirle 05-06-1988

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.12.33 uur Annie van der Meer RWV Rotterdam Goirle 05-06-1988

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.58.11 uur clubteam AV '56 Goes Rotterdam 10-10-2015
 Monique Allefs * Carolien van de Kreeke * Saskia Goole * Marianne de Kok * Ingrid IJsebaert * Paola van Gilst

masters ~ V45

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

34.16 min Carla Beurskens Scopias Venlo Brunssum 13-04-1997

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

52.10 min Carla Beurskens Scopias Venlo Alphen aan den Rijn 08-03-1997

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.14.28 uur Carla Beurskens Atletiek Helden Alphen aan den Rijn 13-03-1999
1.14.23 uur Nadja Wijenberg Unitas Sittard Alphen aan den Rijn 06-03-2011

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.14.21 uur Carla Beurskens Scopias Venlo Den Haag 23-03-1997

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.38.48 uur Els Bloemen The Haque Road Runners Brugge (BEL) 26-06-1988

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.57.23 uur Manna Kwak Zuidwal Huizen Beekbergen 04-04-1994

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.37.21 uur Carla Beurskens RRA Rotterdam Enschede 08-06-1997

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

9.15.33 uur Ria Buiten av Veteranen Nederland Stein 20-10-2002
8.57.43 uur Ida Verduin TAS '82 Schagen Winschoten 16-09-2006

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

58.15 min Marleen Radder RWV Rotterdam Rotterdam 06-02-2000

20 kilometer snelwandelen

In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.

2.04.30 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Den Haag	31-05-1997
-------------	----------------	---------------	----------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

In 2004 ingesteld zonder limiet.

3.54.28 uur	clubteam	PAC Rotterdam	Rotterdam	10-10-2015
	Wilma Wemelsfelder * Mieke Louwman * Els Verkerk * Ada Visser * Nancy Den boer * Sandra Middel			

masters ~ V50

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

37.46 min	Carla Beurskens	Atletiek Helden	Voorthuizen	23-07-2003
37.28 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Leiden	17-05-2009
37.13 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Delft	17-05-2012

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

57.09 min	Manna Kwak	Zuidwal Huizen	Wageningen	19-09-1998
-----------	------------	----------------	------------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.19.32 uur	Manna Kwak	Zuidwal Huizen	Alphen aan den Rijn	13-03-1999
1.19.06 uur	Carla Ophorst	Olympus'70 Naaldwijk	Alphen aan den Rijn	08-03-2009

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.19.51 uur	Carla Beurskens	Atletiek Helden	Eindhoven	12-10-2003
-------------	-----------------	-----------------	-----------	------------

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.43.02 uur	Els Bloemen	The Haque Road Runners	Brugge (BEL)	24-06-1990
1.42.17 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Brielle	06-03-2011

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.02.11 uur	Manna Kwak	Zuidwal Huizen	Schoorl	21-02-1999
-------------	------------	----------------	---------	------------

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.53.20 uur	Manna Kwak	Zuidwal Huizen	Eindhoven	12-10-1997
2.52.47 uur	Ingrid Prigge	LAAC-Twente Oldenzaal	Enschede	27-04-2014

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

10.19.28 uur	Corrie Bouwmeester	Waterweg Maassluis	Winschoten	03-09-1994
9.53.56 uur	Ria Buiten	av Veteranen Nederland	Deventer	12-11-2006
8.36.10 uur	Ida Verduin	av Veteranen Nederland	Winschoten	13-09-2008

10 kilometer snelwandelen

**** In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

59.45 min	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	16-11-2003
58.36 min	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	08-01-2006

20 kilometer snelwandelen

**** In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.05.35 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Olland (St-Oedenrode)	10-03-2002
-------------	----------------	---------------	-----------------------	------------

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

**** In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ V55

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

41.21 min	Marianne Knapen	Loopgroep PK Dodewaard	Voorthuizen	23-07-2003
40.35 min	Marianne Knapen	Loopgroep PK Dodewaard	Tilburg	05-09-2004
39.27 min	Tineke van de Vliert	Horror Sneek	Schoorl	10-02-2013
39.27 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Schoorl	09-02-2014
39.06 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Dordrecht	06-04-2014
38.50 min	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Delft	29-05-2014

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.01.31 uur	Plonie Scheringa	DEM Beverwijk	Santpoort	26-10-1997
1.00.04 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Vlaardingen	14-09-2014

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.28.46 uur	Wil Norder	Lycurgus Krommenie	Zaandam	18-11-1990
1.27.43 uur	Marianne Knapen	Loopgroep PK Dodewaard	Alphen aan den Rijn	12-03-2006
1.24.43 uur	Carla Ophorst	Olympus'70 Naaldwijk	Alphen aan den Rijn	02-03-2014
1.22.36 uur	Carla Ophorst	Olympus'70 Naaldwijk	Den Haag	09-03-2014
1.22.24 uur	Carla Ophorst	Olympus'70 Naaldwijk	Den Haag	08-03-2015

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.28.21 uur	Jeanette Weber	Haag Atletiek	Haarlem	24-09-2000
1.27.04 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Den Haag	09-03-2014
1.26.19 uur	Carla Ophorst	Olympus '70 Naaldwijk	Dordrecht	26-10-2014

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.51.07 uur	Plonie Scheringa	DEM Beverwijk	Brielle	02-03-1997
1.48.11 uur	Cecile Jumelet	NSL Noordwijkerhout	Rotterdam	12-04-2015

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.12.05 uur	Manna Kwak	Zuidwal Huizen	Schoorl	18-02-2001
2.10.24 uur	Cecile Jumelet	NSL Noordwijkerhout	Rotterdam	12-04-2015

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.08.26 uur	Plonie Scheringa	DEM Beverwijk	Amsterdam	03-11-1996
3.07.08 uur	Cecile Jumelet	NSL Noordwijkerhout	Rotterdam	12-04-2015

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

11.19.32 uur	Els Annegarn	avVN	Hilversum	Winschoten	10-09-2011
--------------	--------------	------	-----------	------------	------------

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.12.57 uur	Coby Bunschoten	RWV	Rotterdam	Tilburg	03-10-2004
1.10.24 uur	Coby Bunschoten	RWV	Rotterdam	Tilburg	02-10-2005
1.02.51 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Tilburg	01-10-2006
1.01.59 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Rotterdam	19-11-2006
1.00.33 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Rotterdam	04-02-2007

20 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.10.32 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Tilburg	01-10-2006
2.10.31 uur	Marleen Radder	RWV	Rotterdam	Olland (St-Oedenrode)	09-03-2008

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ V60

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

45.17 min	Carla Meijer	av Veteranen Nederland	Apeldoorn	06-04-2003
42.26 min	Els Raap	Kombijsport Badhoevedorp	Regensburg (GER)	17-05-2007

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.07.57 uur	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Nijmegen	17-11-2002
1.06.37 uur	Marianne Knapen	Loopgroep PK Doodewaard	Nijmegen	18-11-2007
1.05.13 uur	Joke de Zeeuw	PAC Rotterdam	Nijmegen	21-11-2010

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.33.35 uur	Sophie Wisman	Fit Zeist	Baarn	15-01-1989
1.32.15 uur	Marianne Knapen	Loopgroep PK Doodewaard	Alphen aan den Rijn	09-03-2008
1.31.44 uur	Anne van Dijk	avVN Hilversum	Alphen aan den Rijn	06-03-2011
1.31.07 uur	Gonny Houtman	Artemis Winsum	Den Haag	11-03-2012

1/2 marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.35.10 uur	Corrie Keijsers	a.v. Weert	Weert	24-03-2002
1.34.57 uur	Anne van Dijk	avVN Hilversum	Den Haag	14-03-2010
1.34.50 uur	Anne van Dijk	avVN Hilversum	Utrecht	05-04-2010
1.33.44 uur	Joke de Zeeuw	PAC Rotterdam	Etten-Leur	31-10-2010
1.32.54 uur	Jeannine Liebrand	Cifla Nijmegen	Beneden-Leeuwen	06-09-2015

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.06.36 uur	Joke Douma	AAV'36 Alphen aan den Rijn	Purmerend	02-03-1997
2.06.25 uur	Ria van Weezep	Spirit Lelystad	Brielle	07-03-2010
2.00.17 uur	Gonny Houtman	Artemis Winsum	Eindhoven	14-10-2012
1.57.57 uur	Jeannine Liebrand	Cifla Nijmegen	Eindhoven	11-10-2015

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

2.47.15 uur	Trees Maat	Fit Zeist	Schoorl	20-02-2000
2.36.52 uur	Wietske Sikkens	Friesland Sint-Jacobiparochie	Schoorl	12-02-2006
2.36.29 uur	Ria van Weezep	Spirit Lelystad	Amsterdam	07-09-2008
2.29.13 uur	Gonny Houtman	Artemis Winsum	Schoorl	12-02-2012
2.24.37 uur	Gonny Houtman	Artemis Winsum	Eindhoven	14-10-2012
2.23.13 uur	Jeannine Liebrand	Cifla Nijmegen	Eindhoven	11-10-2015

marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

3.38.29 uur	Fien Jacobs	av Veteranen Nederland	Beijing (CHN)	15-10-2000
3.37.09 uur	Fien Jacobs	av Veteranen Nederland	Vleuten - De Meern	12-04-2004
3.28.47 uur	Joke de Zeeuw	PAC Rotterdam	Amsterdam	18-10-2009
3.25.55 uur	Gonny Houtman	Artemis Winsum	Eindhoven	14-10-2012
3.21.47 uur	Jeannine Liebrand	Cifla Nijmegen	Eindhoven	11-10-2015

100 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.10.45 uur	Riet Jonkers	Attila Tilburg	Tilburg	07-10-2007
1.09.22 uur	Coby Bunschoten	RWV Rotterdam	Amsterdam	23-12-2007
1.08.13 uur	Annie van der Meer	RWV Rotterdam	Tilburg	19-10-2008
1.05.09 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	02-10-2011
1.04.28 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	06-11-2011
1.02.40 uur	Marleen Radder	RWV Rotterdam	Rotterdam	04-12-2011

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ V65

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

50.27 min	Ans van Amerongen	av Veteranen Nederland	Leiden	08-06-2003
47.23 min	Martha van Hal	Energie Barendrecht	Tilburg	04-09-2011
45.56 min	Martha van Hal	Energie Barendrecht	Utrecht	16-10-2011
45.31 min	Els Raap	Kombijsport Badhoevedorp	Utrecht	30-09-2012
44.47 min	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Utrecht	19-10-2014

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.13.19 uur	Sophie Wisman	Fit Zeist	Nijmegen	16-11-1997
1.12.08 uur	Martha van Hal	Energie Barendrecht	Velp	25-09-2011
1.10.24 uur	Martha van Hal	Energie Barendrecht	Nijmegen	20-11-2011
1.08.16 uur	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Nijmegen	16-11-2014

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.41.22 uur	Sophie Wisman	Fit Zeist	Baarn	16-01-1994
1.38.07 uur	Martha van Hal	Energie Barendrecht	Alphen aan den Rijn	04-03-2012

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.45.08 uur	Sophie Wisman	Fit Zeist	Utrecht	13-04-1997
1.44.44 uur	Martha van Hal	Energie Braendrecht	Breda	02-10-2011
1.41.55 uur	Martha van Hal	Energie Braendrecht	Den Haag	11-03-2012
1.41.43 uur	Anne van Dijk	a.v. Gouda	Leiden	17-05-2015

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.20.44 uur	Ria van Weezep	Spirit Lelystad	Eindhoven	13-10-2013
2.17.18 uur	Digna de Boer	Delta Sport Zierikzee	Rotterdam	12-04-2015

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.43.55 uur	Ria van Weezep	Spirit Lelystad	Schoorl	10-02-2013
-------------	----------------	-----------------	---------	------------

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

4.38.35 uur	Coby Vlasveld	Plantaris Alkemade	Sneek	18-06-2004
3.58.16 uur	Fien Jacobs	av Veteranen Nederland	Amsterdam	16-10-2005
3.55..18 uur	Digna de Boer	Delta Sport Zierikzee	Rotterdam	12-04-2015

100 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

1.23.35 uur	Rietje Dijkman	AV '23 Amsterdam	Amsterdam	27-01-2008
1.08.34 uur	Riet Jonkers	Attila Tilburg	Tilburg	04-10-2009

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ V70

10 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.06.38 uur	M. de Jong	av Veteranen Nederland	Leiden	08-06-2003
56.01 min	Lya de Groot	Zaanland Zaandam	Regensburg (GER)	17-05-2007
54.24 min	Ada Habes	Holland Haarlem	Schoorl	10-02-2008

15 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld met behoud van de geldende beste prestatie.*

1.21.48 uur	Sophie Wisman	av Veteranen Nederland	Nijmegen	24-05-1998
-------------	---------------	------------------------	----------	------------

20 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.00.57 uur	Ada Habes	Holland Haarlem	Alphen aan den Rijn	09-03-2008
-------------	-----------	-----------------	---------------------	------------

½ marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.09.17 uur	Corrie Samuels	Energie Braendrecht	Rotterdam	10-04-2011
1.59.39 uur	Lijda van Doorn	avVN Hilversum	Leiden	17-05-2015

25 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

2.34.46 uur	Corrie Samuels	Energie Barendrecht	Rotterdam	10-04-2011
-------------	----------------	---------------------	-----------	------------

30 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

3.09.19 uur	Corrie Samuels	Energie Barendrecht	Rotterdam	10-04-2011
-------------	----------------	---------------------	-----------	------------

marathon hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

4.46.14 uur	Corrie Samuels	Energie Barendrecht	Rotterdam	10-04-2011
-------------	----------------	---------------------	-----------	------------

100 kilometer hardlopen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

*** *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

masters ~ V75 t/m V95

10 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

15 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

1/2 marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

25 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

30 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

marathon hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

100 kilometer hardlopen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

10 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

20 kilometer snelwandelen

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Ekiden - clubteam - (5 + 10 + 5 + 10 + 5 + 7,195 km)

* * * *In 2004 ingesteld zonder limiet.*

*** vacant zonder limiet

Persoonlijke aantekeningen:
