

Heren 65

800 m

10-06-16	Winterswijk	Jan te Luggenhorst	M 70	3.06.7	2016
10-06-16	Winterswijk	Luco Post	M 67	3.28.3	2016
10-06-16	Winterswijk	Henk Steentjes	M 80	4.49.6	2016

600 m

17-09-16	Eibergen	Theo Schootman	M 67	2.07.5	2016
----------	----------	----------------	-------------	--------	------

1500 m

05-10-03	Eibergen	Bennie Huirne	M 68	6.52.4	2003
07-04-04	Eibergen	Peter Huijts	M 67	8.59.0	2004

3000 m

17-09-16	Eibergen	Theo Schootman	M 67	12.39.5	2016
17-09-16	Eibergen	Jan te Luggenhorst	M 70	14.08.2	2016
05-10-03	Eibergen	Bennie Huirne	M 68	14.14.0	2003

3000 m E.T.

06-05-16	Rijssen	Theo Schootman	M 67	12.37.33	2016
----------	---------	----------------	-------------	----------	------

5000 meter

14-10-18	Wehl	Theo Schootman	M 69	20.01	2018
01-04-09	Eibergen	Johan Meenink	M 69	25.47	2009

5000 m E.T.

26-06-14	Hengelo	Theo Schootman	M 65	20.34.56	2014
----------	---------	----------------	-------------	----------	------

3 EM

08-12-12	Eibergen	Henk Steentjes	M 76	32.04	2012
----------	----------	----------------	-------------	-------	------

5 EM

23-03-14	Haaksbergen	Theo Schootman	M 65	33.48	2014
06-05-00	Eibergen	Leo Groot Zevert	M 65	40.40	2000
20-03-16	Haaksbergen	Inus Westhof	M 65	41.32	2016
22-05-11	Eibergen	Hans Schepers	M 68	42.00	2011
25-03-07	Haaksbergen	Johan Meenink	M 67	42.50	2007
08-04-17	Haaksbergen	Jan te Luggenhorst	M 71	42.40	2017
08-04-17	Haaksbergen	Luco Post	M 68	42.40	2017
25-03-12	Haaksbergen	Bert Hummel	M 67	46.13	2012
29-05-16	Eibergen	Willem Brons	M 67	46.37	2016
23-03-14	Haaksbergen	Jan Timmerije	M 67	47.35	2014
01-05-99	Eibergen	Huib Ras	M 69	47.54	1999
21-03-10	Haaksbergen	Henk Steentjes	M 74	51.53	2010
17-04-04	Eibergen	Peter Huijts	M 68	52.35	2004

10 km

12-01-14	Hengelo	Theo Schootman	M 65	41.09	2014
29-12-02	Meddo	Bennie Huirne	M 67	49.14	2002
10-01-15	Enter	Jan te Luggenhorst	M 69	49.29	2015
04-02-18	Hengelo	Inus Westhof	M 67	51.18	2018
13-06-10	Hoog Keppel	Johan Meenink	M 70	52.58	2010
29-12-02	Meddo	Leo Groot Zevert	M 67	53.27	2002
12-01-20	Hengelo	Inus Westhof	M 69	55.18	2020
04-03-18	Vorden	Luco Post	M 69	56.04	2018
30-11-19	Zaandam	Dick Wezel	M 65	57.08	2019
29-10-16	Nijverdal	Willem Brons	M 67	57.36	2016
09-04-12	Hengelo	Jan Timmerije	M 65	59.31	2012

15 km

03-12-00	S-Heerenberg	Leo Groot Zevert	M 65	1.15.11	2000
18-03-01	Hengelo	Bennie Huirne	M 66	1.16.48	2001
02-04-18	Hengelo	Inus Westhof	M 67	1.17.24	2018
02-10-11	Groenlo	Jan te Luggenhorst	M 65	1.18.42	2011
06-12-09	S-Heerenberg	Johan Meenink	M 69	1.21.45	2009
13-04-08	Hengelo	Hans Schepers	M 65	1.25.19	2008
13-01-13	Hengelo	Jan Timmerije	M 66	1.33.19	2013

10 EM

28-10-00	Nijverdal	Bennie Huirne	M 65	1.20.27	2000
26-05-13	Eibergen	Jan te Luggenhorst	M 67	1.20.11	2013
23-03-14	Haaksbergen	Luco Post	M 65	1.20.33	2014
28-10-00	Nijverdal	Leo Groot Zevert	M 65	1.22.52	2000
17-05-09	Eibergen	Johan Meenink	M 69	1.27.22	2009
24-03-13	Haaksbergen	Jan Timmerije	M 66	1.42.31	2013
19-04-03	Eibergen	Peter Huijts	M 67	1.46.15	2003

20 km

29-10-16	Nijverdal	Jan te Luggenhorst	M 70	1.50.51	2016
29-10-16	Nijverdal	Luco Post	M 67	1.55.05	2016

Halve Marathon

14-10-00	Loenen	Bennie Huirne	M 65	1.46.40	2000
15-12-13	Emmerich	Dld Jan te Luggenhorst	M 67	1.47.40	2013
14-10-00	Loenen	Leo Groot Zevert	M 65	1.51.26	2000
27-04-14	Enschede	Luco Post	M 65	1.52.06	2014
14-04-19	Enschede	Inus Westhof	M 68	1.53.59	2019
13-12-09	Emmerich	Dld Hans Schepers	M 66	2.00.42	2009
03-03-13	Vorden	Jan Timmerije	M 66	2.11.32	2013

30 km

01-03-15	Vorden	Jan te Luggenhorst	M 69	2.53.41	2015
05-03-17	Vorden	Luco Post	M 68	3.02.13	2017

Marathon

05-11-00	Terschelling	Bennie Huirne	M 65	3.54.38	2000
12-04-15	Rotterdam	Luco Post	M 66	4.39.16	2015
12-04-15	Rotterdam	Jan te Luggenhorst	M 69	5.09.49	2015

Ver

17-09-16	Eibergen	Theo Schootman	M 67	3.10 m	2016
----------	----------	----------------	-------------	--------	------

Kogel 5 kg

17-09-16	Eibergen	Theo Schootman	M 67	5.97 m	2016
----------	----------	----------------	-------------	--------	------

Discus 1 kg

10-06-16	Winterswijk	Jan te Luggenhorst	M 70	18.67 m	2016
----------	-------------	--------------------	-------------	---------	------

Heren 70

800 m

10-06-16	Winterswijk	Jan te Luggenhorst	M 70	3.06.7	2016
10-06-16	Winterswijk	Henk Steentjes	M 80	4.49.6	2016

3000 m

17-09-16	Eibergen	Jan te Luggenhorst	M 70	14.08.2	2016
----------	----------	--------------------	-------------	---------	------

5000 meter

06-10-19	Groenlo	Theo Schootman	M 70	22.14	2019
20-04-11	Eibergen	Johan Meenink	M 71	26.47	2011

3 EM

08-12-12	Eibergen	Henk Steentjes	M 76	32.04	2012
----------	----------	----------------	-------------	-------	------

5 EM

25-03-12	Haaksbergen	Johan Meenink	M 72	43.34	2012
12-09-21	Enschede	Inus Westhoff	M 70	44.21	2021
25-05-14	Eibergen	Hans Schepers	M 71	45.00	2014
21-03-10	Haaksbergen	Henk Steentjes	M 74	51.53	2010
06-05-00	Eibergen	Huib Ras	M 70	52.52	2000

10 km

17-03-19	Hengelo	Theo Schootman	M 70	46.34	2019
13-06-10	Hoog Keppel	Johan Meenink	M 70	52.58	2010

15 km

14-03-10	Hengelo	Johan Meenink	M 70	1.22.39	2010
----------	---------	---------------	-------------	---------	------

10 EM

29-05-16	Eibergen	Jan te Luggenhorst	M 70	1.30.58	2016
22-05-11	Eibergen	Johan Meenink	M 71	1.31.45	2011
24-03-19	Haaksbergen	Luco Post	M 70	1.33.34	2019

20 km

29-10-16	Nijverdal	Jan te Luggenhorst	M 70	1.50.51	2016
----------	-----------	--------------------	-------------	---------	------

Halve Marathon

17-04-16	Enschede		Jan te Luggenhorst	M 70	1.57.24	2016
15-12-13	Emmerich	Did	Hans Schepers	M 70	2.06.50	2013
27-10-19	Holten		Luco Post	M 70	2.09.41	

30 km

03-03-19	Vorden		Luco Post	M 70	3.12.05	2019
----------	--------	--	-----------	-------------	---------	------

Marathon

14-04-19	Enschede		Luco Post	M 70	5.00.26	2019
----------	----------	--	-----------	-------------	---------	------

Discus 1 kg

10-06-16	Winterswijk		Jan te Luggenhorst	M 70	18.67 m	2016
----------	-------------	--	--------------------	-------------	---------	------

Heren 75

800 m

10-06-16	Winterswijk		Henk Steentjes	M 80	4.49.6	2016
----------	-------------	--	----------------	-------------	--------	------

3 EM

08-12-12	Eibergen		Henk Steentjes	M 76	32.04	2012
----------	----------	--	----------------	-------------	-------	------

5 EM

08-04-17	Haaksbergen		Jan te Luggenhorst	M 71	42.40	2017
27-03-11	Haaksbergen		Henk Steentjes	M 75	55.39	2011

10 km

04-03-18	Vorden		Jan te Luggenhorst	M 72	52.34	2018
----------	--------	--	--------------------	-------------	-------	------

Halve Marathon

22-04-18	Enschede		Jan te Luggenhorst	M 72	2.18.55	2018
----------	----------	--	--------------------	-------------	---------	------