

## Jongens B

### 100 m

10-06-18	Zwolle	Tom Klein Poelhuis	11.48	2018
		Nils Grutterink	11.4	1986
06-10-02	Enschede	Chris Kalter	11.8	2002
17-05-06	Haaksbergen	Bart Bemthuis	11.8	2006
08-10-17	Haaksbergen	Rens Stegink	11.8	2017
27-06-12	Hengelo	Tom Wouda	12.03	2012
05-06-05	Nijmegen	Jurre Verwer	12.07	2005
		Dave Braun	<b>J.C.</b> 12.1	1980
		Frits Hilderink	<b>J.C.</b> 12.1	1987
31-05-96	Zwolle	Roel van de Berg	12.1	1996
08-10-17	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	12.1	2017
04-07-82	Zevenaar	Edwin Lenderink	12.2	1982
08-10-06	Haaksbergen	Stefan Hummelink	12.2	2006
08-10-06	Haaksbergen	Frank Wouda	12.2	2006
13-05-07	Wageningen	Kevin Simmelink	12.30	2007
26-05-19	Almelo	Leon ten Elshof	12.33	2019
16-06-19	Emmeloord	Ruben van Sark	12.33	2019
		Gezines Siepel	12.3	1974
02-07-88	Haaksbergen	Stefan Leferink	<b>J.C.</b> 12.3	1988
18-05-05	Haaksbergen	Jasper Schutte	<b>J.C.</b> 12.3	2005
19-05-10	Haaksbergen	Nick de Waart	12.3	2010
13-06-97	Enschede	Jetse van de kamp	12.48	1997
		Huib ter Haar	12.4	1974
01-06-94	Haaksbergen	Carsten Krooshof	12.4	1994
06-10-02	Enschede	Sebastiaan Steenberg	12.4	2002
21-04-07	Apeldoorn	Niels Teunissen	12.4	2007

### 100 m E.T.

10-06-18	Zwolle	Tom Klein Poelhuis	11.48	2018
27-06-12	Hengelo	Tom Wouda	12.03	2012
05-06-05	Nijmegen	Jurre Verwer	12.07	2005
13-05-07	Wageningen	Kevin Simmelink	12.30	2007
26-05-19	Almelo	Leon ten Elshof	12.33	2019
16-06-19	Emmeloord	Ruben van Sark	12.33	2019
14-05-05	Almelo	Bart Bemthuis	<b>J.C.</b> 12.39	2005
12-05-04	Hengelo	Rolf Heukels	12.40	2004
13-06-97	Enschede	Jetse van de Kamp	12.48	1997
10-06-07	Zwolle	Tijmen Steenberg	12.50	2007
15-05-15	Rijssen	Boris Bintanja	12.57	2015
23-09-17	Haaksbergen	Rens Stegink	12.59	2017
30-09-06	Emmeloord	Frank Rikhof	12.60	2006
11-06-06	Gendringen	Frank Wouda	12.66	2006
16-06-07	Gendringen	Niels Teunissen	<b>J.C.</b> 12.80	2007
28-09-19	Haaksbergen	Yannick ter Huurne	<b>J.C.</b> 12.82	2019
28-09-19	Haaksbergen	David Mebius	<b>J.C.</b> 12.87	2019
14-04-13	Gendringen	Cas van der Kuil	12.91	2013
28-09-19	Haaksbergen	Stan Wiggers	<b>J.C.</b> 12.96	2019
11-05-19	Eibergen	Stan Wiggers	<b>J.C.</b> 12.98	2019
24-06-17	Almelo	Bram Brummelhuis	13.03	2017
10-09-05	Uden	Tiemen Kleinsman	<b>J.C.</b> 13.11	2005
24-06-17	Almelo	Jens Willems	13.11	2017
15-05-04	Almelo	Jasper Schutte	<b>J.C.</b> 13.35	2004
28-08-02	Hengelo	Sebastiaan Steenberg	13.43	2002

**110 mh**

11-06-06	Gendringen	Bart Bemthuis	16.30	2006
07-05-93	Hengelo	Mark Bruil	16.5	1993
		Nils Grutterink	16.9	1985
01-06-86	Zwolle	Marc Oosting	17.0	1986
31-05-96	Zwolle	Jetse van de kamp	17.0	1996
		Huub ter Haar	17.1	1974
08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	17.87	2018
08-04-17	Haaksbergen	Rens Stegink	18.6	2017
13-05-18	Wijchen	Jelle Golbach	18.83	2018
03-10-82	Enschede	Stefan Sogtoen	19.0	1982
08-04-17	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	19.2	2017
08-04-17	Haaksbergen	Martin van den Brink	19.3	2017
16-07-06	Assen	Frank Rikhof	19.56	2006
09-06-95	Hengelo	Renzo Haasnoot	19.8	1995
08-03-11	Enschede	Tom Wouda	20.0	2011
13-05-18	Wijchen	Jens Willems	20.23	2018
14-05-06	Nijmegen	Coen ten Thije	20.49	2006
07-04-18	Haaksbergen	Leon ten Elshof	20.8	2018
08-04-17	Haaksbergen	Jelle Knoef	20.9	2017
10-05-96	Enschede	Tom Hulsink	23.2	1996

**110 mh E.T.**

11-06-06	Gendringen	Bart Bemthuis	16.30	2006
08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	17.87	2018
13-05-18	Wijchen	Jelle Golbach	18.83	2018
16-07-06	Assen	Frank Rikhof	19.56	2006
13-05-18	Wijchen	Jens Willems	20.23	2018
14-05-06	Nijmegen	Coen ten Thije	20.49	2006
13-04-19	Haaksbergen	Ruben van Sark	21.90	2019
13-04-19	Haaksbergen	Leon ten Elshof	22.29	2019

**150 m**

21-05-16	Almelo	Tom Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	19.02	2016
27-05-17	Haaksbergen	Leon ten Elshof	<b>J.C.</b>	20.03	2017
21-05-16	Almelo	Jens Willems	<b>J.C.</b>	20.38	2016
03-09-17	Amsterdam	Jory Davids	<b>J.D.</b>	21.00	2017
27-05-17	Haaksbergen	Ruben van Sark	<b>J.C.</b>	21.87	2017
21-05-16	Almelo	Thomas Siemerink	<b>J.C.</b>	22.05	2016

**200 m**

		Nils Grutterink		22.6	1986
17-06-18	Emmeloord	Tom Klein Poelhuis		22.70	2018
06-10-02	Enschede	Chris Kalter		24.0	2002
30-09-07	Haaksbergen	Frank Wouda		24.3	2007
30-09-07	Haaksbergen	Kevin Simmelink		24.3	2007
06-10-02	Enschede	Sebastiaan Steenberg		24.4	2002
		Dave Braun		24.5	1980
17-05-06	Haaksbergen	Bart Bemthuis		24.5	2006
20-05-12	Emmen	Tom Wouda		24.66	2012

## 200 m vervolg

12-05-04	Hengelo	Jurre Verwer	25.40	2004
16-06-19	Emmeloord	Leon ten Elshof	25.55	2019
22-05-96	Haaksbergen	Jetze van de Kamp	25.7	1996
17-05-06	Haaksbergen	Tiemen Kleinsman	25.8	2006
08-06-08	Zevenaar	Nick de Waart	26.02	2008
14-05-14	Haaksbergen	Cas van der Kuil	26.3	2014
26-05-19	Almelo	Jens Willems	26.41	2019
30-09-07	Haaksbergen	Stefan Hummelink	26.5	2007
22-08-08	Rijssen	Peter Wouda	<b>J.C.</b> 26.8	2008
14-05-14	Haaksbergen	Stefan Hoogland	26.8	2014
17-05-95	Haaksbergen	Renzo Haasnoot	27.4	1995
30-09-84	Hengelo	Marcel Mok	28.2	1984
18-09-16	Haaksbergen	Martin van den Brink	28.3	2016
07-06-02	Enschede	Koen Laarhuis	29.04	2002
18-09-16	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	29.6	2016
30-09-07	Haaksbergen	Corneel van der Pol	29.7	2007
17-05-95	Haaksbergen	Wouter Noordink	30.1	1995

## 200 m ET

17-06-18	Emmeloord	Tom Klein Poelhuis	22.70	2018
20-05-12	Emmen	Tom Wouda	24.66	2012
13-07-07	Apeldoorn	Frank Wouda	25.11	2007
09-05-07	Hengelo	Kevin Simmelink	25.31	2007
12-05-04	Hengelo	Jurre Verwer	25.40	2004
16-06-19	Emmeloord	Leon ten Elshof	25.55	2019
08-06-08	Zevenaar	Nick de Waart	26.02	2008
26-05-19	Almelo	Jens Willems	26.41	2019
21-04-12	Hengelo	Cas van der Kuil	<b>J.C.</b> 27.93	2012
07-06-02	Enschede	Koen Laarhuis	29.04	2002

## 300 mh

		Marc Oosting	42.8	1986
29-08-87	Hengelo	Ivo Oosting	45.1	1987

## 400 m

10-06-18	Zwolle	Tom Klein Poelhuis	50.49	2018
04-07-79	Nijmegen	Rik Ottink	53.9	1979
28-08-02	Hengelo	Chris Kalter	54.92	2002
07-07-07	Utrecht	Frank Wouda	55.09	2007
20-04-97	Emmeloord	Jetse van de Kamp	55.80	1997
28-08-02	Hengelo	Sebastiaan Steenberg	56.22	2002
19-09-82	Hengelo	Stefan Sogtoen	56.6	1982
23-05-87	Hengelo	Ivo Oosting	57.0	1987
08-05-88	Lelystad	Hans van Heyningen	57.2	1988
06-06-82	Hengelo	Han Slotman	57.3	1982

#### 400 m vervolg

11-06-06	Gendringen	Frank Rikhof	57.51	2006
08-05-83	Zevenaar	Henny Wijlens	57.8	1983
		Dave Braun	58.0	1980
21-05-89	Hengelo	Stefan Leferink	58.0	1989
11-06-06	Gendringen	Kevin Simmelink	58.88	2006
06-05-87	Hengelo	Martijn Heideman	J.C. 59.0	1987
16-06-19	Emmeloord	Leon ten Elshof	59.18	2019
03-06-07	Arnhem	Nick de Waart	59.80	2007
		Wim Bats	60.2	1975
31-05-96	Zwolle	Tom Tuchter	60.4	1996
26-05-13	Assen	Koen Belshof	60.60	2013
11-06-17	Assen	Jelle Knoef	60.70	2017
31-05-15	Zwolle	Tim Bieleveld	61.07	2015
14-05-06	Nijmegen	Tijmen Steenberg	J.C. 61.72	2006
26-05-13	Assen	Bart Somhorst	63.30	2013
17-06-84	Zwolle	Peter Antvelink	64.4	1984
01-06-94	Haaksbergen	Bram Tankink	64.4	1994
01-06-94	Haaksbergen	Huib Tankink	64.4	1994
23-06-05	Hengelo	Vincent Slotman	66.7	2005
20-06-90	Haaksbergen	Dimitri van Eekelen	69.1	1990
01-06-94	Haaksbergen	Carsten Krooshof	76.0	1994

#### 400 m E.T.

10-06-18	Zwolle	Tom Klein Poelhuis	50.49	2018
28-08-02	Hengelo	Chris Kalter	54.92	2002
07-07-07	Utrecht	Frank Wouda	55.09	2007
20-05-12	Emmen	Tom Wouda	55.45	2012
20-04-97	Emmeloord	Jetse van de Kamp	55.80	1997
28-08-02	Hengelo	Sebastiaan Steenberg	56.22	2002
11-06-06	Gendringen	Frank Rikhof	57.51	2006
11-06-06	Gendringen	Kevin Simmelink	58.88	2006
16-06-19	Emmeloord	Leon ten Elshof	59.18	2019
03-06-07	Arnhem	Nick de Waart	59.80	2007
26-05-13	Assen	Koen Belshof	1.00.60	2013
11-06-17	Assen	Jelle Knoef	1.00.70	2017
31-05-15	Zwolle	Tim Bieleveld	1.01.07	2015
14-05-06	Nijmegen	Tijmen Steenberg	J.C. 1.01.72	2006
26-05-13	Assen	Bart Somhorst	1.03.30	2013

#### 400 mh

		Chris Kuit	58.3	1985
30-08-15	Haaksbergen	Boris Bintanja	67.5	2015

**800 m**

09-09-79	Enschede	Rik Ottink		2.01.6	1979
21-05-89	Hengelo	Martijn Heideman		2.08.1	1989
		Gezinus Siepel		2.08.7	1974
09-06-95	Hengelo	Bram Tankink		2.08.8	1995
		Kjel Mönnink	<b>J.C.</b>	2.09.05	1986
28-08-05	Amsterdam	Jasper Schutte	<b>J.C.</b>	2.09.35	2005
09-04-10	Enschede	Boy Foks		2.11.3	2010
04-07-82	Zevenaar	Stefan Sogtoen		2.12.7	1982
16-10-94	Enschede	Huub Tankink		2.13.0	1994
08-06-86	Hengelo	Marco Klein Poelhuis		2.13.2	1986
08-06-08	Zevenaar	Nick de Waart		2.14.54	2008
08-05-11	Ede	Tom Wouda		2.15.30	2011
14-05-06	Nijmegen	Frank Rikhof		2.15.52	2006
		Huub ter Haar		2.16.1	1974
30-09-07	Haaksbergen	Frank Wouda		2.17.0	2007
09-05-01	Haaksbergen	Chris Kalter		2.17.1	2001
02-09-17	Nijverdal	Tom Klein Poelhuis		2.17.40	2017
		Dave Braun	<b>J.C.</b>	2.20.0	1979
24-09-94	Enschede	Renzo Haasnoot	<b>J.C.</b>	2.20.9	1994
15-06-84	Hengelo	Roel Ossewold	<b>J.C.</b>	2.21.1	1984
07-09-96	Hengelo	Jetze van de Kamp	<b>J.C.</b>	2.21.1	1996
27-04-83	Hengelo	Henny Wijlens		2.21.5	1983
05-06-83	Hengelo	Jan Paul Klein Poelhuis		2.21.6	1983
22-08-90	Hengelo	Dimitri van Eekelen		2.21.9	1990
30-09-07	Haaksbergen	Kevin Simmelink		2.22.0	2007
26-04-17	Hengelo	Rens Stegink		2.22.28	2017
14-04-13	Gendringen	Freek Bieleveld		2.22.33	2013
04-07-82	Zevenaar	Raymond Velthof		2.22.3	1982
22-06-96	Apeldoorn	Emiel ten Brincke		2.22.8	1996
01-07-05	Kampen	Vincent Slotman		2.23.96	2005
24-05-97	Hengelo	Ben Post	<b>J.C.</b>	2.24.1	1997

**800 m E.T.**

		Kjel Mönnink	<b>J.C.</b>	2.09.05	1986
28-08-05	Amsterdam	Jasper Schutte	<b>J.C.</b>	2.09.35	2005
06-05-10	Hengelo	Boy Foks		2.13.73	2010
08-06-08	Zevenaar	Nick de Waart		2.14.54	2008
08-05-11	Ede	Tom Wouda		2.15.30	2011
14-05-06	Nijmegen	Frank Rikhof		2.15.52	2006
02-09-17	Nijverdal	Tom Klein Poelhuis		2.17.40	2017
07-04-19	Ede	Ruben van Sark		2.19.78	2019
26-04-17	Hengelo	Rens Stegink		2.22.28	2017
14-04-13	Gendringen	Freek Bieleveld		2.22.33	2013
01-07-05	Kampen	Vincent Slotman		2.23.96	2005
26-05-13	Assen	Cas van der Kuil		2.25.83	2013
21-05-16	Almelo	Joep Schmitz	<b>J.C.</b>	2.29.14	2016
10-06-07	Zwolle	Corneel van der Pol		2.29.89	2007
14-05-05	Almelo	Kevin Simmelink	<b>J.C.</b>	2.30.00	2005

**1000 m**

		Rik Ottink		2.50.4	1979
26-06-05	Hengelo	Jasper Schutte	<b>J.C.</b>	2.50.79	2005
10-06-10	Hengelo	Boy Foks		2.50.9	2010
15-10-93	Haaksbergen	Bram Tankink	<b>J.C.</b>	2.56.7	1993
		Marco Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	3.00.7	1985
21-06-07	Hengelo	Nick de Waart		3.01.0	2007
13-07-75	Bocholt	<b>Dld</b> Gezinus Siepel		3.02.5	1975
		Kjell Monnink	<b>J.D.</b>	3.04.1	1984
23-06-05	Hengelo	Vincent Slotman		3.06.90	2005
15-06-14	Dronten	Boris Bintanja	<b>J.C.</b>	3.06.75	2014
07-07-18	Lisse	Jory Davids	<b>J.D.</b>	3.11.30	2018
14-06-15	Deventer	Rens Stegink	<b>J.C.</b>	3.13.20	2015
03-07-82	Harderwijk	Roel Ossewald	<b>J.D.</b>	3.16.6	1982
17-10-82	Eibergen	Nils Grutterink	<b>J.D.</b>	3.17.0	1982
24-09-05	Apeldoorn	Bart Bemthuis	<b>J.C.</b>	3.18.96	2005
26-04-86	Hengelo	Bart Kasteel	<b>J.D.</b>	3.20.8	1986
09-07-06	Almelo	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b>	3.21.32	2006
30-06-90	Hengelo	Huub Tankink	<b>J.D.</b>	3.21.7	1990
23-10-83	Eibergen	Henk Westendorp	<b>J.D.</b>	3.22.0	1983
23-10-83	Eibergen	Bert Ten Thije Boomkamp	<b>J.P.A.</b>	3.23.0	1983
		Wim Bats	<b>J.D.</b>	3.23.5	1975
02-06-07	Almelo	Tom Baumeister		3.24.04	2007
24-06-84	Zwolle	Marc Oosting	<b>J.C.</b>	3.24.0	1984
29-04-00	Enschede	Daan Weegering	<b>J.D.</b>	3.24.4	2000
04-06-94	Deventer	Emiel ten Brincke	<b>J.D.</b>	3.24.9	1994
04-06-94	Deventer	Johan Vlastuin	<b>J.D.</b>	3.25.5	1994

**1000 m E.T.**

26-06-05	Hengelo	Jasper Schutte	<b>J.C.</b>	2.50.79	2005
15-06-14	Dronten	Boris Bintanja	<b>J.C.</b>	3.06.75	2014
23-06-05	Hengelo	Vincent Slotman		3.06.90	2005
07-07-18	Lisse	Jory Davids	<b>J.D.</b>	3.11.30	2018
14-06-15	Deventer	Rens Stegink	<b>J.C.</b>	3.13.20	2015
03-06-07	Almelo	Boy Foks	<b>J.C.</b>	3.14.16	2007
07-04-18	Haaksbergen	Yannick ter Huurne	<b>J.D.</b>	3.18.21	2018
24-09-05	Apeldoorn	Bart Bemthuis	<b>J.C.</b>	3.18.96	2005
09-07-06	Almelo	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b>	3.21.32	2006
02-06-07	Almelo	Tom Baumeister	<b>J.C.</b>	3.24.04	2007
09-07-06	Almelo	Bram van Haeringen	<b>J.D.</b>	3.26.75	2006

**1500 m**

23-09-79	Enschede	Rik Ottink		4.19.6	1979
08-10-17	Haaksbergen	Tom Klein Poelhuis		4.29.0	2017
09-05-10	Almelo	Boy Foks		4.33.45	2010
17-09-89	Enschede	Bert Ten Thije Boomkamp		4.36.7	1989
		Kjel Monnink	<b>J.C.</b>	4.37.5	1986
19-09-93	Hengelo	Huub Tankink		4.37.7	1993
26-05-82	Eibergen	Stefan Sogtoen		4.41.0	1982

**1500 m vervolg**

12-07-87	Hengelo	Erik Reints		4.41.3	1987
16-07-06	Assen	Frank Rikhof		4.43.94	2006
08-10-17	Haaksbergen	Bram Brummelhuis		4.48.0	2017
01-06-94	Haaksbergen	Bram Tankink		4.50.4	1994
08-10-17	Haaksbergen	Martin van den Brink		4.53.0	2017
24-05-81	Eibergen	Jan Paul Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	4.54.5	1981
08-10-17	Haaksbergen	Jory Davids	<b>J.D.</b>	4.55.0	2017
11-06-06	Gendringen	Björn Ordelmans	<b>J.C.</b>	4.55.22	2006
04-06-94	Deventer	Tom Tuchter	<b>J.C.</b>	4.55.9	1994
27-08-83	Hengelo	Henny Wijlens		4.56.0	1983
08-10-17	Haaksbergen	Rens Stegink		4.56.0	2017
14-05-06	Nijmegen	Vincent Slotman		4.57.06	2006
		Paul Tankink		4.57.6	1975
08-10-17	Haaksbergen	Jelle Knoef		4.58.0	2017
14-04-13	Gendringen	Freek Bieleveld		4.58.10	2013
08-10-17	Haaksbergen	Leon ten Elshof	<b>J.C.</b>	4.59.0	2017
12-05-95	Emmeloord	Peter Dobos		5.00.0	1995
08-10-17	Haaksbergen	Yannick ter Huurne	<b>J.D.</b>	5.01.0	2017
		Dave Braun	<b>J.C.</b>	5.02.0	1979
10-06-89	Hengelo	Dimitri van Eekelen	<b>J.C.</b>	5.02.2	1989
24-05-81	Eibergen	Peter Bemthuis	<b>J.C.</b>	5.05.0	1981
10-05-96	Enschede	Daniel Klein Rot		5.05.6	1996
08-10-17	Haaksbergen	Jelle Golbach	<b>J.C.</b>	5.06.0	2017
17-10-82	Eibergen	Marcel Mok	<b>J.C.</b>	5.09.0	1982
08-10-17	Haaksbergen	Tijn Lansink	<b>J.D.</b>	5.09.0	2017
08-10-17	Haaksbergen	Jens Willems		5.09.0	2017
14-06-75	Enschede	Remon Lurvink	<b>J.C.</b>	5.09.7	1975
17-10-82	Eibergen	Norbert Spikker	<b>J.C.</b>	5.11.0	1982
12-05-84	Hengelo	Rene Lenderink	<b>J.C.</b>	5.14.7	1984
08-05-02	Haaksbergen	Chris Kalter		5.15.0	2002

**1500 m E.T.**

09-05-10	Almelo	Boy Foks		4.33.45	2010
16-07-06	Assen	Frank Rikhof		4.43.94	2006
11-06-06	Gendringen	Björn Ordelmans	<b>J.C.</b>	4.55.22	2006
08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis		4.56.66	2018
14-05-06	Nijmegen	Vincent Slotman		4.57.06	2006
14-04-13	Gendringen	Freek Bieleveld		4.58.10	2013
13-05-07	Wageningen	Corneel van der Pol		5.24.26	2007
10-06-18	Zwolle	Ruben van Sark	<b>J.C.</b>	5.32.58	2018
13-07-07	Apeldoorn	Tom Wouda	<b>J.D.</b>	5.33.26	2007
31-05-15	Zwolle	Stefan Hoogland		5.40.03	2015
14-05-05	Almelo	Nick de Waart	<b>J.C.</b>	5.45.34	2005
11-06-17	Assen	Rens Stegink		5.58.58	2017

**1500 m Steeple**

23-05-84	Hengelo	Jan Paul KL.Poelhuis		5.17.6	1984
09-06-84	Hengelo	Marco Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	5.25.2	1984
		Mark Eijsink		5.32.5	1980
09-06-84	Hengelo	Stefan Wegdam	<b>J.C.</b>	6.56.9	1984
09-06-84	Hengelo	Sandor Roelink	<b>J.C.</b>	7.30.3	1984

**1 EM**

03-10-82	Enschede	Stefan Sogtoen		5.03	1982
03-10-82	Enschede	Henny Wijlens		5.21	1982
31-03-10	Haaksbergen	Tom Wouda	<b>J.C.</b>	5.35	2010
23-03-14	Haaksbergen	Rens Stegink	<b>J.D.</b>	6.01	2014
25-03-12	Haaksbergen	Boris Bintanja	<b>J.D.</b>	6.18	2012
25-03-12	Haaksbergen	Mart van der Kuil	<b>J.D.</b>	6.26	2012
31-03-10	Haaksbergen	Jurre Willems	<b>J.D.</b>	6.34	2010
03-03-08	Haaksbergen	Koen Brug	<b>J.D.</b>	6.38	2008
22-03-15	Haaksbergen	Jory Davids	<b>J.P.A.</b>	6.36	2015
25-03-12	Haaksbergen	Thijs Brummelhuis	<b>J.D.</b>	6.39	2012

**2000 m Steeple**

29-06-94	Hengelo	Bram Tankink		7.05.0	1994
29-06-94	Hengelo	Huub Tankink		7.07.6	1994
23-06-11	Hengelo	Tom Wouda		8.10.7	2011
22-06-06	Hengelo	Vincent Slotman		8.11.9	2006

**3000 m**

28-05-94	Emmeloord	Bram Tankink		9.41.68	1994
28-05-94	Emmeloord	Huub Tankink		9.42.69	1994
21-10-79	Eibergen	Rik Ottink		9.47.6	1979
		Bert ten Thije Boomkamp		9.49.8	1989
		Kees Hudig		10.01.6	1978
31-08-14	Haaksbergen	Tim Loohuis		10.11.5	2014
05-06-84	Hengelo	Benno Scharenborg		10.13.4	1984
10-05-87	Zevenaar	Erik Reints		10.19.3	1987
04-07-82	Zevenaar	Peter Bemthuis		10.29.6	1982
17-10-76	Eibergen	Gezinus Siepel		10.29.9	1976
23-10-83	Eibergen	Jan Paul Klein Poelhuis		10.43.0	1983
23-10-83	Eibergen	Marcel Mok		10.45.0	1983
21-10-79	Eibergen	Marc Eijsink		10.58.4	1979
11-04-76	Enschede	Wim Bats		11.10.0	1976
21-10-79	Eibergen	L. Lurving		11.40.0	1979
06-06-82	Hengelo	Henny Wijlens		11.24.9	1982
08-10-17	Haaksbergen	Joep Schmitz	<b>J.C.</b>	11.34.0	2017
23-10-83	Eibergen	Norbert Spikker		11.44.0	1983
12-05-19	Assen	Ruben van Sark		11.46.48	2019
23-10-83	Eibergen	Brain te Lintelo		11.49.0	1983
21-06-15	Gemert	Thijs Brummelhuis		12.00.81	2015
		Benno Waanders		12.28.4	1975

**3000 m E.T.**

28-05-94	Emmeloord	Bram Tankink		9.41.68	1994
28-05-94	Emmeloord	Huub Tankink		9.42.69	1994
12-05-19	Assen	Ruben van Sark		11.46.48	2019
30-08-15	Haaksbergen	Joep Schmitz	<b>J.D.</b>	11.56.06	2015
21-06-15	Gemert	Thijs Brummelhuis		12.00.81	2015

**2 EM**

24-05-12	Hengelo	Tom Wouda		12.21	2012
28-05-09	Hengelo	Jorn Groothuis	<b>J.D.</b>	12.36	2009
29-05-16	Eibergen	Tom Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	13.35	2016

**5000 m**

		Rik Ottink		17.14.1	1979
01-06-94	Haaksbergen	Bram Tankink		17.24.5	1994
11-05-94	Haaksbergen	Huub Tankink		17.34.6	1994
06-06-10	Nijmegen	Boy Foks		17.46.45	2010
22-06-06	Hengelo	Bjorn Ordelmans	<b>J.C.</b>	19.49.9	2006
09-04-06	Haaksbergen	Vincent Slotman		20.04	2006
13-04-09	Hengelo	Tim Loohuis	<b>J.D.</b>	21.31	2009
09-04-06	Haaksbergen	Corneel van der Pol		21.41	2006
03-04-11	Hengelo	Tom Wouda		22.05	2011

**5 EM**

04-03-00	Winterswijk	Joney Wielens		28.42	2000
21-03-10	Haaksbergen	Boy Foks		30.47	2010
25-03-07	Haaksbergen	Bjorn Ordelmans	<b>J.C.</b>	31.01	2007
23-03-97	Haaksbergen	Tom Tuchter		31.38	1997
24-03-13	Haaksbergen	Freek Bieleveld		31.48	2013
17-09-06	Enschede	Vincent Slotman		33.53	2006
25-03-07	Haaksbergen	Nick de Waart		34.12	2007
25-03-12	Haaksbergen	Cas van der Kuil	<b>J.C.</b>	34.26	2012
22-03-09	Haaksbergen	Tim Loohuis	<b>J.D.</b>	34.28	2009
20-03-16	Haaksbergen	Tom Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	35.09	2016
24-03-02	Haaksbergen	Daan Weegerink	<b>J.C.</b>	35.40	2002
25-03-07	Haaksbergen	Corneel van de Pol		35.40	2007
24-03-02	Haaksbergen	Sebastiaan Steenberg		36.59	2002
21-03-10	Haaksbergen	Koen Brug	<b>J.C.</b>	37.14	2010
20-03-05	Haaksbergen	Kevin Simmelink	<b>J.C.</b>	37.38	2005
20-03-05	Haaksbergen	Wesley Uuldriks	<b>J.C.</b>	38.07	2005
25-03-12	Haaksbergen	Karsten Brefeld	<b>J.D.</b>	38.19	2012
26-03-06	Haaksbergen	Arthur Slot	<b>J.D.</b>	38.48	2006

**10 km**

26-09-93	Haaksbergen	Huub Tankink		39.10	1993
14-09-97	Haaksbergen	Daniel Klein Rot		39.53	1997
14-09-97	Haaksbergen	Jasper ten Berge		46.39	1997
09-04-07	Hengelo	Corneel van der Pol		47.14	2007
17-04-16	Enschede	Tom Klein Poelhuis	<b>J.C.</b>	47.58	2016
03-04-11	Hengelo	Tim Loohuis	<b>J.C.</b>	54.12	2011

**10 EM**

16-09-07	Enschede	Corneel van der Pol	1.15.49	2007
26-03-95	Haaksbergen	Peter Dobos	1.16.43	1995
20-03-16	Haaksbergen	Daan Olde Engberink	1.25.38	2016

**Ver**

01-06-86	Zwolle	Nils Grutterink	6.63 m	1986
03-06-07	Arnhem	Bart Bemthuis	6.30 m	2007
27-06-12	Hengelo	Tom Wouda	6.17 m	2012
		Dave Braun	6.00 m	1980
11-05-05	Hengelo	Chris Doornweerd	5.87 m	2005
13-05-07	Wageningen	Jasper Schutte	<b>J.C.</b> 5.71 m	2007
		Huib ter Haar	5.67 m	1974
25-09-88	Hengelo	Ivo Oosting	5.63 m	1988
09-06-82	Eibergen	Edwin Lenderink	5.59 m	1982
22-05-96	Haaksbergen	Emiel ten Brincke	<b>J.C.</b> 5.59 m	1996
18-05-83	Eibergen	Ben van Sark	5.58 m	1983
18-07-15	Enschede	Boris Bintanja	5.58 m	2015
08-10-06	Haaksbergen	Stefan Hummelink	5.56 m	2006
31-08-86	Hengelo	Marc Oosting	5.47 m	1986
07-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	5.47 m	2018
30-09-06	Emmeloord	Frank Rikhof	5.39 m	2006
08-10-06	Haaksbergen	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b> 5.37 m	2006
03-10-82	Enschede	Stefan Sogtoen	5.35 m	1982
07-04-18	Haaksbergen	Jelle Golbach	<b>J.C.</b> 5.35 m	2018
14-09-19	Almelo	Ruben van Sark	5.35 m	2019
07-06-02	Enschede	Sebastiaan Steenberg	5.34 m	2002
08-04-17	Haaksbergen	Jens Willems	5.34 m	2018
08-10-17	Haaksbergen	Rens Stegink	5.25 m	2017
08-10-06	Haaksbergen	Frank Wouda	5.24 m	2006
16-05-87		Pim Sloot	<b>J.C.</b> 5.22 m	1987
22-06-19	Haaksbergen	Stan Wiggers	<b>J.C.</b> 5.20 m	2019
08-04-17	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	5.18 m	2017
22-04-17	Enschede	Jelle Knoef	5.14 m	2017
31-05-96	Zwolle	Jetze van de Kamp	5.13 m	1996
02-07-88	Haaksbergen	Stefan Leferink	<b>J.C.</b> 5.10 m	1988
08-06-08	Eibergen	Peter Wouda	5.09 m	2008
25-06-95	Haaksbergen	Peter Dobos	5.08 m	1995
09-05-01	Haaksbergen	Chris Kalter	5.07 m	2001
01-06-94	Haaksbergen	Carsten Krooshof	5.06 m	1994
08-06-08	Eibergen	Puck Somhorst	5.05 m	2008
30-06-13	Haaksbergen	Cas van der Kuil	5.02 m	2013
07-07-18	Lisse	Jory Davids	<b>J.D.</b> 5.02 m	2018
19-04-86	Haaksbergen	Marco Klein Poelhuis	5.00 m	1986
09-04-94	Haaksbergen	Tom Tuchter	<b>J.C.</b> 4.99 m	1994
09-06-82	Eibergen	Han Slotman	4.98 m	1982

**Hoog**

16-06-19	Emmeloord	Jelle Golbach	2.05 m	2019
		Peter Antvelink	1.85 m	1986
27-05-89	Zwolle	Martijn Heideman	1.82 m	1989
		Huib ter Haar	1.75 m	1974
23-06-76	Arnhem	Wim Bats	1.75 m	1976
		Ben van Sark	1.75 m	1983
		Nils Grutterink	1.75 m	1985
30-09-07	Haaksbergen	Frank wouda	1.75 m	2007
06-09-08	Almelo	Peter Wouda	<b>J.C.</b> 1.75 m	2008

## Hoog vervolg

12-05-19	Assen	Ruben van Sark		1.75 m	2019
23-05-84	Hengelo	Jan Paul Klein Poelhuis		1.70 m	1984
		Henk westendorp	<b>J.C.</b>	1.70 m	1985
07-05-93	Hengelo	Mark Bruil		1.70 m	1993
31-05-96	Zwolle	Peter Haasnoot		1.70 m	1996
25-05-19	Deventer	Ivan Hoogland	<b>J.C.</b>	1.70 m	2019
25-06-95	Haaksbergen	Renzo Haasnoot		1.68 m	1995
16-07-06	Assen	Frank Rikhof		1.66 m	2006
04-07-82	Zevenaar	Han Slotman		1.65 m	1982
17-05-95	Haaksbergen	Wouter Noordink		1.65 m	1995
28-08-02	Hengelo	Chris Kalter		1.65 m	2002
30-09-07	Haaksbergen	Bart Bemthuis		1.65 m	2007
17-05-14	Almelo	Boris Bintanja	<b>J.C.</b>	1.65 m	2014
11-06-17	Assen	Jens Willems		1.65 m	2017
08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis		1.65 m	2018
04-07-87	Haaksbergen	Ivo Oosting		1.60 m	1987
22-08-90	Hengelo	Dimitri van Eekelen		1.60 m	1990
14-05-06	Nijmegen	Tiemen Kleinsmann		1.60 m	2006
08-07-06	Almelo	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b>	1.60 m	2006
20-05-12	Emmen	Tom Wouda		1.60 m	2012
22-06-19	Haaksbergen	David Mebius	<b>J.C.</b>	1.60 m	2019
28-09-19	Haaksbergen	Yannick ter Huurne	<b>J.C.</b>	1,60 m	2019

## Polshoog

15-07-06	Assen	Frank Rikhof		3.60 m	2006
		Nils Grutterink		3.00 m	1985
03-09-88	Hengelo	Ivo Oosting		3.00 m	1988
04-07-82	Zevenaar	Jeffrey Braun		2.80 m	1982
25-06-15	Hengelo	Boris Bintanja		2.80 m	2015
09-06-82	Eibergen	Stefan Sogtoen		2.70 m	1982
11-07-08	Apeldoorn	Peter Wouda	<b>J.C.</b>	2.70 m	2008
13-05-07	Wageningen	Bart Bemthuis		2.60 m	2007
09-08-86	Hengelo	Marc Oosting		2.40 m	1986
26-05-19	Almelo	Jelle Golbach		2.40 m	2019
13-07-07	Apeldoorn	Puck Somhorst	<b>J.C.</b>	2.35 m	2007
12-05-95	Emmeloord	Renzo Haasnoot		2.20 m	1995
07-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis		2.10 m	2018
26-05-13	Assen	Koen Belshof		2.00 m	2013
14-06-75	Enschede	Remon Lurving	<b>J.C.</b>	1.90 m	1975
		Norbert Spikker	<b>J.C.</b>	1.90 m	1982
04-06-83	Haaksbergen	Ronnie Reimerink	<b>J.C.</b>	1.70 m	1983

## Hink Stap Springen

		Ivo Oosting		11.76 m	1988
13-05-07	Wageningen	Jasper Schutte		11.68 m	2007
07-04-19	Ede	Jelle Golbach		11.12 m	2019
19-10-14	Enschede	Boris Bintanja	<b>J.C.</b>	11.10 m	2014
04-07-82	Zevenaar	Ben van Sark		11.03 m	1982
		Han Wientjes		10.95 m	1978
05-06-83	Hengelo	Henny Wijlens		10.56 m	1983
04-06-93	Deventer	Carsten Krooshof		10.46 m	1993
31-05-96	Zwolle	Peter Dobos		10.40 m	1996
02-07-15	Rijssen	Rens Stegink	<b>J.C.</b>	10.09 m	2015
18-09-16	Haaksbergen	Martin van den Brink		9.49 m	2016
14-05-06	Nijmegen	Coen ten Thije	<b>J.C.</b>	9.40 m	2006
18-09-16	Haaksbergen	Bram Brummelhuis		9.23 m	2016

**Kogel 5 kg**

09-05-07	Hengelo	Stefan Hummelink	12.92 m	2007
08-10-06	Haaksbergen	Jasper Schutte	12.30 m	2006
		Nils Grutterink	12.06 m	1985
17-05-06	Haaksbergen	Frank Rikhof	12.00 m	2006
		Jan Paul Klein Poelhuis	11.63 m	1984
11-10-15	Enschede	Boris Bintanja	11.56 m	2015
		Huib ter Haar	10.98 m	1974
11-09-91	Eibergen	Dimitri van Eekelen	10.90 m	1991
10-05-96	Enschede	Bart Dijkman	10.76 m	1996
16-05-07	Haaksbergen	Bart Bemthuis	10.51 m	2007
25-06-86	Hengelo	Marc Oosting	10.49 m	1986
07-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	10.28 m	2018
14-04-13	Gendringen	Bas Reith	10.23 m	2013
02-05-81	Hengelo	Wim Steenberg	9.73 m	1981
30-06-13	Haaksbergen	Cas van der Kuil	9.67 m	2013
04-06-93	Deventer	Carsten Krooshof	9.66 m	1993
02-09-17	Nijverdal	Rens Stegink	9.61 m	2017
24-06-87	Haaksbergen	Ivo Oosting	9.59 m	1987
26-05-82	Eibergen	Henny Wijlens	9.50 m	1982
07-09-12	Goor	Tom Wouda	9.50 m	2012
11-09-02	Nijverdal	Sebastiaan Steenberg	9.49 m	2002
18-05-05	Haaksbergen	Chris Doornweerd	9.46 m	2005
10-06-18	Zwolle	Jens Willems	9.38 m	2018
10-05-06	Hengelo	Ronald ter Huurne	9.30 m	2006
30-09-84	Hengelo	Marcel Mok	9.27 m	1984
24-08-86	Hengelo	Robert van Leeuwen	9.15 m	1986
22-04-17	Enschede	Jelle Knoef	9.09 m	2017
14-09-19	Almelo	Ruben van Sark	9.07 m	2019
11-06-17	Assen	Jelle Golbach	9.00 m	2017
27-05-09	Holten	Puck Somhorst	8.84 m	2009
14-09-19	Almelo	Leon ten Elshof	8.82 m	2019
16-05-07	Haaksbergen	Kevin Simmelink	8.70 m	2007
04-09-09	Goor	Peter Wouda	8.62 m	2009
08-10-89	Haaksbergen	Bert ten Thije Boomkamp	8.61 m	1989
26-05-13	Assen	Bart Somhorst	8.49 m	2013
08-10-06	Haaksbergen	Vincent Slotman	8.40 m	2006
13-05-09	Haaksbergen	Boy Foks	8.38 m	2009
13-07-75	Bocholt	<b>Did</b> Gezinus Siepel	8.06 m	1975
16-05-07	Haaksbergen	Corneel van der Pol	8.06 m	2007
27-05-09	Holten	Tom Baumeister	8.01 m	2009
07-09-07	Goor	Frank Wouda	7.96 m	2007
13-07-75	Bocholt	<b>Did</b> Bertho Prinsen	7.86 m	1975
25-06-95	Haaksbergen	Renzo Haasnoot	7.85 m	1995
25-06-95	Haaksbergen	Peter Dobos	7.82 m	1995
01-06-94	Haaksbergen	Huib Tankink	7.65 m	1994
12-05-95	Emmeloord	Roel van de Berg	7.63 m	1995
30-08-15	Haaksbergen	Tim Bieleveld	7.60 m	2015
03-04-03	Haaksbergen	Jurre Verwer	7.52 m	2003

**Discus 1.5 kg**

30-09-07	Haaksbergen	Stefan Hummelink	40.25 m	2007
17-05-06	Haaksbergen	Frank Rikhof	36.80 m	2006
		Jan Paul Klein Poelhuis	33.32 m	1984
25-06-15	Hengelo	Boris Bintanja	32.88 m	2015
22-08-08	Rijssen	Puck Somhorst	32.72 m	2008
08-10-17	Haaksbergen	Martin van den Brink	32.56 m	2017

**Discus 1.5 kg vervolg**

08-10-89	Haaksbergen	Bert ten Thije Boomkamp	30.94 m	1989
09-06-82	Eibergen	Jeffrey Braun	30.14 m	1982
10-05-96	Enschede	Tom Hulsink	29.82 m	1996
31-05-96	Zwolle	Bart Dijkman	28.58 m	1996
17-04-85	Eibergen	Peter Antvelink	28.06 m	1985
		Huib ter Haar	27.96 m	1974
08-10-17	Haaksbergen	Rens Stegink	27.78 m	2017
14-09-19	Almelo	Ruben van Sark	26.70 m	2019
30-09-07	Haaksbergen	Bart Bemthuis	26.51 m	2007
13-05-18	Wijchen	Jelle Knoef	26.22 m	2018
18-05-05	Haaksbergen	Chris Doornweerd	25.92 m	2005
17-05-06	Haaksbergen	Jasper Schutte	25.83 m	2006
31-08-14	Haaksbergen	Cas van der Kuil	25.82 m	2014
08-10-17	Haaksbergen	Tom Klein Poelhuis	25.78 m	2017
17-04-85	Eibergen	Marc Oosting	24.92 m	1985
08-05-02	Haaksbergen	Sebastiaan Steenberg	24.66 m	2002
13-05-07	Wageningen	Corneel van der Pol	24.21 m	2007
13-05-09	Haaksbergen	Tom Baumeister	23.44 m	2009
07-05-93	Hengelo	Carsten Krooshof	23.26 m	1993
26-05-13	Assen	Bart Somhorst	23.13 m	2013
08-10-89	Haaksbergen	Sam Walhain	22.76 m	1989
17-05-06	Haaksbergen	Vincent Slotman	22.58 m	2006
13-05-09	Haaksbergen	Boy Foks	22.26 m	2009
27-08-03	Hengelo	Jurre Verwer	21.95 m	2003
23-06-11	Hengelo	Tom Wouda	21.24 m	2011
08-10-17	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	21.09 m	2017
27-05-09	Holten	Peter Wouda	20.86 m	2009
07-09-07	Goor	Frank Wouda	20.83 m	2007
24-06-87	Haaksbergen	Ivo Oosting	20.68 m	1987
17-05-06	Haaksbergen	Ronald Huurne	20.43 m	2006
31-08-14	Haaksbergen	Koen Belshof	20.27 m	2014
02-09-17	Nijverdal	Jens Willems	19.47 m	2017
09-06-95	Hengelo	Wouter Noordink	19.38 m	1994
11-09-91	Eibergen	Dimitri van Eekelen	18.32 m	1991
16-05-07	Haaksbergen	Kevin Simmelink	17.97 m	2007
04-06-93	Deventer	Huib Tankink	17.70 m	1993
16-05-07	Haaksbergen	Remco Duchâteau	17.15 m	2007
01-06-94	Haaksbergen	Bram Tankink	16.92 m	1994

**Speer 700 gr**

		Stefan Sogtoen	44.56 m	1982
29-06-86	Almelo	Marc Oosting	43.10 m	1986
31-05-96	Zwolle	Tom Hulsink	40.50 m	1996
14-06-75	Deventer	Bertho Prinsen	38.70 m	1975
08-10-89	Haaksbergen	Bert ten Thije Boomkamp	38.38 m	1989
04-07-87	Haaksbergen	Ivo Oosting	37.42 m	1987
27-08-83	Hengelo	Jan Paul Klein Poelhuis	37.12 m	1983
19-04-86	Haaksbergen	Marco Klein Poelhuis	35.88 m	1986
		Wim Bats	34.63 m	1977
04-07-87	Haaksbergen	Hans van Heiningen	34.38 m	1987
27-08-83	Hengelo	Marcel Mok	33.98 m	1983

## Speer 700 gr vervolg

09-05-81	Hengelo	Dave Braun	32.46 m	1981
27-08-83	Hengelo	Henny Wijlens	32.28 m	1983
01-06-94	Haaksbergen	Carsten Krooshof	31.44 m	1994
11-09-91	Eibergen	Dimitri van Eekelen	30.02 m	1991
10-05-96	Enschede	Roel van de Berg	27.36 m	1996
01-06-94	Haaksbergen	Bram Tankink	27.48 m	1994
01-06-94	Haaksbergen	Huub Tankink	26.88 m	1994
08-10-89	Haaksbergen	Sam Walhain	21.28 m	1989
25-06-95	Haaksbergen	Renzo Haasnoot	19.64 m	1995
25-06-95	Haaksbergen	Peter Dobos	18.90 m	1995

## Speer 700 gr nieuw

09-05-07	Hengelo	Stefan Hummelink	46.31 m	2007
27-04-15	Hengelo	Boris Bintanja	45.19 m	2015
01-10-06	Emmeloord	Frank Rikhof	44.96 m	2006
10-06-07	Zwolle	Tijmen Steenberg	44.80 m	2007
01-07-05	Kampen	Chris Doornweerd	44.29 m	2005
07-06-02	Enschede	Sebastiaan Steenberg	38.04 m	2002
28-09-19	Haaksbergen	Ruben van Sark	37.99 m	2019
13-05-09	Haaksbergen	Puck Somhorst	36.77 m	2009
07-04-18	Haaksbergen	Jelle Knoef	36.63 m	2018
16-05-07	Haaksbergen	Bart Bemthuis	36.42 m	2007
10-05-06	Hengelo	Jasper Schutte	36.22 m	2006
08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	34.85 m	2018
08-04-17	Haaksbergen	Martin van den Brink	34.31 m	2017
14-04-13	Gendringen	Cas van der Kuil	33.52 m	2013
07-04-18	Haaksbergen	Jens Willems	33.48 m	2018
10-05-06	Hengelo	Ronald ter Huurne	32.28 m	2006
18-09-16	Haaksbergen	Martin van den Brink	32.07 m	2016
07-04-18	Haaksbergen	Jelle Golbach	31.91 m	2018
13-05-09	Haaksbergen	Tom Baumeister	30.67 m	2009
07-07-06	Goor	Frank Wouda	28.65 m	2006
28-04-18	Nijverdal	Leon ten Elshof	28.63 m	2018
27-05-09	Holten	Peter Wouda	28.60 m	2009
18-09-16	Haaksbergen	Bram Brummelhuis	28.30 m	2016
26-05-13	Assen	Freek Bieleveld	27.97 m	2013
24-06-17	Almelo	Rens Stegink	26.85 m	2017
13-05-09	Haaksbergen	Boy Foks	26.75 m	2009
07-09-12	Goor	Tom Wouda	26.65 m	2012
16-05-07	Haaksbergen	Nick de Waart	26.52 m	2007
16-05-07	Haaksbergen	Remco Duchâteau	24.58 m	2007
08-05-03	Haaksbergen	Jurre Verwer	24.40 m	2003
16-05-07	Haaksbergen	Corneel van der Pol	23.42 m	2006
08-05-03	Haaksbergen	Mike Effing	23.19 m	2003
16-05-07	Haaksbergen	Kevin Simmelink	19.03 m	2007
01-07-05	Kampen	Vincent Slotman	15.20 m	2005
08-05-03	Haaksbergen	Sander Molenveld	13.37 m	2003

## Kogelslingeren

18-07-15	Enschede	Boris Bintanja	22.24 m	2015
----------	----------	----------------	---------	------

**4x100 m**

10-06-07	Zwolle	Kevin Simmelink	47.60	2007
10-06-07	Zwolle	Jasper Schutte	47.60	2007
10-06-07	Zwolle	Tiemen Kleinsman	47.60	2007
10-06-07	Zwolle	Bart Bemthuis	47.60	2007

**4x400 m**

07-06-02	Enschede		3.57.38	2002
----------	----------	--	---------	------

**8 Kamp**

		Huib ter haar	3737 pnt	1974
--	--	---------------	----------	------

**9 Kamp**

		Nils Grutterink	5019 pnt	1985
--	--	-----------------	----------	------

**9 Kamp Nieuwe Speer**

30-09-06 + 01-10-06	Emmeloord	Frank Rikhof	4657 pnt	2006
---------------------	-----------	--------------	----------	------

<b>100 m E.T.</b>	12.60
<b>Ver</b>	5.39
<b>Kogel</b>	11.59 m
<b>Polshoog</b>	3.60 m
<b>110 mh E.T.</b>	19.64
<b>Discus</b>	35.05 m
<b>Hoog</b>	1.62 m
<b>Speer</b>	44.96 m
<b>1500 m E.T.</b>	4.47.83

**10 kamp**

07/08-07-18	Stadskanaal	Tom Klein Poelhuis	4899 pnt	2018
-------------	-------------	--------------------	----------	------

<b>100 m E.T.</b>	11.74
<b>Ver</b>	5.47 m
<b>Kogel</b>	10.28 m
<b>Polshoog</b>	2.10 m
<b>400 m ET</b>	52.04
<b>110 mh E.T.</b>	17.87
<b>Discus</b>	23.43 m
<b>Hoog</b>	1.65 m
<b>Speer</b>	34.85 m
<b>1500 m E.T.</b>	4.56.66

<b>Competitie</b>	<b>2e Klas</b>			
04-06-93	Deventer		5036 pnt	1993
<b>4x100</b>	<b>50.7</b>	Pepijn van de Krogt		
<b>4x100</b>	<b>50.7</b>	Mark Bruil		
<b>4x100</b>	<b>50.7</b>	Bram Tankink	<b>J.C.</b>	
<b>4x100</b>	<b>50.7</b>	Huub Tankink		
<b>100 m</b>	<b>12.9</b>	Pepijn van de Krogt		
<b>110 m Horden</b>	<b>16.5</b>	Mark Bruil		
<b>800 m</b>	<b>2.14.4</b>	Bram Tankink	<b>J.C.</b>	
<b>1500 m</b>	<b>4.44.6</b>	Huub Tankink		
<b>Ver</b>	<b>4.96 m</b>	Pepijn van de Krogt		
<b>Hoog</b>	<b>1.65 m</b>	Mark Bruil		
<b>H.s.s</b>	<b>10.46 m</b>	Carsten Krooshof		
<b>Kogel</b>	<b>9.66 m</b>	Carsten Krooshof		
<b>Discus</b>	<b>17.70 m</b>	Huub Tankink		
<b>Speer</b>	<b>22.52 m</b>	Bram Tankink	<b>J.C.</b>	

<b>Competitie</b>	<b>2e Klas</b>			
11-06-06	Gendringen		7022 pnt	2006
<b>4x100</b>	<b>47.94</b>	Kevin Simmelink		
<b>4x100</b>	<b>47.94</b>	Bart Bemthuis		
<b>4x100</b>	<b>47.94</b>	Jasper Schutte		
<b>4x100</b>	<b>47.94</b>	Frank Wouda		
<b>100 m</b>	<b>12.66</b>	Frank Wouda		
<b>100 m</b>	<b>12.54</b>	Kevin Simmelink		
<b>110 m Horden</b>	<b>16.30</b>	Bart Bemthuis		
<b>400 m</b>	<b>57.51</b>	Frank Rikhof		
<b>400 m</b>	<b>58.88</b>	Kevin Simmelink		
<b>800 m</b>	<b>2.14.33</b>	Jasper Schutte		
<b>800 m</b>	<b>2.38.00</b>	Nick de Waart	<b>J.C.</b>	
<b>1500 m</b>	<b>4.55.22</b>	Björn Ordelmans	<b>J.C.</b>	
<b>1500 m</b>	<b>4.59.08</b>	Vincent Slotman		
<b>Ver</b>	<b>6.18 m</b>	Bart Bemthuis		
<b>Ver</b>	<b>4.79 m</b>	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b>	
<b>Hoog</b>	<b>1.55 m</b>	Frank Wouda		
<b>H.s.s</b>	<b>11.56 m</b>	Jasper Schutte		
<b>H.s.s</b>	<b>x</b>	Coen ten Thije	<b>J.C.</b>	
<b>Polsstokhoog</b>	<b>3.30 m</b>	Frank Rikhof		
<b>Kogel</b>	<b>8.26 m</b>	Vincent Slotman		
<b>Kogel</b>	<b>8.71 m</b>	Ronald ter Huurne		
<b>Discus</b>	<b>38.70 m</b>	Stefan Hummelink		
<b>Discus</b>	<b>16.95 m</b>	Corneel van der Pol		
<b>Speer</b>	<b>39.68 m</b>	Tijmen Steenberg	<b>J.C.</b>	
<b>Speer</b>	<b>42.08 m</b>	Stefan Hummelink		

## Competitie

10-06-07	Zwolle		7143 pnt	2007
<b>100 m</b>	<b>12.31</b>	Kevin Simmelink		
<b>100 m</b>	<b>12.50</b>	Tijmen Steenberg		
<b>4x100</b>	<b>47.60</b>	Tijmen Steenberg		
<b>4x100</b>	<b>47.60</b>	Frank Wouda		
<b>4x100</b>	<b>47.60</b>	Jasper Schutte		
<b>4x100</b>	<b>47.60</b>	Kevin Simmelink		
<b>400 m</b>	<b>55.45</b>	Frank Wouda		
<b>800 m</b>	<b>2.18.64</b>	Nick de Waart		
<b>800 m</b>	<b>2.29.89</b>	Corneel van der Pol		
<b>1500 m</b>	<b>4.59.74</b>	Vincent Slotman		
<b>110 m Horden</b>	<b>16.32</b>	Bart Bemthuis		
<b>Ver</b>	<b>5.43 m</b>	Jasper Schutte		
<b>Hoog</b>	<b>1.70 m</b>	Frank Wouda		
<b>H.s.s</b>	<b>11.52 m</b>	Jasper Schutte		
<b>Polstokhoog</b>	<b>2.60 m</b>	Bart Bemthuis		
<b>Kogel</b>	<b>12.31 m</b>	Stefan Hummelink		
<b>Kogel</b>	<b>8.66 m</b>	Vincent Slotman		
<b>Discus</b>	<b>39.99 m</b>	Stefan Hummelink		
<b>Discus</b>	<b>22.26 m</b>	Corneel van der Pol		
<b>Speer</b>	<b>44.80 m</b>	Tijmen Steenberg		
<b>Speer</b>	<b>25.53 m</b>	Nick de Waart		