

Dames 35

3000 m

05-06-05	Nijmegen	Annemiek Leppink	V 49	12.26.75	2005
23-06-96	Haaksbergen	Joke Groot Obbink	V 37	13.03.4	1996
30-09-04	Haaksbergen	Betsie Meier	V 48	13.05.0	2004
31-08-14	Haaksbergen	Carina Slingerland	V 43	13.33.0	2014
30-09-04	Haaksbergen	Jose Karnebeek	V 40	14.09.0	2004
30-09-04	Haaksbergen	Maria Luttje	V 55	14.12.0	2004
30-09-04	Haaksbergen	Jo Stokkers	V 47	15.33.0	2004
01-05-05	Steenwijk	Loes Baltink	V 48	16.39.10	2005

2 EM

24-05-07	Hengelo	Carina Slingerland	V 36	13.48	2007
05-06-14	Hengelo	Jacqueline Ooink	V 47	17.00	2014
28-05-09	Hengelo	Veronique Lansink	V 42	17.35	2009
26-05-11	Hengelo	Anouk Menkehorst	V 38	17.50	2011

5000 m

30-04-07	Boekelo	Carina Slingerland	V 36	21.04	2007
19-06-16	Enschede	Karin Bielevelt	V 50	24.19	2016
18-09-16	Almelo	Mathilde Plentinger	V 48	25.08	2016
24.04.05	Hengelo	Jacqueline Ooink	V 38	25.09	2005
26-12-08	Boekelo	Loes Baltink	V 51	27.22	2008
19-06-16	Enschede	Christel van der Kuil	V 49	27.38	2016
19-05-10	Haaksbergen	Mereke Foks	V 50	27.48	2010
06-10-02	Groenlo	Meriam Hilderink	V 41	28.12	2002
27-09-14	Enschede	Carla van der Pol	V 56	28.34	2014
29-10-17	Nijverdal	Karin de Koster	V 46	29.51	2017
22-04-12	Enschede	Pauline Terhurne	V 46	30.10	2012
27-09-14	Enschede	Ingrid Geurs	V 47	30.58	2014
27-09-14	Enschede	Debby Tip	V 41	31.03	2014

5 EM

08-12-12	Eibergen	Carla Pelle	V 48	36.50	2012
20-03-16	Haaksbergen	Carina Slingerland	V 45	38.07	2016
16.04.05	Eibergen	Annemiek Leppink	V 49	38.44	2005
27-03-11	Haaksbergen	Karin Bielevelt	V 45	38.47	2011
16.04.05	Eibergen	Betsy Meijer	V 49	38.45	2005
25-03-07	Haaksbergen	José Karnebeek	V 44	39.25	2007
25-03-12	Haaksbergen	Jacqueline Ooink	V 45	40.02	2012
25-03-07	Haaksbergen	Regien Tenhagen	V 43	40.22	2007
22-03-09	Haaksbergen	Astrid Vogt	V 40	41.05	2009
22-03-09	Haaksbergen	Melanie Oudshoorn	V 40	41.11	2009

10 Km

22-04-12	Hengelo		Simone Ganzeboom	V 44	42.22	2012
14-09-97	Haaksbergen		Maria Lutje	V 40	45.00	1997
13.05.07	Den Haag		Carina Slingerland	V 36	45.34	2007
12-10-98	Haaksbergen		Annemiek Leppink	V 42	45.41	1998
11-03-12	Hengelo		Carla Pelle	V 48	46.35	2012
04-02-07	Hengelo		Leni van Kleef	V 54	49.59	2007
26-04-09	Enschede		Anouk Menkehorst	V 36	50.48	2009
11-03-12	Hengelo		Jacqueline Ooink	V 45	50.58	2012
15-04-12	Deventer		Bertine Schotman	V 42	51.18	2012
11.01.09	Hengelo		Edith Meijer	V 44	51.24	2009

15 km

26-11-04	S-Heerenberg		Annemieke Leppink	V 45	1.08.46	2001
19-11-06	Nijmegen		Carina Slingerland	V 35	1.08.49	2006
09-12-01	S-Heerenberg		Maria Luttje-Smith	V 52	1.11.33	2001
09-11-14	Enschede		Carla Pelle	V 50	1.11.38	2014
03-12-00	S-Heerenberg		Betsy Meijer	V 44	1.11.55	2000
19-11-00	Nijmegen		José Karnebeek	V 37	1.12.05	2000
09-04-12	Hengelo		Edith Meijer	V 47	1.13.40	2012
09-11-14	Enschede		Petra Veldhuis	V 49	1.15.05	2014
18-11-12	Nijmegen		Esther Wiering	V 42	1.16.18	2012
04-02-07	Hengelo		Ellen Tibbe	V 35	1.16.37	2007

10 EM

25-03-07	Haaksbergen		Ellen Tibbe	V 35	1.10.54	2007
21-03-99	Haaksbergen		Maria Luttje Smith	V 50	1.11.54	1999
24-03-02	Haaksbergen		Annemiek Leppink	V 46	1.13.10	2002
26-03-00	Haaksbergen		Liesbeth van Haeringen	V 42	1.14.18	2000
25-03-07	Haaksbergen		Carina Slingerland	V 36	1.15.19	2007
22-03-15	Haaksbergen		Carla Pelle	V 51	1.15.25	2015
25-03-18	Haaksbergen		Chantal Lansink	V 50	1.15.31	2018
15-04-06	Eibergen		Betsy Meyer	V 50	1.16.13	2006
22-03-98	Haaksbergen		Jose Karnebeek	V 35	1.16.53	1998
22-03-09	Haaksbergen		Edith Meijer	V 44	1.19.21	2009
15-04-06	Eibergen		Bertine Schotman	V 36	1.20.13	2006

20 km

29-10-16	Nijverdal		Carina Slingerland	V 45	1.42.11	2016
10-10-10	Parijs	F	Edith Meijer	V 45	1:47:20	2010
10-10-10	Parijs	F	Monique Dijksterhuis	V 45	1:53:28	2010
31-10-15	Holten		Kelly Cattier	V 38	1.55.28	2015
31-10-15	Holten		Cindy Bauhuis	V 41	1.55.29	2015
10-10-10	Parijs	F	Elly Terhurne	V 57	2:05:22	2010
10-10-10	Parijs	F	Jacquelien Jacobs	V 50	2:07:35	2010
10-10-10	Parijs	F	José Busch	V 51	2:07:37	2010
10-10-10	Parijs	F	Esther Hannink	V 39	2:11:37	2010
10-10-10	Parijs	F	Nancy Stokkers	V 51	2:14:39	2010

Halve Marathon

27-04-97	Hengelo	Maria Lutje	V 47	1.34.56	1997
25-11-07	Enschede	Liesbeth van Haeringen	V 49	1.36.35	2007
27-12-06	Arnhem	Carina Slingerland	V 35	1.38.36	2006
13-12-08	Ameland	Ellen Tibbe	V 36	1.40.04	2008
19-04-15	Enschede	Carla Pelle	V 51	1.40.40	2015
27-04-97	Hengelo	Betsy Meijer	V 41	1.42.57	1997
03-09-00		Annemiek Leppink	V 44	1.45.48	2000
22-04-12	Enschede	Edith Meijer	V 47	1.47.54	2012
16-05-04	Enschede	José Karnebeek	V 41	1.47.56	2004
16-05-04	Enschede	Anneke Vegter	V 49	1.48.40	2004

25 km

07-02-16	Apeldoorn	Carina Slingerland	V 45	2.06.06	2016
----------	-----------	--------------------	-------------	---------	------

30 km

11.05.97	Oldenzaal	Maria Luttje	V 47	2.27.19	1997
11.03.07	Vorden	Carina Slingerland	V 36	2.29.55	2007
11.03.07	Vorden	Ellen Tibbe	V 35	2.36.10	2007
11-05-97	Oldenzaal	Liesbeth van Haeringen	V 39	2.36.42	1997
12.03.06	Vorden	Betsy meijer	V 50	2.40.38	2006

Marathon

22-04-07	Enschede	Carina Slingerland	V 36	3.39.06	2007
22-04-07	Enschede	Ellen Tibbe	V 35	3.40.34	2007
02-11-08	Terschelling	Liesbeth van Haeringen	V 50	3.43.47	2008
08-06-97	Enschede	Maria Luttje	V 47	3.45.42	1997
23.04.06	Enschede	Betsie Meyer	V 50	3.45.54	2006
26-05-02	Enschede	Annemiek Leppink	V 46	3.50.00	2002
08.04.18	Rotterdam	Chantal Lansink	V 50	3.54.35	2018
18-04-99	Rotterdam	Maria Ruggiero	V 49	4.00.52	1999
13-04-14	Rotterdam	Monique Dijksterhuis	V 49	4.09.16	2014
26-05-02	Enschede	Jose Laarhuis	V 47	4.09.35	2002
07-06-98	Enschede	Jose karnebeek	V 45	4.13.51	1998

Kogel 4 kg

03-06-04	Haaksbergen	Doris Willekes	V 41	9.74 m	2004
----------	-------------	----------------	-------------	--------	------

Discus

17-05-06	Haaksbergen	Doris Willekes	V 43	34.66 m	2006
----------	-------------	----------------	-------------	---------	------

Speer

17-05-06	Haaksbergen	Doris Willekes	V 43	17.44 m	2006
----------	-------------	----------------	-------------	---------	------