

Dames 55

5000 m

27-09-14	Enschede	Carla van der Pol	V 56	28.34	2014
09-09-15	Enschede	Cynthia Spikker	V 59	32.34	2015
22-04-12	Enschede	Mini Eefsting	V 60	34.41	2012
18-05-14	Nijmegen	Joke de Wever	V 64	35.37	2014

5 EM

27-03-11	Haaksbergen	Wil van Ulsen	V 59	42.58	2011
24-03-13	Haaksbergen	Betsy Meyer	V 57	45.03	2013
22-03-15	Haaksbergen	Nancy Stokkers	V 56	46.15	2015
22-03-15	Haaksbergen	Alwine Grondman	V 55	46.19	2015
23-03-14	Haaksbergen	Margien Zieleman	V 55	46.37	2014
23-03-14	Haaksbergen	Loes Baltink	V 57	46.45	2014
23-03-14	Haaksbergen	Joke Leppink	V 56	46.45	2014
22-03-15	Haaksbergen	Alwine Grondman	V 55	46.19	2015
23-03-14	Haaksbergen	Cynthia Spikker	V 58	48.09	2014
24-03-13	Haaksbergen	Leni van Kleef	V 60	47.54	2013
23-03-14	Haaksbergen	Mereke Foks	V 55	47.55	2014
22-03-15	Haaksbergen	Ria Brunninkhuis	V 59	48.00	2015
20-03-16	Haaksbergen	Cathy Roelofs	V 55	49.06	2016
20-03-16	Haaksbergen	Mereke Foks	V 57	49.08	2016
20-03-16	Haaksbergen	Wilma Stroink	V 68	49.41	2016
21-03-10	Haaksbergen	Mini Eefsting	V 58	51.13	2010
25-03-12	Haaksbergen	Joke de Wever	V 62	52.09	2012
26-03-06	Haaksbergen	Janneke Schaeffer-de Bree	V 60	53.56	2006
20-03-16	Haaksbergen	Ineke Kors-Uiterwijk	V 60	54.23	2016
21-03-10	Haaksbergen	Wilma Hurenkamp	V 55	55.55	2010
27-03-11	Haaksbergen	Anja Hollink	V 60	56.37	2011
27-03-11	Haaksbergen	Marian ten Voorde	V 55	56.37	2011
27-03-11	Haaksbergen	Wijmco Jansen - de Jong	V 62	1.00.07	2011

10 km

21-04-13	Enschede	Elly Terhurne	V 60	56.31	2013
21-04-13	Enschede	Joke Leppink	V 55	57.56	2013
31-10-15	Holten	José Busch	V 56	57.36	2015
31-10-15	Holten	Jacquelin Jacobs	V 55	57.38	2015
19-04-15	Enschede	Alwine Grondman	V 55	57.57	2015
26-12-11	Enschede	Wil van Ulsen	V 59	58.18	2011
28-05-10	Ahaus	Dld Greet kamminga	V 59	58.40	2010
26-05-13	Nijmegen	Betsy Meijer	V 57	59.13	2013
22-04-12	Enschede	Loes Baltink	V 55	59.20	2012
22-04-12	Enschede	Joke de Wever	V 62	1.01.35	2012
02-10-11	Bremen	Dld Mini Eefsting	V 59	1.05.46	2011

15 km

13-04-14	Hengelo	José Busch	V 55	1.26.19	2014
09.10.16	Enschede	Jacquelin Jacobs	V 56	1.27.34	2016
21.11.10	Nijmegen	Wil van Ulsen	V 58	1.28.36	2010
13-04-14	Hengelo	Margien Zieleman	V 55	1.33.01	2014
22-11-15	Enschede	Elly Terhurne-Konings	V 62	1.33.37	2015

10 EM

25-03-07	Haaksbergen	Maria Luttje	V 58	1.16.55	2007
27-10-12	Nijverdal	Betsy Meyer	V 56	1.22.26	2012
30-03-08	Haaksbergen	Leni van Kleef	V 55	1.27.15	2008
23-03-14	Haaksbergen	Elly Terhurne	V 61	1.28.38	2014
25-03-12	Haaksbergen	Wil van Ulsen	V 60	1.29.38	2012
23-03-14	Haaksbergen	José Busch	V 55	1.31.09	2014
20-03-16	Haaksbergen	Jacquelien Jacobs	V 56	1.34.18	2016
27-03-11	Haaksbergen	Maria ten Voorde	V 55	1.35.32	2011

20 km

10-10-10	Parijs	F	Elly Terhurne	V 57	2:05:22	2010
----------	--------	----------	---------------	-------------	---------	------

Halve Marathon

16-05-04	Enschede	Maria Luttje	V 55	1.42.58	2004
04-11-12	Terschelling	Betsie Meyer	V 56	1.48.52	2012
06-11-11	Terschelling	Annemiek Leppink	V 55	1.55.28	2011
22-04-12	Enschede	Elly Terhurne	V 59	2.01.56	2012
22-04-12	Enschede	Wil van Ulsen	V 60	2.01.59	2012
17-04-11	Enschede	Marian ten Voorde	V 55	2.07.56	2011
04-10-15	Oldenzaal	Jacquelien Jacobs	V 55	2.10.17	2015
04-10-15	Oldenzaal	José Busch	V 56	2.10.18	2015