

Heren 45 Jaar

100 m

25-05-24	Hilversum	Quinten Stern	M 47	11.87	2024
30-08-15	Haaksbergen	Ben van Sark	M 49	13.0	2015
30-06-13	Haaksbergen	Han Slotman	M 48	13.6	2013
23-06-75	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 48	13.7	1996
30-08-15	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 49	14.0	2015
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	16.1	2013

100 m E.T.

25-05-24	Hilversum	Quinten Stern	M 47	11.87	2024
----------	-----------	---------------	-------------	-------	------

200 m

26-05-24	Hilversum	Quinten Stern	M 47	24.24	2024
18-09-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	27.0	2016
26-06-94	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 46	27.5	1994
31-08-14	Haaksbergen	Ben van Sark	M 48	27.9	2014
18-09-16	Haaksbergen	Martin Wissink	M 45	30.9	2016
31-08-14	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 47	31.2	2014

200 m E.T.

26-05-24	Hilversum	Quinten Stern	M 47	24.24	2024
----------	-----------	---------------	-------------	-------	------

400 mh

02-06-24	Gendringen	Quinten Stern	M 47	62.94	2024
30-08-15	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 49	93.3	2015
30-08-15	Haaksbergen	Ben van Sark	M 49	95.8	2015

400 mh E.T.

02-06-24	Gendringen	Quinten Stern	M 47	1.02.94	2024
----------	------------	---------------	-------------	---------	------

800 m

25-06-95	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 47	2.20.5	1995
31-08-14	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 47	2.43.8	2014
30-06-13	Haaksbergen	Ben van Sark	M 47	2.56.4	2013
18-09-16	Haaksbergen	Martin Wissink	M 45	2.59.0	2016
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	3.04.6	2013

1000 m

26-06-94	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 46	2.54.5	1994
----------	-------------	-----------------	-------------	--------	------

1500 m

26-11-93	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 45	4.50.1	1993
		Herman Tankink	M 45	4.53.8	1992
08-10-17	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 54	5.56.0	2017
08-10-17	Haaksbergen	Ben van Sark	M 51	7.21.0	2017

3000 m

01-05-94	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 46	10.11.0	1994
30-09-04	Haaksbergen	Jan Lammers	M 47	11.08.0	2004
22-09-16	Hengelo	Andre Somhorst	M 60	11.44.42	2016
30-09-04	Haaksbergen	Tonnie Wieskamp	M.50	12.57.2	2004
31-08-14	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 57	13.05.0	2014
30-08-15	Haaksbergen	Vincent Exterkate	M 57	13.51.18	2015
30-09-04	Haaksbergen	Jan kartgert	M 64	13.55.0	2004
30-09-04	Haaksbergen	Henk Eefsting	M.50	14.09.0	2004
30-08-15	Haaksbergen	Walter Olde Engberink	M 49	14.41.77	2015

2 EM

04-07-24	Hengelo	Bert ten Thije Boomkamp	M 52	11.21	2024
05-06-14	Hengelo	Freddie Dieperink	M 47	12.06	2014
07-06-13	Hengelo	Richard Leussink	M 46	12.35	2013
07-06-13	Hengelo	Jan Davids	M 45	17.13	2013
18-05-06	Hengelo	Paul van der Voort	M 55	17.30	2006

5000 m

14-05-14	Haaksbergen	Benno Scharenborg	M 46	17.22.5	2014
26-06-94	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 48	18.08	1994
30-09-07	Haaksbergen	Jan Lammers	M 50	18.13	2007
14-05-08	Haaksbergen	HenkJan Baltink	M 53	19.35.8	2008
27-04-16	Hengelo	Andre Somhorst	M 60	19.38.36	2016
14-05-08	Haaksbergen	Wilfried Oldenkotte	M 52	19.49.2	2008
14-05-14	Haaksbergen	Hans ten Voorde	M 51	20.38.4	2014
14-05-14	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 40	20.52.5	2014
30-09-07	Haaksbergen	Leendert van Herk	M 57	21.26	2007
30-09-07	Haaksbergen	Vincent Exterkate	M 49	21.48	2007
13-05-15	Haaksbergen	Willem Rödel	M 59	22.06	2015
21-04-12	Hengelo	Gert Jan Foks	M 54	22.38.24	2012
06-04-14	Losser	Vincent Plentinger	M 50	24.27	2014
02-04-18	Hengelo	Jan Schepers	M 61	27.13	2018
02-04-23	Hengelo	Tonnie Baumeister	M 60	27.30	2023
18-05-12	Ahaus	Did Toon Tankink	M 62	28.22	2012
06-04-14	Losser	Jan Davids	M 46	28.37	2014
29-10-17	Nijverdal	Marc Brandsma	M 51	29.26	2017
28-03-16	Losser	Berthil Beumer	M 65	31.57	2016
22-04-12	Enschede	Sytze van Beijeren	M 48	34.41	2012

5000 m E.T.

26-06-12	Emmen	Benno Scharenborg	M 46	18.07.50	2012
27-04-16	Hengelo	Andre Somhorst	M 60	19.38.36	2016
21-04-12	Hengelo	Gert Jan Foks	M 54	22.38.24	2012

5 EM

29-05-16	Eibergen	Marc Brandsma	M 50	29.56	2016
24-03-13	Haaksbergen	Freddie Dieperink	M 46	30.38	2013
09-09-12	Enschede	Jan Lammers	M 55	31.46	2012
09-09-12	Enschede	Benno Scharenborg	M 46	31.50	2012
21-03-10	Haaksbergen	Fons van Sark	M 48	32.15	2010
23-03-03	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 55	32.20	2003
16-09-07	Enschede	Andre Somhorst	M 51	32.31	2007
25-03-07	Haaksbergen	Harry Jansen	M 46	33.00	2007
21-03-04	Haaksbergen	Richard te Brake	M 49	33.35	2004
22-04-12	Enschede	Sytze van Beijeren	M 48	34.41	2012
30-03-08	Haaksbergen	Johan Lammers	M 48	34.24	2008
26-05-13	Eibergen	Erik ten Siethof	M 45	34.39	2013
09-09-12	Enschede	Marc Eijnsink	M 49	34.49	2012
12-09-10	Enschede	Wilfried Oldenkotte	M 54	35.09	2010
25-03-18	Haaksbergen	Brain te Lintelo	M 52	35.28	2018
13-09-15	Enschede	Martin ten Voorde	M 63	35.40	2015
25-03-12	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 49	35.57	2012
08-09-19	Enschede	Richard Leussink	M 52	36.11	2019
26-03-06	Haaksbergen	Herman Put	M 49	36.14	2006
15-04-06	Eibergen	Alphons Lutikholt	M 52	36.35	2006
20-03-22	Haaksbergen	Ruud ten Voorde	M 58	36.43	2022
23-03-03	Haaksbergen	Johan Bok	M 57	37.21	2003
25-03-12	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 55	37.52	2012
25-03-12	Haaksbergen	Harry Velthuis	M 48	38.37	2012
25-03-18	Haaksbergen	Marcel Vogt	M 53	38.37	2018
20-03-16	Haaksbergen	Vincent Plentinger	M 52	38.43	2016
25-03-07	Haaksbergen	Jan Slotman	M 54	38.54	2007
23-03-14	Haaksbergen	Peter Rupert	M 54	38.54	2014
25-03-18	Haaksbergen	Marc Eijnsink	M 55	39.01	2018
25-03-12	Haaksbergen	Ruud Lenferink	M 46	39.15	2012
21-03-04	Haaksbergen	Martin Heuker of Hoek	M 45	39.17	2004
22-03-98	Haaksbergen	Jan Tijink	M 52	39.25	1998
23-03-03	Haaksbergen	Jan Bouman	M 45	39.27	2003
22-03-15	Haaksbergen	Dinant Bannink	M 58	39.28	2015
21-03-10	Haaksbergen	Donny Meijerink	M 48	39.35	2010
23-03-14	Haaksbergen	Han Oskam	M 61	39.36	2014
22-03-15	Haaksbergen	Vincent Exterkate	M 57	39.37	2015
25-03-07	Haaksbergen	Harry weegerink	M 52	39.51	2007
27-03-11	Haaksbergen	Richard Lansink	M 47	39.51	2011
21-03-10	Haaksbergen	Tonnie Wieskamp	M 58	40.03	2010
26-03-17	Haaksbergen	Herald Orriëns	M 49	40.12	2017
25-03-18	Haaksbergen	Jeroen Besselink	M 52	40.14	2018
30-03-08	Haaksbergen	Hans Belshof	M 50	40.28	2008
27-03-11	Haaksbergen	Herman Winkelhorst	M 52	40.39	2011
23-03-14	Haaksbergen	Robin Hofsté	M 49	40.46	2014
14-04-07	Eibergen	Laurens Weeink	M 49	40.50	2007

10 km

21-08-93	Goor	Gerrit Noordink	M 47	35.05	1993
02-06-24	Eibergen	Peter Huirne	M 51	37.33	2024
04-02-07	Hengelo	Andre Somhorst	M 51	38.28	2007
11-09-93	Haaksbergen	Herman Tankink	M 46	38.52	1993
22-05-09	Ahaus	Dld Jan Lammers	M 52	39.39	2009
02-10-16	Oldenzaal	Benno Scharenborg	M 50	39.56	2016
09-08-09	Oldenzaal	Martin ten Voorde	M 57	40.46	2009

10 km vervolg

13-03-16	Hengelo	Fons van Sark	M 54	41.22	2016
04-06-23	Eibergen	Bert ten Thije o/g Boonkkamp	M 51	39.08	2023
18-05-12	Ahaus	Dld Han ten Dam	M 49	42.18	2012
22-04-12	Enschede	Richard Leussink	M 45	42.56	2012
04-02-07	Hengelo	Henk ten Thije Boomkamp	M 66	43.14	2007
22-05-09	Ahaus	Dld Henk Jan Baltink	M 54	43.53	2009
31-01-16	Hengelo	Erik ten Siethof	M 48	43.59	2016
16-04-06	Lichtenvoorde	Gerard Boink	M 50	44.08	2006
18-05-12	Ahaus	Dld Ruud ten Voorde	M 48	44.55	2012
09-06-13	Amersfoort	Jan Paul Klein Poelhuis	M 46	45.08	2013
18-05-12	Ahaus	Dld Bert Lammers	M 47	45.10	2012
16-04-06	Lichtenvoorde	Gert Jan Brug	M 53	45.37	2006
27-09-92	Haaksbergen	Jan Ellenbroek	M 50	46.42	1992
07-04-13	Hengelo	Willem Rödel	M 57	46.51	2013
03-02-08	Hengelo	Martin Heuker of Hoek	M 49	46.53	2008
06-10-02	Groenlo	Toon Tankink	M 52	47.01	2002
06-10-02	Groenlo	Bennie Broekhuis	M 48	47.04	2002
17-05-12	Delft	Gert Jan Foks	M 55	47.17	2012
14-04-24	Deventer	Jurgen Eijsink	M 45	49.06	2024
15-03-09	Hengelo	Jan Bouman	M 51	49.18	2009

15 km

14-04-96	Enschede	Willy Luttkholt	M 46	51.38	1996
16-03-14	Hengelo	Benno Scharenborg	M 48	55.56	2014
12.05.96	Oldenzaal	Gerrit Noordink	M 45	57.52	1996
04-03-07	Enschede	Andre Somhorst	M 51	57.59	2007
16-03-08	Hengelo	Jan Lammers	M 51	59.18	2008
19-11-06	Nijmegen	Harry Jansen	M 45	1.00.20	2006
02-04-23	Hengelo	Bert ten Thije Boomkamp	M 51	1.02.07	2023
06-05-00	Eibergen	Arnhold Boschker	M 45	1.02.25	2000
16-11-08	Nijmegen	Fons van Sark	M 46	1.03.07	2008
03-02-13	Hengelo	Richard Leussink	M 46	1.03.49	2013
14-03-10	Hengelo	Wilfried Oldenkotte	M 54	1.04.40	2010
17-11-96	Nijmegen	Toon Tankink	M 46	1.04.48	1996
19-11-06	Nijmegen	Gerard Boink	M 50	1.05.15	2006
09-12-01	S-Heerenberg	Jan Meyer	M 50	1.06.22	2001
11-03-07	Hengelo	Henk ten Thije Boomkamp	M 66	1.06.49	2007
20-11-03	Nijmegen	Cor Berenschot	M 50	1.06.57	2003
29-01-12	Hengelo	Martin ten Voorde	M 60	1.07.22	2012
11-03-07	Hengelo	Harry Weegerink	M 52	1.07.55	2007
		Polliet Vleeshouwer		1.08.00	1980
15-11-15	Nijmegen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 48	1.08.25	2015
09-04-12	Hengelo	Paul Eijkelenkamp	M 46	1.08.58	2012
21-11-10	Nijmegen	Cor Terhurne	M 58	1.09.42	2010
26-11-04	Nijmegen	Tonnie Wieskamp	M 52	1.11.04	2004
19-11-17	Nijmegen	Willem Rödel	M 61	1.11.26	2017

15 km vervolg

11-03-12	Hengelo	Harry Maathuis	M 62	1.13.07	2012
26-11-04	Nijmegen	Jan Bouwman	M 46	1.13.18	2004
	Glanerbrug	Herman Hollack	M 54	1.14.30	1999
16-11-08	Nijmegen	Dinant Bannink	M 51	1.15.08	2008
16-11-08	Nijmegen	Dinant Saaltink	M 47	1.15.10	2008
09-04-07	Hengelo	Laurens Weeink	M 49	1.15.20	2007
21-11-10	Nijmegen	Herman Wormgoor	M 58	1.16.37	2010
02-04-23	Hengelo	Vincent Exterkate	M 65	1.16.41	2023
06-12-09	S-Heerenberg	Herman Winkelhorst	M 50	1.16.58	2009
21-11-10	Nijmegen	Donny Meijerink	M 48	1.18.23	2010
11-05-97	Oldenzaal	Jan Tijink	M 51	1.19.31	1997

10 EM

23-04-14	Haaksbergen	Benno Scharenborg	M 48	59.12	2014
23-04-14	Haaksbergen	Harry Boonk	M 53	1.00.55	2014
21-03-10	Haaksbergen	Jan Lammers	M 53	1.01.36	2010
26-03-94	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 48	1.01.37	1996
26-03-23	Haaksbergen	Gert Jan Willemsteyn	M 58	1.02.14	2023
25-03-07	Haaksbergen	Andre Somhorst	M 51	1.02.34	2007
24-03-24	Haaksbergen	Bert ten Thijs Boomkamp	M 52	1.02.35	2024
25-03-18	Haaksbergen	Peter Huirne	M 45	1.02.43	2018
26-03-00	Haaksbergen	Henk Jan Baltink	M 45	1.04.10	2000
20-03-16	Haaksbergen	Arjan Lammers	M 47	1.05.39	2016
30-03-08	Haaksbergen	Harry Jansen	M 47	1.05.43	2008
20-03-05	Haaksbergen	Jan Meijer	M 54	1.06.37	2005
05-03-94	Winterswijk	Toon Tankink	M 44	1.06.44	1994
23-04-14	Haaksbergen	Richard Leussink	M 47	1.07.06	2014
22-03-98	Haaksbergen	Cor Berenschot	M 45	1.07.11	1998
22-03-98	Haaksbergen	Tonnie Beld	M 45	1.07.22	1998
30-03-08	Haaksbergen	Gerard Boink	M 52	1.07.37	2008
25-10-08	Nijverdal	Fons van Sark	M 46	1.07.44	2008
01-05-99	Eibergen	Alfons Luttikholt	M 45	1.07.57	1999
25-03-12	Haaksbergen	Freddie Dieperink	M 45	1.08.06	2012
21-03-10	Haaksbergen	Wilfried Oldenkotte	M 54	1.08.54	2010
20-03-05	Haaksbergen	Richard te Brake	M 50	1.09.19	2005
27-03-11	Haaksbergen	Ruud ten Voorde	M 47	1.09.22	2011
24-03-24	Haaksbergen	Patrick Lansink	M 55	1.10.14	2024
22-03-98	Haaksbergen	Gerard Leussink	M 45	1.10.36	1998
24-03-19	Haaksbergen	Jeroen Moes	M 47	1.10.46	2019
25-03-07	Haaksbergen	Johan Lammers	M 47	1.11.10	2007
20-03-16	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 49	1.11.33	2016
23-04-14	Haaksbergen	Huub Hodes	M 49	1.11.37	2014
26-05-13	Eibergen	Hans ten Voorde	M 50	1.11.40	2013
22-03-15	Haaksbergen	Martin ten Voorde	M 63	1.11.52	2015
25-03-12	Haaksbergen	Erwin Slaghekke	M 45	1.12.06	2012
22-03-98	Haaksbergen	Henk Laarhuis	M 45	1.12.15	1998
22-05-11	Eibergen	Marc Eijnsink	M 48	1.12.24	2011
24-03-19	Haaksbergen	Remco Harmes	M 45	1.12.52	2019
26-10-02	Nijverdal	Willem Rödel	M 46	1.13.25	2002
25-03-12	Haaksbergen	Paul Eijkelenkamp	M 46	1.13.27	2012
21-03-04	Haaksbergen	Harry Weegerink	M 49	1.13.41	2004
20-03-16	Haaksbergen	Bert Lammers	M 51	1.13.52	2016
23-04-14	Haaksbergen	Marcel Vogt	M 49	1.13.53	2014
26-03-06	Haaksbergen	Wouter Otten	M 45	1.14.18	2006
27-03-11	Haaksbergen	Peter Rupert	M 51	1.14.32	2011
27-03-11	Haaksbergen	Hans Braam	M 63	1.14.34	2011
27-03-11	Haaksbergen	Cor Terhurne	M 59	1.14.34	2011

10 EM vervolg

22-03-98	Haaksbergen	Dick Dijkman	M 47	1.14.35	1998
25-03-12	Haaksbergen	Harry Maathuis	M 62	1.14.44	2012
23-04-14	Haaksbergen	Mark Menzing	M 46	1.15.07	2014
26-03-17	Haaksbergen	Johan Visschedijk	M 54	1.15.10	2017
22-03-15	Haaksbergen	Paul Eijkelenkamp	M 49	1.15.15	2015
26-03-17	Haaksbergen	Robert Witbreuk	M 50	1.15.23	2017
26-03-17	Haaksbergen	Bert Lammers	M 52	1.15.24	2017
26-03-06	Haaksbergen	Vincent Exterkate	M 48	1.15.31	2006
26-03-06	Haaksbergen	Gertjan Brug	M 53	1.16.01	2006
26-03-17	Haaksbergen	Martijn van Bussel	M 45	1.16.19	2017
26-03-17	Haaksbergen	Arjan Simmelink	M 56	1.16.46	2017
23-04-14	Haaksbergen	Herman Put	M 57	1.17.24	2014
30-03-08	Haaksbergen	Dinant Saaltink	M 47	1.17.33	2008
25-03-07	Haaksbergen	Tonnie Wieskamp	M 55	1.17.35	2007
26-03-00	Haaksbergen	Leendert van Herk	M 50	1.17.47	2000
22-03-15	Haaksbergen	Frank ter Woerds	M 49	1.17.49	2015
26-03-23	Haaksbergen	Martijn van Bussel	M 51	1.18.16	2023
23-03-03	Haaksbergen	Jan Katgert	M 63	1.18.19	2003
26-03-23	Haaksbergen	Henny Leferink	M 66	1.18.27	2023
24-03-24	Haaksbergen	Jurgen Eijsink	M 45	1.18.58	2024
22-03-98	Haaksbergen	Marinus Ordelmans	M 52	1.19.13	1998
22-03-09	Haaksbergen	Herman Wormgoor	M 57	1.19.13	2009
22-03-15	Haaksbergen	Koen Natter	M 48	1.19.21	2015
20-03-05	Haaksbergen	Laurens Weeink	M 47	1.19.54	2005
22-03-98	Haaksbergen	Tonnie Janszen	M 56	1.19.28	1998
25-03-12	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 46	1.20.00	2012
22-03-09	Haaksbergen	Richard Lansink	M 45	1.20.02	2009
24-03-19	Haaksbergen	Richard Gröniger	M 51	1.20.09	2019
24-03-19	Haaksbergen	Gerard Brefeld	M 47	1.20.18	2019
23-04-14	Haaksbergen	Jan Schepers	M 57	1.21.13	2014
27-03-11	Haaksbergen	Henk Bokdam	M 52	1.21.24	2011
21-03-10	Haaksbergen	Herman Winkelhorst	M 51	1.21.36	2010
21-03-10	Haaksbergen	Rien Harmsen	M 47	1.21.37	2010
21-03-10	Haaksbergen	Richard Lansink	M 46	1.22.00	2010
20-03-16	Haaksbergen	Ben Brefeld	M 46	1.22.07	2016
27-03-11	Haaksbergen	Donny Meijerink	M 49	1.22.36	2011
30-03-08	Haaksbergen	Paul Walter	M 60	1.22.39	2008
22-03-98	Haaksbergen	Herman Hollack	M 53	1.22.43	1998
30-03-08	Haaksbergen	Jan Bouwman	M 50	1.22.45	2008
27-03-11	Haaksbergen	Marcel Vogt	M 46	1.22.53	2011
27-03-11	Haaksbergen	Dinant Bannink	M 54	1.23.03	2011
24-03-19	Haaksbergen	Marco de Jong	M 46	1.23.41	2019
22-03-98	Haaksbergen	Henry Siemerink	M 52	1.23.50	1998
20-03-16	Haaksbergen	Jeroen Besselink	M 50	1.24.20	2016
25-03-07	Haaksbergen	Erik Stokkers	M 59	1.24.21	2007
22-03-09	Haaksbergen	Spencer Ouwekerk	M 54	1.24.30	2009
26-03-17	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 60	1.24.33	2017
22-03-98	Haaksbergen	Jan Abrahams	M 45	1.24.39	1998
27-03-11	Haaksbergen	Hayo Okkinga	M 45	1.24.46	2011
26-03-06	Haaksbergen	Gerard Rupert	M 45	1.24.50	2006
24-03-19	Haaksbergen	Herald Orriëns	M 51	1.24.56	2019
23-03-03	Haaksbergen	Nico Ooink	M 46	1.25.14	2003

20 km

29-05-83	Eibergen		Hans Boller		1.22.59	1983
			Polliet Vleeshouwer		1.30.43	1980
10-10-10	Parijs	F	Marc Eijsink	M 47	01:32:19	2010
31-10-15	Holtén		Martin ten Voorde	M 63	1.35.16	2015
10-10-10	Parijs	F	Huib Hodes	M 45	01:38:41	2010
10-10-10	Parijs	F	Cor Terhurne	M 58	01:42:51	2010
10-10-10	Parijs	F	Toon Tankink	M 60	01:49:52	2010
10-10-10	Parijs	F	Peter Rupert	M 50	01:55:08	2010
10-10-10	Parijs	F	Dinant Bannink	M 53	01:53:25	2010
10-10-10	Parijs	F	Erik Stokkers	M 52	02:07:19	2010
10-10-10	Parijs	F	Henk Eefsting	M 56	02:07:27	2010
10-10-10	Parijs	F	Jan Herman Tempel	M 45	02:07:37	2010
10-10-10	Parijs	F	Berthil Beumer	M 59	02:09:20	2010
10-10-10	Parijs	F	Louwrens Moolhuizen	M 46	02:11:35	2010

Halve Marathon

27-04-14	Enschede		Benno Scharenborg	M 48	1.18.31	2014
31-03-19	Hengelo		Peter Huirne	M 46	1.22.15	2019
16-06-96	Enschede		Gerrit Noordink	M 48	1.23.57	1996
13-04-08	Hengelo		Jan Lammers	M 51	1.25.33	2008
23-09-90	Oldenzaal		Toon Tankink	M 46	1.25.43	1990
26-05-07	Klazienaveen		André Somhorst	M 51	1.25.48	2007
			Jan Katgert	M 46	1.26.23	1986
08-10-23	Oldenzaal		Patrick Lansink	M 54	1.28.26	2023
05-04-09	Berlijn	Did	Harry Jansen	M 48	1.28.30	2009
15-05-94	Eibergen		Herman Tankink	M 47	1.29.08	1994
03-09-23	Amsterdam		Bert ten Thije o/g Boonkkamp	M 65	1.29.38	2023
20-05-07	Enschede		Gert Jan Brug	M 54	1.29.57	2007
11-03-07	Vorden		Fons van Sark	M 45	1.30.21	2007
16-05-04	Enschede		Wilfried Oldenkotte	M 48	1.31.13	2004
16-05-04	Enschede		Henk Jan Baltink	M 49	1.31.34	2004
13-04-14	Hengelo		Richard Leussink	M 47	1.32.31	2014
13-04-09	Hengelo		Gerard Boink	M 53	1.32.40	2009
21-08-88	Oldenzaal		Jan Ellenbroek		1.33.07	1988
			Polliet Vleeshouwer		1.33.16	1980
19-04-15	Enschede		Huib Hodes	M 50	1.35.36	2015
14-04-19	Enschede		Arjan Lammers	M 50	1.35.59	2019
18-10-15	Amsterdam		Jan Paul Klein Poelhuis	M 48	1.36.15	2015
26-05-02	Enschede		Harry Weegerink	M 47	1.36.20	2002
17-04-11	Enschede		Ruud ten Voorde	M 47	1.36.26	2011
09-04-12	Hengelo		Martin ten Voorde	M 60	1.36.32	2012
27-04-14	Enschede		Hans ten Voorde	M 51	1.36.54	2014
14-04-19	Enschede		Remco Harmes	M 45	1.37.00	2019
22-04-12	Enschede		Paul Eijkelenkamp	M 46	1.37.02	2012
14-04-19	Enschede		Mark Menzing	M 51	1.37.03	2019
22-04-08	Enschede		Mark Eijsink	M 45	1.37.59	2008
20-04-92	Geesteren		Adrie Ooink		1.38.18	1992
23-04-06	Enschede		Wouter Otten	M 45	1.38.22	2006
03-05-81	Hengelo		Bertus Ottink		1.39.48	1981
03-09-83	Zutphen		Hans Boller		1.39.52	1983

25 km

01-04-07	Losser	André Somhorst	M 51	1.41.47	2007
05-04-09	Losser	Jan Lammers	M 52	1.43.47	2009
07-02-16	Apeldoorn	Arjan Lammers	M 47	1.48.01	2016
01-10-83	Enschede	Hans Boller		1.56.34	1983
05-04-10	Losser	Martin ten Voorde	M 58	1.58.07	2010
04-02-24	Apeldoorn	Ramon Veneboer	M 51	2.13.57	2024
03-02-19	Apeldoorn	Gerard Brefeld	M 47	2.27.09	2019

30 km

03-03-24	Vorden	Bert ten Thije o/g Boonkkamp	M 52	2.05.07	2024
04-03-18	Vorden	Benno Scharenborg	M 52	2.08.22	2018
04-03-12	Vorden	Jan Lammers	M 55	2.09.52	2012
03-03-13	Vorden	Richard Leussink	M 46	2.17.20	2013
11-03-07	Vorden	Gerard Boink	M 51	2.20.14	2007
04-03-12	Vorden	Martin ten Voorde	M 60	2.22.34	2012
06-03-22	Vorden	Gert Jan Willemsteyn	M 57	2.34.13	2022
06-03-22	Vorden	Huub Hodes	M 57	2.35.29	2022
06-03-22	Vorden	Henny Leferink	M 65	2.36.22	2022
12-03-06	Vorden	Gertjan Brug	M 53	2.37.54	2006
06-03-22	Vorden	Mark Menzing	M 54	2.40.49	2022
11-05-97	Oldenzaal	Leo van het Bolscher	M 48	2.43.03	1997

60 km

17-04-17	Den Burg	Johan Visschedijk	M 51	5.49.27	2017
24-03-24	Oosterend	Theo Hendriksen	M 52	6.16.28	2024
27-03-22	Oosterend	Jan Paul Klein Poelhuis	M 55	6.20.56	2022

Marathon

05-06-94	Enschede	Gerrit Noordink	M 46	2.52.21	1994
13-04-24	Rotterdam	Bert ten Thije o/g Boonkkamp	M 52	2.58.41	2024
28-09-97	Berlijn	Did Toon Tankink	M 45	2.59.15	1997
25-05-03	Enschede	Jan Lammers	M 45	2.59.18	2003
21-04-24	Enschede	Peter Huirne	M 51	2.59.42	2024
22-04-08	Enschede	Harry Jansen	M 46	3.06.56	2007
22-04-08	Enschede	André Somhorst	M 51	3.07.35	2007
22-04-07	Enschede	Gerard Boink	M 51	3.18.07	2007
24-11-19	Florance	I Jeroen Moes	M 47	3.18.52	2019
17-04-83	Utrecht	Hans Boller		3.22.21	1983
24-11-19	Florance	I Johan Visschedijk	M 56	3.23.09	2019
15-04-23	Rotterdam	Patrick Lansink	M 54	3.23.53	2023
24-11-19	Florance	I Martijn van Bussel	M 47	3.26.49	2019
24-11-19	Florance	I Huub Hodes	M 54	3.27.29	2019
24-11-19	Florance	I Bert Lammers	M 54	3.27.30	2019
15-04-23	Rotterdam	Fons van Sark	M 61	3.30.08	2023
24-11-19	Florance	I Gert Jan Willemsteyn	M 54	3.30.15	2019
21-04-24	Enschede	Theo Hendriksen	M 52	3.30.37	2024

Marathon vervolg

08-05-05	Enschede	Harry Weegerink	M 50	3.31.37	2005
14-04-13	Rotterdam	Richard Leussink	M 46	3.31.59	2013
27-04-14	Enschede	Arjan Lammers	M 45	3.34.25	2014
20-10-19	Amsterdam	Henk Jan Baltink	M 64	3.34.19	2019
07-06-98	Enschede	Gerard Leussink	M 45	3.35.17	1998
21-10-12	Dresden	Did Marc Eijnsink	M 49	3.37.20	2012
24-11-19	Florange	I Remco Harmes	M 45	3.37.56	2019
24-11-19	Florange	I Ruud ten Voorde	M 55	3.39.13	2019
20-06-87	Enschede	Jan Ellenbroek		3.39.52	1987
10-09-83	Enschede	Bertus Ottink	M 49	3.40.02	1983
23-04-06	Enschede	Gert Jan Brug	M 53	3.40.33	2006
17-04-11	Enschede	Martin ten Voorde	M 59	3.43.34	2011
16-05-04	Enschede	Willem Rödel	M 48	3.49.15	2004
20-10-13	Amsterdam	Jan Paul Klein Poelhuis	M 46	3.49.24	2013
26-05-02	Enschede	Henk Laarhuis	M 49	3.51.14	2002

24 Uurloop

19-09-20	Deventer	Johan Visschedijk	M 57	201.482 m	2020
----------	----------	-------------------	-------------	-----------	------

Hoog

30-08-15	Haaksbergen	Ben van Sark	M 49	1.55 m	2015
30-08-15	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 49	1.50 m	2015
31-08-14	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 47	1.30 m	2014

Ver

		Tiemen veneboer	M 46	4.89 m	1992
30-06-13	Haaksbergen	Ben van Sark	M 47	4.66 m	2013
01-05-94	Haaksbergen	Herman Tankink	M 47	4.13 m	1994
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	3.09 m	2013
08-10-17	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 54	3.06 m	2017

HSS

18-09-16	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 49	9.45 m	2016
18-09-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	9.01 m	2016
18-09-16	Haaksbergen	Martin Wissink	M 45	7.85 m	2016

Kogel 7,25 kg

28-05-17	Assen	Ben van Sark	M 51	11.07 m	2017
21-04-24	Almelo	Ramon Veneboer	M 51	10.27 m	2024
26-05-19	Almelo	Martin Regtop	M 70	9.12 m	2019
30-08-15	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 49	7.87 m	2015

Discus 2 kg

10-05-17	Haaksbergen	Ben van Sark	M 51	38.27 m	2017
		Tiemen veneboer	M 46	31.44 m	1992
14-06-24	Haaksbergen	Ramon Veneboer	M 51	30.04 m	2024
31-08-14	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 47	25.22 m	2014
14-05-14	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 48	21.17 m	2014
08-10-17	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 54	17.72 m	2017

Speer 800 gr Nieuw 2001

13-05-15	Haaksbergen	Ben van Sark	M 49	45.93 m	2015
14-06-24	Haaksbergen	Ramon Veneboer	M 51	40.82 m	2024
18-09-16	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 49	33.04 m	2016
14-05-14	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 48	32.63 m	2014
18-09-16	Haaksbergen	Martin Wissink	M 45	22.35 m	2016
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	16.48 m	2013

Kogelslingeren 7,25 kg

16-06-19	Emmeloord	Martin Regtop	M 70	23,75 m	2019
18-06-17	Emmen	Ben van Sark	M 51	23.74 m	2017

Gewichtwerpen 11.34 kg

14-06-24	Haaksbergen	Ramon Veneboer		9.50 m	2024
----------	-------------	----------------	--	--------	------