

Heren 50 jaar

100 m

08-10-17	Haaksbergen	Ben van Sark	M 51	13.4	2017
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	16.1	2013

200 m

18-09-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	27.0	2016
----------	-------------	--------------	-------------	------	------

800 m

30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	3.04.6	2013
18-09-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	3.13.0	2016

1500 m

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

22-09-16	Hengelo	Andre Somhorst	M 60	11.44.42	2016
31-08-14	Haaksbergen	Jan Lammers	M 57	12.09.0	2014
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

2 EM

18-05-06	Hengelo	Paul van der Voort	M 55	17.30	2006
----------	---------	--------------------	-------------	-------	------

5000 m

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
30-09-07	Haaksbergen	Leendert van Herk	M 57	21.26	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
14-05-14	Haaksbergen	Hans ten Voorde	M 51	20.38.4	2014
06-04-14	Losser	Vincent Plentinger	M 50	24.27	2014
02-04-18	Hengelo	Jan Schepers	M 61	27.13	2018
18-05-12	Ahaus	Dld Toon Tankink	M 62	28.22	2012
29-10-17	Nijverdal	Marc Brandsma	M 51	29.26	2017
28-03-16	Losser	Berthil Beumer	M 65	31.57	2016
27-04-14	Enschede	Sytze van Beijeren	M 50	36.07	2014

5000 m E.T.

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
09-09-12	Enschede	Jan Lammers	M 55	31.46	2012
23-03-03	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 55	32.20	2003
16-09-07	Enschede	Andre Somhorst	M 51	32.31	2007
12-09-10	Enschede	Wilfried Oldenkotte	M 54	35.09	2010
25-03-18	Haaksbergen	Brain te Lintelo	M 52	35.28	2018
25-03-12	Haaksbergen	Fons van Sark	M 50	35.31	2012
13-09-15	Enschede	Martin ten Voorde	M 63	35.40	2015
15-04-06	Eibergen	Alphons Luttkholt	M 52	36.35	2006
22-03-15	Haaksbergen	Herman Put	M 58	37.03	2015
23-03-03	Haaksbergen	Johan Bok	M 57	37.21	2003
23-03-14	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 51	37.32	2014
25-03-12	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 55	37.52	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 Eijsink	M 55	39.01	2018
22-03-98	Haaksbergen	Jan Tijink	M 52	39.25	1998
22-03-15	Haaksbergen	Richard Lansink	M 51	39.27	2015
22-03-15	Haaksbergen	Dinant Bannink	M 58	39.28	2015
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
26-03-17	Haaksbergen	Han Slotman	M 52	39.54	2017
21-03-10	Haaksbergen	Tonnie Wieskamp	M 58	40.03	2010
25-03-18	Haaksbergen	Jeroen Besselink	M 52	40.14	2018
25-10-08	Nijverdal	Jan Bouman	M 50	40.27	2008
30-03-08	Haaksbergen	Hans Belshof	M 50	40.28	2008
27-03-11	Haaksbergen	Herman Winkelhorst	M 52	40.39	2011
25-03-18	Haaksbergen	Ruud ten Voorde	M 54	40.58	2018
21-03-10	Haaksbergen	Gerlo Semmekrot	M 52	41.03	2010
20-03-05	Haaksbergen	Henk Eefsting	M 51	41.25	2005
25-03-18	Haaksbergen	Tonnie Baumeister	M 55	41.25	2018
30-03-08	Haaksbergen	Erik Stokkers	M 50	41.50	2008
23-03-14	Haaksbergen	Louwrens Moolhuizen	M 50	41.51	2014
23-03-14	Haaksbergen	Toon Tankink	M 64	42.04	2014
27-03-11	Haaksbergen	Frans Belshof	M 54	42.23	2011
24-03-13	Haaksbergen	Ben Tenhagen	M 52	42.26	2013
26-03-17	Haaksbergen	Rob Hoogland	M 51	42.47	2017
25-03-18	Haaksbergen	Raymond Velthof	M 62	42.49	2018
26-03-17	Haaksbergen	Koen Natter	M 50	43.51	2017
21-03-10	Haaksbergen	Berthil Beumer	M 59	44.00	2010
26-03-17	Haaksbergen	Jan- Herman Tempel	M 52	44.09	2017
23-03-03	Haaksbergen	Henry Siemerink	M 57	44.18	2003
26-03-17	Haaksbergen	Walter Olde Engberink	M 50	44.28	2017
22-03-15	Haaksbergen	Robin Hofsté	M 50	44.29	2015
21-03-10	Haaksbergen	Bennie Olde Heuvel	M 52	44.40	2010
20-03-16	Haaksbergen	Gregor Bouhuis	M 54	44.50	2016
20-03-16	Haaksbergen	Edwin Molenkamp	M 51	45.00	2016
20-03-16	Haaksbergen	Laurens Weeink	M 58	45.01	2016
25-03-12	Haaksbergen	Jan Abrahams	M 59	45.43	2012

5 EM vervolg

23-03-14	Haaksbergen	Marcel de Wijs	M 56	46.15	2014
30-03-08	Haaksbergen	Willem Horvath	M 54	46.17	2008
26-03-17	Haaksbergen	Jan Schepers	M 60	46.17	2017
27-03-11	Haaksbergen	Andre Aarnink	M 51	46.39	2011
26-03-06	Haaksbergen	Paul van der Voort	M 55	46.44	2006
20-03-16	Haaksbergen	Harry Jansen	M 55	46.55	2016
25-03-18	Haaksbergen	Everhard te Lintelo	M 60	46.56	2018
26-03-17	Haaksbergen	Henk Kloppenburg	M 61	47.14	2017
27-03-11	Haaksbergen	Jan Dekker	M 55	47.25	2011
25-03-07	Haaksbergen	Gerard Willekes	M 51	47.27	2007

10 km

04-02-07	Hengelo	Andre Somhorst	M 51	38.28	2007
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
13-03-16	Hengelo	Fons van Sark	M 54	41.22	2016
19-02-17	Hengelo	Richard Leussink	M 50	43.12	2017
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
16-04-06	Lichtenvoorde	Gerard Boink	M 50	44.08	2006
16-04-06	Lichtenvoorde	Gert Jan Brug	M 53	45.37	2006
27-09-92	Haaksbergen	Jan Ellenbroek	M 50	46.42	1999
07-04-13	Hengelo	Willem Rödel	M 57	46.51	2013
17-05-12	Delft	Gert Jan Foks	M 55	47.17	2012
15-03-09	Hengelo	Jan Bouman	M 51	49.18	2009
19-02-17	Hengelo	Vincent Exterkate	M 59	49.23	2017
15-03-09	Hengelo	Dinant Bannink	M 52	50.30	2009
09-09-99	Haaksbergen	Tonnie Janszen	M 57	52.14	1999
16-11-13	Nijmegen	Toon Tankink	M 63	52.13	2013
29-10-17	Nijverdal	Koen Natter	M 50	53.30	2017
02-10-11	Bremen	Dld Henk Eefsting	M 57	55.57	2011
10-11-02	Weerselo	Jan Tijink	M 56	56.33	2002
02-10-16	Oldenzaal	Louwrens Moolhuizen	M 52	56.53	2016
02-04-17	Hengelo	Laurens Weeink	M 59	57.29	2017
02-10-16	Oldenzaal	Gregor Bouhuis	M 54	57.37	2016
08-10-17	Oldenzaal	Robin Hofsté	M 52	57.53	2017
02-10-16	Oldenzaal	Marc Brandsma	M 50	58.01	2016
15-03-09	Hengelo	Berthil Beumer	M 58	58.15	2009
03-04-16	Hengelo	Wouter Jacobs	M 61	58.26	2016
02-10-11	Oldenzaal	Hans Braam	M 63	59.14	2011
04-02-07	Hengelo	Henry Siemerink	M 61	59.31	2007

15 km

04-03-07	Enschede	Andre Somhorst	M 51	57.59	2007
21-02-16	Hengelo	Benno Scharenborg	M 50	57.57	2016
16-03-08	Hengelo	Jan Lammers	M 51	59.18	2008
04-02-07	Hengelo	Harry Jansen	M 46	1.04.10	2007
14-03-10	Hengelo	Wilfried Oldenkotte	M 54	1.04.40	2010
19-11-06	Nijmegen	Gerard Boink	M 50	1.05.15	2006
19-11-00	Nijmegen	Toon Tankink	M 50	1.06.13	2000
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
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
11-03-12	Hengelo	Harry Maathuis	M 62	1.13.07	2012
	Glanerbrug	Herman Hollack	M 54	1.14.30	1999
16-11-08	Nijmegen	Dinant Bannink	M 51	1.15.08	2008
03-02-08	Hengelo	Jan Bouwman	M 50	1.15.15	2008
21-11-10	Nijmegen	Herman Wormgoor	M 58	1.16.37	2010
16-11-08	Nijmegen	Laurens Weeink	M 50	1.17.30	2008
25-02-18	Hengelo	Vincent Exterkate	M 60	1.17.47	2018
11-05-97	Oldenzaal	Jan Tijink	M 51	1.19.31	1997
16-11-08	Nijmegen	Spencer Ouwekerk	M 53	1.19.57	2008
08-01-12	Hengelo	Donny Meijerink	M 50	1.20.42	2012
01-02-09	Hengelo	Berthil Beumer	M 58	1.24.16	2009
09-11-14	Enschede	Wouter Jacobs	M 59	1.24.16	2014
16-11-97	Nijmegen	Bram Grevink	M 50	1.25.57	1997
18-11-12	Nijmegen	Andre Aarnink	M 52	1.27.34	2012
11-03-07	Hengelo	Henry Siemerink	M 61	1.27.54	2007

10 EM

23-04-14	Haaksbergen	Harry Boonk	M 53	1.00.55	2014
20-03-16	Haaksbergen	Benno Scharenborg	M 50	1.01.02	2016
21-03-10	Haaksbergen	Jan Lammers	M 53	1.01.36	2010
25-03-07	Haaksbergen	Andre Somhorst	M 51	1.02.34	2007
26-03-00	Haaksbergen	Gerrit Noordink	M 52	1.04.52	2000
20-03-05	Haaksbergen	Jan Meijer	M 54	1.06.37	2005
30-03-08	Haaksbergen	Gerard Boink	M 52	1.07.37	2008
20-03-05	Haaksbergen	Henk Jan Baltink	M 50	1.07.39	2005
24-03-13	Haaksbergen	Harry Jansen	M 52	1.07.43	2013
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
20-03-16	Haaksbergen	Fons van Sark	M 54	1.08.27	2016
28-10-00	Holten	Toon Tankink	M 50	1.11.38	2000
26-05-13	Eibergen	Hans ten Voorde	M 50	1.11.40	2013
22-03-15	Haaksbergen	Huub Hodes	M 50	1.11.45	2015
22-03-15	Haaksbergen	Martin ten Voorde	M 63	1.11.52	2015
26-03-17	Haaksbergen	Jan Paul Klein Poelhuis	M 50	1.11.54	2017
20-03-05	Haaksbergen	Cor Berenschot	M 52	1.12.43	2005
21-03-10	Haaksbergen	Johan Lammers	M 50	1.13.33	2010
17-09-06	Enschede	Willem Rödel	M 50	1.13.48	2006
20-03-16	Haaksbergen	Bert Lammers	M 51	1.13.52	2016
25-05-14	Eibergen	Marc Eijsink	M 51	1.14.10	2014

10 EM vervolg

25-03-18	Haaksbergen	Gert Jan Willemsteyn	M 53	1.14.20	2018
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
25-03-12	Haaksbergen	Harry Maathuis	M 62	1.14.44	2012
26-03-17	Haaksbergen	Marcel Vogt	M 52	1.15.10	2017
26-03-17	Haaksbergen	Johan Visschedijk	M 54	1.15.10	2017
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	Gertjan Brug	M 53	1.16.01	2006
31-05-15	Eibergen	Ruud ten Voorde	M 51	1.16.28	2015
26-03-17	Haaksbergen	Arjan Simmelink	M 56	1.16.46	2017
23-04-14	Haaksbergen	Herman Put	M 57	1.17.24	2014
26-03-06	Haaksbergen	Harry Weegerink	M 51	1.17.26	2006
25-03-07	Haaksbergen	Tonnie Wieskamp	M 55	1.17.35	2007
25-03-18	Haaksbergen	Mark Menzing	M 50	1.17.44	2018
26-03-00	Haaksbergen	Leendert van Herk	M 50	1.17.47	2000
23-03-03	Haaksbergen	Jan Katgert	M 63	1.18.19	2003
23-04-14	Haaksbergen	Henny Leferink	M 57	1.18.52	2014
22-03-98	Haaksbergen	Marinus Ordelmans	M 52	1.19.13	1998
22-03-09	Haaksbergen	Herman Wormgoor	M 57	1.19.13	2009
22-03-98	Haaksbergen	Tonnie Janszen	M 56	1.19.28	1998
21-03-10	Haaksbergen	Vincent Exterkate	M 52	1.19.37	2010
23-04-14	Haaksbergen	Jan Schepers	M 57	1.21.13	2014
21-03-10	Haaksbergen	Dick Dijkman	M 59	1.21.22	2010
27-03-11	Haaksbergen	Henk Bokdam	M 52	1.21.24	2011
21-03-10	Haaksbergen	Herman Winkelhorst	M 51	1.21.36	2010
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	Dinant Bannink	M 54	1.23.03	2011
22-03-09	Haaksbergen	Laurens Weeink	M 51	1.23.49	2009
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
25-03-18	Haaksbergen	Harry ter Braack	M 68	1.27.08	2018
24-03-13	Haaksbergen	Wouter Jacobs	M 58	1.27.21	2013
24-03-13	Haaksbergen	Henk Kloppenburg	M.57	1.27.26	2013
21-03-10	Haaksbergen	Marcel de Wijs	M 52	1.27.32	2010
23-04-14	Haaksbergen	Andre Aarnink	M 54	1.27.59	2014
25-03-12	Haaksbergen	Donny Meijerink	M 50	1.28.14	2012
26-03-17	Haaksbergen	Robin Hofsté	M 52	1.28.17	2017
25-03-18	Haaksbergen	Frank ter Woerds	M 52	1.28.20	2018
27-03-11	Haaksbergen	Ben Tenhagen	M 50	1.28.22	2011
07-02-16	Apeldoorn	Marc Brandsma	M 50	1.31.11	2016
01-05-99	Eibergen	Jan Tijink	M 53	1.31.14	1999
30-03-08	Haaksbergen	Berthil Beumer	M 57	1.31.44	2008
27-03-11	Haaksbergen	Marcel de Wijs	M 53	1.32.14	2011

20 km

31-10-15	Holten		Martin ten Voorde	M 63	1.35.16	2015
10-10-10	Parijs	F	Cor Terhurne	M 58	1:42:51	2010
10-10-10	Parijs	F	Toon Tankink	M 60	1:49:52	2010
10-10-10	Parijs	F	Peter Rupert	M 50	1:55:08	2010
10-10-10	Parijs	F	Dinant Bannink	M 53	1:53:25	2010
10-10-10	Parijs	F	Erik Stokkers	M 52	2:07:19	2010
10-10-10	Parijs	F	Henk Eefsting	M 56	2:07:27	2010
10-10-10	Parijs	F	Berthil Beumer	M 59	2:09:20	2010
10-10-10	Parijs	F	Jan Dekker	M 54	2:14:36	2010

Halve Marathon

16-06-96	Enschede		Gerrit Noordink	M 50	1.23.57	1996
13-04-08	Hengelo		Jan Lammers	M 51	1.25.33	2008
26-05-07	Klazienaveen		André Somhorst	M 51	1.25.48	2007
21-04-13	Enschede		Harry Jansen	M 52	1.29.20	2013
20-05-07	Enschede		Gert Jan Brug	M 54	1.29.57	2007
23-04-06	Enschede		Henk Jan Baltink	M 51	1.32.09	2006
13-04-09	Hengelo		Gerard Boink	M 53	1.32.40	2009
07-04-13	Hengelo		Fons van Sark	M 51	1.33.41	2013
19-04-15	Enschede		Huub Hodes	M 50	1.35.36	2015
23-09-90	Oldenzaal		Jan Ellenbroek		1.35.54	1990
09-04-12	Hengelo		Martin ten Voorde	M 60	1.36.32	2012
02-09-06	Zutphen		Harry Weegerink	M 51	1.36.42	2006
27-04-14	Enschede		Hans ten Voorde	M 51	1.36.54	2014
22-04-12	Enschede		Wilfried Oldenkotte	M 56	1.36.56	2012
19-04-15	Enschede		Marc Eijsink	M 52	1.37.29	2015
02-04-18	Hengelo		Richard Leussink	M 51	1.37.49	2018
18-06-95	Enschede		Henk ten Thije Boomkamp	M 54	1.39.21	1995
22-04-12	Enschede		Cor Terhurne	M 60	1.40.20	2012
19-04-15	Enschede		Willem Rödel	M 59	1.40.21	2015
08-05-05	Enschede		Tonnie Wieskamp	M 53	1.42.42	2005
17-04-11	Enschede		Harry Maathuis	M 61	1.43.06	2011
16-06-96	Enschede		Marinus Ordelman	M 50	1.43.14	1996
17-04-11	Enschede		Peter Rupert	M 51	1.43.59	2011
18-06-17	Amersfoort		Jan Paul Klein Poelhuis	M 50	1.44.45	2017
19-04-15	Enschede		Ruud ten Voorde	M 51	1.45.06	2015
16-05-04	Enschede		Gerard Leussink	M 51	1.46.57	2004
			Bertus Ottink	M 53	1.47.36	1987
05-04-09	Berlijn	Dld	Jan Bouwman	M 51	1.49.03	2009
18-10-15	Amsterdam		Gert Jan Foks	M 58	1.49.15	2015
27-04-14	Enschede		Jan Schepers	M 57	1.49.25	2014
26-04-09	Enschede		Henny Leferink	M 52	1.50.46	2009
21-10-12	Dresden	Dld	Toon Tankink	M 62	1.50.55	2012
02-10-16	Oldenzaal		Johan Visschedijk	M 53	1.52.05	2016
02-10-16	Oldenzaal		Frank ter Woerds	M 50	1.52.06	2016
02-10-11	Bremen	Dld	Hans Braam	M 63	1.52.56	2001
02-10-16	Oldenzaal		Robin Hofsté	M 51	1.53.15	2016
16-06-96	Enschede		Henry Siemerink	M 50	1.55.01	1996
05-04-09	Berlijn	Dld	Dinant Bannink	M 52	1.55.10	2009

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
05-04-10	Losser	Martin ten Voorde	M 58	1.58.07	2010

30 km

04-03-18	Vorden	Benno Scharenborg	M 52	2.08.22	2018
04-03-12	Vorden	Jan Lammers	M 55	2.09.52	2012
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
12-03-06	Vorden	Gertjan Brug	M 53	2.37.54	2006
11-05-97	Oldenzaal	Leo van het Bolscher	M 48	2.43.03	1997

Marathon

14-10-07	Eindhoven	Jan Lammers	M 50	2.59.48	2007
28-09-97	Berlijn	Dld Herman Tankink	M 50	3.04.46	1997
22-04-08	Enschede	Tonnie Beld	M 45	3.07.35	2007
22-04-07	Enschede	Gerard Boink	M 51	3.18.07	2007
17-04-11	Enschede	Wilfried Oldenkotte	M 55	3.23.54	2011
08-05-05	Enschede	Harry Weegerink	M 50	3.31.37	2005
26-08-89	Enschede	Ben Veldhuis		3.36.45	1989
23-04-06	Enschede	Gert Jan Brug	M 53	3.40.33	2006
22-04-18	Enschede	Richard Leussink	M 51	3.47.14	2018
22-04-18	Enschede	Gert Jan Willemsteyn	M 53	3.48.12	2018
20-06-87	Enschede	Bertus Ottink	M 53	3.48.34	1987
09-04-17	Rotterdam	Jan Paul Klein Poelhuis	M 50	3.50.49	2017
26-08-89	Enschede	Jan Ellenbroek		3.51.08	1989
28-09-97	Berlijn	Dld Harrie Morsinkhof	M 50	3.42.57	1997
17-04-11	Enschede	Martin ten Voorde	M 59	3.43.34	2011
22-04-08	Enschede	Jan Bouman	M 50	4.04.53	2008
06-06-99	Enschede	Leo van het Bolscher	M 50	4.08.16	1999
12-11-17	Athene	Gr Henk Jan Baltink	M 62	4.09.24	2017
18-06-95	Enschede	Herman Hollak	M 50	4.10.34	1995

60 km

17-04-17	Den Burg	Jan Paul Klein Poelhuis	M 50	5.49.27	2017
----------	----------	-------------------------	-------------	---------	------

Ver

08-10-17	Haaksbergen	Ben van Sark	M 51	3.30 m	2017
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	Ben van Sark	M 50	9.01 m	2016
----------	-------------	--------------	-------------	--------	------

Kogel 6 kg

11-05-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	11.81 m	2016
----------	-------------	--------------	-------------	---------	------

Kogel 7,25 kg

28-05-17	Assen	Ben van Sark	M 51	11.07 m	2017
----------	-------	--------------	-------------	---------	------

Discus 1,5 kg

08-10-17	Haaksbergen	Ben van Sark	M 51	36.54 m	2017
08-10-17	Haaksbergen	Hans Bieleveld	M 54	17.72 m	2017

Discus 2 kg

22-04-18	Stadskanaal	Ben van Sark		30.78 m	2018
----------	-------------	--------------	--	---------	------

Speer 700 gr

18-09-16	Haaksbergen	Ben van Sark	M 50	41.09 m	2016
30-06-13	Haaksbergen	Gert Jan Foks	M 56	16.48 m	2013

Kogelslingeren 7,25 kg

18-06-17	Emmen	Ben van Sark	M 51	23.74 m	2017
----------	-------	--------------	-------------	---------	------