Wedstrijden AVH 2024

Enschede 07-01-24 Rutbeekcross

J.D.	**5 km**		
Valentijn Sak	**28.46**		
J.B.	**5 km**		
Florian Sak	**29.26**		
Heren	**5 km**		
Gert Jan Foks	**31.18**	**M 67**	
Heren	**10 km**		
Richard Leussink	**55.54**	**M 57**	
Henk Jan Baltink	**58.32**	**M 69**	

Vroomshoop 13-01-24 Zandstuve Boslopen

Heren	**5 km**	**Canicross**	
André Somhorst	**21.18**	**M 68**	**1e pl**

Winterswijk 14-01-24 Moore MKW Cross

Heren	**5 km**	
Roel Verwer	**20.00**	**M 40**

Hengelo 14-01-24 1e Wooldersloop

Heren	**15 km**	
Michel Natter	**1.07.46**	**M 36**
Vincent Exterkate	**1.22.06**	**M 66**

Haaksbergen 21-01-24 Watermolenloop

Dames	**5,1 km**	
inez lammersen	**29.58**	**V 39**
Betsie Greve	**30.03**	**V 64**
Tessa Fransen - Jansen	**31.15**	**V 36**
Ester Agterbosch	**31.19**	**V 57**
Jenice Wijlens - Groot Obbink	**31.34**	**V 36**
Inge Lammers	**31.48**	**V 50**
Janine Leferink	**32.17**	**V 44**
José Busch	**32.28**	**V 65**
Baukje Katier	**33.01**	**V 45**
Karin Bielevelt	**33.56**	**V 58**
Annemieke Gerrits	**34.52**	**V 57**
Britt Orriëns	**35.14**	**V 23**
Belinda Roerink	**35.16**	**V 54**
Bianca van der Weiden - Nijhof	**36.05**	**V 45**
Jolijn Koppelman	**37.41**	**V 35**
Marly Scharenborg	**39.31**	**V 32**
Martine Paf	**41.28**	**V 49**
Dames	**10,2 km**	
Djarah Tangeman	**58.27**	**V 38**
Nadine Schenau	**58.27**	**V 38**

Haaksbergen 21-01-24 Watermolenloop vervolg

Dames	**10,2 km**		
Elly Terhurne-Konings	**1.00.56**	**V 71**	
Annemarie Westendorp	**1.04.04**	**V 60**	
Hetty Belshof	**1.04.04**	**V 59**	
Sandra Spoolder	**1.11.36**	**V 52**	
Dames	**15,3 km**		
Carina Slingerland	**1.20.46**	**V 53**	**3e pl**
Chantal Lansink	**1.21.22**	**V 56**	
Chantal Geerdink - Krake	**1.22.20**	**V 45**	
J.D.	**3 km**		
Valentijn Sak	**13.39**	**1e pl**	
Thomas Van de Worp	**18.05**		
J.D.	**5,1 km**		
Bauke Nijenhuis	**25.31**		
J.B.	**5,1 km**		
Kyan Rikkerink	**21.25**		
Heren	**5,1 km**		
Boy Foks	**18.09**	**M 31**	**1e pl**
Gert Jan Foks	**26.04**	**M 67**	
Sergé Antink	**30.10**	**M 57**	
Peter Rupert	**31.14**	**M 64**	
Stefan Klijn	**34.37**	**M 53**	
Ron Bos	**36.06**	**M 55**	
Henry Siemerink	**39.32**	**M 78**	
Hans Bieleveld	**41.28**	**M 61**	
Heren	**10,2 km**		
Richard Leussink	**47.44**	**M 57**	**3e pl**
Remco Harmes	**50.55**	**M 50**	
Ruud ten Voorde	**51.03**	**M 60**	
Huub Hodes	**51.24**	**M 59**	
Brain te Lintelo	**52.18**	**M 58**	
Mark Menzing	**53.58**	**M 56**	
Danniël Prins	**58.52**	**M 49**	
Ronny Hubers	**59.16**	**M 60**	
Norbert Molenkamp	**1.00.24**	**M 61**	
Louwrens Moolhuizen	**1.00.42**	**M 60**	
Robin Hofsté	**1.00.42**	**M 59**	
Walter Olde Engberink	**1.00.56**	**M 58**	
Richard lansink	**1.02.59**	**M 60**	
Ronald Hilderink	**1.05.54**	**M 58**	
Heren	**15,3 km**		
Roel Verwer	**59.19**	**M 40**	**2e pl**
Stef Schulte	**1.06.41**	**M 36**	
Patrick Lansink	**1.07.39**	**M 55**	
Theo Hendriksen	**1.08.12**	**M 52**	
Michel Natter	**1.08.27**	**M 36**	
Jan Paul Klein Poelhuis	**1.11.46**	**M 57**	
Henk Jan Baltink	**1.12.06**	**M 69**	
Fons van Sark	**1.16.22**	**M 62**	
Joran Unij	**1.18.10**	**M 25**	
Raymon Eysink	**1.26.45**	**M 48**	
Tonnie Baumeister	**1.27.45**	**M 61**	
Harry ter Braack	**1.27.42**	**M 74**	
Tom Konings	**1.28.32**	**M 61**	
Herman Winkelhorst	**1.30.43**	**M 65**	

Oldenzaal 28-01-24 Hulsbeekcross

J.B.	6 km		
Kyan Rikkerink	24.59		
Heren	6 km		
Gert Jan Foks	32.41	M 67	
Heren	12 km		
Henk Jan Baltink	1.00.51	M 69	3e pl
Vincent Exterkate	1.07.01	M 66	

Apeldoorn 03-03-24 NK Indoor Masters

Heren	60 m		Finale	
Quinten Stern	7.85	2e serie	DQ	M 47

Apeldoorn 03-02-24 Kroondomein Het Loo Marathon

Dames	Marathon	
Carina Slingerland	4.31.10	V 53

Apeldoorn 04-02-24 Centraal Beheer Midwinter Marathon

Heren	8 km	
Danny Hoogland	43.57	M 45
Heren	10 EM	
Maarten Busschers	1.27.11	M 40
Heren	25 km	
Jan Paul Klein Poelhuis	1.59.13	M 57
Remco Polhuis	2.02.26	M 45
Ramon Veneboer	2.13.57	M 51

Hengelo 04-02-24 2e Wooldersloop

Heren	10 km	
Benno Scharenborg	45.53	M 58
Heren	15 km	
Vincent Exterkate	1.27.14	M 66

Oldenzaal 18-02-24 Dinkelcross

J.B,	5 km		
Kyan Rikkerink	22.10		
Heren	10 km		
Richard Leussink	52.25	M 57	
Henk Jan Baltink	52.28	M 69	2e pl M 60
Vincent Exterkate	56.48	M 66	3e pl M 60

Hengelo 25-02-24 3e Wooldersloop

Dames	**10 km**			
Vera Tuchter	**51.35**	**V 41**		
Heren	**15 km**			
Vincent Exterkate	**1.20.48**	**M 66**		

Apeldoorn 28-02-24 indoor AV Rijssen

Heren	**60 m**			
Quinten Stern	**7.23 CR**	**M 47**		**1e pl**
	CR H 35 - H 45			

Katwijk 02-03-24 Duinloopcirquit Krokusloop

Dames	**5 km**			
Jeannette Te Bogt - Siemerink	**38.55**	**V 57**		

Vorden 03-03-24 Achtkastelenloop

Dames	**30 km**			
Carina Slingerland	**2.49.23**	**V 53**		
Heren	**halve Marathon**			
Jasper ten Berge	**1.58.40**	**M 43**		
Heren	**30 km**			
Bert ten Thije o/g Boonkkamp	**2.05.07**	**M 52**	**CR M 45**	**M 50**
Bart Dijkman	**2.28.57**	**M 44**		

Apeldoorn 04-03-24 NK Indoor Masters

Heren	**200 m**			
Quinten Stern	**24.04**	**1e pl**		**M 47**
	CR H 35 - H 45			

Dordrecht 16-03-24 Fortius Indoor JSM

Heren	**60 m**			
Quinten Stern	**7.49**	**1e pl**		**M 47**

Hengelo 17-03-24 4e Wooldersloop

Heren	**5100 m**			
Boy Foks	**16.47**	**M 31**		**3e pl**
Heren	**10 km**			
Sander Langevoort	**58.18**	**M 40**		
Heren	**15 km**			
Vincent Exterkate	**1.27.34**	**M 66**		

Almelo 23-03-24 Openingswedstrijd AAV Sisu

M.P.C.	**40 m**	**Ver**	**Bal**		
Noa Snijders	**8.33**	**2.52 m**	**13.08**	**2e pl**	
M.P.C.	**600 m**				
Noa Snijders	**3.01.28**				
M.P.B.	**40 m**	**Ver**	**Bal**		
Aafke van de Worp	**8.01**	**2.28 m**	**6.78 m**		
M.P.B.	**1000 m**				
Aafke van de Worp	**5.22.65**				
M.D.	**60 m**		**ver**		**Speer**
Nynke Slaa	**8.65**	**1e pl**	**4.28**	**2e pl**	**12 95 m**
M.D.	**1000 m**				
Nynke Slaa	**4.01.82**				
J.P.B.	**40 m**	**Ver**	**Bal**		
Tim Bekema	**8.10**	**2.49 m**	**11.38 m**		
Arwyn Van Lenthe	**8.31**	**2.45 m PR**	**9.74 m**		
J.P.B.	**1000 m**				
Tim Bekema	**4.21.01 PR**				
J.P.A.	**60 m**	**Hoog**	**Kogel**		
Vesper Schuur	**9.35**	**1.40 m**	**6.95 m**	**1e pl**	
Sven Fox	**10.14**	**1.10 m**	**4.77 m**		
Guus Bakker	**10.92**	**1.05 m**	**4.71 m**		
J.P.A.	**1000 m**				
Vesper Schuur	**3.46.20**	**3e pl**			
Guus Bakker	**4.30.19**				
J.D.	**80 m**		**Ver**	**Speer**	
Eli Snijders	**11.91**	**3e pl**	**3.69 m**	**12.76 m**	
Thomas Van de Worp	**13.10**		**2.99 m**	**6.32 m**	
J.D.	**1000 m**				
Eli Snijders	**3.45.75**				
Thomas Van de Worp	**4.39.57 PR**				
Heren	**100 m**		**Hoog**		
Ruben van Sark	**11.92**	**2e pl**	**1.65 m**	**1e pl**	**M 21**
Heren	**800 m**				
Ruben van Sark	**2.27.12**	**M 21**	**3e pl**		
Masters 55	**Kogel 6 kg**				
Ben van Sark	**10.56 m CR M 55**	**M 58**	**1e pl**		

Oosterend 24-03-24 17e De Zestig van Texel

Heren	**60 km**	
Theo Hendriksen	**6.16.28**	**M 52**

Haaksbergen 24-03-24 28e Engelse Mijlenloop

Dames	5 EM		
Lisa Bielevelt	31.15	V 26	
Heleen Klein Tank	43.42	V 40	
Veronque van Os	44.23	V 50	
Angelique Smeeman	48.12	V 52	
Irma Ten Dam	48.36	V 41	
Hetty Belshof	48.47	V 59	
Ine Leferink-ten Hagen	49.40	V 67	
Karin Bielevelt	49.49	V 58	
Jacquelien Jacobs	50.02	V 64	
Inez Lammersen	51.26	V 39	
Petra Okkinga	53.05	V 59	
Nancy Stokkers	53,07	V 65	
Leni van Kleef	53.08	V 71	CR V 70
Christel van der Kuil	53.40	V 57	
Wil van Ulsen	53.40	V 72	
Sandra Spoolder	54.08	V 52	
Regine van der Hee	54.10	V 56	
Mirjam Simmelink	54.12	V 58	
Corine Voogtsgeerd	54.15	V 55	
Clementine Knijff	54.16	V 58	
Annet de Witte	54.17	V 63	
Britt Orriëns	54.53	V 23	
Belinda Roerink	55.02	V 54	
Joanne Konings	55.10	V 51	
Debby Bouwhuis	55.11	V 50	
Marly Scharenborg	57.25	V 32	
Jolijn Koppelman	58.27	V 35	
Marion Ooink	59.19	V 55	
Monique Ticheloven	1.01.52	V 50	
Bianca van der Weiden - Nijhof	1.01.53	V 45	
Martine Paf	1.07.30	V 49	

Dames	10 EM		
Eileen Groenland	1.15.08	V 34	
Carina Slingerland	1.22.13	V 53	
Chantal Lansink	1.22.21	V 56	
Rianne Van Ekeren	1.23.56	V 42	
Mariël Brefeld	1.24.46	V 48	
Nadine Schenau	1.32.14	V 38	
Djarah Tangeman	1.32.15	V 38	
Marloes Ofman	1.33.23	V 40	
Annemarie Westendorp	1.39.27	V 60	

J.D.			
Ravi Wieskamp	13.05		

Heren	5 EM		
Boy Foks	27.20	M 31	1e pl
Roel Verwer	29.31	M 40	CR M 35- M 40
Benno Scharenborg	36.54	M 58	
Ruben van Sark	38.10	M 21	
Richard Leussink	38.25	M 57	
Brain te Lintelo	40.58	M 58	
Jasper ten Berge	41.48	M 43	
Marcel Vogt	42.42	M 59	
Wilfried Oldenkotte	43.15	M 68	
Henri Hemmers	43.39	M 55	
Herman Put	43.55	M 67	
Jeroen Besselink	44.30	M 58	
Herald Orriäns	44.50	M 56	PR
Han Ditzel	44.54	M 61	
Sander Langevoort	44.56	M 40	
Ronny Hubers	46.30	M 60	
John Paul Lurvink	46.30	M 58	

Haaksbergen 24-03-24 28e Engelse Mijlenloop vervolg

Heren	5 EM		
Vincent Exterkate	46.36	M 66	
Herman Winkelhorst	47.12	M 65	
Norbert Molenkamp	47.17	M 61	
Peter Rupert	48.16	M 64	
Sergé Antink	48.57	M 57	
Richard Iansink	54.19	M 60	
Ron Bos	55.55	M 55	
Stefan Klijn	56.04	M 53	
Sven Verbeek	57.24	M 52	
Arjan Simmelink	58.26	M 63	

Heren	10 EM		
Bert ten Thije Boomkamp	1.02.35	M 52	2e pl
Peter Huirne	1.04.02	M 51	
Joris Jannink	1.05.47	M 36	
Stef Schulte	1.05.56	M 36	
Patrick Lansink	1.10.14	M 55	
Jan Paul Klein Poelhuis	1.12.33	M 57	
Michel Natter	1.13.14	M 36	
Bart Dijkman	1.13.54	M 44	
Remco Harmes	1.17.11	M 50	
Bram Weegerink	1.18.27	M 39	
Jurgen Eijsink	1.18.58	M 45	
Joran Unij	1.19.12	M 25	
Jelle Knoef	1.19.24	M 23	
Tom Klein Poelhuis	1.19.25	M 23	
Huub Hodes	1.20.45	M 59	
Henny Leferink	1.20.45	M 67	
Jeroen Moes	1.20.46	M 52	
Mark Menzing	1.27.45	M 56	
Gerard Brefeld	1.27.49	M 52	
Raymon Eysink	1.28.57	M 48	
Tom Konings	1.29.06	M 61	
Harry ter Braack	1.30.56	M 74	
Tonnie Baumeister	1.33.11	M 61	
Danniël Prins	1.37.01	M 49	
Louwrens Moolhuizen	1.37.46	M 60	

Enschede 06-04-24 1e Competitie wedstrijd U14-U16

M.D.		3040 pnt	6e pl	
Nynke Slaa	60 m	8.70		1e pl
Jolie Smit	60 m	10.41	PR	
Aniek Hannink	60 mh	13.04	PR	
Aniek Hannink	4x60m	36.56		
Jolie Smit	4x60m	36.56		
Ise Ottenschot	4x60m	36.56		
Nynke Slaa	4x60m	36.56		
Nynke Slaa	Ver	4.02 m		
Aniek Hannink	Hoog	1.20 m		
Ise Ottenschot	Kogel	6.84 m	PR	
Ise Ottenschot	Speer	15.26 m	PR	3e pl
Jolie Smit	Speer	9.75 m	PR	

J.D.		2584 pnt	9e pl
Valentijn Sak	80m	12.46	
Thomas Van de Worp	80m	13.12	
Ravi Wieskamp	80m	14.11	
Ravi Wieskamp	80mh	19.04	PR
Ravi Wieskamp	4x80m	53.14	
Bauke Nijenhuis	4x80m	53.14	
Thomas Van de Worp	4x80m	53.14	
Stijn Bekema	4x80m	53.14	

Enschede 06-04-24 1e Competitie wedstrijd U14-U16 vervolg

J.D.				
Valentijn Sak	Ver	3.71 m		
Thomas Van de Worp	Ver	3.20 m		
Valentijn Sak	Hoog	1.45 m	PR	2e pl
Stijn Bekema	Hoog	1.10 m	PR	
Bauke Nijenhuis	Kogel	5.08 m	PR	
Bauke Nijenhuis	Speer	15.38 m	PR	
Stijn Bekema	Speer	11.50 m	PR	

Hengelo 07-04-24 50e Halve Marathon

Dames	10 km		
Lisa Bielevelt	38.35	V 26	1e pl

Dames	Halve Marathon	
Carina Slingerland	1.51.16	V 53

Heren	10 km	
Joris Jannink	40.21	M 36

Heren	15 km	
Sander Langevoort	1.29.43	M 40

Heren	Halve Marathon	
Harry ter Braack	2.03.27	M 74

Haaksbergen 13-04-24 Blokmeerkamp

M.P.C.	40 m	600 m	Ver	Bal	
Noa Snijders	7.98 PR	2.31.41 PR	2.71 m PR	14.30 m PR	3e pl

M.P.B.	40 m	1000 m	Ver	Bal	
Aafke van de Worp	7.97 PR	4.49.47 PR	2.02 m PR	7.05 m PR	

M.D.	60 m	60 mh	600 m	Ver	Kogel	
Nynke Slaa	8.49	12.39 PR	2.03.95 PR	4.03 m	7.61 m PR	1e pl
Aniek Hannink	9.62 PR	13.18	2.10.98 PR	3.53 m	5.57 m PR	
Ise Ottenschot	9.95 PR	14.24 PR	2.32.97 PR	3.42 m PR	7.17 m PR	
Jolie Smit	10.26 PR	DNS	2.27.84 PR	3.19 m PR	6.25 m PR	

J.P.B.	40 m	1000 m	Ver	Bal	
Tim Bekema	8.08	4.29.54	2.53 m PR	12.56 m PR	
Arwyn Van Lenthe	8.34 m PR	4.47.79 PR	2.23 m PR	9.96 m PR	

J.P.A.	60 m	1000 m	Ver	Kogel	
Vesper Schuur	9.19 PR	3.50.50	4.52 m PR	8.33 m PR	1e pl
Mike Koenderink	10.05 PR	3.50.73 PR	3.59 m PR	5.76 m PR	3e pl
Sven Fox	10.05 PR	4.05.25 PR	3.43 m PR	4.49 m PR	
Guus Bakker	10.71 PR	4.08.98 PR	3.43 m PR	5.03 m PR	

J.D.	80 m	80 mh	600 m	Ver	Speer
Valentijn Sak	12.25 PR	16.83 PR	2.07.57 PR	4.22 m PR	18.05 m PR
Eli Snijders	11.74 PR	17.02 PR	1.57.04 CR ET	4.04 m PR	11.13 m PR
Thomas Van de Worp	12.82 PR	20.08 PR	2.34.96 PR	3.32 m PR	11.66 m PR
Bauke Nijenhuis	13.25 PR	21.01 PR	2.17.84 PR	2.83 m	13.76 m PR
Ravi Wieskamp	13.90 PR	21.25 PR	2.42.25 PR	3.73 m PR	10.90 m PR
Lukas Temmink	13.08 PR	21.37 PR	2.28.92 PR	3.34 m PR	4.54 m PR
Stijn Bekema	13.88 PR	22.71 PR	2.38.37 PR	2.97 m PR	10.72 m

Haaksbergen 13-04-24 Blokmeerkamp vervolg

J.C.	100 m	100 mh	800 m	Ver	Speer	
Chris Doornhegge	12.71 PR	16.72 PR	2.57.21	4.70 m PR	26.60 m PR	2e pl

J.B.	100 m	110 mh	1500 m	Ver	Speer	
Jarno Heijnsdijk	12.69 PR	17.68 PR	DNS	5.19 m	25.72 m PR	1e pl

Rotterdam 13-04-24 44e NN Marathon

Dames	Marathon		
Carina Slingerland	4.09.18	V 53	

Heren	Marathon		
Bert ten Thije o/g Boonkkamp	2.58.10	M 52	CR M 50
Bart Dijkman	3.30.45	M 44	PR

Drachten 14-04-24 1e Competitie U20 / U18

J.B.		2009 pnt	15e pl	
Kyan Rikkerink	4x400 m	4.19.21		
Chris Doornhegge	4x400 m	4.19.21	J.C.	
Jarno Heijnsdijk	4x400 m	4.19.21		
Boas Wieskamp	4x400 m	4.19.21		
Chris Doornhegge	100 m	12.76	J.C.	
Jarno Heijnsdijk	100 m	12.89		
Kyan Rikkerink	800 m	2.21.24		
Jarno Heijnsdijk	Ver	5,07 m		
Boas Wieskamp	Ver	4.43 m		PR
Boas Wieskamp	Hoog	1.40 m		PR
Chris Doornhegge	Speer	21.22 m	J.C.	PR

Deventer 14-04-24 Ijsselloop

Heren	10 km	
Jurgen Eijsink	49.06	M 45

Enschede 20-04-24 1e Medaillewedstrijd

M.P.C.	40 m	Hoog	Bal
Noa Snijders	8.08	0.85 m	9.86 m

M.P.B.	40 m	Hoog	Kogel
Aafke van de Worp	8.02	0.75 m PR	2.24 m PR

M.D.	600 m	Ver	Speer
Nynke Slaa	2.00.87 PR	4.15 m	11.60 m PR
Aniek Hannink	1.59.82 PR	3.59 m	9.52 m PR
Ise Ottenschot	DNF	3.49 m PR	11.40 m
Jolie Smit	2.30.36	3.09 m	8.15 m

J.P.B.	1000 m	Ver	Bal
Arwyn Van Lenthe	4.46.32 PR	2.37 m PR	8.19 m

Enschede 20-04-24 1e Medaillewedstrijd vervolg

J.P.A.	60 m	Hoog	Bal
Vesper Schuur	9.28	1.40 m	24.50 m
Mike Koenderink	10.26	1.15 m PR	30.41 m PR
Guus Bakker	11.12	1.05 m PR	23.50 m PR
Sven Fox	10.44	1.05 m PR	14.00 m PR

J.D.	80 m	Hoog	Speer
Eli Snijders	11.76	1.20 m	13.03 m PR
Thomas Van de Worp	13.85	1.10 m PR	16.15 m PR
Bauke Nijenhuis	13.11 PR	1.00 m	12.64 m
Ravi Wieskamp	13.83 PR	1.00 m	12.13 m PR

J.C.	800 m	Ver	Kogel	Discus
Chris Doornhegge	2.52.10	4.86 m	8.14 m	22.98 m

J.B.	800 m	Ver	Kogel	Discus
Kyan Rikkerink	2.23.23	5.17 m PR	6.38 m	17.49 m
Jarno Heijnsdijk	2.32.53	5.46 m PR	6.97 m PR	15.68 m PR

Almelo 21-04-24 1e Competitiewedstrijd 3e Divisie

Heren Team 1		6466 pnt	6e pl	
Ruben van Sark	Zweedse Estafette	2.15.29	M 21	
Joost Leverink	Zweedse Estafette	2.15.29	J.A.	
Quinten Stern	Zweedse Estafette	2.15.29	M 47	
Tom Klein Poelhuis	Zweedse Estafette	2.15.29	M 23	
Quinten Stern	100 m	11.93	M 47	CR H 35 40 45
Ruben van Sark	100 m	12.09	M 21	
Ivan Hoogland	110 mh	20.28	J.A.	PR
Ruben van Sark	200 m	24.40	M 21	PR
Joost Leverink	200 m	25.19	J.A.	PR
Jasper Leverink	400 m	53.24	M 22	PR
Boy Foks	800 m	2.12.26	M 31	
Kyan Rikkerink	800 m	2.18.58	J.B.	
Boy Foks	5000 m	16.32.13	M 31	
Kyan Rikkerink	5000 m	19.11.66	J.B.	PR
Ivan Hoogland	Hoog	1.85 m	J.A.	
Ivan Hoogland	H.S.S.	10.53 m	J.A.	
Bas Reith	Kogel	11.78 m	M 28	PR
Ramon Veneboer	Kogel	10.27 m	M 42	
Bas Reith	Discus 2 kg	32.61 m	M 28	PR
Ramon Veneboer	Discus 2 kg	29.71 m	M 51	

Heren Team 2		3906 pnt	20e pl	
Jelle Knoef	Zweedse Estafette	2.29.07	M 23	
Jens Willems	Zweedse Estafette	2.29.07	M 23	
Nick de Waart	Zweedse Estafette	2.29.07	M 33	
David Mebius	Zweedse Estafette	2.29.07	M 20	
Nick de Waart	100 m	12.87	M 33	
Bas Slotman	100 m	13.83	M 28	
Bram Brummelhuis	110 mh	27.30	M 24	
David Mebius	200 m	26.77	M 20	
Jens Willems	200 m	29.16	M 23	
David Mebius	400 m	1.01.63	M 20	
Rik Slotboom	400 m	1.03.56	J.A.	PR
Rik Slotboom	800 m	2.29.85	J.A.	PR
Niels Schoemaker	800 m	2.37.67	M 39	
Jens Willems	Hoog	1.55 m	M 23	

Almelo 21-04-24 1e Competitiewedstrijd 3e Divisie vervolg

Nick de Waart	H.S.S.	10.51 m	M 33
Jelle Knoef	H.S.S.	10.04 m	M 23
Ben van Sark	Kogel	9.64 m	M 58
Bram Brummelhuis	Kogel	7.38 m	M 24
Ben van Sark	Discus 2 kg	27.46 m	M 58
Jelle Knoef	Discus 2 kg	20.26 m	M 23

Enschede 21-04-24 Marathon

Dames	5 km		
Lisa Bielevelt	18.31	V 26	
Dames	10 km		
Christel Hengelman	1.03.25	V 50	
Dames	Halve Marathon		
Eileen Groenland	1.36.21	V 34	
Rianne Van Ekeren	1.50.10	V 42	
Nadine Schenau	1.58.09	V 38	
Djarah Tangeman	1.59.02	V 38	
Vera Tuchter	1.59.21	V 41	
Dames	Marathon		
Carina Slingerland	4.13.52	V 53	
Heren	10 km		
Richard Leussink	49.48	M 57	
Heren	Halve Marathon		
Roel Verwer	1.19.09	M 40	
Patrick Lansink	1.30.07	M 55	
Michel Natter	1.36.38	M 36	PR
Jurgen Eijsink	1.43.17	M 45	
Timo Hogenkamp	1.46.06	M 28	
Joran Unij	1.52.37	M 25	
Raymon Eysink	1.53.34	M 48	
Tom Konings	1.55.40	M 61	PR
Tonnie Baumeister	1.55.49	M 61	
Harry ter Braack	1.58.58	M 74	
Sander Langevoort	1.59.48	M 40	
Mayk Egbers	1.59.23	M 56	PR
Maarten Busschers	2.02.48	M 40	
Heren	Marathon		
Peter Huirne	2.59.42	M 51	PR
Theo Hendriksen	3.30.37	M 52	PR
Remco Polhuis	3.40.06	M 45	
Huub Hodes	3.52.14	M 59	
Remco Harmes	3.52.14	M 50	
Bram Weegerink	3.56.09	M 39	
Henny Leferink	3.57.58	M 67	PR

Enschede 03-05-24 Kogelslinger en Polshoog Avond

Heren	Kogelslingeren			
Bas Reith	39.21 m	M 28	2e pl	CR

Enschede 18-05-25 Technische Unie Bommelasloop

Dames	7,6 km		
Ilse Bal	46.11	V 58	

Nijverdal 11-05-24 2e Medaillewedstrijd

M.P.C.	600 m	Ver	Bal
Noa Snijders	2.38.78	2.89 m PR	10.84 m

M.P.B.	1000 m	Ver	Bal
Aafke van de Worp	4.48.21 PR	2.76 m PR	9.33 m PR

M.D.	60 m	Hoog	Kogel
Ise Ottenschot	10.34	1.15 m PR	8.28 m PR
Jolie Smit	10.36	1.10 m PR	6.99 m PR

J.P.B.	40 m	Hoog	Kogel
Tim Bekema	8.19	0.90 m PR	3.64 m PR
Arwyn Van Lenthe	8.48	0.85 m PR	4.09 m PR

J.P.A.	1000 m	Ver	Kogel
Vesper Schuur	3.47.07	4.62 m CR	8.60 m PR
Mike Koenderink	3.51.15	3.56 m	6.05 m PR
Sven Fox	4.06.92	3.53 m PR	4.35 m
Guus Bakker	4.22.37	2.96 m	4.93 m

J.D.	1000 m	Ver	Kogel
Eli Snijders	3.43.86 PR	3.85 m	5.64 m PR
Bauke Nijenhuis	3.52.46 PR	3.40 m PR	5.47 m PR
Thomas Van de Worp	5.15.49	3.44 m PR	5.17 m PR
Stijn Bekema	4.35.12 PR	3.03 m PR	4.27 m PR
Ravi Wieskamp	4.47.10	2.93 m	4.87 m PR

J.B.	100 m	Hoog	Speer
Jarno Heijnsdijk	13.20	1.50 m	25.06 m
Kyan Rikkerink	13.50 PR	1.45 m PR	13.50 m

Leiden 12-05-24 33e Leiden Maraton

Heren	Halve Marathon	
René Bal	1.38.05	M 59

Hengelo 15-05-24 Johan Knaap Games

Heren	100 m	Ver	Hoog	
Ruben van Sark	12.07	5.54 m	1.70 m	M 21

Hengelo 18-05-24 2e Competitie wedstrijd U14-U16

M.D.		3176 pnt	8e pl
Nynke Slaa	60 m	8.71	
Jolie Smit	60 m	10.23	PR
Aniek Hannink	60 mh	12.97	PR
Ise Ottenschot	4x60m	36.30	
Aniek Hannink	4x60m	36.30	
Jolie Smit	4x60m	36.30	
Nynke Slaa	4x60m	36.30	
Nynke Slaa	600 m	2.04.66	
Aniek Hannink	Ver	3.77 m	
Jolie Smit	Ver	3.18 m	
Ise Ottenschot	Kogel	8.18 m	
Ise Ottenschot	Speer	16.84 m	PR

Hengelo 18-05-24 2e Competitie wedstrijd U14-U16 vervolg

J.D.		2951	11e pl
Eli Snijders	80m	11.90	
Thomas Van de Worp	80m	13.15	
Bauke Nijenhuis	80m	13.25	
Thomas Van de Worp	80mh	18.76	PR
Ravi Wieskamp	80mh	19.84	
Eli Snijders	4x80m	51.22	
Thomas Van de Worp	4x80m	51.22	
Valentijn Sak	4x80m	51.22	
Stijn Bekema	4x80m	51.22	
Eli Snijders	600 m	1.57.85	
Ravi Wieskamp	Ver	3.12 m	
Stijn Bekema	Ver	3.07 m	
Bauke Nijenhuis	Hoog	1.10 m	
Stijn Bekema	Hoog	1.10 m	
Valentijn Sak	Kogel	6.29 m	PR
Bauke Nijenhuis	Kogel	5.37 m	
Valentijn Sak	Discus	15.00 m	PR
Ravi Wieskamp	Discus	12.42 m	PR

Nijmegen 18-05-24 Next Generation Athletics (WA Continental Tour)

Dames	5000 m		
Lisa Bielevelt	18.18.75	V 26	
Heren	400 m		
Jasper Leverink	51.48	M 22	PR

Enschede 19-05-24 Technische Unie Bommelasloop

Dames	7.6 km		
Ilse Bal	46.11	V 58	
Tessa Fransen - Jansen	49.39	V 36	
Inez Lammersen	49.53	V 39	
Belinda Roerink	56.47	V 54	
Britt Orriëns	56.47	V 23	
Dames	11,7 km		
Ester Agterbosch	1.13.49	V 57	
Angelique Smeeman	1.14.40	V 52	
Dames	20,5 km		
Eileen Groenland	1.39.28	V 34	1e pl
Heren	11,7 km		
Bart Dijkman	49.52	M 44	
Sander Langevoort	1.07.37	M 40	
René Bal	1.09.40	M 59	
Heren	20,5 km		
Niels te Brake	2.00.25	M 39	

Hilversum 25-05-24 NK Masters

Heren	100 m		
Quinten Stern	11.87	1e pl	M 47

Amersfoort 26-05-24 Marathon

Heren	Halve Marathon		
Jan Paul Klein Poelhuis	1.38.04	M 57	01-01-03

Hilversum 26-05-24 NK Masters

Heren	200 m		
Quinten Stern	24.24	1e pl	M 47

Hengelo Gld 26-05-24 Quintus loop

Heren	Halve Marathon	
Roel Verwer	1.27.25	M 40

Gendringen 02-06-24 2e Competitiewedstrijd 3e Divisie

Heren Team 1		5125 pnt	6e pl	
Bas Reith	4x100 m	46.33	M 28	
Joost Leverink	4x100 m	46.33	J.A.	
Jasper Leverink	4x100 m	46.33	M 22	
Ruben van Sark	4x100 m	46.33	M 21	
Quinten Stern	100 m	11.99	M 47	
Jelle Golbach	100 m	11.96	M 22	
Joost Leverink	200 m	24.62	J.A.	PR
Jasper Leverink	400 m	51.32	M 22	
Ruben van Sark	400 m	55.98	M 21	PR
Quinten Stern	400 mh	1.02.94	M 47	CR M 45
Kyan Rikkerink	1500 m	4.52.79	J.B.	PR
Tom Klein Poelhuis	Ver	4.68 m	M 23	
Jelle Golbach	Hoog	1.80 m	M 22	
Jelle Golbach	Polshoog	3.50 m	M 22	PR
Bas Reith	Kogel	11.63 m	M 28	
Ruben van Sark	Speer	40.28 m	M 21	PR

Heren Team 2		2272 pnt	22e pl
David Mebius	4x100 m	51.84	M 20
Bram Brummelhuis	4x100 m	51.84	M 24
Jelle Knoef	4x100 m	51.84	M 23
Bas Slotman	4x100 m	51.84	M 28
David Mebius	100 m	12.87	M 20
Bas Slotman	100 m	13.40	M 28
David Mebius	200 m	27.16	M 20
Jelle Knoef	400 m	1.02.69	M 23
Bram Brummelhuis	Ver	4.48 m	M 24
Bas Slotman	Hoog	1.50 m	M 28
Ben van Sark	Kogel	9.87 m	M 58
Ramon Veneboer	Kogel	10.00 m	M 42
Bram Brummelhuis	Speer	26.78 m	M 24
Jelle Knoef	Speer	36.39 m	M 23

Eibergen 02-06-24 24e Eiberrun

Dames	10 km		
Eileen Groenland	43.40	V 34	2e pl
Jenice Wijlens	1.03.24	V 36	
Britt Orriëns	1.06.08	V 23	

Eibergen 02-06-24 24e Eiberrun vervolg

Heren	10 km			
Peter Huirne	37.33	M 51	CR M 50	
Bram Weegerink	46.09	M 39		
Remco Polhuis	43.56	M 45		

Rijssen 07-06-24 Baanwedstrijd AV Rijssen

J.A.	100 m			
Joost Leverink	12.29	PR		
Heren	100 m			
Jasper Leverink	11.42	PR	M 22	

Rijssen 07-06-24 Baanwedstrijd AV Rijssen vervolg

Heren	200 m	ver	Speer		
Ruben van Sark	24.60	5.56 m PR	41.94 m PR	M 21	
Masters	Kogel 6 kg	Discus 1,5 kg			
Ben van Sark	10.39 m	33.23 m	CR M 55	M 58	

Eindhoven 08-06-24 Nederlandse Studenten Kampioenschappen

Heren	400 m			
Jasper Leverink	50.60	PR	M 22	

Wageningen 09-06-24 2e Competitie U20 / U18

J.B.		2823 pnt	13e pl	
Jarno Heijnsdijk	4x400 m	50.29		
Boas Wieskamp	4x400 m	50.29		
Chris Doornhegge	4x400 m	50.29	J.C.	
Kyan Rikkerink	4x400 m	50.29		
Chris Doornhegge	100 m	12.93	J.C.	
Jarno Heijnsdijk	400 m	59.44		PR
Kyan Rikkerink	800 m	2.17.95		
Kyan Rikkerink	1500 m	4.57.64		
Jarno Heijnsdijk	Ver	4.86 m		
Chris Doornhegge	Ver	4.65 m	J.C.	
Boas Wieskamp	Discus	21.54 m		PR

Haaksbergen 14-06-24 Werpmeerkamp Twente

Heren	Discus	Speer			
Jelle Golbach	28.16 m PR	35.35 m PR	M 22		
Bas Reith	33.67 m PR	29,66 m	M 28		
Ruben van Sark	23.00 m	42.03 m	M 21		
Masters 40	Discus 2 kg	Speer 800 gr	gew werpen	15.88 kg	
Ramon Veneboer	30.04 m	40.82 m	9.06 m CR		M 42
Masters 55	Discus 1,5 kg	Speer 700 gr	gew werpen	11.34 kg	
Ben van Sark	31.60 m	35.90 m	9.50 m CR		M 58

Rijssen 14-06-24 Veldsink Advies Rijsserbergloop

Dames	10 km		
Lisa Bielevelt	38.42	V 26	1e pl

Eibergen 15-06-24 Baanwedstrijd / Meerkamp Pupillen en Junioren

M.D.	60 m	1000 m	Ver	Discus
Nynke Slaa	8.56	3.47.71 PR	3.98 m	13.47 m PR
J.P.B.	40 m	600 m	Ver	Bal
Arwyn Van Lenthe	8.32 PR	2.43.70 PR	2.58 m PR	12.06 m PR
J.P.A.	60 m	600 m	Ver	Kogel
Vesper Schuur	9.08 PR	1.57.31 CR	4.22 m	8.28 m
Sven Fox	10.14	2.19.45 PR	3.49 m	4.59 m
J.C.	100 m	1000 m	Ver	Discus
Chris Doornhegge	12.41 PR	3.42.11 PR	4.77 m	31.49 m PR
J.B.	100 m	1000 m	Ver	Discus
Kyan Rikkerink	12.91 PR	3.04.47 PR	5.66 m PR	16.78 m

Wierden 15-06-24 Wiezoloop

Heren	10 km	
Rob Roelofs	59.16	M 71

Hengelo 20-06-24 Track & Field Meeting

Heren	100 m	
Ruben van Sark	11.95	M 21

Epe 22-06-24 2e Competitie wedstrijd U14-U16

M.D.		2789 pnt	8e pl
Aniek Hannink	4x60m	35.74	
Jolie Smit	4x60m	35.74	
Ise Ottenschot	4x60m	35.74	
Nynke Slaa	4x60m	35.74	
Nynke Slaa	60 m	8.76	
Jolie Smit	60 m	10.36	
Aniek Hannink	60 mh	12.72	PR
Aniek Hannink	Ver	3.83 m	
Ise Ottenschot	Ver	3.22 m	
Jolie Smit	Kogel	6.86 m	
Ise Ottenschot	Kogel	8.20 m	
Nynke Slaa	Discus	15.46 m	
J.D.		2368 pnt	9e pl
Ravi Wieskamp	4x80m	52.21	
Thomas Van de Worp	4x80m	52.21	
Valentijn Sak	4x80m	52.21	
Stijn Bekema	4x80m	52.21	
Bauke Nijenhuis	80m	13.03	PR
Thomas Van de Worp	80mh	18.35	
Ravi Wieskamp	80mh	18.91	

J.D. Vervolg

Stijn Bekema	**Ver**	**2.77 m**			
Valentijn Sak	**Hoog**	**1.40 m**			
Thomas Van de Worp	**Hoog**	**1.00 m**			
Bauke Nijenhuis	**Kogel**	**5.29 m**			
Valentijn Sak	**Kogel**	**6.05 m**			
Ravi Wieskamp	**Discus**	**11.13 m**			
Bauke Nijenhuis	**Speer**	**16.14 m**	**PR**		
Stijn Bekema	**Speer**	**10.62 m**			

Drachten 23-06-24 3e Competitiewedstrijd 3e Divisie

Heren Team 1			**6808 pnt**	**4e pl**	
Joost Leverink	**4x400 m**	**3.42.58**	**J.A.**		
Jasper Leverink	**4x400 m**	**3.42.58**	**M 22**		
Ruben van Sark	**4x400 m**	**3.42.58**	**M 21**		
Jelle Golbach	**4x400 m**	**3.42.58**	**M 22**		
Jelle Golbach	**100 m**	**11.94**	**M 22**		
Jelle Golbach	**100 m h**	**16.21**	**M 22**	**1e pl**	
Jasper Leverink	**200 m**	**22.66**	**M 22**	**2e pl**	**PR**
Ruben van Sark	**200 m**	**24.07**	**M 21**		**PR**
Joost Leverink	**400 m**	**55.81**	**J.A.**		**PR**
Boy Foks	**800 m**	**2.11.93**	**M 31**		
Kyan Rikkerink	**800 m**	**2.13.58**	**J.B.**		**PR**
Boy Foks	**5000 m**	**16.56.23**	**M 31**		
Ivan Hoogland	**Ver**	**5.45 m**	**J.A.**		
Ivan Hoogland	**Hoog**	**1.80 m**	**J.A.**	**2e pl**	
Bas Reith	**Kogel**	**12.11 m**	**M 28**	**3e pl**	**PR**
Bas Reith	**Kogelslingeren**	**37.97 m**	**M 28**	**3e pl**	**CR**
Heren Team 2			**3793 pnt**	**17e pl**	
Stan Wiggers	**4x400 m**	**4.22.78**	**J.A.**		
David Mebius	**4x400 m**	**4.22.78**	**M 20**		
Bart Bemthuis	**4x400 m**	**4.22.78**	**M 34**		
Niels Schoemaker	**4x400 m**	**4.22.78**	**M 39**		
David Mebius	**100 m**	**12.91**	**M 20**		
Bart Bemthuis	**100 m h**	**19.64**	**M 34**		
David Mebius	**200 m**	**28.13**	**M 20**		
Niels Schoemaker	**400 m**	**1.03.86**	**M 39**		**PR**
Niels Schoemaker	**800 m**	**2.32.99**	**M 39**	**CR E.T. M 35**	
Stan Wiggers	**5000 m**	**20.07.16**	**J.A.**		**PR**
Bart Bemthuis	**Ver**	**6.20 m**	**M 34**	**3e pl**	
Ben van Sark	**Kogel**	**9.61 m**	**M 58**		

Hengelo 28-06-24 ASIC NK Atletiek

Heren	**400 m**		
Jasper Leverink	**50.67**	**M 22**	

Hengelo 04-07-24 FBK Dubbele Mijl

Dames	**2 EM**		
Lisa Bielevelt	**11.33**	**V 26**	
Carina Slingerland	**14.24**	**V 53**	**CR V 40 - V 50**
Karin Bielevelt	**15.59**	**V 58**	
Heren	**2 EM**		
Bert ten Thije Boomkamp	**11.21**	**M 52**	

Utrecht 05-07-24 track & Field Series

J.A.	100 m	200 m
Joost Leverink	11.95 PR	24.24 PR

Heren	200 m	
Jasper Leverink	22.65 PR	M 23

Almelo 11-07-24 Avondwedstrijd AAV Sisu

M.D.	60 m	Ver	Speer
Nynke Slaa	8.65	4.24 m	21.28 m PR
	1e pl	2e pl	1e pl

J.P.A.	80 m	Ver
Vesper Schuur	11.84 PR	3.88 m
	3e pl	

J.D.	1000 m	Ver	Speer
Eli Snijders	3.22.22 PR	4.07 m PR	15.01 m PR
	3e pl	2e pl	

J.A.	100 m	200 m
Joost Leverink	11.92 m PR	24.24
	3e pl	3e pl

Heren	100 m	Speer	
Ruben van Sark	11.74 PR	41.26 m	M 21
		2e pl	

Heren 55	Speer 500 gr	
Ben van Sark	31.30 m	M 58
	2e pl	

Breda 20-07-24 Trackmeeting

Heren	100 m	
Quinten Stern	11.84	M 47

Wageningen 16-08-24 Trackmeeting 3

J.A.	150 m	
Joost Leverink	18.16 CR	

Heren	150 m	
Jasper Leverink	17.41 PR	M 22

Leeuwarden 14-08-24 Mohammed Farmani Avondloop

Heren	5 km	
Joris Jannink	19.00	M 36

Dalfsen 07-09-24 Pling Loopfestijn

Dames	5 km	
Jeannette Te Bogt	33.38	V 57

Enschede 08-09-24 27e Singelloop

Dames	**5 EM**	
Cindy te Riet	**51.18**	**V 45**
J.B.	**5 EM**	
Kyan Rikkerink	**33.29**	
J.A.	**5 EM**	
Ivan Hoogland	**47.18**	
Heren	**5 EM**	
Boy Foks	**26.57**	**M 31**
Bart Bemthuis	**37.03**	**M 34**
Raymon Eysink	**43.07**	**M 48**
Sander Langevoort	**45.46**	**M 40**

Apeldoorn 13-09-24 RunX Najaars Track Meeting

Heren	**100 m**	**200 m**		
Ruben van Sark	**11.98**	**24.35**	**M 21**	
		3e pl		

Haaksbergen 14-09-24 3e Medaillewedstrijd

M.P.C.	**40 m**	**Hoog**	**Bal**		
Noa Snijders	**7.93 PR**	**0.90 m PR**	**16.66 m PR**		
M.D.	**600 m**	**Ver**	**Speer**		
Nynke Slaa	**2.03.69**	**4.05 m**	**19.47 m**	**2e pl**	
Aniek Hannink	**2.01.45**	**3.30 m**	**9.63 m PR**		
Jolie Smit	**2.30.56**	**3.17 m**	**8.89 m**		
J.P.B.	**1000 m**	**Ver**	**Bal**		
Tim Bekema	**4.12.42 PR**	**2.83 m PR**	**16.07 m PR**		
Arwyn Van Lenthe	**4.35.69 PR**	**2.45 m**	**12.19 m**		
J.P.A.	**60 m**	**Hoog**	**Bal**		
Vesper Schuur	**9.14**	**1.45 m CR**	**33.77 m BR**	**1e pl**	
Mike Koenderink	**10.02 PR**	**1.15 m**	**29.79 m**	**3e pl**	
Sven Fox	**9.89 PR**	**1.15 m PR**	**16.86 m PR**		
Guus Bakker	**11.28**	**1.05 m**	**26.32 m PR**		
J.D.	**80 m**	**Hoog**	**Speer**		
Eli Snijders	**12.10**	**1.25 m PR**	**16.28 m PR**		
Valentijn Sak	**12.61**	**1.40 m**	**12.74 m**		
Ruben Spitters	**14.57 PR**	**1.20 m PR**	**17.10 m PR**		
Bauke Nijenhuis	**13.41**	**1.00 m**	**16.64 m PR**		
Steijn Vossebeld	**13.38 PR**	**1.10 m PR**	**11.13 m PR**		
Ravi Wieskamp	**14.35**	**1.10 m PR**	**12.88 m PR**		
Stijn Bekema	**15.15**	**1.10 m**	**10.99 m**		
Lukas Temmink	**DNS**	**1.15 m PR**	**DNS**		
J.C.	**800 m**	**Ver**	**Kogel**	**Discus**	
Chris Doornhegge	**2.43.82 PR**	**4.77 m**	**8.58 m PR**	**26.65 m**	**2e pl**
J.B.	**800 m**	**Ver**	**Kogel**	**Discus**	
Kyan Rikkerink	**2.20.17**	**4.66 m**	**7.03 m PR**	**19.98 m PR**	**3e pl**
Jarno Heijnsdijk	**2.27.52 PR**	**5.00 m**	**6.23 m**	**17.82 m PR**	

Hengelo 26-09-24 Track Meeting

Heren	1500 m		
Bert ten Thije Boomkamp	4.57.84 PR	M 52	

J.B.	5000 m		
Kyan Rikkerink	18.28.32 PR		

Heren	5000 m		
Joris Jannink	19.10.00 PR	M 36	PR
Stef Schulte	19.24.29 PR	M 36	PR
Patrick Lansink	19.34.97 PR	M 55	PR
Remco Polhuis	21.21.35 PR	M 45	PR
Johan Visschedijk	21.41.13 PR	M 61	

Dames	5000 m		
Eileen Groenland	21.29.82 PR	V 34	
Chantal Lansink	23.39.76 PR	V 56	CR V 55

Hengelo 28-09-24 4e Medaillewedstrijd

M.P.C.	600 m	Ver	Bal	
Noa Snijders	2.30.57 PR	2.85 m	13.40 m	

M.D.	60 m	Hoog	Kogel
Nynke Slaa	8.86	1.25 m PR	6.83 m
Aniek Hannink	9.72	1.20 m	5.64 m PR
Jolie Smit	10.20 PR	1.10 m	6.66 m

J.P.B.	40 m	Hoog	Kogel
Joas Heijting	7.50 PR	0.90 m PR	4.22 m PR
Tim Bekema	7.95 PR	0.95 m PR	3.91 m PR
Arwyn Van Lenthe	8.51	0.95 m PR	3.50 m

J.P.A.	1000 m	Ver	Kogel	
Vesper Schuur	3.39.07 PR	4.61 m	8.38 m	1e pl
Mike Koenderink	3.36.93 PR	3.68 m PR	6.63 m PR	
Sven Fox	4.15.91	3.36 m	4.96 m PR	
Guus Bakker	4.29.91	3.13 m	5.67 m PR	

J.D.	1000 m	Ver	Kogel	
Eli Snijders	3.24.71 PR	4.05 m	6.26 m PR	2e pl
Bauke Nijenhuis	3.54.58	3.84 m PR	4.50 m	
Stijn Bekema	4.40.43	2.63 m	4.23 m	

J.C.	100 m	Hoog	Speer
Chris Doornhegge	12.70	1.35 m PR	26.69 m PR

J.B.	100 m	Hoog	Speer
Jarno Heijnsdijk	12.61 PR	1.45 m	26.79 m PR
Kyan Rikkerink	13.28	1.40 m	28.48 m PR

Den Burg 29-09-24 Texel Halve Marathon

Heren	Halve Marathon			
Boy Foks	1.16.51	M 31	2e pl	PR

Oldenzaal 06-10-24 Halve Marathon

Heren	Halve Marathon	
Bjorn Ordelmans	1.19.31	M 32
Michel Natter	1.34.25	M 36
Maik Lammers	1.35.03	M 33
Bram Weegerink	1.47.52	M 39
Marc Eijsink	1.48.24	M 61
Danniël Prins	2.05.46	M 49

Groenlo 06-10-24 Kanonsloop

Heren	5 km	
Roel Verwer	17.57	M 40

Haaksbergen 11-10-24 Werpmeerkamp Twente

Heren	Discus	Speer	
Ruben van Sark	19.83 m	39.59 m	M 21

Masters 55	Discus	Speer	Gewichtwerpen	
Ben van Sark	28.78 m	34.60 m	9.76 m	M 58
	BR		BR	

Tubbergen 13-10-24 loop Esch Door

Heren	10 km		
Boy Foks	34.02	M 31	3e pl

Enschede 13-10-24 Herfstloop Twente

Dames	10 EM	
José Busch	1.40.44	V 65
Jacquelien Jacobs	1.40.44	V 64

Dames	Halve Marathon	
Carina Slingerland	1.53.33	V 53

Heren	Halve Marathon	
Peter Huirne	1.26.45	M 51

Holten 26-10-24 Diepe Hel Holterbergloop

Dames	10 km	
Chantal Eijsink	1.02.43	V 46

Dames	Halve Marathon	
Chantal Geerdink - Krake	1.56.27	V 45

J.B.	6 km	
Kyan Rikkerink	22.12	

Heren	10 km	
Jurgen Eijsink	47.57	M 45

Heren	Halve Marathon	
Henk Jan Baltink	1.42.29	M 69

Haaksbergen 03-11-24 Pingelloop

M.P.A.	**1,6 km**		
Aafke van de Worp	**8.20**	**2e pl**	
M.C.	**2,8 km**		
Senna Siemerink	**25.12**		
M.B.	**2,8 km**		
Femke Grooters	**30.29**		
Dames	**5,6 km**		
Janine Leferink	**33.40**	**V 44**	
Andrea Hofsté	**36.39**	**V 59**	
Ester Wesseler	**36.39**	**V 55**	
Dames	**8,4 km**		
Angelique Smeeman	**50.41**	**V 52**	
Tessa Fransen - Jansen	**52.23**	**V 36**	
Dames	**11,2 km**		
Chantal Lansink	**57.13**	**V 56**	
J.D.	**700 m**		
Vesper Schuur	**15.49**	**2e pl**	
J.C.	**1,6 km**		
Ruben Spitters	**7.22**	**1e pl**	
J.D.	**2,8 km**		
Mike Koenderink	**15.49**	**2e pl**	
Jop ten Berge	**22.05**		
Lukas Temmink	**23.58**		
J.C.	**2,8 km**		
Thomas Van de Worp	**23.26**		
J.D.	**5,6 km**		
Bauke Nijenhuis	**30.54**		
Heren	**5,6 km**		
Gert Jan Foks	**29.03**	**M 67**	
Dennis Slaa	**37.57**	**M 53**	
Jeroen Schopbarteld	**37.57**	**M 48**	
Richard lansink	**39.27**	**M 60**	
J.B.	**8,4 km**		
Giel Bomers	**46.14**		
Heren	**8,4 km**		
Arjan Simmelink	**47.09**	**M 63**	
Harry ter Braack	**47.10**	**M 73**	
Ronny Hubers	**49.28**	**M 60**	
Frank ter Woerds	**50.07**	**M 58**	
Heren	**11,2 km**		
Bert ten Thije Boomkamp	**`45.55**	**M 52**	**1e pl**
Maik Lammers	**47.30**	**M 33**	**2e pl**
Bart Dijkman	**47.43**	**M 44**	**3e pl**
Patrick Lansink	**50.22**	**M 55**	
Theo Hendriksen	**53.09**	**M 52**	
Benno Scharenborg	**53.48**	**M 58**	
Tonnie Baumeister	**1.00.05**	**M 61**	
Erwin ten Elsen	**1.01.30**	**?**	
Raymon Eysink	**1.01.48**	**M 48**	
Rene Kleinsma	**1.01.49**	**M 52**	
Raymond Velthof	**1.03.14**	**M 68**	
Herman Winkelhorst	**1.04.46**	**M 65**	

Enschede 17-11-24 Technische Unie Bommelasloop

Dames	**7,6 km**		
Belinda Roerink	**55.11**	**V 54**	
Dames	**20,5 km**		
Eileen Groenland	**1.38.46**	**V 34**	
Heren	**11,7 km**		
Bjorn Ordelmans	**44.20**	**M 32**	**1e pl**

Nijmegen 17-11-24 NN Zevenheuvelenloop

Dames	**15 km**		
Debbie ter Avest	**1.27.30**	**V 47**	
Angelique Smeeman	**1.33.56**	**V 52**	
Heren	**15 km**		
Bert ten Thije Boomkamp	**57.26**	**M 52**	
Peter Huirne	**57.57**	**M 51**	
Henk Jan Baltink	**1.09.24**	**M 69**	

Goor 24-11-24 Hessenheemcross

M.C.	**1500 m**		
Senna Siemerink	**9.13**		
Dames	**10 km**		
Chantal Lansink	**54.25**	**V 56**	
J.A.	**5 km**		
Kyan Rikkerink	**22.20**		
Heren	**5 km**		
Gert Jan Foks	**27.26**	**M 67**	
Heren	**10 km**		
Henk Jan Baltink	**53.21**	**M 69**	**1e pl M 60**
Patrick Lansink	**53.48**	**M 55**	
Vincent Exterkate	**55.00**	**M 66**	**2e pl M 60**

De Lutte 01-12-24 38e Snertloop

Heren	**9,6 km**		
Maik Lammers	**39.02**	**M 33**	

Valencia Spanje 01-12-24 Trinidat Alfonzo

Heren	**Marathon**		
Peter Huirne	**2.57.56**	**M 51**	**CR M 50**

Ameland Nes 14-12-24 Adventuerun

Heren	**10 km**		
Bart Haarman	**1.06.59**	**M 48**	
Jeroen Schopbarteld	**1.07.03**	**M 48**	
Jeroen Weghorst	**1.20.08**	**M 53**	
Heren	**Halve Marathon**		
Henri Hemmers	**2.06.33**	**M 55**	
Raymond Velthof	**2.25.26**	**M 68**	

Apeldoorn 15-12-24 Try Out Games 2024

Heren	**60 m**			
Ruben van Sark	**7.69 PR**	**1.70 m PR**		**M 21**
Heren	**60 m**			
Jasper Leverink	**7.43 PR**			**M 23**
Heren	**400 m**			
Quinten Stern	**57.03 CR**	**M 35 tot 45**		**M 47**

Eibergen 22-12-24 Wintercross

Dames	**5 km**		
Marloes Klumpers	**35.08**	**V 32**	
Dames	**10 km**		
Chantal Lansink	**53.22**	**V 56**	**1e pl V 50**
J.P.A.	**5 km**		
Mike Koenderink	**25.36**		
J.A.	**5 km**		
Kyan Rikkerink	**23.57**		
Heren	**5 km**		
Gert Jan Foks	**30.58**	**M 67**	**3e pl M 60**
Chris Koenderink	**34.45**	**M 46**	
Heren	**10 km**		
Henk Jan Baltink	**53.12**	**M 69**	
Vincent Exterkate	**56.13**	**M 66**	

Meddo 29-12-24 Keiloop

Heren	**15 km**		
Bram Weegerink	**1.14.07**	**M 40**	

Almelo 31-12-24 Oudejaarscross

Dames			
Chantal Lansink	**50.59**	**V 56**	**2e pl V 50**
Carina Slingerland	**51.19**	**V 53**	**3e pl V 50**
J.A.	**5 km**		
Kyan Rikkerink	**20.19**	**3e pl**	
Heren	**5 km**		
Gert Jan Foks	**26.45**	**M 67**	**3e pl M 60**
Heren	**10 km**		
Patrick Lansink	**45.30**	**M 55**	
Johan Visschedijk	**48.22**	**M 61**	
Henk Jan Baltink	**49.53**	**M 69**	
Vincent Exterkate	**51.32**	**M 66**	

Soest 31-12-24 Intersport Sylvestercross

Heren	**9 km**		
Jan Paul Klein Poelhuis	**59.55**	**M 57**	