Clubrecords - outdoor (10-07-2025)
vrouwen | meisjes | masters

MINI-PUPILLEN

40m	7.34	Sterre Buijs	03-10-2009
600m	2.21.04	Sterre Buijs	04-07-2009
Verspringen	3.02	Sterre Buijs	04-07-2009
Balwerpen 80-100 gram	14.69	Lonneke Koger	30-09-2006
Fluitraket 135 gram	8.51	Aniek Groothedde	01-10-2016

PUPILLEN C

40m	7.04	Fenna Achterberg	06-10-2012
40mh 30cm	8.7	Anissa Cheikh	18-06-2022
60mh 50 cm	15.64	Sanne Budding	13-06-2015
600m	2.10.08	Maria Mulder	13-09-2014
Meters maken (4 min)	850	Anissa Cheikh, Djenna Azzouzi	18-06-2022 18-06-2022
Verspringen	3.55	Marieke Turkesteen	01-10-2005
Hurk-hoog	0.65	Mirthe de Vries	18-06-2022
Hoogspringen	1.00	Jolanda van Ginkel	29-09-1979
Kogelstoten	5.04	Fieke Janssen	08-06-1997
Balwerpen 80-100 gram	21.77	Charlotte Guérain	01-09-2012
Fluitraket 135 gram	16.96	Sanne Budding	02-10-2015
Slingeren	7.5	Djenna Azzouzi	18-06-2022
4 x 40m	28.8	Bente Klumpenaar, Femke Kommerie, Marlien Burger, Marieke Turkesteen	28-05-2005

PUPILLEN B

40m	6.54	Marieke Turkesteen	30-09-2006
60mh 60 cm	13.66	Esmee Aartsen	18-06-2016
Meters maken (4 min)	1000	Liv van de Braak	18-06-2022
1000m	3.38.7	Sabine Rutten	24-06-2006
Verspringen	3.76	Jolein Buijs	03-10-2009
Hurk-hoog	0.80	Liv van de Braak	18-06-2022
Hoogspringen	1.15	Rosemarie Beukhof Eva Krabbenborg	1999 2001
Kogelstoten	6.07	Bianca van de Zee	13-09-1995
Balwerpen 140-160 gram	25.12	Hannae Benbouker	22-09-2001
Fluitraket 135 gram	17.19	Sanne Budding	18-06-2016
Slingeren	12.5	Liv van de Braak	18-06-2022
Medicienbal wer-pen 1.5 kg	4.5	Liv van de Braak	18-06-2022
4 x 40m	26.00	Esther Beukhof, Manon Vink, Melissa tenHove, Hannae Benbouker	22-09-2001

PUPILLEN A

60m	8.74	Esther Akihary	13-06-1998
60mh 70 cm	11.56	Fenna Achterberg	13-06-2015
1000m	3.17.5	Sabine Rutten	06-07-2008
Verspringen	4.60	Rosella van Keulen	13-06-2015
Hoogspringen	1.45	Daphne Boers	27-09-2003
Polsstokhoog	1.70	Kim de Pater	01-10-2016
Kogelstoten	8.34	Hannae Benbouker	27-09-2003
Balwerpen 170-200 gram	27.46	Bianca van de Zee	05-07-1997

PUPILLEN A | VERVOLG

Fluitraket 135 gram	25.12	Kim de Pater	18-06-2016
4 x 60m	34.67	Rosella van Keulen, Meike Leenders, Isa Leidekker, Fenna Achterberg	26-09-2015

JUNIOREN D

60m	8.07	Rosella van Keulen	30-09-2017
150m	19.58	Rosella van Keulen	01-07-2017
60mh	9.45	Fenna Achterberg	23-09-2017
600m	1.44.7	Melline van de Weerdhof	05-06-2004
1000m	3.01.29	Sabine Rutten	05-09-2010
1000m steeple	3.47.94	Sterre Buijs	21-04-2014
Verspringen	5.14	Rosemarie Beukhof	14-06-2003
Hoogspringen	1.60	Fenna Achterberg	16-09-2017
Polsstokhoog	2.15	Kim de Pater	07-04-2018
Speerwerpen	28.16	Fenna Achterberg	01-07-2017
Kogelstoten	11.92	Fenna Achterberg	02-07-2017
Discuswerpen	23.71	Amy van de Werken	05-07-2014
6-Kamp	3492 9.45 | 1.60 | 26.42 | 4.62 | 11.85 | 1.52.95	Fenna Achterberg	24-09-2017
4 x 60m	32.81	Melline van de Weerdhof, Laurie Romeijn, Marloes Mulder, Rosemarie Beukhof	13-09-2003
Zweedse estafette	2.40.17	Keet Rogh, Meike Leenders, Rosella van Keulen, Linde van Dijken	25-09-2016
4 x 600m	7.36.17	Keet Rogh, Meike Leenders, Isa Leidekker, Rosella van Keulen	25-09-2016

JUNIOREN C

80m	10.21	Fenna Achterberg	06-04-2019
80mh	12.36	Tamara Ruben	06-09-1997
150m	18.73	Fenna Achterberg	13-07-2019
200m	25.59	Fenna Achterberg	30-06-2019
300m	43.44	Tosca Hillers	10-07-1992
300mh	47.27	Tosca Hillers	21-08-1993
600m	1.37.9	Sabine Rutten	28-05-2011
800m	2.17.97	Sabine Rutten	15-06-2011
1000m	2.54.70	Sabine Rutten	06-10-2012
1500m	4.45.66	Sabine Rutten	11-05-2011
Verspringen	5.68	Rosemarie Beukhof	27-08-2005
Hoogspringen	1.66	Fenna Achterberg	01-06-2019
Hinkstapsprong	8.13	Hanneke Dekker	23-05-2015
Polsstokhoog	2.44	Hanneke Dekker	12-09-2005
Speerwerpen 500 gram	32.83	Rosella van Keulen	22-06-2019
Speerwerpen 600 gram	32.28	Martine Veenendaal	27-08-1994
Kogelstoten	12.05	Martine Veenendaal	01-10-1994
Kogelslingeren	23.70	Linde van Dijken	27-12-2017
Discuswerpen	27.44	Bianca van der Zee	17-06-2000
7-Kamp	3908 12.4 | 1.55 | 8.34 | 19.7 | 4.61 | 23.30 | 1.44.10	Tosca Hillers	12-06-1993
4 x 80m	41.1	Esther Akihary, Claudia van Offeren, Jorine Romeijn, Karen Oussoren	20-04-2002
Zweedse estafette	2.32.86	Sterre Buijs, Nathalie Kruisinga, Amy van de Werken, Fenna Achterberg	25-09-2016

JUNIOREN B

100m	12.34	Monique Bogaards	15-06-1986
100mh	14.15	Fenna Achterberg (MC)	29-06-2019
150m	18.73	Fenna Achterberg (MC)	13-07-2019
200m	25.28	Monique Bogaards	14-06-1986
300mh	43.87	Tosca Hillers	24-06-1994
400m	57.51	Tosca Hillers	09-07-1994
400mh	1.13.37	Esmee Aartsen	23-03-2023
800m	2.10.00	Sabine Rutten	11-07-2014
1500m	4.29.14	Sabine Rutten	01-06-2013
3000m	11.12.20	Talitha Boorsma	25-05-2005
Verspringen	5.68	Rosemarie Beukhof (MC)	27-08-2005
Hoogspringen	1.72	Tosca Hillers	07-05-1994
Hinkstapsprong	10.77	Djanne van Kooten	10-06-2012
Polsstokhoog	2.60	Hanneke Dekker	20-06-2016
Speerwerpen	34.05	Marloes Mulder	30-09-2006
Kogelstoten	12.25	Martine Veenendaal	08-04-1995
Kogelslingeren	23.70	Linde van Dijken	27-12-2017
Discuswerpen	28.22	Martine Veenendaal	17-06-1995
7-Kamp	4756 26.01 | 14.42 | 11.37 | 29.65 | 1.66 | 5.37 | 2:48.26	Fenna Achterberg (MC)	02-06-2019
4 x 100m	51.2	Esther Akihary, Claudia van Offeren, Jorine Romeijn, Karen Oussoren	19-04-2003
Zweedse estafette	2.32.86	Sterre Buijs, Nathalie Kruisinga, Amy van de Werken, Fenna Achterberg (MC)	25-09-2016

JUNIOREN A

100m	12.34	Monique Bogaards (MB)	15-06-1986
100mh	14.80	Suus van Schaik	01-04-2023
150m	18.73	Fenna Achterberg (MC)	13-07-2019
200m	25.28	Monique Bogaards (MB)	14-06-1986
400m	57.51	Tosca Hillers (MB)	09-07-1994
400mh	1.02.74	Tamara Ruben	22-06-2001
800m	2.09.72	Sabine Rutten	12-06-2015
1500m	4.29.14	Sabine Rutten (MB)	01-06-2013
3000m	9.59.4	Marrit van Buuren	13-09-1989
Verspringen	6.19	Djanne van Kooten	16-06-2013
Hoogspringen	1.72	Tosca Hillers (MB)	07-05-1994
Hinkstapsprong	11.61	Suus van Schaik	25-06-2023
Polsstokhoog	2.60	Hanneke Dekker (MB)	20-06-2016
Speerwerpen	34.05	Marloes Mulder (MB)	30-09-2006
Kogelstoten	9.76	Eva Janssen	10-05-1997
Discuswerpen	30.60	Maaike Dortmond	10-06-2012
Kogelslingeren	18.82	Janne Leenders	09-06-2024
7-Kamp	3821 16.92 | 1.61 | 8.56 | 28.83 | 4.59 | 24.64 | 2.34.43	Tosca Hillers	29-09-1996
4 x 100m	51.15	Laurie Romeijn, Melline van de Weerdhof, Anneke van Maanen, Marloes Mulder	26-09-2009
Zweedse estafette	2.30.34	Elise Rutten, Samiha Kadri, Sana Kadri, Maaike Dortmond	30-09-2012

SENIOREN

100m	12.34	Monique Bogaards (MB)	15-06-1986
200m	25.28	Monique Bogaards (MB)	14-06-1986
400m	57.51	Tosca Hillers (MB)	09-07-1994
100mh	14.80	Suus van Schaik (MA)	01-04-2023
400mh	1.00.43	Tamara Ruben	14-09-2002
800m	2.09.72	Sabine Rutten (MA)	12-06-2015
1000m	2.54.23	Sabine Rutten (MB)	20-06-2014
1500m	4.29.14	Sabine Rutten (MB)	01-06-2013
3000m	9.47.28	Hermien Vleems	05-07-1992
5000m	17.29.4	Carla Hoekstra	30-06-1989
10 km	36.50.7	Carla Hoekstra	24-05-1988
Verspringen	6.19	Djanne van Kooten (MA)	16-06-2013
Hoogspringen	1.72	Tosca Hillers (MB)	07-05-1994
Hinkstapsprong	11.61	Suus van Schaik (MA)	25-06-2023
Polsstokhoog	2.60	Hanneke Dekker (MB)	20-06-2016
Speerwerpen	34.05	Marloes Mulder (MB)	30-09-2006
Kogelstoten	10.79	Karen Oussoren	16-06-2013
Kogelslingeren	21.75	Karen Oussoren	16-06-2013
Discuswerpen	30.60	Maaike Dortmond (MA)	10-06-2012
7-Kamp	4457 26.78 | 15.60 | 9.42 | 26.08 | 1.57| 5.58 | 2:33.96	Djanne van der Schaaf	25-08-2018
4 x 100m	50.41	Laurie Romeijn, Djanne van Kooten, Melline van de Weerdhof, Anneke van Maanen	24-09-2011
		Djanne van Kooten, Elise Rutten, Angela van Veen, Claudia van Offeren	02-06-2013
4 x 200m	1.51.93	Djanne van Kooten, Karen Oussoren, Jorine Teunis Romeijn, Claudia van Offeren	24-09-2011

SENIOREN | VERVOLG

4 x 400m	4.21.60	Elise Rutten, Samiha Kadri, Sana Kadri, Melline van de Weerdhof	29-09-2012
Zweedse estafette	2.21.87	Elise Rutten, Djanne van Kooten, Angela van Veen, Claudia van Offeren	16-06-2013

MASTERS 35

100m	15.34	Cindy van Kruistum	26-09-1998
400m	1.10.09	Levina Gaspersz	01-08-2020
800m	2.55.81	Levina Gaspersz	05-10-2019
3000m	11.02.11	Saskia Elemans	23-09-2012
5000m	20.15.96	Tara Schanssema	15-05-1998
Verspringen	3.64	Cindy van Kruistum	26-09-1998
Hoogspringen	1.25	Yvonne Romeijn (V40)	30-09-2006
Speerwerpen	20.33	Sjoerdtje Bijlstra	01-10-2005
Kogelstoten	8.49	Manon de Vos	05-10-2019
Discuswerpen	17.50	Margret van de Weerdhof (V40)	01-10-2005

MASTERS 40

100m	15.44	Loes Straatman	26-09-1998
800m	3.20.0	Sjoerdtje Bijlstra	30-09-2006
3000m	13.47.6	Hanneke Sillekens	29-09-2001
5000m	24.18.64	Marcelle van Ginkel	03-10-2014
Verspringen	3.36	Loes Straatman	26-09-1998
Hoogspringen	1.25	Yvonne Romeijn	30-09-2006

MASTERS 40 | VERVOLG

Speerwerpen	20.13	Sjoerdtje Bijlstra	30-09-2006
Discuswerpen	17.50	Margret van de Weerdhof	01-10-2005

MASTERS 45

100m	18.04	Door Reus	26-09-1998
800m	3.23.1	Door Reus	26-09-1998
3000m	14.28.3	Dilly van Tuil	01-10-2005
5000m	30.30.00	Yvonne Romeijn (V40)	02-10-2015
Verspringen	2.99	Door Reus	26-09-1998

MASTERS 50

100m	23.89	Betty Valkenburg (V65)	03-10-2015
3000m	15.28.4	Wil Lochtenberg (V55)	01-10-2005
5000m	30.30.00	Yvonne Romeijn	02-10-2015
Kogelstoten	4.55	Ans van der Poel (V65)	02-10-2015

MASTERS 55

100m	23.89	Betty Valkenburg (V65)	03-10-2015
3000m	15.28.4	Wil Lochtenberg	01-10-2005
Kogelstoten	4.55	Ans van der Poel (V65)	02-10-2015

MASTERS 60

100m	23.89	Betty Valkenburg (V65)	03-10-2015
Kogelstoten	4.55	Ans van der Poel (V65)	02-10-2015

MASTERS 65

100m	23.89	Betty Valkenburg	03-10-2015
Kogelstoten	4.55	Ans van der Poel	02-10-2015