



## Mannen Senioren + Junioren A&B

### 60m

7,71 Hugo Vader  
8,02 Jesse Smit  
8,21 Jean Paul Aubrun (M50)  
9,13 Dirk Jan Giskes (M55)

### 200m

27,22 Jean Paul Aubrun  
31,11 Dirk Jan Giskes

### 400m

51,04 Bram Berkhout  
53,61 Rene Tijm  
57,47 Jesse Smit  
68,14 Dirk Jan Giskes

### 800m

1.56,64 Jim Kruiver  
2.00,63 Bram Berkhout  
2.11,84 Tijs Hofmann (JA)  
2.37,00 Dirk Jan Giskes

### 1500m

4.40,79 Matthijs de Groot  
5.51,11 Dirk Jan Giskes

### 3000m

12.38,89 Dirk Jan Giske)

### 5000m

23.11,2 Dirk Jan Giskes

### 60m Horden

9,26 Rene Tijm  
12,22 Dirk Jan Giskes

### 400m Horden

58,71 Rene Tijm

### Hoog

1,43m Dirk Jan Giskes

### Polshoog

2,30m Dirk Jan Giskes

### Ver

5,88m Hugo Vader  
4,51m Dirk Jan Giskes

### Hinkstapsprong

8,17m Dirk Jan Giskes

### Kogelstoten

7,32m Dirk Jan Giskes

### Gewichtwerpen

12,09m Dirk Jan Giskes

## Vrouwen Senioren + Junioren A&B

### 40m

6,54 Djessie Ligthart (MB)

### 60m

8,71 Djessie Ligthart

### 400m

1.01,40 Jolijn Prins (MB)  
1.02,71 Manon Kruiver

### 800m

2.12,01 Manon Kruiver

### 1500m

### 3000m

### 5000m

### 60m Horden

### 400m Horden

### Hoog

1,35m Djessie Ligthart  
1,65m Linda Hurkmans (MB)

### Polshoog

### Ver

### Hinkstapsprong

### Kogelstoten

### Gewichtwerpen

11,34m Robin Tesselaar (MB)