

Ranglijst Vrouwen en Junioren A+B allertijden per onderdeel



100m	<u>Limiet <14,50s</u>	
13,00	Kirsti Ootjers	02-05-87
13,10	Nelina Bruin	21-09-90
13,32	Jolijn Prins	29-05-16 Heiloo
13,41	Djessie Ligthart (MB)	14-06-13 Krommenie
13,46	Carlien Wabeke (MC) **	27-06-14 Hoorn
13,54*	Maaike Tesselaar	10-08-01 Heiloo
13,54*	Yvonne Tesselaar	25-05-86 Grootebroek
13,64	Amber Hurkmans (MB)	26-06-16 Heerhugowaard
13,84*	Mandy de Nijs (MB)	22-06-85 Krommenie
14,13	Liesbeth Meeuwsen (MB)	14-06-15 Santpoort
14,13	Lynn Glas (MA)	03-05-15 Heerhugowaard
14,14*	Crisje Schouten (MA)	30-08-99 Leusden
14,14*	Merijn Pronk (MB)	13-04-12 Warmenhuizen
14,20	Ilse Leegwater	21-04-13 Santpoort
14,20	Eva Leeuwenkamp	23-09-05 Warmenhuizen
14,34*	Kiki Klaver (MB)	10-07-11 Warmenhuizen
150m	<u>Limiet <22,00s</u>	
20,44	Djessie Ligthart (MB)	26-04-13 Alkmaar
20,74*	Maaike Tesselaar	18-04-01 Den Helder
21,31	Carlien Wabeke (MC) **	25-04-14 Alkmaar
200m	<u>Limiet <31,00s</u>	
27,30	Yvonne Tesselaar	
27,31	Maaike Tesselaar	22-04-12 Amsterdam
27,58	Jolijn Prins (MB)	29-05-16 Heerhugowaard
27,92*	Djessie Ligthart (MB)	15-07-12 Warmenhuizen
28,10	Carlien Wabeke (MC)	27-06-14 Hoorn
28,84*	Sara Prins	30-08-15 Warmenhuizen
29,56	Ilse Leegwater	03-05-15 Heerhugowaard
29,62	Amber Hurkmans (MB)	26-06-16 Heerhugowaard
29,65	Liesbeth Meeuwsen (MB)	07-06-15 Uithoorn
30,14	Marijn Pronk (MB)	20-05-12 Grootebroek
30,60	Bregje Dekker (MC) **	27-06-14 Hoorn
30,96*	Kiki Klaver (MA)	15-07-12 Warmenhuizen
300m	<u>Limiet <46,00s</u>	
44,98	Carlien Wabeke (MC) **	25-04-14 Alkmaar
45,44	Djessie Ligthart (MB)	26-04-13 Alkmaar
400m	<u>Limiet <1.08,00s</u>	
57,20	Sylvia Groen	21-05-95 Lelystad
57,52	Manon Kruiver	26-06-16 Heerhugowaard
59,01	Laura Boekel (MA)	29-05-16 Heiloo
1.00,68	Margret Hink	??-??-2001
1,01,13	Jolijn Prins (MB)	02-06-13 Almere
1.01,64*	Kirsti Ootjers (MB)	04-07-87 Beverwijk
1.01,74*	Yvonne Tesselaar	17-07-84 Krommenie
1.02,00	Carlien Wabeke (MC) **	12-04-13 Heerhugowaard

Ranglijst Vrouwen en Junioren A+B allertijden per onderdeel



1.03,34*	Nelina Bruin	15-05-97 Warmenhuizen
1.03,39	Lisanne Groen	??-??-2004
1.06,54	Ilse Leegwater	21-04-13 Santpoort
1.06,98	Liesbeth Meeussen (MB)	14-06-15 Santpoort
1.07,08	Bregje Dekker (MB)	24-04-16 Den Helder
800m	<u>Limiet <2.38</u>	
2.03,93	Manon Kruiver	19-06-16 Amsterdam
2.04,05	Sylvia Kruijer	27-05-95 Kerkrade
2.10,17	Laura Boekel (MA)	02-07-16 Breda
2.12,31	Margret Hink (MA)	13-07-02 Oordegem (BEL)
2.12,74	Margriet Berkhout (MA)	10-05-08 Hoorn
2.18,5	Nelina Bruin	09-06-96 Beverwijk
2.22,07	Lisanne Groen	??-??-2005
2.25,1	Alina Wit	04-07-87 Beverwijk
2.27,2	Adinda Ligthart (MB)	19-06-83 Heerhugowaard
2.29,3	Yvonne Tesselaar (MA)	25-06-85 Krommenie
2.37,0	Jolijn Prins (MB)	15-07-12 Warmenhuizen
2.37,46	Bregje Dekker (MB)	10-05-15 Huizen
1500m	<u>Limiet <5.00</u>	
4.10,04	Sylvia Kruijer	01-06-98 Hengelo
4.12,44	Manon Kruiver	31-07-16 Kessel (BEL)
4.23,95	Margriet Berkhout (MB)	09-06-07 Leiden
4.30,53	Margret Hink (MA)	08-06-02 Leiden
4.40,81	Laura Boekel (MA)	28-06-15 Breda
4.46,75	Lisanne Groen	??-??-2006
3000m	<u>Limiet <11.30</u>	
8.54,75	Sylvia Kruijer	29-08-97 Amsterdam
9.29,84	Margriet Berkhout (MA)	01-08-08 Heiloo
9.31,22	Manon Kruiver (MA)	??-??-200? Vught
9.37,69	Margret Hink (MA)	09-05-02 Vught
10.23,52	Suzan Nieman	06-06-14 Warmenhuizen
10.23,87	Laura Boekel (MB)	06-07-14 Amsterdam
10.38,42	Lisanne Groen	01-08-08 Heiloo
11.16,86	Petra Rol (V45)	01-08-14 Heiloo
5000m	<u>Limiet <19.00</u>	
16.03,80	Sylvia Kruijer	09-09-97 Assen
16.29,97	Manon Kruiver	29-08-14 Utrecht
17.02,01	Margriet Berkhout (MA)	06-07-08 Amsterdam
17.58,37	Suzan Nieman	25-04-14 Alkmaar
18.10,84	Lisanne Groen	29-08-08 Utrecht
100mh	<u>Limiet <21.00</u>	
15,80	Kirsti Ootjers	12-05-91
17,60	Marijn Pronk (MB)	01-06-12 Warmenhuizen
17,64	Bregje Dekker (MB)	26-06-16 Heerhugowaard

Ranglijst Vrouwen en Junioren A+B allertijden per onderdeel



19,14*	Inge Berkhout	22-06-97 Beverwijk
19,29	Djessie Ligthart (MB)	22-04-12 Amsterdam
20,04*	Nelina Bruin	07-05-95 Lelystad
20,70	Kiki Klaver (MB)	01-06-12 Warmenhuizen
20,80	Laurence Aubrun	01-06-12 Warmenhuizen
400mh	<u>Limiet <1.30</u>	
1.12,16	Jolijn Prins (MB)	25-05-12 Warmenhuizen
1.13,78	Bregje Dekker (MB)	29-05-16 Heiloo
1.26,39	Lynn Glas (MA)	25-05-14 Heerhugowaard
1.27,05	Robin Tesselaar (MB)	15-09-13 Alphen
Ver	<u>Limiet >4,25m</u>	
5,10m	Amber Hurkmans (MB)	26-06-16 Heerhugowaard
4,68m	Linda Hurkmans (MA)	15-05-15 Warmenhuizen
4,68m	Jolijn Prins (MB)	28-09-12 Warmenhuizen
4,66m	Mandy de Nijs (MB)	22-06-85 Krommenie
4,53m	Kirsti Ootjers	20-05-90
4,50m	Djessie Ligthart (MB)	15-07-12 Warmenhuizen
4,50m	Kirsten Blom (MC)**	10-07-11 Warmenhuizen
4,48m	Mira Bruin (MC)**	31-08-85 Warmenhuizen
4,45m	Maaïke Tesselaar	01-09-13 Warmenhuizen
4,39m	Everdien de Vet	29-05-88 Santpoort
4,33m	Bregje Dekker (MC)	15-05-15 Warmenhuizen
4,32m	Nelina Bruin	23-08-97 Warmenhuizen
4,32m	Randy Pronk (MB)	31-08-85 Warmenhuizen
4.31m	Annakatrien Nannes (MB)	12-09-81 Warmenhuizen
4,29m	Kiki Klaver (MB)	28-09-12 Warmenhuizen
Hoog	<u>Limiet >1,40m</u>	
1,81m	Linda Hurkmans (MA)	21-06-15 Hoorn
1,72m	Amber Hurkmans (MC)**	06-09-14 Rheine (DUI)
1,60m	Nelina Bruin	04-07-93 Beverwijk
1,50m	Marion Visscher	04-08-87 Beverwijk
1,50m	Megan Veen (MD)	20-06-15 Amsterdam
1,50m	Simone te Buck	23-05-87 Heiloo
1,45m	Bregje Dekker (MB)	08-04-16 Warmenhuizen
1,45m	Djessie Ligthart (MB)	15-07-12 Warmenhuizen
1,45m	Jolijn Prins (MB)	15-07-12 Warmenhuizen
1,45m	Mira Bruin	23-05-87 Heiloo
1,45m	Myrthe van Dok (MB)	08-04-16 Warmenhuizen
1,40m	Kiki Klaver	01-09-13 Warmenhuizen
1,40m	Lynn Glas (MB)	24-08-13 Warmenhuizen
1,40m	Maaïke Tesselaar	01-09-13 Warmenhuizen
1,40m	Sanna Buter	28-08-98 Warmenhuizen
1,40m	Sylvia Nannes	23-08-87 Warmenhuizen
HSS	<u>Limiet >8.00m</u>	
10,64m	Amber Hurkmans	29-05-16 Heiloo

Ranglijst Vrouwen en Junioren A+B allertijden per onderdeel



10,29m	Linda Hurkmans (MA)	03-05-15 Heerhugowaard
9,82m	Maaïke Tesselaar	23-04-10 Alkmaar
8,63m	Djessie Ligthart (MB)	02-06-13 Almere
8,12m	Lynn Glas (MB)	20-05-12 Grootebroek

Polshoog	<u>Limiet >2,00m</u>	
2,20m	Linda Hurkmans (MB)	15-09-13 Alphen

Kogel 5kg	<u>Limiet >7,50m</u>	
10,63m	Maaïke Tesselaar	16-04-10 Den Helder
10,23m	Robyn Tesselaar (MA)	24-04-14 Alkmaar
9,69m	Linda Hurkmans (MA)	26-06-16 Heerhugowaard
9,08m	Everdien de Vet	06-06-88 Krommenie
8,41m	Ineke Bas	23-05-96 Warmenhuizen
8,27m	Miriam Ligthart	11-09-88 Warmenhuizen
7,90m	Kiki Klaver (MA)	14-06-13 Krommenie
7,83m	Sylvia Nannes	23-08-87 Warmenhuizen
7,70m	Nelina Bruin	23-05-96 Warmenhuizen
7,64m	Jolijn Prins (MA)	30-08-15 Warmenhuizen

Discus 1kg	<u>Limiet >20,00m</u>	
31,72m	Margret Hink	15-09-00 Den Helder
27,41m	Kiki Klaver (MA)	18-05-14 Heerhugowaard
25,66m	Tiny Hopman	22-06-86 Hoorn
24,80m	Laura Suiker	03-09-89
24,66m	Amber Hurkmans (MB)	24-04-16 Den Helder
23,42m	Maaïke Tesselaar	01-09-13 Warmenhuizen
21,49m	Jolijn Prins (MA)	30-08-15 Warmenhuizen
21,07m	Carlien Wabeke (MB)	24-04-16 Den Helder
20,51m	Nelina Bruin	17-08-89 Warmenhuizen
20,38m	Ilse Leegwater	25-05-14 Utrecht
20,04m	Miriam Ligthart	09-08-02 Warmenhuizen

Speer 600g	<u>Limiet >20,00m</u>	
30,60m	Everdien de Vet	29-05-88 Santpoort
28,12m	Kiki Klaver (MA)	14-06-13 Krommenie
27,97m	Linda Hurkmans (MA)	29-05-16 Heiloo
26,33m	Robyn Tesselaar (MA)	29-06-14 Den Helder
25,18m	Jolijn Prins (MA)	30-08-15 Warmenhuizen
24,73m	Bregje Dekker (MB)	29-05-16 Heiloo
21,98m	Lynn Glas (MB)	24-06-12 Almere
21,38m	Esther Huiberts	07-07-98 Warmenhuizen
21,31m	Sylvia Nannes	23-08-87 Warmenhuizen
21,24m	Nelina Bruin	23-05-96 Warmenhuizen

4x100m	<u>Limiet <55,80s</u>	
53,12	Jolijn, Kiki, Marijn, Djessie	02-06-13 Almere
53,52	Jolijn, Kiki, Marijn, Djessie	15-04-12 Heiloo
53,70	Jolijn, Djessie, Marijn, Linda	14-04-13 Hilversum

Ranglijst Vrouwen en Junioren A+B allertijden per onderdeel



54,16	Jolijn, Ilse, Maaike, Linda	03-05-15 Heerhugowaard
54,30	Sara, Amber, Jolijn, Bregje	29-05-16 Heiloo
55,50	Sylvia, Mira, Inge, Nelina	22-06-97 Beverwijk
55,70	Djessie, Kiki Lynn, Jolijn	01-06-12 Warmenhuizen

* Handgeklokte tijd correctie van 0,14s(400m & 400mH) of 0,24s(tot 400m)

** Behaald in de Junioren B meisjes categorie