

## mannen masters

100 m				200 m			
M35	Troy Douglas	10,28	2002	M35	Troy Douglas	20,56	2002
M40	Troy Douglas	10,29	2003	M40	Troy Douglas	20,64	2003
M45	Jordi Mimbrero Palop	11,82	2015	M45	Jordi Mimbrero Palop	24,51	2015
M50	Lucas Prins	12,58	2010	M50	Lucas Prins	26,08	2011
M55	Lucas Prins	13,12	2014	M55	Lucas Prins	26,98	2014
M60	Piet Baas	14,0	1989	M60	Peter vd Ham	30,7	2005
M65	Michel van Osch	15,33	2015	M65	Peter vd Ham	32,74	2012
M70	Michel van Osch	15,99	2018	M70	Piet Baas	33,47	2000
400 m				800 m			
M35	Rob Mahieu	50,5	1983	M35	Harold van Eerde	1,53,94	2005
M40	Troy Douglas	48,63	2003	M40	Herman Kromhout	1.59,2	1990
M45	Martin de Pater	54,63	2000	M45	Rob Mahieu	2.01,4	1992
M50	Hans Bongaertz	58,3	1990	M50	Herman Kromhout	2.08,13	1997
M55	Piet Baas	59,92	1985	M55	Piet Baas	2.17,15	1985
M60	Piet Baas	63,0	1990	M60	Piet Baas	2.19,76	1989
M65	Piet Baas	74,94	1999	M65	Piet Baas	2.50,85	1999
M70	Piet Baas	72,97	2000	M70	Piet Baas	2.56,60	2000
1500 m				3000 m			
M35	Herman Kromhout	3.56,7	1982	M35	Herman Kromhout	8.32,5	1982
M40	Herman Kromhout	4.04,7	1987	M40	Victor Maliy	9.03,1	1995
M45	Rob Mahieu	4.09,7	1992	M45	Victor Maliy	8.54,6	1996
M50	Victor Maliy	4.20,9	2001	M50	Victor Maliy	9.11,8	2001
M55	Piet Baas	4.35,68	1985	M55	Piet Baas	10.13,3	1984
M60	Piet Baas	4.49,30	1989	M60	Frans van Veen	11.15,3	1996
M65	Piet Baas	5.54,78	1998	M65	Hans Schrok	12.50,2	1999
M70	Piet Baas	5.54,35	2000	M70			
5000 m				10000 m			
M35	Herman Kromhout	14.51,4	1982	M35	Jeroen van Aken	32.43,80	2016
M40	Victor Maliy	15.29,1	1995	M40	Victor Maliy	32.04,4	1995
M45	Victor Maliy	15.17,4	1996	M45	Victor Maliy	31.33,1	1996
M50	Victor Maliy	15.46,97	2001	M50	Victor Maliy	32.17,58	2001
M55	Hans vd Kooy	17.14,95	1994	M55			
M60	Piet Baas	18.45,4	1989	M60			
M65	Bert Wentink	25.06,54	2016	M65			
marathon				3000 m steeple chase			
M35	Keith Deadridge	2.20,23	1983	M35	Kees Fluitman	9.55,12	1985
M40	Victor Zonneveld	2.23,14	1983	M40	Kees Fluitman	9.59,49	1989
M45	Herman Kromhout	2,32,52	1992	M45	Jan vd Bos	12.23,24	2004
M50	Victor Maliy	2.31,33	2001	M50	Jan vd Bos	12,00,2	2007
M55	Herman Kromhout	2.55,59	2002	M55			
M60	Menno de Rijk	3.32,30	1984	M60			
M65							
M70	Philip vd Hoeven	4.05,38	2015				

<b>110 mh/ 100 mh/ 80mh*</b>				<b>400 mh/ 300 mh*</b>			
<b>M35</b>	Martin de Pater	16,9	1989	<b>M35</b>	Martin de Pater	55,8	1989
<b>M40</b>	Lucas Prins	15,73	1999	<b>M40</b>	Martin de Pater	56,97	1997
<b>M45</b>	Jan Harland	15,86	2007	<b>M45</b>	Martin de Pater	56,63	2000
<b>M50</b>	Jan Harland	15,25*	2010	<b>M50</b>	Peter vd Ham	49,25*	1994
<b>M55</b>	Lucas Prins	18,15*	2014	<b>M55</b>			
<b>M60</b>	Michel van Osch	22,32*	2012	<b>M60</b>			
<b>M65</b>	Peter vd Ham	21,98*	2012	<b>M65</b>			
<b>M70</b>	Michel van Osch	16,26*	2018				
<b>verspringen</b>				<b>hoogspringen</b>			
<b>M35</b>	Fabian Florant	7,62 m	2018	<b>M35</b>	Gurmukh Sahans	1,66 m	2018
<b>M40</b>	Ton de Groot	6,06 m	1983	<b>M40</b>	Joop Nennie	1,65 m	1983
<b>M45</b>	Jan Harland	6,11 m	2007	<b>M45</b>	Peter vd Ham	1,70 m	1989
<b>M50</b>	Jan Harland	5,86 m	2009	<b>M50</b>	Joop Nennie	1,55 m	1992
<b>M55</b>	Peter vd Ham	5,17 m	1999		Peter vd Ham	1,55 m	1994
<b>M60</b>	Peter vd Ham	4,81 m	2005		Jan Harland	1,55 m	2009
<b>M65</b>	Peter vd Ham	4,26 m	2010	<b>M55</b>	Peter vd Ham	1,55 m	1999
<b>M70</b>	Peter vd Ham	4.12 m	2014	<b>M60</b>	Peter vd Ham	1,45 m	2004
				<b>M65</b>	Peter vd Ham	1,40 m	2010
				<b>M70</b>	Peter vd Ham	1,35 m	2016
<b>polstokhoogspringen</b>				<b>hinkstapspringen</b>			
<b>M35</b>	Christian Tamminga	5,27 m	2009	<b>M35</b>	Fabian Florant	15,77 m	2018
<b>M40</b>	Chris Leeuwenburgh	5,02 m	2004	<b>M40</b>	Aad de Bruyn	12,87 m	1951
<b>M45</b>	Chris Leeuwenburgh	4,23 m	2009	<b>M45</b>	Peter vd Ham	11,85 m	1990
<b>M50</b>	Jan Harland	4,20 m	2011	<b>M50</b>	Peter vd Ham	11,06 m	1995
<b>M55</b>	Phil Barth	2,90 m	2014	<b>M55</b>	Peter vd Ham	9,87 m	1999
<b>M60</b>	Phil Barth	2,92 m	2015	<b>M60</b>			
<b>M65</b>	Michel van Osch	3,01 m	2018	<b>M65</b>			
<b>M70</b>	Michel van Osch	2,80 m	2018				
<b>kogelstoten</b>				<b>discuswerpen</b>			
<b>M35</b>	Erik van Vreumingen	18,85 m	2013	<b>M35</b>	Piet Meijdam	54,06 m	1996
<b>M40</b>	Erik van Vreumingen	15,52 m	2018	<b>M40</b>	Piet Meijdam	52,89 m	1998
<b>M45</b>	Winston Hofmeester	12,24 m	2014	<b>M45</b>	Aad de Bruyn	40,74 m	1957
<b>M50</b>	Peter vd Ham	10,80 m*	1994	<b>M50</b>	Paul de Vries	38,79 m*	2012
<b>M55</b>	Peter vd Ham	10,75 m*	1994	<b>M55</b>	Peter vd Ham	30,60 m*	2000
<b>M60</b>	Peter vd Ham	11,02 m*	2004	<b>M60</b>	Peter vd Ham	36,18 m*	2005
<b>M65</b>	Peter vd Ham	10,45 m*	2011	<b>M65</b>	Peter vd Ham	32,64 m*	2010
<b>M70</b>	Peter vd Ham	11,28 m	2014	<b>M70</b>	Peter vd Ham	29,15 m *	2015
<b>speerwerpen</b>				<b>kogelslingeren</b>			
<b>M35</b>	Jeroen vd Meer	63,12 m	1998	<b>M35</b>	Aad de Bruyn	51,77 m	1948
<b>M40</b>	Jeroen vd Meer	61,33 m	1999	<b>M40</b>	Aad de Bruyn	50,32 m	1951
<b>M45</b>	Paul de Vries	49,27 m	2011	<b>M45</b>	Aad de Bruyn	45,93 m	1956
<b>M50</b>	Paul de Vries	51,99 m*	2012	<b>M50</b>	Aad de Bruyn	44,25 m	1960
<b>M55</b>	Paul de Vries	52,98 m*	2018	<b>M55</b>	Paul de Vries	35,34 m	2017
<b>M60</b>	Peter vd Ham	34,10 m*	2005	<b>M60</b>			
<b>M65</b>	Peter vd Ham	32,52 m*	2011	<b>M65</b>			
<b>M70</b>	Joop Bakker	34,38 m*	1995				
<b>M75</b>	Joop Bakker	27,49 m*	1998				

Bij de werpnummers zijn de bij die categorie behorende gewichten gebruikt (\*).

Bij de korte en lange hordennummers zijn de bij die categorie behorende afstanden en hoogten gebruikt (\*).

De estafettes zijn in de categorie geplaatst van de jongste deelnemer.

Bij de meerkampen zijn de age-tabellen toegepast.

Electronische tijden in honderdsten