

10	Mees de Jong	27.31	05-10-19	10	Niels Bitter	11.5	18-06-16	2	Youri van der Linden	6.0	13-09-17	
11	Tijs Hollander	27.14	23-05-15	11	Boudewijn van den Haak	11.81	09-07-17	3	Jurre Dijkstra	5.32	28-05-16	
12	Boudewijn van den Haak	27.07	17-06-17	12	Mika Strubbe	11.85	23-05-18	4	Borre Brouwer	4.97	28-05-16	
13	Kealan Steba	27.00	02-06-17	13	Jaime Bongaerts	11.88	25-06-14	5	Tijmen de Beer	4.93	28-05-16	
14	Olivier van Luttervelt	26.97	23-03-19	14	Frits Nijs (+1.1)	11.97	06-07-19	6	Luuk Schellens	4.66	28-05-16	
15	Melle de Lange	26.56	06-10-18	15	Gavin Hulsmans	12.01	07-07-18	7	Niels Bitter	4.59	28-05-16	
16	Niels Bitter	26.22	28-05-18	16	Robin Pos	12.09	07-07-13	8	Daan de Vries	4.51	28-05-16	
17	Alex Spieker	26.16	17-06-17	17	Like van den Berg	12.14	23-05-18	9	Boris van Zwam	4.10	28-05-16	
18	Ryan Andela	25.62	14-06-14	18	Mees de Jong (+1.1)	12.16	22-06-19	10	Tim van der Knaap	3.97	28-05-16	
19	Merijn Senster	25.36	05-10-19	19	Imre Oostenbrug (+1.1)	12.25	22-06-19	11	Daniël Westerweel	3.82	28-05-16	
20	Tijmen de Beer	25.18	28-05-16	20	Thijn Dorrestein	12.40	25-06-14	12	Thijs van den Berg	3.79	28-05-16	
21	Gavin Hulsmans	25.18	06-10-18	21	Nout van der Schoot	12.49	31-05-17	13	Max Post	3.60	28-05-16	
22	Melle van der Meer	25.00	11-05-19	22	Valentijn de Jonge	12.49	23-05-18	14	Simon Egberts	3.54	28-05-16	
23	Laurens Bijlard	24.84	11-05-19	23	Luuk Buwalda	12.49	23-05-18	15	Ruben Lagas	3.52	28-05-16	
24	Joey van Wieringen	24.82	13-06-15	24	Ryan Andela	12.51	25-06-14	16	Jip van Calck	3.51	28-05-16	
25	Casper Sollman	24.65	28-03-15	25	Melle de Lange	12.52	23-05-18	17	Koen Bader	3.46	28-05-16	
26	Thijn Dorrestein	24.62	14-06-14	26	Wijnand Ubbens	12.61	31-05-17	18	Bas Wesseling	3.41	28-05-16	
27	Nout van der Schoot	24.59	07-10-17	27	Olivier van Luttervelt (+0.9)	12.61	22-06-19	19				
28	Daniël van Brummelen	24.21	14-06-14	28	Tijs Hollander	12.67	13-06-15	20				
29	Beau van Balen	24.14	20-08-17	29	Roan Snel	12.73	07-07-18					
30	Mika Lam	24.11	23-06-18	30	Merijn Senster (+0.9)	12.74	22-06-19			60m		
31	Mika Strubbe	24.02	06-10-18	31	Christiaan Blok	12.75	23-05-18		Youri van der Linden	10.27	16-07-17	
32	Youri van der Linden	24.01	17-06-17	32	David Spieker	12.80	31-05-17		Florian van Ijchen			
33	Thomas Snel	23.65	07-04-18	33	Alex Spieker	12.82	09-07-17					
34	Robin van den Berg	23.44	05-10-19	34	Kaj van Raalte	12.84	25-06-14					
35	Luuk Buwalda	23.38	06-10-18	35	Thymen Moen	12.90	31-05-17			150m		
	Ruben Lagas	23.28	28-05-16		Casper Paets	12.92	13-07-14		1	Beau van Balen	27.48	01-07-17
	Casper Paets	23.02	17-05-14		Sieba van der Weerden	12.95	31-05-17					
	Marjyn Walstra	22.90	01-10-16		Laurens Bijlard (+0.9)	12.98	22-06-19					
	Aidan Zorgdrager	22.72	03-10-15		Pepijn van Arendonk	13.01	25-06-14					
	400m				Ryan Romein (+1.6)	13.03	22-06-19					
1	Youri van der Linden	1.18.60	20-08-17		Mark Antoons (+1.6)	13.06	22-06-19					
2	Beau van Balen	1.24.14	20-08-17									

BESTE UITSLAGEN RODEDRAAD

Discus (500gr)			HSS uit stand				
1	Thijmen van Wijchen	18.91	06-05-18	1	Yoram Vriezen	5.56	2012
2	Yuri Scholte	18.31	2018	2	Thijmen van Wijchen	5.52	20-06-18
3	Joep Deiman	17.71	2018	3	Florian van Wijchen	5.46	2018
4	Florian Vriezen	15.94	2015	4	Florian Vriezen	5.35	2015
5	Kealan Steba	15.78	2017	5	Tibbe Teeuwen	5.30	2015
6	Joey van Wieringen	15.61	2015	6	Melle de Lange	5.25	2018
7	Tijmen de Beer	15.61	2016	7	Luuk Buwalda	5.20	2018
8	Mika Strubbe	15.53	2018	8	Tijmen de Beer	5.18	2016
9	Florian van Wijchen	15.35	2018	9	Yuri Scholte	5.18	2018
10	Boudewijn van den Haak	15.02	2017	10	Luce Wijma	5.15	2015
11	Thimo Gisius	14.39	2017	11	Valentijn de Jonge	5.08	2018
12	Melle van der Meer	14.12	2019	12	Mika Lam	5.01	2018
13	Luuk Buwalda	14.03	2018	13	Melle van der Meer	4.98	2019
14	Tibbe Teeuwen	13.71	2015	14	Nout van der Schoot	4.88	2017
15	Willem de Groot	13.68	2015	15	Youri van der Linden	4.86	2017
16	Ryan Romein	13.68	2019	16	Luke van den Berg	4.86	2018
17	Mees de Jong	13.64	2019	17	Thimo Gisius	4.85	2017
18	Casper Sollman	13.60	2015	18	Joey van Wieringen	4.82	2015
19	Thijn Dorrestein	13.45	2014	19	Tijs Hollander	4.80	2015
20	Nout van der Schoot	13.45	2017	20	Toon van den Hende	4.80	2015
21	Thijmen Middag	13.40	2018	21	Frits Nijs	4.80	2019

30 beste prestaties pupillen OUTDOOR JONGENS PUPILLEN C

40m			600m.			ver					
B.R.	Thomas Ruiters Pijnenburg	6.5	05-09-87	B.R.	Florian Vriezen	1.59.32	17-05-14	B.R.	Florian Vriezen	3.70	04-10-14
C.R.	Tijmen de Beer (Woerden)	6.56	19-09-15	C.R.	Florian Vriezen	1.57.50	29-05-14	C.R.	Florian Vriezen	3.70	04-10-14
1	Tijmen de Beer	6.56	19-09-15	1	Florian Vriezen	1.57.50	29-05-14	1	Florian Vriezen	3.70	04-10-14
2	Youri van der Linden (+4.2)	6.88	02-07-16	2	Thijmen van Wijchen	2.03.07	17-06-17	2	Jayden Jillings	3.64	23-06-18
3	Marcel Kooring (Baarn)	6.7	14-06-80	3	Florian van Wijchen	2.04.41	17-06-17	3	Marcel Kooring	3.56	20-09-80
4	Michiel van der Heijden (H'sur)	6.7	03-10-92	4	Alle Koperdraad	2.05.4	29-05-99	4	Emmanuel Kwofie	3.54	05-10-19
5	Jayden Jillings	6.96	07-07-18	5	Hjalmar van Midden	2.06.0	28-09-02	5	Jasper Rodenhuis	3.49	10-09-88
6	Florian Vriezen	7.05	06-09-14	6	Coen Koster	2.06.4	04-10-08	6	Tijmen de Beer	3.48	03-10-15
7	Thimo Gisius	7.06	01-10-16	7	Mika Strubbe	2.07.05	17-06-17	7	Youri van der Linden	3.47	08-10-16
8	Kealan Steba	7.07	17-09-16	8	Pieter Mijnhout	2.08.9	28-09-02	8	Dirk Jan Graat	3.46	18-09-99
9	Sjors Stam	7.11	22-06-02	9	Siem ter Braake	2.09.1	04-10-08	9	Bastiaan Bos	3.45	09-09-89
10	Frits Nijs	7.11	06-10-18	10	Boudewijn van den Haak	2.09.23	01-10-16	10	Wouter Quist	3.43	30-09-89
11	Mick Hoebe	7.12	11-09-04	11	Kealan Steba	2.09.29	18-06-16	11	Dirk-Jan Graat	3.43	02-10-99
12	Emmanuel Kwofie	7.12	05-10-15	12	Thimo Gisius	2.09.53	17-09-16	12	Thijmen van Wijchen	3.43	02-07-17
13	Vincent Decaene	7.14	11-09-10	13	Berend-Jan Koster	2.09.9	06-10-07	13	Roland Witkamp	3.41	20-09-97
14	Dimitri Blankzee	6.9	05-06-93	14	Jip ter Smitten	2.10.05	15-06-19	14	Thimo Gisius	3.38	17-09-16
15	Alle Koperdraad	6.9	29-05-99	15	Joep Borninkhof	2.10.5	14-04-07	15	Alle Koperdraad	3.37	02-10-99
16	Dirk-Jan Graat	6.9	29-05-99	16	Tijs Hollander	2.10.93	04-10-14	16	Bram van der Laan	3.37	12-09-09
17	Martijn Lauppe	6.9	28-05-05	17	Emmanuel Kwofie	2.11.13	05-10-19	17	Jip ter Smitten	3.37	14-09-19
18	Coen Koster	6.9	24-05-08	18	Yoram Vriezen	2.11.32	17-09-11	18	Job Meijer	3.35	28-09-91
19	Jip ter Smitten	7.15	15-06-19	19	Tobias van Ee	2.11.65	11-09-10	19	Joost de Rooij	3.34	01-10-88
20	Rens ten Holder	7.17	08-07-12	20	Arne Janse	2.11.8	04-10-08	20	Dimitri Blankzee	3.34	05-06-93
21	Boudewijn van den Haak	7.19	01-10-16	21	Jaime Bongaerts	2.12.20	05-10-13	21	Hans van Eijden	3.33	18-05-85
22	Willem de Groot	7.20	04-10-14	22	Tijs Hollander	2.12.38	13-09-14	22	Pim de Vor	3.33	22-09-01
23	Tobias van Ee	7.23	02-10-10	23	Olivier Voschezang	2.12.4	09-10-10	23	Ruben Coppens	3.33	29-09-01
24	Coen Hulsmans	7.0	24-09-82	24	Thijn Dorrestein	2.12.96	05-10-13	24	Berend-Jan Koster	3.33	06-10-07
25	Maarten Ravenstein	7.0	24-09-82	25	Hiddr Oldenhof	2.13.34	05-10-19	25	Florian van Wichen	3.33	23-09-17
26	Sam Bruinse	7.0	11-10-86	26	Bram van der Laan	2.13.4	03-10-09	26	Martijn Venema	3.32	30-09-89
27	Joost de Rooy	7.0	01-10-88	27	Nout van der Schoot	2.13.60	17-09-16	27	Jelle Bos	3.32	30-09-00
28	Bastiaan Bos	7.0	23-09-89	28	Ruben Coppens	2.14.0	29-09-01	28	Wiebe Bakker	3.31	03-06-95
29	Wouter Quist	7.0	23-09-89	29	Luce Wijma	2.14.17	13-09-14	29	Casper Mur	3.30	01-10-11
30	Robin de Graaf	7.0	29-09-90	30	Bastiaan Dekker	2.15.0	04-10-98	30	Willem de Groot	3.30	04-10-14
	Dimitri Blankzee	7.0	26-06-93		Boris van Zwam	2.15.06	19-09-15		Coen Koster	3.28	20-09-08
	Max Bartman	7.0	17-05-03		Roland Witkamp	2.15.3	04-10-97		Tristan Witmarsh	3.27	16-04-88
	Stephan Kok	7.0	14-06-08		Sebastiaan van Luttervelt	2.15.59	28-05-16		Frits Nijs	3.27	06-10-18
	Berend-Jan Koster	7.27	22-09-07		Frits Nijs	2.16.09	15-09-18		Max Velthuisen	3.26	09-04-11

24	Nout van der Schoot	12.28	04-09-16
25	Florian van Wijchen	12.30	31-05-17
26	Marujn Walstra	12.49	13-06-15
27	Mees de Vries (+0.7)	12.49	22-06-19
28	Mika Lam	12.67	31-05-17
29	Hugo Pouw	12.72	31-05-17
30	Luce Wijma	12.73	25-06-14
31	Tijsj Hollander	12.73	25-06-14
32	Felipe Verdonschot h	12.5	18-06-16

etc. t/m 53

Medicinal

1 **Jip ter Smitten** **5.50** **13-07-19**

4	Florian van Wijchen	2.08.65	04-06-17
2	Thijmen van Wijchen	2.08.91	04-06-17

		800m	
1	Florian Vriezen	2.46.7	12-06-14

BESTE UITSLAGEN RODEDRAAD VANAF 2010

Discus
(500gr)

1	Ole Vuur	15.93	11-07-05
2	Qunten Gisius	15.38	2019
3	Joey van Wieringen	15.24	20-06-14
4	Tijmen de Beer	14.98	2015
5	Florian Vriezen	13.87	2014
6	Joep Deiman	13.60	2017
7	Nout van der Schoot	13.45	2016
8	Lewis Huguenin	13.43	23-05-18
9	Simon Renaud	13.34	07-07-18
10	Yuri Schotte	12.85	2017
11	Thijmen van Wijchen	12.58	2017
12	Roan Snel	12.17	2017
13	Stijn van der Gugten	11.90	2018
14	Marijn Walstra	11.83	2015
15	Jayden Jillings	11.17	2018
16	Luke van den Berg	11.10	2017
17	Tim van der Knaap	10.73	2015
18	Arsh Sahu	10.69	2019
19	Florian van Wijchen	10.46	2017
20	Borre Brouwer	10.45	2015
21	Robiun van den Beg	10.39	2018
22	Melle de Lange	10.35	2017
23	Tim van der Knaap	10.35	2018
24	Jurre Dijkstra	10.26	2015
	Taeke van Wee	10.04	2019

HSS uit stand

1	Thijmen de Beer	5.18	20-06-15
2	Thijmen van Wijchen	5.02	2017
3	Melle van der Meer	4.83	2018
4	Jayden Jillings	4.81	2018
5	Valentijn de Jonge	4.78	2017
6	Mees de Vries	4.66	2019
7	Florian van Wijchen	4.59	2017
8	Frits Nijs	4.54	2018
9	Niels Bitter	4.52	2015
10	Mika Strubbe	4.50	2017
11	Borre Brouwer	4.49	2015
12	Boudewijn van den Haak	4.49	2016
13	Joep Deiman	4.48	2017
14	Melle de Lange	4.45	2017
15	Qunten Gisius	4.43	2019
16	Boris Hendrix	4.40	2017
17	Hugo Pouw	4.33	2017
18	Gavin Hulsmans	4.32	2017
19	Tom Brekelmans	4.29	2017
20	Thomar Neidig	4.24	2016
21	Yuri Scholte	4.24	2017
22	Luke van den Berg	4.23	2017
23	Arsh Sahu	4.22	2019
24	Roan Snel	4.21	2017
25	Olivier van Lutervelt	4.19	2018
	Joep Wilhelmus	4.19	2018
	Lou de Vries	4.19	2019

Kogel

1 kg

1	Ole Vuur	7.78	31-08-19
2	Florian Vriezen	7.70	2014
3	Jayden Jillings	7.43	10-07-05
4	Idas Nebbeling	7.22	2010
5	Job Meijer	7.12	08-06-91
6	Thimo Gisius	7.07	2016
7	Yuri Scholte	7.02	2017
8	Max Veldhuizen	6.90	2011
9	Thijmen van Wijchen	6.86	2017
10	Friso Kiel	6.60	2019
11	Jurre Dijkstra	6.52	2015
12	Florian van Wijchen	6.45	2017
13	Melle van der Meer	6.42	2018
14	Mika Strubbe	6.38	2017
15	Joep Deiman	6.35	2017
16	Kealan Steba	6.28	2016
17	Tijmen de Beer	6.27	2015
18	Arsh Dahu	6.24	2019
19	Frits Nijs	6.20	2018
20	Qunten Gisius	6.19	2019
21	Luc Blank	6.03	2010
22	Douwe Sipma	6.03	2016
23	Lewis Huguenin	5.90	2018
24	Quint van der Knaap	5.90	2018
25	Koen Duikersloot	5.82	2010
	Nout van der Schoot	5.82	2016

25 beste prestaties pupillen
OUTDOOR JONGENS D-IPUPILLEN (mini's)
officieel vanaf 01-01-10

		40m	
B.R.	Milan Holder FIT	6.79	17-09-16
b.pr.	Joost, Tristan	7.1	03-10-87
1	Joost de Rooy	7.1	03-10-87
2	Tristan Whitmarsh	7.1	03-10-87
3	Jip ter Smitten	7.39	06-10-18
4	Kealan Steba	7.40	19-09-15
5	Youri van der Linden	7.43	03-10-15
6	Alle Koperdraad	7.46	09-05-98
7	Jayden Jillings	7.47	17-06-17
8	Emmanuel Kwofie	7.47	06-10-18
9	Bastiaan Bos	7.3	01-10-88
10	Max Bartman	7.3	28-09-02
11	Sebastiaan van Lutervelt	7.54	03-10-15
12	Robin van den Berg	7.55	07-10-19
13	Florian Vriezen	7.58	25-08-13
14	Joep Deiman	7.60	17-09-16
15	Michiel van der Heijden	7.4	28-09-91
16	Tobias van Ee	7.4	03-10-09
17	Arsh Sahu	7.66	07-07-18
18	Hidde Oldenhof	7.66	06-10-18
19	Douwe Sipma	7.70	03-10-15
20	Bodhi Weemaes	7.71	05-10-19
21	Frits Nijs	7.73	17-06-17
22	Pim de Vor	7.5	30-09-00
23	Mick Hoebein	7.5	04-10-03
24	Siebe Heuperman	7.5	30-09-06
25	Coen Koster	7.5	06-10-07
26	Bram van der Laan	7.5	04-10-08
27	Willem de Groot	7.76	05-10-13
28	Rens ten Holder	7.78	17-09-11
29	Quinten Gisius	7.79	15-09-18
30	Menno Ringnalda	7.6	17-06-89
31	Yannick de Jong	7.6	02-10-93
32	Ruben Coppens	7.6	30-09-00
33	Sjors Stam	7.6	29-09-01
34	Arne Janse	7.6	06-10-07
35	Boyke Baeten	7.6	04-10-08
	Idas Nebbeling	7.6	03-10-09
	Yoram Vriezen	7.86	02-10-10
	Florian van Wijchen (+1.4)	7.86	02-07-16
	Nout van der Schoot	7.87	03-10-15

		600m	
B.R.	Florian Vriezen	2.07.01	25-08-13
b.pr.	Florian Vriezen	2.07.01	25-08-13
1	Florian Vriezen	2.07.01	25-08-13
2	Thijmen van Wijchen	2.12.65	17-09-16
3	Florian van Wijchen	2.15.46	01-10-16
4	Kealan Steba	2.15.56	19-09-15
5	Sebastiaan van Luterveld	2.17.77	03-10-15
6	Alle Koperdraad	2.18.0	04-10-98
7	Yoram Vriezen	2.19.1	11-09-10
8	Mika Strubbe	2.19.39	17-09-16
9	Nout van der Schoot	2.21.21	19-09-15
10	Bram van der Laan	2.21.7	04-10-08
11	Ruben Coppens	2.21.8	30-09-00
12	Joep Borninkhof	2.22.0	30-09-06
13	Joep Deiman	2.22.11	01-10-16
14	Robin van den Berg	2.22.28	13-05-17
15	Coen Koster	2.23.4	06-10-07
16	Hidde Oldenhof	2.23.45	23-06-18
17	Tobias van Ee	2.23.46	25-04-09
18	Laurens Bijlard	2.23.83	07-10-17
19	Jurre Dijkstra	2.24.50	04-10-14
20	Jacob Groothuis	2.24.54	13-09-14
21	Thijn Dorrestein	2.24.69	06-10-12
22	Boudewijn van den Haak	2.25.05	03-10-15
23	Boris van Zwam	2.25.08	04-10-14
24	Arsh Sahu	2.25.15	06-10-18
25	Emmanuel Kwofie	2.25.27	02-06-18
26	Sam de Vor	2.25.3	04-10-98
27	Frits Nijs	2.25.65	23-09-17
28	Maarten de Vries	2.25.94	28-05-16
29	Willem de Groot	2.26.26	05-10-13
30	Siebe Heuperman	2.26.3	30-09-06
31	Pieter Mijnhout	2.26.4	29-09-01
32	Jip ter Smitten	2.26.54	06-10-18
33	Bastiaan Dekker	2.26.7	04-10-97
34	Hjalmar van Midden	2.26.7	29-09-01
35	Bart van Manen	2.26.8	04-10-03
	Max Schot	2.27.62	05-10-19
	Pieke van der Blom	2.28.01	15-06-19
	Danny van Luijk	2.28.1	30-09-06
	Boyke Baeten	2.28.4	04-10-08
	Remme Heuperman	2.28.4	03-10-09
	Melle van der Meer	2.28.62	23-09-17

Vervallen onderdelen

		ver	
B.R.	Milan Holder FIT	3.45	17-09-16
b.pr.	Bram van der Laan	3.29	04-10-08
1	Bram van der Laan	3.29	04-10-08
2	Ruben Coppens	3.14	30-09-00
3	Florian Vriezen	3.13	25-08-13
4	Roy van den Kommer	3.08	26-06-10
5	Rens ten Holder	3.07	01-10-11
6	Jip ter Smitten	3.07	15-09-18
7	Bastiaan Bos	3.05	01-10-88
8	Jayden Jillings	3.05	13-05-17
9	Mick Brens	3.04	29-09-90
10	Milan de Jong	3.02	17-06-89
11	Coen Koster	3.02	06-10-07
12	Tristan Whitmarsh	3.01	03-10-87
13	Max Bartman	3.00	28-09-02
14	Elco Bermeijer	2.95	04-10-97
15	Joep Borninkhof	2.95	30-09-06
16	Thijn Dorrestein	2.95	16-06-12
17	Joep Deiman	2.95	01-10-16
18	Thomas Jacobs	2.94	02-10-93
19	Yoram Vriezen	2.93	02-10-10
20	Florian van Wijchen	2.93	01-10-16
21	Jochem Davelaar	2.92	01-10-94
22	Pim de Vor	2.92	30-09-00
23	Joost de Rooy	2.91	03-10-87
24	Melle van der Meer	2.91	13-05-17
25	Kealan Steba	2.90	03-10-15
26	Morris Bruin	2.89	26-06-10
27	Paul Schreuders	2.88	02-10-93
28	Roman Woodall	2.88	01-10-11
29	Tom Benschop	2.88	01-10-11
30	Frits Nijs	2.88	23-09-17
31	Maarten Schoonderbeek	2.87	17-09-11
32	Bernd Koperdraad	2.86	08-04-00
33	Alle Koperdraad	2.85	04-10-98
34	Joeri Strik	2.85	04-10-03
35	Nichiel van der Heijden	2.83	28-09-91
	Tobias van Ee	2.83	25-04-09
	Jurre Dijkstra	2.81	04-10-14
	Luke van Rossenberg	2.80	04-10-03
	Hidde Oldenhof	2.80	06-10-18

Geen aanbevolen onderdeel

vortex

vanaf 2014

bal		(80-100gr)	kogel (1kg)		ca.130gr				
B.R.	Willem de Groot	30.85	05-10-13	1 Yannick de Jong	3.99	10-07-93	B.R. Joep Deiman	21.60	01-10-16
b.pr.	Willem de Groot	30.85	05-10-13	2 Eelco Bergmeijer	3.74	04-10-97	b. pr. Frits Nijs Bussum)	21.76	23-09-17
1	Willem de Groot	30.85	05-10-13				1 Frits Nijs	21.76	23-09-17
2	Ruben Coppens	27.87	20-09-00				2 Joep Deiman	21.60	01-10-16
3	Pierre Richard v. Willigenburg	25.70	06-10-07		1000m		3 Max Schot	20.51	14-09-19
4	Joep Borninkhof	25.34	30-09-06	1 Sam Bruinse	3.44.5	05-10-85	4 Jip ter Smitten	19.83	15-09-18
5	Joeri Strik	24.25	04-10-03	2 Florian Vriezen	3.46.50	18-09-13	5 Pieke van der Blom	19.43	14-09-19
6	Job Meijer	23.26	29-09-90	3 Milan de Jong	4.06.2	30-09-89	6 Hidde Oldenhof	18.84	06-10-18
7	Thomas Jacobs	22.70	02-10-93	4 Bastiaan Bos	4.08.0	01-10-88	7 Ole Vuur	18.57	06-10-18
8	Casper Sollman	22.31	05-10-13	5 Eelco Bergmeijer	4.13.4	04-10-97	8 Florian van Wijchen	18.56	17-09-16
9	Rens ten Holder	21.99	01-10-11	6 Yannick de Jong	4.14.0	02-10-93	9 Matthias Kammer	17.96	05-10-19
10	Mylan Bakker	21.95	04-10-08	7 Niels Rienstra	4.16.2	03-10-87	10 Tijmen van Wijchen	17.65	01-10-16
11	Manus Keijser	20.88	25-06-11	8 Rick Vet	4.21.8	05-10-96	11 Nout van der Schoot	16.20	03-10-15
12	Florian van Wijchen	20.42	27-08-16	9 Thomas Jacobs	4.22.1	02-10-93	12 Matthias Kammer	16.15	11-05-19
13	Yoram Vriezen	20.02	05-06-10	10 Menno Ringnalda	4.22.8	30-09-89	13 Luke van den Berg	16.09	17-09-16
14	Idas Nebbeling	19.42	13-06-09	11 Job Meijer	4.23.5	29-09-90	14 Borre Brouwer	15.89	13-09-14
15	Luke van Rossenberg	19.39	04-10-03	12 Paul Schreuders	4.24.9	02-10-93	15 Kealan Steba	15.87	03-10-15
16	Milan de Jong	19.34	30-09-89	13 Jespar Wolfswinkel	4.26.7	02-10-93	16 Boudewijn van den Haak	15.77	03-10-15
17	Bastiaan Bos	19.18	01-10-88	14 Joost de Rooy	4.29.0	03-10-87	17 Mellevan der Meer	15.63	23-09-17
18	Florian Vriezen	18.99	14-09-13	15 Tristan Whitmarsh	4.31.4	03-10-87	18 Gavin Hulsmann	15.60	18-06-16
19	Tijmen van Wijchen	18.94	27-08-06	16 Jesse Bijl	4.32.6	03-10-87	19 Mees Moen	15.59	14-09-19
20	Justin Fielmich	18.63	02-10-99	17 Arnout Bijl	4.33.6	28-09-91	20 Quinten Gisius	15.44	15-09-18
21	Bram van der Laan	18.35	04-10-08	18 Mick Brens	4.39.5	29-09-90	21 Sebastiaan van Lutervelt	15.30	03-10-15
22	Mathijs van Dijk	18.27	30-09-00	19 Hjalmar van Midden	4.39.60	09-09-01	22 Storm Boschker	15.30	13-05-17
23	Mick Hoeben	18.10	04-10-03	20 Joost van Ophem	4.40.3	04-04-92	23 Tijmen van Wijchen	15.20	02-07-16
24	Maarten Schoonderbeek	17.93	01-10-11	21 Max Kok	4.46.1	05-10-96	24 Douwe Sipma	15.07	03-10-15
25	Arne Janse	17.88	06-10-07	22 Martijn de Rooy	4.52.6	29-09-90	25 Lou de Vries	15.07	23-06-18
26	Steijn Bakker	17.87	02-10-04	23 Carsten de Hartog	5.00.1	16-04-88	26 Mika Strubbe	15.00	17-09-16
27	Yannick de Jong	17.86	02-10-93	24 Ference van Munster	5.01.4	30-09-89	27 Jacob Groothuis	14.35	17-05-14
28	Ivar Pijnenburg	17.81	17-09-11	25 Roland Witkamp	5.01.5	30-03-96	28 Bodhi Weemaes	14.27	05-10-15
29	Jesse Bijl	17.56	03-10-87	26 Nicolai van Rosmalen	5.02.5	30-03-96	29 Taeke van Wee	13.82	23-06-18
30	Pieter Mijnhout	17.52	29-09-01	27 Suresh van der Wal	5.06.9	01-10-88	30 Arsh Sahu	13.66	02-06-18
	Joost de Rooy	17.24	03-10-87	28 Arthur Figge	5.09.5	03-10-87	31 Jayden Jillings	13.12	07-10-17
	Paul Schreuders	17.08	02-10-93	29 Ernesto Muntslag	5.11.1	15-04-95	32 Ingmar Rends-Winters	13.04	07-10-17
				30 Robin Peters	5.13.0	03-10-87	33 Teun Pauwels	12.95	06-10-18
							34 Otis Cramer	12.89	14-09-19
							35 Peter Kliphuis	12.61	15-09-18

Geen aanbevolen onderdelen voor pupillen

800m		60mhrd		vanaf 2014					
M-bal		(40cm)							
1	Florian Vriezen	3.03.95	12-06-13	b.pr. Jip ter Smitten	12.44	07-07-18			
	Medicinalbalstoten						Otto Karsjins (-1.0)	15.32	22-06-19
1	Tijmen van Wijchen	4.32	28-05-16	1 Jip ter Smitten	12.44	07-07-18	Pieke van der Blom (-1.4)	15.32	06-07-19
2	Florian van Wijchen	3.44	28-05-16	2 Emmanuel Kwofie	12.54	07-07-18	Storm Snel	15.33	23-05-18
3	Maarten de Vries	3.35	28-05-16	3 Jayden Jillings (-0.6)	12.92	31-05-17	Anton Verweij	15.58	30-04-16
4	Mika - Strubbe	3.33	28-05-16	4 Hidde Oldenhof	13.17	23-05-18	Tijmen Middag h	15.9	18-06-16
5	Tijmen Middag	3.19	28-05-16	5 Mees de Vries	13.19	23-05-18	Laurens Bijlard	15.32	31-05-17
6	Joep Deiman	3.18	28-05-16	6 Frits Nijs	13.30	09-07-17	Floris Tabak	15.33	31-05-17
7	Luke van den Berg	3.11	28-05-16	7 Florian van Wijchen h	13.1	18-06-16	Teun Pauwels	16.17	23-05-18
8	Roan Snel	3.11	28-05-16	8 Joep Deiman	13.40	30-04-16	Brent Wierenga	16.51	07-07-18
9	Anton Verweij	3.03	28-05-16	9 Arsh Sahu	13.49	07-07-18	Ties Tentij	16.91	07-07-18
10	Valentijn de Jonge	2.49	28-05-16	10 Abhav Sahu	13.59	07-07-18	Hugo Bosman	17.17	13-06-15
11	Gavin Hulsmann	2.40	28-05-16	11 Kealan Steba	13.64	13-06-15	Stijn van der Gugten	17.24	31-05-17
12	Rick van Harn	1.78	28-05-16	12 Bodhi Weemaes (-1.4)	13.84	06-07-19	Milan Zijdel	17.54	13-06-15
				13 Gavin Hulsmann	14.00	04-09-16			
				14 Tijmen van Wijchen h	13.8	18-06-16			
				15 Quinte Gisius	14.08	23-05-18			
				16 Mika Strubbe h	13.90	18-06-16			
				17 Roan Snel h	13.90	18-06-16			
				18 Valentijn de Jonge h	13.90	18-06-16			
				19 Sebastiaan van Lutervelt	14.37	13-06-15			
				20 Luke van den Berg h	14.20	18-06-16			
				21 Mees Moen (-1.4)	14.49	06-07-19			
				22 Max Schot (+1.5)	14.65	22-06-19			
				23 Ole Vuur	14.77	07-07-18			
				24 Tygo Snel	14.86	07-07-18			
				25 Yuri Scholten	14.7	04-09-16			
				26 Jochem Krans	14.96	13-07-14			
				27 Peter Kliphuis	14.96	07-07-18			
				28 Lou de Vries	14.98	23-05-18			
				29 Lars Bitter (+0.7)	15.02	22-06-19			
				30 Olivier van Lutervelt	15.04	31-05-17			
				zie verder Otto K.					

BESTE RESULTATEN RODEDRAAD

HSS uit stand			Discus (500gr)			kogel (1kg)			
1	Florian Vriezen	4.35	2013	1 Jacob Groothuis	8.70	07-06-14	1 Jurje Dijkstra	6.10	24-05-14
2	Boudewijn van den Haak	3.90	2015	2 Quinten Gisius	8.33	2018	2 Bram van der Laan	5.95	2008
3	Valentijn de Jonge	3.89	2016	3 Otis Cramer	8.32	2019	3 Quinten Feijen	5.80	2008
4	Sebastiaan van Lutervelt	3.64	2015	4 Otis Cramer	8.32	2019	4 Mutale Hille Ris Lambers	5.72	2008
5	Joep Deiman	3.57	2016	5 Kealan Steba	7.78	2015	5 Peter Kliphuis	5.58	2018
6	Mika Strubbe	3.56	2016	6 Geertjan van de Wetering	7.11	2019	6 Hidde Oldenhof	4.74	2018
7	Tijmen van Wijchen	3.46	2016	7 Quint van der Knaap	7.07	2017	7 Arsh Sahu	4.73	2018
8	Kealan Steba	3.45	2015	8 Joep Deiman	7.01	2016	8 Mees de Vries	4.62	2018
9	Douwe Sipma	3.43	2015	9 Ingmar Reinds-Winters	6.87	2017	9 Lou de Vries	4.58	2015
10	Hugo Bosman	3.42	2015	10 Boudewijn van den Haak	6.37	2015	10 Quinten Gisius	4.58	2018
11	Gavin Hulsmann	3.34	2016	11 Florian van Wijchen	6.34	2016	11 Ole Vuur	4.53	2018
12	Luke van den Berg	3.26	2016	12 Luke van den Berg	6.32	2016	12 Yoram Vriezen	4.51	2010

25 Jeroen Schmidt	9.55	04-10-08	25 Jayden Jillings	7.63	01-10-16
26 Daan 't Jong	9.51	04-10-14	26 Teun Pauwels	7.41	07-10-17
27 Sebastiaan v.d. Luttervelt	9.51	04-10-14	27 Bram de Groot	7.32	01-10-16
28 Luc Richel van de Sar	9.37	06-10-12	28 Olivier van Luttervelt	7.08	01-10-16
29 Danny van Luik	9.19	01-10-05	29 Mees van Hooijdonk	6.82	03-10-15
30 Jeremy Zijdel	9.18	01-10-11	30 Ole Vuur	6.77	07-10-17
David Elzinga	9.13	01-10-11	Taeke van Wee	6.73	07-10-17
Sven Poelmann	9.10	04-10-03	Niek Smeekes	6.63	01-10-16
			Logan Von Smit	6.54	06-10-18
			Ties Tentij	6.37	07-10-17
			Jop Breedveld	6.34	05-10-19
			Floris Tabak	6.32	01-10-16
			Aron Reus	6.11	05-10-19
			Job Galenkamp	6.01	05-10-19