

Baanrecords Atletiekbaan AV De Gemzen vanaf 27-08-2005 (opening 400m baan)									
(bijgewerkt t/m 25-9-2021)					(nb: we volgen in principe het aanbevolen wedstrijdprogramma van de Atletiekunie)				
Meisjes Pupillen C					Jongens Pupillen C				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum	Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
40m	6.8	Sara Kwakkel	AV De Gemzen	6-10-2018	40m	6.7	Maikel Potkamp	AV De Gemzen	24-5-2014
40mh	8.1	Rianne Beuling	Isala '96	2-6-2007	40mh	7.67	Bruce Boon	Flevo Delta	14-9-2013
600 m	2.11.05	Floor Doornwaard	AV De Gemzen	24-5-2008	600 m	2.04.7	Scott Boon	Athlos	2-6-2007
4 x 40 est.	29.4	Lieze Kommer, Mente Kommer	AV De Gemzen	1-10-2016	4 x 40 est.				
		Sanne Diender, Suze Haverkamp							
hoogspringen	1.10	Jonne Diebrand	Isala '96	4-9-2010	hoogspringen	1.15	Mika van Mierlo	Isala '96	25-5-2013
verspringen	3.45	Danique Slob	Isala '96	10-9-2005	verspringen	3.54	Bruce Boon	Flevo Delta	14-9-2013
						3.54	Mika van Mierlo	Isala '96	14-9-2013
balwerpen	24.67	Jessie Tijbout	Isala '96	10-9-2005	balwerpen	31.59	Maik Scholten	AV De Gemzen	10-9-2005
Meisjes Pupillen B					Jongens Pupillen B				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum	Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
40m	6.6	Suzanne Boone	Isala '96	20-5-2006	40m	6.6	Léon Mak	AV De Gemzen	26-9-2009
40mh	7.5	Cèline den Bremer	PEC 1910	2-6-2007	40mh	7.4	Cas Swienink	PEC 1910	2-6-2007
	7.5	Desi van Emmerik	Cialfo	3-9-2011					
1000 m	3.38.7	Sara Kwakkel	AV De Gemzen	16-4-2019	1000 m	3.39.4	Soufian Tamrouti	Isala '96	25-5-2013
hoogspringen	1.25	Cèline den Bremer	PEC 1910	2-6-2007	hoogspringen	1.20	Kevin Tielbeek	AV Salland	10-9-2005
verspringen	3.75	Lynn van Zijl	AV Salland	5-9-2009	verspringen	3.82	Léon Mak	AV De Gemzen	26-9-2009
balwerpen	26.16	Manon Los	Isala '96	4-9-2010	balwerpen	35.20	Maik Scholten	AV De Gemzen	30-9-2006
kogelstoten (2kg)	5.95	Dorcas Wilbrink	Flevo Delta	14-9-2013	kogelstoten (2 kg)	6.48	Kevin Tielbeek	AV Salland	10-9-2005
4 x 40 est.	28.2	Flore Kroes, Suze Haverkamp	AV De Gemzen	30-9-2017	4 x 40 est.				
		Lieze en Mente Kommer							
Meisjes Pupillen A					Jongens Pupillen A				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum	Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
60m	8.9	Isabel van Houweling	AV De Gemzen	1-10-2016	60m	8.7	Bruce Boon	Flevo Delta	17-9-2016
60m.h	10.7	Marleen Stoel	Isala '96	2-6-2007	60m.h	10.4	Duco Furda	AV PEC 1910	2-6-2007
						10.4	Léon Mak	AV De Gemzen	16-4-2011
4 x 60 est.	37.1	Nienke Wagenaar, Fleur Gerrits	AV De Gemzen	17-9-2016	4 x 60 est.	41.3	Timo Hanekamp, Hendrik Olthuis	AV De Gemzen	1-10-2016
		Suusje Berkenbosch, Isabel v Houweling					Wout Hollander, Kiran Rorije		
1000 m	3.24.5	Irene Bijman	Isala '96	4-9-2010	1000 m	3.12.5	Jaap Gerben Vellinga	AV Horror	10-9-2005
hoogspringen	1.40	Jonne Siebrand	Isala '96	14-9-2013	hoogspringen	1.40	Brend Baak	Flevo Delta	24-5-2014
verspringen	4.21	Isabel van Houweling	AV De Gemzen	1-10-2016	verspringen	4.87	Kjell Wolters	AV PEC 1910	10-9-2005
balwerpen	31.41	Lyn van Zijl	AV Salland	4-9-2010	balwerpen	39.55	Ivar Spin	AV PEC 1910	10-9-2005

kogelstoten (2kg)	8.14	Isabel van Houweling	AV De Gemzen	17-9-2016
Discuswerpen	22.60	Sara Kwakkel	AV De Gemzen	25-9-2021
Meisjes Junioren D				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
60 m	8.39	Coos Veldpaus	AV Phoenix	3-6-2017
60 mh	9.95	Jill Kleinlugtenbeld	AV Salland	23-6-2018
600 m	1.40.44	Fleur Pieters	Flevo Delta	23-6-2018
1000 m	3.04.80	Tess van Randtwijk	AV '34	3-6-2017
4 x 60 est.	32.77	Celine, Evelyn, Teddie, Ilse	Climax	3-6-2017
hoogspringen	1.50	Dominique Verheijen	AV De Gemzen	1-10-2005
	1.50	Dominique Verheijen	AV De Gemzen	8-4-2006
	1.50	Rixt ter Woord	Daventria	28-5-2016
speerwerpen	33.48	Dionne van der Hilst	CAV Energie	28-5-2016
verspringen	4.89	Femi Ayodeji	AV PEC 1910	21-9-2019
discuswerpen	30.93	Dorcas Wilbrink	Flevo Delta	6-5-2017
kogelstoten	12.66	Isabel van Houweling	AV De Gemzen	6-10-2018
polshoog	2.30	Isabel van Houweling	AV De Gemzen	6-10-2018

Meisjes Junioren C

Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
80 m	10.57	Suzan Plat	AV PEC 1910	3-6-2017
80 mh	11.89	Sarah Kortland	Typhoon	28-5-2016
150 m	19.62	Mileen Bruinewoud	AV Start '78	19-5-2018
300 mh	45.09	Sarah Kortland	Typhoon	28-5-2016
600 m	1.37.57	Desi van Emmerik	Cialfo	3-6-2017
800 m	2.17.52	Desi van Emmerik	Cialfo	8-4-2017
1000 m	2.51.9 NR	Jessie Fairley	Loopgroep PK	14-6-2006
1500 m	4.53.97	Marleen Loman	AV NOP	9-5-2007
3000 m	14.06.9	Ruth Polinder	AV De Gemzen	26-9-2017
4 x 80 est.	42.78	Athlos	AV Athlos	22-6-2019
hoogspringen	1.60	Dominique Verheijen	AV De Gemzen	27-9-2008
	1.60	Anouk Schoop	AV NOP	28-5-2016
	1.60	Qwen Fennema	Flevo Delta	28-5-2016/3-6-17
	1.60	Suzan Plat	AV PEC 1910	6-5-2017
	1.60	Esmee van der Hoeven	AV PEC 1910	21-9-2019
speerwerpen	39.68	Diede van der Meer	Flevo Delta	28-5-2016
verspringen	5.12	Suzan Plat	AV PEC 1910	28-5-2016/3-6-17
	5.12	Maud Brouwer	AV De Gemzen	25-9-2021
discuswerpen	38.66	Corinne Nugter	AV NOP	9-5-2007
kogelstoten	13.75	Corinne Nugter	AV NOP	9-5-2007
polshoog	2.80	Mette van de Meer	Flevo Delta	8-4-2017

kogelstoten	9.37	Brend Baak	Flevo Delta	24-5-2014
Discuswerpen	19.12	Niek ter Haar	AV NOP	24-5-2014
Jongens Junioren D				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
80 m	10.49	Daan Oosterhuis	AC Tion	3-6-2017
80 mh	12.64	Milans Mesie	AV '34	3-6-2017
600 m				
1000 m	2.54.47	Tijmen Wisselink	AV Argo	3-6-2017
4 x 80 est.	45.01	AV Pallas '67	AV Pallas '67	28-5-2016
hoogspringen	1.60	Melchior Treffers	AV '34	3-6-2017
	1.60	Luuk van der Maaten	Athlos	23-6-2018
speerwerpen	38.46	Brend Baak	Flevo Delta	28-5-2016
verspringen	5.28	Kjell Wolters	PEC 1910	2-6-2006
discuswerpen	29.77	Floris Smink	AC Tion	28-5-2016
kogelstoten	11.01	Milan Hoogeveen	AV Flevo Delta	19-5-2018
polshoog	1.60	Merijn Renshoff	AV De Gemzen	30-9-2017

Jongens Junioren C

Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	11.82	Mees Kappert	AV Salland	3-6-2017
100 mh	13.83	Mees Kappert	AV Salland	3-6-2017
150 m	18.1	Léon Mak	AV De Gemzen	26-9-2015
300 mh	42.26	Joram van de Bospoort	Climax	3-6-2017
600 m				
800 m	2.07.9	Matthieu van den Broeke	AV De Gemzen	29-9-2012
1000 m	2.38.9	Fahraan Abdi Ali	Hanzesport	17-4-2018
1500 m	4.15.01	Ibrahim Abdi Ali	Hanzesport	28-5-2016
3000 m	9.16.2	Ibrahim Abdi Ali	Hanzesport	19-4-2016
4 x 100 est.	46.52	AV NOP	AV NOP	28-5-2016
hoogspringen	1.83	Joram van de Bospoort	Climax	3-6-2017
speerwerpen	47.87	Willem Veldpaus	Hellas Utrecht	3-6-2017
verspringen	6.03	Julian Jansen	AV NOP	28-5-2016
discuswerpen	50.02	Daan Schade	Flevo Delta	28-5-2016
kogelstoten	13.56	Daan Schade	Flevo Delta	28-5-2016
polshoog	3.30	Léon Mak	AV De Gemzen	11-4-2015

Meisjes Junioren B				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	12.63	Nancy van Petersen	Cialfo	27-5-2009
100 mh	15.21	Roos-Sanne Claassen	Gron. Atletiek	2-6-2010
200 m	25.24	Stéphanie Beuling	Isala '96	9-5-2007
400 m				
400 mh	1.05.80	Gejanne Lussenburg	Isala '96	14-6-2006
800 m	2.30.73	Anna Molenberg	Athlos	23-6-2018
1000 m	3.00.9	Marleen Loman	AV NOP	14-6-2006
1500 m	4.54.52	Minke van der Meer	AV '55	27-5-2009
3000 m	11.22.96	Franne Jelske Anema	Gron. Atletiek	14-6-2006
4 x 100 est.				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.65	Marit Redeker	PEC 1910	24-5-2012
	1.65	Lisa Keuken	AV Horror	24-5-2012
speerwerpen	38.28	Ilham Tamrouti	Isala '96	20-4-2016
verspringen	5.48	Rosemarie Beukhof	VAV	2-6-2006
discuswerpen	40.49	Corinne Nugter	AV NOP	27-5-2009
kogelstoten	16.08	Corinne Nugter	AV NOP	27-5-2009
polshoog	2.50	Marjolein Klaren	Mar. Pim Mulier	8-4-2017
hink stap sprong	10.54	Margo Schippers	AV Rijssen	8-4-2017

Meisjes Junioren A				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	12.30	Willemijn van Laar	Cialfo	24-5-2012
100 mh	16.79	Sandra Telgt	AC Tion	2-6-2010
200 m	26.14	Nancy van Petersen	Cialfo	25-5-2011
400 m				
400 mh	63.24	Susanne Dekkers	AV '34	9-5-2007
800 m	2.34.5	Amrita Nijhoff	AV De Gemzen	1-10-2005
1000 m	2.51.9	Jessie Fairley	Loopgroep PK	14-6-2006
1500 m	4.53.85	Rachel Rozenkamp	AV Rijssen	25-5-2011
2000 m				
3000 m	10.12.56	Marieke Falkman	De Sperwers	14-6-2006
5000 m	21.01.53	Gerdien van Holst	AV De Gemzen	17-10-2006
10000 m				
4 x 100 est.				

Jongens Junioren B				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	11.43	Julio Smid	Cialfo	7-5-2008
110 mh	14.59	Luuk Peters	AV PEC 1910	11-4-2015
200 m	23.08	Julio Smid	Cialfo	7-5-2008
400 m	53.2	Matthieu van den Broeke	AV De Gemzen	28-9-2013
400 mh	58.43	Jarno de Groot	Flevo Delta	20-4-2016
800 m	2.01.79	Ibrahim Abdi Ali	Hanzesport	8-4-2017
1000 m	2.40.3	Kjell de Groot	Flevo Delta	24-9-2019
1500 m	4.10.53	Jaap Gerben Vellinga	AV Horror	25-5-2011
3000 m	9.22.11	Hidde Bergman	AV Aquilo	27-5-2009
4 x 100 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est.				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.85	Léon Mak	AV De Gemzen	1-10-2016
speerwerpen	49.57	Peter Tichelaar	Isala '96	14-6-2006
verspringen	6.58	Kjell Wolters	PEC 1910	27-5-2009
discuswerpen	45.71	Ivo Furda	PEC 1910	20-4-2007
kogelstoten	17.01	Patrick Cronie	AV Passaat	14-6-2006
polshoog	3.60	Léon Mak	AV De Gemzen	1-10-2016
hink stap sprong	12.85	Patrick Cronie	AV Passaat	14-6-2006
	12.85	Scott Boon	Flevo Delta	11-4-2015

Jongens Junioren A				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	10.95	Stijn Ram	AV '34	27-5-2009
110 mh	14.58	Jarno de Groot	Flevo Delta	23-6-2018
200 m	22.91	Stijn Ram	AV '34	7-5-2008
400 m	52.12	Almer Staal	AV PEC 1910	20-4-2016
400 mh	55.71	Justin Cok	AV '47	7-5-2008
800 m	1.59.1	Wilfred van Holst	AV De Gemzen	29-9-2007
1000 m	2.34.59	Didier Nibbering	Isala '96	2-6-2010
1500 m	4.02.12	Roald Goossen	AV Rijssen	25-5-2011
1609 m				
2000 m				
3000 m	9.23.45	Vincent Maalderink	Hanzesport	27-5-2009
5000 m	16.14.6	Luc Beuckens	AV NOP	19-9-2018
10000 m	37.25.6	Wilfred van Holst	AV De Gemzen	23-5-2006

4 x 400 est.				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.65	Nikki Woudstra	Start '78	14-6-2006
polshoog	3.20	Margit Korporaal	AV '34	25-5-2011
verspringen	5.65	Annelies Fortuin	Start '78	14-6-2006
hink stap sprong	10.44	Tjitske Rijntjes	Ciko '66	7-5-2008
discuswerpen	40.49	Corinne Nugter	AV NOP	7-5-2008
kogelstoten	12.97	Pamela Kiel	AV Passaat	7-5-2008
speerwerpen	39.88	Cornelia de Jong	Groningen Atlet.	2-6-2010
Vrouwen				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	11.98	Marit Dopheide	Team 4 mijl	24-5-2012
100 mh	15.72	Susanne Dekkers	Daventria	2-6-2010
200 m	25.83	Lieke Bakker	AV PEC 1910	25-5-2011
400 m	60.14	Anouschka Schröder	Flevo Delta	20-4-2016
400 mh	64.87	José Becker	EAC De Sperwers	7-5-2008
800 m	2.24.81	Silke Jonkman	GSAV Vitalis	8-4-2017
1000 m	2.51.9 NR	Jessie Fairley	Loopgroep PK	14-6-2006
1500 m	4.14.02	Adrienne Herzog	Gron. Atletiek	9-5-2007
1609 m				
2000 m				
3000 m	9.46.10	Ilse Pol	AV '34	7-5-2008
5000 m	16.41.1	Ilse Pol	Running 2000	1-5-2014
10000 m				
uurloop	12.303 m	Els Viester	t Harde	29-12-2010
6 uursloop				
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est.				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.61	Marloes Aernoudts	AV Triathlon	14-6-2006
polshoog	2.80	Sanne Velthuis	Mar. Pim Mulier	8-4-2017
verspringen	5.66	Annelies Fortuin	AV PEC 1910	27-5-2009
hink stap sprong	10.78	Angela van Veen	Climax	27-5-2009
kogelstoten	11.67	Sanne van Rossum	Daventria	27-5-2009
discuswerpen	41.95	Sanne van Rossum	Daventria	27-5-2009

4 x 100 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est.				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.90	Martijn van Calker	AV PEC 1910	9-5-2007
	1.90	Joost Niekus	AV Flevo Delta	7-5-2008
polshoog	4.40	Scott Boon	AV Flevo Delta	8-4-2017
verspringen	6.87	Rody de Wolf	AV Horror	11-4-2015
hink stap sprong	13.19	Roy van Zijl	AV Salland	8-4-2017
discuswerpen	49.82	Patrick Cronie	AV Passaat	7-5-2008
kogelstoten	17.18	Patrick Cronie	AV Passaat	7-5-2008
speerwerpen	53.14	Mark Jonker	Isala '96	14-6-2006
	Mannen			
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	11.13	Paul Robers	AV Hanzesport	7-5-2008
	11.13	Jordy Visschers	AV PEC 1910	8-4-2017
110 mh	15.03	Jeroen van Veen	Isala '96	11-4-2015
200 m	22.22	Vincent Kerssies	AV Sisu	7-5-2008
400 m	51.69	Wilfred van Holst	Gron. Atletiek	20-4-2016
400 mh	55.43	Kevin van de Wassenberg	Athlos	25-5-2011
800 m	1.56.9	Stefan Gelderman	AV De Gemzen	24-4-2021
1000 m	2.34.7	Joep Emmen	BB Lopers	24-5-2016
1500 m	3.58.5	Nick Marsman	ACO van Elderer	19-9-2018
1609 m				
2000 m				
3000 m	9.00.90	Roderick Riesenkamp	AV Impala	27-5-2009
5000 m	14.32.38	Bas van Hooren	Atletiek Maastr.	18-5-2018
10000 m	39.25.9	Martijn Schakelaar	AV De Gemzen	23-5-2006
uurloop	16.966 m	Vasile Bulgac	Intersport Moldav	30-12-2008
6 uursloop	76.752 m	Pieter Mans	AAV Twenterand	29-12-2010
4 x 100 est.	50.6	Sander Klaassen, Stijn Tromp, Léon Mak, Jurian Onde		1-10-2016
4 x 200 est.	1.33.6	Léon Mak, Jurian Onderdijk, Arnout Mak, Stefan Gelde		25-9-2021
4 x 400 est				
4 x 800 est.				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen	2.00	Jan Haije Klijnstra	Gron. Atletiek	9-5-2007
polshoog	4.20	Dennis Schilder	Isala '96	2-6-2006
	4.20	Kevin Woldberg	AV PEC 1910	24-5-2012
verspringen	6.91	Daan Meijer	AV '34	7-5-2008
hink stap sprong	13.74	Frank Koopmans	AV PEC 1910	14-6-2006
kogelstoten	14.50	Bas Vos	AV PEC 1910	2-6-2010

speerwerpen	35.56	Dominique Verheijen	AV De Gemzen	30-9-2016
Masters vrouwen 35				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	14.27	Simone Falkena	AV Heerenveen	20-4-2016
80 mh				
200 m	29.44	Simone Falkena	AV Heerenveen	20-4-2016
400 m	1.14.3	Angelique van Ommen	AV De Gemzen	5-10-2019
400 mh				
800 m	2.42.2	Angelique van Ommen	AV De Gemzen	4-10-2019
1000 m	3.05.4	Hellen Berger-de Vries	BB Lopers	22-5-2018
1500 m	4.57.34	Yvonne Meijer	ACO van Elderen	8-4-2017
1609 m	7.04.59	Grietje Brands	AV NOP	20-4-2016
2000 m				
3000 m	10.25.7	Hellen Berger-de Vries	BB Lopers	26-6-2018
5000 m	17.47.4	Hellen Berger-de Vries	BB Lopers	19-9-2018
10000 m				
uurloop	13.679 m	Thea Bakker	Athlos	27-12-2006
6 uursloop	65.081 m	Majet Spoelder	Vet. Ned	29-12-2010
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen	4.08	Kirsten Scipio	AV '34	24-5-2012
hink stap sprong				
kogelstoten	11.33	Hanneke Reinders-Vasse	Gron. Atletiek	7-5-2008
discuswerpen	32.75	Hanneke Reinders-Vasse	Gron. Atletiek	7-5-2008
speerwerpen				
Masters vrouwen 40				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	15.10	Jolanda Smedinga	Lionitas	9-5-2007
80 mh				
200 m	29.13	Annerose van der Wal	Hanzesport	27-5-2009
400 m	1.27.8	Arjanne Rorije-Lever	AV De Gemzen	5-10-2019
400 mh				
800 m	2.54.8	Annet Bultman	AV De Gemzen	30-9-2006

discuswerpen	43.83	Léon Mak	AV De Gemzen	24-9-2021
speerwerpen	65.66	Mark Jonker	Isala '96	20-4-2016
Masters mannen 35				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	12.21	Daniël Gouw	AV Isala '96	8-4-2017
110 mh				
200 m	29.25	Jeremy Eilander	AV Veluwe	24-5-2012
400 m				
400 mh				
800 m	2.30.1	Henk Fix	AV De Gemzen	30-9-2006
1000 m	2.35.05	Andrew Harris Larasen	AV Impala	2-6-2010
1500 m	4.12.55	Andrew Harris Larasen	AV Impala	7-5-2008
1609 m				
2000 m				
3000 m	9.22.7	Jan van Ommen	Cialfo	19-6-2006
5000 m	15.16.9	Erik Driesen	AV NOP	1-5-2014
10000 m				
uurloop	16.266 m	Martijn Schakelaar	AV De Gemzen	29-12-2010
6 uursloop	71.583 m	Rune Akselsen	Noorwegen	30-12-2008
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen	6.52	Frank Koopmans	AV PEC 1910	24-5-2012
hink stap sprong				
kogelstoten	12.68	Frank Koopmans	AV PEC 1910	2-6-2010
discuswerpen	38.72	Dennis Endeman	Isala '96	24-5-2012
speerwerpen	56.14	Jeroen ten Heuvel	Flevo Delta	2-6-2010
Masters mannen 40				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	12.31	Harry Lenis	Flevo Delta	9-5-2007
110 mh				
200 m	24.24	Dik van de Weerdhof	VAV	27-5-2009
400 m	69.0	Gerwin Vis	AV De Gemzen	22-5-2021
400 mh				
800 m	2.11.8	Bas Mekking	AV De Gemzen	6-10-2018

4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.25	Anoeschka Verheijen	AV De Gemzen	27-9-2008
polshoog				
verspringen	3.45	Anoeschka Verheijen	AV De Gemzen	27-9-2008
hink stap sprong				
kogelstoten	7.75	Alida van der Kolk	Athlos	24-5-2012
discuswerpen	23.26	Alida van der Kolk	Athlos	24-5-2012
speerwerpen	17.83	Anoeschka Verheijen	AV De Gemzen	27-9-2008

Masters vrouwen 50

Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	13.84	Tilly Jacobs	AV PEC 1910	25-5-2011
80 mh				
200 m	27.71 NR!	Tilly Jacobs	AV PEC 1910	7-5-2008
400 m				
300 mh				
800 m	4.02.4	Ans Nijhoff	AV De Gemzen	1-10-2005
1000 m	3.25	Annet Bultman	AV De Gemzen	21-5-2019
1500 m	5.46.47	Greet Vrijbloed	AV Isala 96	25-5-2011
1609 m				
2000 m				
3000 m	11.48.3	Annet Bultman	AV De Gemzen	16-4-2019
5000 m	19.57.8	Annet Bultman	AV De Gemzen	24-9-2019
10000 m				
uurloop	10.341 m	Ans Nijhoff	AV De Gemzen	27-12-2006
6 uursloop	54.541 m	Ineke Scheffer	SV Friesland	29-12-2010

4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen	4.46	Tilly Jacobs	AV PEC 1910	9-5-2007
hink stap sprong				
kogelstoten				
discuswerpen				
speerwerpen				

Masters vrouwen 55

4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.80	Leo Schuur	Isala '96	2-6-2010
polshoog	2.30	Erik van Houweling	AV De Gemzen	6-10-2018
verspringen				
hink stap sprong				
kogelstoten	11.12	Roland Boon	Flevo Delta	20-4-2016
discuswerpen	39.12	Rino Spin	AV PEC 1910	27-5-2009
speerwerpen	34.42	Roland Boon	Flevo Delta	20-4-2016

Masters mannen 50

Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	13.02	Peter Niekus	Flevo Delta	27-5-2009
100 mh				
200 m	26.06	Martin Vastenhouw	Groningen Atlet.	2-6-2010
400 m				
400 mh	68.23	Christiaan van der Neut	AV Startbaan	24-5-2012
800 m	2.14.9	Marcel van den Bosch	AV De Gemzen	24-9-2021
1000 m	2.52.2	Tonnie Stouten	AV Veluwe	27-6-2017
1500 m	4.44.4	Robert Reitsema	Isala '96	19-9-2018
1609 m				
2000 m				
3000 m	10.06.0	Tonnie Stouten	AV Veluwe	24-9-2019
5000 m	16.49.7	Tonnie Stouten	AV Veluwe	19-9-2018
10000 m	46.33.4	Janco Raveling	AV De Gemzen	23-5-2006
uurloop	14.258 m	Jaap Kooiman	AV Cialfo	27-12-2006
6 uursloop	72.221 m	Dominiek Schrauwen	Ruddervoorde	30-12-2008
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.40	Berthram Mak	AV De Gemzen	1-10-2016
polshoog				
verspringen	4.57	Hans Gootjes	Flevo Delta	2-6-2010
hink stap sprong				
kogelstoten	11.45	Ton Dreuning	Flevo Delta	11-4-2015
discuswerpen	35.27	Henk Heyligers	GVAV	24-5-2012
speerwerpen	29.05	Berthram Mak	AV De Gemzen	30-9-2016

Masters mannen 55

3000 m	13.43.3	Warry Kooistra	AV De Gemzen	24-9-2019
5000 m	27.20.6	Janny Reezigt	AV De Gemzen	1-5-2014
10000 m				
uurloop				
6 uursloop	46.697 m	Janny Reezigt	AV De Gemzen	29-12-2010
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen				
hink stap sprong				
kogelstoten				
discuswerpen				
speerwerpen				
Masters vrouwen 65				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m				
80 mh				
200 m				
400 m				
300 mh				
800 m				
1000 m	4.54.1	Nelleke Evers	AV Veluwe	27-6-2017
1500 m				
1609 m				
2000 m				
3000 m	16.02.0	Nelleke Evers	AV Veluwe	27-6-2017
5000 m	27.10.7	Nelleke Evers	AV Veluwe	19-9-2018
10000 m				
uurloop	11.068 m	Tamara Velixar	Intersport Moldavi	30-12-2008
6 uursloop				
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				

3000 m	11.28.4	Cees Kraaijeveld	AV '34	16-4-2019
5000 m	19.09.09	Tjibbe de Vries	BB Lopers	18-5-2018
10000 m				
uurloop	13.569 m	Evghenii Stepanenco	Intersport Moldav	30-12-2008
6 uursloop	56.322 m	Gijs Honing	Vet. Ned	27-12-2006
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen	4.28	René Hondelink	Cialfo	27-5-2009
hink stap sprong				
kogelstoten	7.18	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	30-9-2017
discuswerpen	24.87	Ruud Sleper	AV '34	25-5-2011
speerwerpen	22.40	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	6-10-2018
Masters mannen 65				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100m	17.1	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	5-10-2019
100 mh				
200 m	35.8	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	22-5-2021
400 m	1.19.0	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	5-10-2019
300 mh				
800 m	2.59.8	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	4-10-2019
1000 m	3.40.3	Arie Verhoef	AV De Gemzen	17-4-2018
1500 m	6.10.0	Jur Teeuwen	AV De Gemzen	20-4-2006
1609 m				
2000 m				
3000 m	12.11.2	Tjibbe de Vries	BB Lopers	24-8-2021
5000 m	22.55.7	Arie Verhoef	AV De Gemzen	26-9-2017
10000 m				
uurloop	11.633 m	Jur Teeuwen	AV De Gemzen	27-12-2006
6 uursloop	61.458 m	Johann Spieker	100 Marathon clu	30-12-2008
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen	1.30	Rene Hondelink	Cialfo	8-4-2017

verspringen				
hink stap sprong				
kogelstoten				
discuswerpen				
speerwerpen				
Masters vrouwen 70				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m				
80 mh				
200 m				
400 m				
300 mh				
800 m				
1000 m				
1500 m				
1609 m				
2000 m				
3000 m				
5000 m	29.38.5	Mientje Hofmeijer	AV De Gemzen	4-9-2007
10000 m				
uurloop				
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog				
verspringen				
hink stap sprong				
kogelstoten				
discuswerpen				
speerwerpen				
Masters vrouwen 75				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m				
80 mh				

polshoog				
verspringen	3.53	Rene Hondelink	Cialfo	8-4-2017
hink stap sprong				
kogelstoten	8.25	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	26-9-2020
discuswerpen	33.78	Feico Jansma	AV '55	9-5-2007
speerwerpen	24.91	Dirk Wigmans	AV De Gemzen	22-5-2021
Masters mannen 70				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m	18.1	Wim van Holst	AV De Gemzen	27-9-2008
80 mh				
200 m				
400 m				
300 mh				
800 m	3.28.2	Wim van Holst	AV De Gemzen	27-9-2008
1000 m	4.17.5	Jan de Bekker	AV De Gemzen	23-6-2015
1500 m				
1609 m				
2000 m				
3000 m	14.00.1	Roelof Pepping	AVvn	16-4-2019
5000 m	25.31.6	Eildert Delger	AV De Gemzen	29-9-2015
10000 m				
uurloop	10.602 m	Jan Draaijer	AV De Gemzen	29-12-2010
6 uursloop	43.602 m	Anton Schuurman	Amsterdam	29-12-2010
4 x 100 est.				
4 x 200 est.				
4 x 400 est.				
4 x 800 est				
4 x 1500 est				
Zweedse est.				
hoogspringen				
polshoog	2.00	Kees van Giezen	GAC Hilversum	25-5-2011
verspringen				
hink stap sprong				
kogelstoten				
discuswerpen				
speerwerpen				
Masters mannen 75				
Onderdeel	Record	Gevestigd door	Vereniging	Datum
100 m				
80 mh				

					6 uursloop				
					4 x 100 est.				
					4 x 200 est.				
					4 x 400 est.				
					4 x 800 est				
					4 x 1500 est				
					Zweedse est.				
					hoogspringen				
					polshoog				
					verspringen				
					hink stap sprong				
					kogelstoten				
					discuswerpen				
					speerwerpen				