

Outdoor

C-junioren

60m

Carmen Hoff	13,2	26-5-2011 Nijkerk	Nederland	2011
-------------	------	-------------------	-----------	------

80m

Astrid Heilker	10,8	onbekend -	Nederland	1991
Esther Mocking	10,8	onbekend -	Nederland	1993
Suzanne Heijmans	11,1	onbekend -	Nederland	1991
Lara Heinen	11,3	23-4-2019 Nijkerk	Nederland	2019
Kareni ten Broeke	11,3	onbekend -	Nederland	onbekend

80m et

Cerique Rijkerkerk	11,44	28-5-2016 Heerde	Nederland	2016
Amber Schmidt	11,69	7-6-2019 Soest	Nederland	2019
Janneke Brillman	11,96	7-5-2005 Utrecht	Nederland	2005
Carmen Hoff	12,2	28-5-2011 Veenendaal	Nederland	2011
Mirjam Niewold	12,2	2-4-2016 Veenendaal	Nederland	2016

100m

Esther Mocking	13,60	onbekend -	Nederland	1993
----------------	-------	------------	-----------	------

100m et

Amber Schmidt	14,91	19-5-2019 Emmerich	Duitsland	2019
---------------	-------	--------------------	-----------	------

150m

Astrid Heilker	20,2	onbekend -	Nederland	1991
Monique Deelen	21,7	7-7-2007 Veenendaal	Nederland	2007
Cerique Rijkerkerk	22	9-9-2016 Schoonhoven	Nederland	2016
Lara Heinen	22,4	2-7-2019 Nijkerk	Nederland	2019
Amber Schmidt	23	2-7-2019 Nijkerk	Nederland	2019

150m et

Cerique Rijkerkerk	21,33	21-5-2016 Amersfoort	Nederland	2016
Nerena van de Ham	23,36	25-5-2019 Harderwijk	Nederland	2019
Sterre Blok	23,45	11-6-2016 Deventer	Nederland	2016
Sanne Kalee	23,58	11-6-2016 Deventer	Nederland	2016
Jolijn Schuurman	23,69	16-6-2017 Soest	Nederland	2017

200m

Esther Mocking	28,5	onbekend -	Nederland	1993
Anja Verhoef	35,8	1-5-2003 Nijkerk	Nederland	2003
Martine Bouwman	33,1	1-5-2003 Nijkerk	Nederland	2003

200m et

Joyce Reijnen	35,00	30-6-2012 Dronten	Nederland	2012
---------------	-------	-------------------	-----------	------

300m

Janneke Brillman	50,6	27-6-2006 Nijkerk	Nederland	2006
Martine Bouwman	52,6	1-7-2003 niet bekend	Nederland	2003

Lara Heinen	52,6	4-6-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Thalita Hagedoorn	53,4	4-6-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Amber Schmidt	53,7	4-6-2019	Nijkerk	Nederland	2019

300m et

Cerique Rijkerkerk	51,46	27-8-2017	Amsterdam	Nederland	2017
--------------------	-------	-----------	-----------	-----------	------

600m

Astrid Heilker	1:43,20	onbekend	-	Nederland	1991
Gilia van Dienst	1:52,90	onbekend	-	Nederland	onbekend
Yvonne Gijtenbeek	1:54,60	onbekend	-	Nederland	1980
Brenda Schuit	1:55,70	onbekend	-	Nederland	1984
Debby Heilker	1:57,90	onbekend	-	Nederland	onbekend

600m et

Sanne Kalee	1:56,00	12-6-2016	Deventer	Nederland	2016
Cerique Rijkerkerk	1:56,55	12-6-2016	Deventer	Nederland	2016
Sterre Blok	2:20,08	12-6-2016	Deventer	Nederland	2016
Carmen Hoff	2:07,7	28-5-2011	Veenendaal	Nederland	2011

800m

Sanne Kalee	2:57,90	24-3-2017	Soest	Nederland	2017
Cerique Rijkerkerk	2:58,70	24-3-2017	Soest	Nederland	2017
Marieke van de Geest	3:07,0	4-7-2013	Nijkerk	Nederland	2013
Myrthe van den Tweel	3:08,40	24-3-2018	Soest	Nederland	2018
Amber Schmidt	3:08,60	13-9-2019	Nijkerk	Nederland	2019

800m et

Myrthe van den Tweel	2:51,33	30-6-2018	Soest	Nederland	2018
Sanne Kalee	2:52,17	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Cerique Rijkerkerk	2:56,31	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Xanthia van Zessen	2:59,31	13-7-2007	Apeldoorn	Nederland	2007
Yulin van Garderen	3:03,51	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016

1.000m

Astrid Heilker	3:18,20	onbekend	-	Nederland	1995
Brenda Schuit	3:25,00	onbekend	-	Nederland	1984
Gilia van Dienst	3:26,70	onbekend	-	Nederland	onbekend
Suzanne Heijmans	3:53,30	onbekend	-	Nederland	1991
Jolijn Schuurman	4:11,60	9-9-2016	Schoonhoven	Nederland	2016

1.000m et

Britt Hoff	3:27,37	20-6-2015	Amersfoort	Nederland	2015
Joëlle Hoff	3:31,71	18-4-2015	Amstelveen	Nederland	2015
Janneke Brillman	3:45,5	2-4-2005	Amersfoort	Nederland	2005
Berdien Prins	3:47,2	31-3-2012	Veenendaal	Nederland	2012
Julia de Swart	3:53,15	18-4-2015	Amstelveen	Nederland	2015

1.500m

Myrthe van den Tweel	06:08,7	12-6-2019	Nijkerk	Nederland	2019
----------------------	---------	-----------	---------	-----------	------

Amber Schmidt	07:09,3	14-5-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Elze Bouwman	08:22,8	14-5-2019	Nijkerk	Nederland	2019
1.500m et					
Ineke v.d. Kaay	5:34,75	1-6-2007	Apeldoorn	Nederland	2007
Joëlle Hoff	5:46,90	31-5-2014	Veenendaal	Nederland	2014
Britt Hoff	5:53,20	31-5-2014	Veenendaal	Nederland	2014
Melina Hoff	6:04,52	31-5-2014	Veenendaal	Nederland	2014
5.000m					
Ineke v.d. Kaay	21:22.0	4-4-2006	Harderwijk	Nederland	2006
80m horden					
Astrid Heilker	13,1	onbekend	-	Nederland	1991
Mirjam Niewold	15,5	20-6-2017	Nijkerk	Nederland	2017
Lara Heinen	15,8	2-7-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Amber Schmidt	16,2	2-7-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Gilia van Dienst	16,5	onbekend	-	Nederland	onbekend
80m horden et					
Mirjam Niewold	15,21	18-4-2016	Hilversum	Nederland	2016
Joëlle Hoff	16,66	5-9-2015	Deventer	Nederland	2015
Jolijn Schuurman	16,7	6-5-2017	Heerde	Nederland	2017
Liz Bouw	16,75	18-4-2015	Amstelveen	Nederland	2015
Amber Schmidt	16,85	19-5-2018	Amersfoort	Nederland	2018
300m horden					
Astrid Heilker	49,2	onbekend	-	Nederland	1991
Gilia van Dienst	54,4	onbekend	-	Nederland	onbekend
300m horden et					
Mirjam Niewold	0:59,95	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Sanne Kalee	1:02,77	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Myrthe van den Tweel	1:03,92	10-6-2017	Dronten	Nederland	2017
Lise Meeuwissen	1:05,85	30-6-2018	Soest	Nederland	2018
Amber Schmidt	1:07,36	10-6-2017	Dronten	Nederland	2017
hoog					
Astrid Heilker	1,5	onbekend	-	Nederland	1991
Anja Mulder	1,45	onbekend	-	Nederland	1986
Martine Bouwman	1,45	3-5-2003	Utrecht	Nederland	2003
Liz Bouw	1,4	18-4-2015	Amstelveen	Nederland	2015
Sterre Blok	1,4	11-6-2016	Deventer	Nederland	2016
verspringen					
Esther Mocking	4,91	onbekend	-	Nederland	1993
Astrid Heilker	4,9	onbekend	-	Nederland	1991
Boukje Mannens	4,6	onbekend	-	Nederland	1992
Gilia van Dienst	4,59	onbekend	-	Nederland	onbekend
Amber Schmidt	4,45	19-5-2019	Emmerich	Duitsland	2019

Hink-stap-sprong

Astrid Heilker	9,7	onbekend	-	Nederland	1991
Martine Bouwman	8,94	2-7-2003	Nijkerk	Nederland	2003
Lara Heinen	8,91	13-9-2019	Nijkerk	Nederland	2019
Suzanne Heijmans	8,7	onbekend	-	Nederland	1991
Amber Schmidt	8,44	19-5-2019	Emmerich	Duitsland	2019

kogel 3kg

Wendy van Meerveld	10,78	1-7-2003	niet bekend	Nederland	2003
Marit van Ginkel	10,75	25-8-2001	Amsterdam	Nederland	2001
Martine Bouwman	9,51	6-9-2003	Utrecht	Nederland	2003
Sterre Blok	8,74	21-5-2016	Amersfoort	Nederland	2016
Lara Heinen	8,36	13-9-2019	Nijkerk	Nederland	2019

discus 1,00kg

Boukje Mannens	28,92	onbekend	-	Nederland	1992
Astrid Heilker	25,26	onbekend	-	Nederland	1991
Martine Bouwman	25,15	6-9-2003	Utrecht	Nederland	2003
Wendy van Meerveld	24,44	onbekend	-	Nederland	2003
Gilia van Dienst	23,9	onbekend	-	Nederland	onbekend

speer 500g

Astrid Heilker	33,6	onbekend	-	Nederland	1991
Sandra van Maarschalkerweerd	29,74	onbekend	-	Nederland	onbekend
Gilia van Dienst	28,83	onbekend	-	Nederland	onbekend
Charissa Wagenveld	26,44	30-6-2012	Dronten	Nederland	2012
Wendy van Meerveld	25,2	onbekend	-	Nederland	2003

4x80m

Astrid Heilker	44,3	onbekend	-	Nederland	1991
Eskea Meij	44,3	onbekend	-	Nederland	1991
Lisanne van Manen	44,3	onbekend	-	Nederland	1991
Suzanne Heijmans	44,3	onbekend	-	Nederland	1991
	47,4	onbekend	-	Nederland	onbekend
	47,4	onbekend	-	Nederland	onbekend
	47,4	onbekend	-	Nederland	onbekend
	47,4	onbekend	-	Nederland	onbekend

4x80m et

Cerique Rijkerkerk	45,82	28-5-2016	Heerde	Nederland	2016
Mirjam Niewold	45,82	28-5-2016	Heerde	Nederland	2016
Sanne Kalee	45,82	28-5-2016	Heerde	Nederland	2016
Sterre Blok	45,82	28-5-2016	Heerde	Nederland	2016
Cerique Rijkerkerk	45,95	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Mirjam Niewold	45,95	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Sanne Kalee	45,95	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Sterre Blok	45,95	26-6-2016	Huizen	Nederland	2016
Nerena van de Ham	45,97	22-6-2019	Heerde	Nederland	2019
Thalita Hagedoorn	45,97	22-6-2019	Heerde	Nederland	2019

zevenkamp

Astrid Heilker	3834	onbekend -	Nederland	1991
Cerique Rijkerkerk	2434	14-5-2017 Emmeloord	Nederland	2017
Sanne Kalee	2408	12-6-2016 Deventer	Nederland	2016
Sterre Blok	2263	12-6-2016 Deventer	Nederland	2016

Indoor

C-junioren

30m

Marit van Ginkel	5,4	18-11-2000	Heerde	Nederland	2000
Monique Deelen	4,9	21-3-2007	Nijkerk	Nederland	2007
Julia Wildenbeest	5,0	20-3-2012	Nijkerk	Nederland	2012
Jenneke Jonker	5,2	20-3-2012	Nijkerk	Nederland	2012
Marije Zoethout	5,3	23-3-2010	Nijkerk	Nederland	2010

50m et

Iris van Leuven	7,72	21-12-2019	Utrecht	Nederland	2019
Martine Bouwman	7,8	23-11-2002	Utrecht	Nederland	2002
Amber Schmidt	8,03	12-1-2019	Dordrecht	Nederland	2019
Thalita Hagedoorn	8,08	12-1-2019	Dordrecht	Nederland	2019
Nova van Aller	8,19	21-12-2019	Utrecht	Nederland	2019

60m et

Iris van Leuven	8,9	21-12-2019	Utrecht	Nederland	2019
Cerique Rijkerker	9,06	17-12-2016	Utrecht	Nederland	2016
Amber Schmidt	9,31	8-12-2018	Rhede	Duitsland	2018
Sterre Blok	9,34	14-11-2015	Utrecht	Nederland	2015
Nerena van de Ham	9,5	14-12-2019	Utrecht	Nederland	2019

400m et

Cerique Rijkerker	1:17,00	27-12-2016	Apeldoorn	Nederland	2016
-------------------	---------	------------	-----------	-----------	------

50m horden

Iris van Leuven	9,3	21-12-2019	Utrecht	Nederland	2019
------------------------	------------	-------------------	----------------	------------------	-------------

60m horden

Iris van Leuven	10,43	9-11-2019	Utrecht	Nederland	2019
Mirjam Niewold	11,39	14-11-2015	Utrecht	Nederland	2015
Jolijn Schuurman	11,55	28-1-2017	Utrecht	Nederland	2017
Cerique Rijkerker	11,98	22-1-2017	Apeldoorn	Nederland	2017
Carmen Hoff	12,33	12-11-2011	Utrecht	Nederland	2011

hoog

Iris van Leuven	1,45	14-12-2019	Utrecht	Nederland	2019
Myrthe van der Heeden	1,4	14-12-2019	Utrecht	Nederland	2019
Martine Bouwman	1,35	1-1-2003	Nijkerk	Nederland	2003
Janneke Brillman	1,35	9-3-2005	Nijkerk	Nederland	2005
Julia Wildenbeest	1,35	20-3-2012	Nijkerk	Nederland	2012

verspringen

Julia Wildenbeest	4,24	28-1-2012	Utrecht	Nederland	2012
Martine Bouwman	4,06	8-2-2003	Utrecht	Nederland	2003
Carmen Hoff	4,06	12-11-2011	Utrecht	Nederland	2011
Jenneke Jonker	3,82	12-11-2011	Utrecht	Nederland	2011
Berdiën Prins	3,69	12-11-2011	Utrecht	Nederland	2011

Hink-stap-sprong

Amber Schmidt	8,01	15-12-2018 Rhede	Duitsland	2018
---------------	------	------------------	-----------	------

kogel 3kg

Marit van Ginkel	10,75	onbekend -	Nederland	2000
Astrid Heilker	9,71	onbekend -	Nederland	1991
Boukje Mannens	9,59	onbekend -	Nederland	1992
Sandra van Maarschalkerweerd	9,14	onbekend -	Nederland	onbekend
Gilia van Dienst	9,02	onbekend -	Nederland	onbekend

