

PRESTATIEBOEKJE

Zomerseizoen 2023 Indoor 2022-2023

**A
C
A** v.z.w.



**Samenstelling:
Robert Beckers**

BIJZONDERE PRESTATIES

BELGISCH RECORD

Jos Vandebroek Kris Govaerts	Magda Desard Maja Van Zand	W/M 65 mixed relay 4 x 400m
---	---	------------------------------------

LIMBURGSE RECORDS

Maja Van Zand	W65 Dames	2 mijl
Patrick Mesotten	M50 Heren	gewicht 15,88kg en werpmeerkamp IAAF
Edouard Pelgrims	M65 Heren	200m en 1500m indoor
Kris Govaerts	M70 Heren	2 mijl
Sam Aerts Gert Lenaers	Dimitri Driesen David Stijnen	M 45 4 x 800m
Ludo Werckx Stefaan Huybrechts	Jos Schraepen Jos Vandebroek	M 50 4 x 200m
Jos Polders Michel Ruymen	Kris Govaerts Marc Hiemeleers	M 65 4 x 800m

INTERCLUB – UITSLAGEN

Pupillen/Miniemen meisjes en jongens	7° plaats in schiftingen / 3° plaats in C-finale
Cadetten/Scholieren meisjes en jongens	9° plaats in Afdeling 2
A.C. Dames en Heren	6° plaats in II° Landelijke
Masters Dames en Heren	12° plaats in Afdeling 3

FINALEPLAATS OP BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN

Humberto Jacobs	: 1° in hoogspringen en hinkstapspringen indoor; 1° in hoog; 1° in verspringen en hinkstapspringen; 3° in werpmeerkamp M65
Edouard Pelgrims	: 1° in 300m horden; 1° in 5-kamp; 2° in 1500m indoor; 2° in 400m; 2° in verspringen; 3° in 200m indoor; 6° in veldloop M65
Marc Hiemeleers	: 1° in halve marathon; 2° in 5.000m; 2° in 10.000m; 5° in 10 km op de weg M65
Maja Van Zand	: 1° in 10 km op de weg; 2° in 1500m; 4° in 400m W65
Yoran Knuysen	: 1° in verspringen Sch.
Raf Van den Broeck	: 2° in 10 km op de weg M70
Kris Govaerts	: 3° in 200m; 3° in 800m; 5° in 10 km op de weg M70
Patrick Mesotten	: 5° in hamerslingeren; 3° in gewichtwerpen M50
Elias Roncada	: 3° in verspringen Jun.
Hugo Biets	: 4° in werpmeerkamp; 5° in kogelstoten indoor; 5° in hamerslingeren M70
Kobe Danckaert	: 5° in speerwerpen; 7° in hamerslingeren Sch.
Giel Devos	: 7° in veldloop Min.
Denzell Mgbokwere	: 7° in hamerslingeren Bel.
Finn Ballet	: 8° in veldloop Sch.

FINALEPLAATS OP VLAAMSE KAMPIOENSCHAPPEN

Edouard Pelgrims	: 1° in meerkamp; 2° in veldloop M65
Yoran Knuysen	: 1° in verspringen Sch.
Marc Hiemeleers	: 1° in halve marathon M65
Maja Van Zand	: 2° in veldloop W65
Hugo Biets	: 3° in kogelstoten; 3° in discuswerpen; 3° in hamerslingeren M70
Patrick Mesotten	: 3° in hamerslingeren M50
Kobe Danckaert	: 4° in hamerslingeren; 6° in speerwerpen Sch.
Giel Devos	: 5° in veldloop Min.
Yirthe Vendrix	: 5° in hamerslingeren Sch.
Liesl Vandersteen	: 6° in hamerslingeren Sch.
Matthea Aerts	: 7° in hamerslingeren Cad.
Finn Ballet	: 8° in 1500m Sch.
Ditte Knaepen	: 8° in hamerslingeren Sen.

LIMBURGSE KAMPIOENEN

Individueel

Arthur Macours	:	Pup. vortexwerpen en 4-kamp
Giel Devos	:	Min. veldloop
Lukas Struys	:	Min. 5-kamp
Cil Appeltans	:	Cad. hoogspringen indoor
Phebe Nicolaij	:	Cad. speerwerpen
Kenneth Baerts	:	Cad. hamerslingeren
Kobe Danckaert	:	Sch. speerwerpen en hamerslingeren
Yirthe Vendrix	:	Sch. hamerslingeren
Yoran Knuysen	:	Sch. verspringen
Cedric Mesotten	:	Jun. 200m indoor en 100m
Yarne Knuysen	:	Jun. 60m indoor
Elias Roncada	:	Jun. 5-kamp
Ditte Knaepen	:	Sen. hamerslingeren en gewichtwerpen
Jet Driesen	:	Sen. 10 km op de weg
Tina Smets	:	W40 hamerslingeren
Patrick Mesotten	:	M50 hamerslingeren en gewichtwerpen
Marc Hiemeleers	:	M65 10.000m; 10 km op de weg; uurloop en ½ marathon
Humberto Jacobs	:	M65 hoogspringen en hinkstapsprong indoor; hamerslingeren en werpmeerkamp
Edouard Pelgrims	:	M65 veldloop; 200m en 1500m indoor; 5-kamp
Maja Van Zand	:	W65 veldloop
Hugo Biets	:	M70 kogelstoten indoor; kogelstoten; discuswerpen; hamerslingeren en werpmeerkamp
Kris Govaerts	:	M70 veldloop

Per ploeg

Dimitri Driesen	Tom Redant	M 35	4 x 200m
Sam Aerts	David Stijnen		
Sam Aerts	Dimitri Driesen	M 45	4 x 800m
Gert Lenaers	David Stijnen		
Ludo Werckx	Jos Schraepen	M 50	4 x 200m
Stefaan Huybrechts	Jos Vandebroek		
Jos Polders	Kris Govaerts	M 65	4 x 800m
Michel Ruymen	Marc Hiemeleers		
Jos Vandebroek	Magda Desard	W/M 65	mixed relay 4 x 400m
Kris Govaerts	Maja Van Zand		

INDOOR-CLUBRECORDS NA HET WINTERSEIZOEN 2022-2023

DAMES

Benjamins :

30 m	: Knaepen Freya	5.8	16.12.2001
40 m	: Vandenhoudt Myrte	7.68	19.03.1994
60 m ht.	: Hermans Leen	9.6	25.02.1989
60 m elec	: Houbrigts Jill	9.82	25.01.2015
600m	: Nicolaij Line	2.19.57	29.02.2020
1.000 m	: Knaepen Freya	4.03.31	22.12.2001
Hoog	: Bervoets Larissa	1,07m	24.02.1996
	: Knaepen Freya	1,07m	26.01.2002
Ver	: Houbrigts Jill	3,49m	04.01.2015
Kogel	: Houbrigts Jill	8,07m	11.11.2014
3-kamp	: Timmermans Céline	437p	04.02.2007
	60m - ver - kogel		
	11.54 2,60m 4,96m		
4-kamp	: Clerx Katrien	986p	22.02.2004
	(zonder afstand) 60 m - hoog - ver - kogel		
	10.55 - 1,00m - 3,17m - 6,40m		
4-kamp	: Nicolaij Line	1.183p	29.02.2020
	(met afstand) 60 m - ver - kogel - 600 m		
	10.31 2,84m 7,86m 2.19.57		
4 x 200m	: Vendrix Yirthe – Roncada Elena –	2.28.16	14.02.2016
	Reenaers Meskerem – Vanoppen Martha		

Pupillen :

30 m	: Knaepen Freya	5.5	08.12.2002
40 m	: Hermans Leen	6.3	16.03.1991
	Hermans Liesbet	6.3	21.03.1992
40 m elec	: Mommen Nele	6.60	06.03.1999
60 m	: Hermans Karlien	9.0	03.01 en 06.03.1999
60 m elec	: Mievis Stefie	9.16	27.03.2004
1.000 m	: Mievis Stefie	3.29.43	27.03.2004
40 m H.	: Timmermans Celine	10.44	14.02.2009
60 m H. (76cm):	Mievis Stefie	11.49	18.01.2004
60 m H. (68cm):	Nicolaij Line	12.32	06.02.2022
Hoog	: Hermans Karlien	1,40m	06.03.1988
Ver	: Mievis Stefie	4,22m	22.02.2004

Kogel	: Hermans Karlien	8,88m	14.02.1988
3-kamp	: Hermans Karlien	1.295p	03.01.1988
	60 m - ver - hoog		
	9.0 - 3,92 - 1,20		
4-kamp	: Houbrigts Jill	1.475p	14.02.2016
	60 m - 60 m H - ver - kogel		
	9.65 - 12.44 - 3,46 m - 7,16 m		
5-kamp	: Mievis Stefie	2.154p	22.02.2004
	60 m - 60 m H - hoog - ver - kogel		
	9.36 - 11.66 - 1,20m - 4,22 m - 6,36 m		
4 x 200m	: Reenaers Meskerem – Vendrix Yirthe – Roncada Elena – Vanoppen Martha	2.09.33	18.02.2018

Miniemen :

40 m	: Hermans Leen	6.2	21.03.1992
40 m elec	: Hermans Leen	6.35	20.03.1993
60 m	: Hermans Karlien	8.4	10.02.1990
60 m elec	: Geladé Margot	8.48	26.02.2023
150 m	: Mievis Stefie	20.93	19.03.2006
1.000 m	: Mievis Stefie	3.32.94	10.12.2005
40 m H.	: Knaepen Freya	7.85	18.03.2006
60 m H. (76cm):	Vansimpsen Mirthe	9.83	05.03.2016
60 m H. (68cm):	Geladé Margot	10.40	03.12.2022
Hoog	: Hermans Karlien	1,50m	17.03.1990
	Maris Ine	1,50m	26.02.2017
Ver	: Mievis Stefie	4,82m	04.02.2006
Polsstok	: Mievis Stefie	2,25m	17.12.2005
Kogel (2 kg)	: Clerx Kelly	11,46m	30.01.2005
Kogel (3 kg)	: Hermans Karlien	8,67m	18.12.1988
5-kamp	: Nicolaij Phebe	2.436p	27.02.2022
	60 m - 1.000 m - hoog - ver - kogel		
	9.07 - 3.53.92 - 1,37m - 4,05m - 8,59m		
4 x 200m	: Vendrix Yenthe – Poelmans Phebe – Vanhelmont Tine – Vansimpsen Mirthe	2.05.87	14.02.2016

Cadetten :

40 m	: Claes Anne	5.68	28.02.1998
50 m	: Mievis Stefie	7.35	18.12.2007
60 m	: Claes Anne	7.96	15.02.1998
200 m	: Govaerts Julie	26.45	18.01.2004
	Schorpion Daisy	26.45	12.01.2008
300 m	: Mievis Stefie	42.85	26.12.2007
400 m	: Schorpion Daisy	58.26	27.01.2008
800 m	: Bleus Lisa	2.22.41	16.01.2005
60 m H	: Mievis Stefie	9.15	02.02.2008

Hoog	: Hermans Karlien	1,60 m	23.02.1992
Ver	: Mievis Stefie	5,59m	02.03.2008
Hinkstap	: Mievis Stefie	12,15m	02.03.2008
Polsstok	: Mievis Stefie	2,82m	18.03.2007
Kogel	: Hayen Leen	11,56m	21.11.2009
3-kamp	: Weyens Katrien	1.428p	24.11.1991
60 m - kogel - ver			
8.3 5,96 m 4,66 m			
5-kamp	: Mievis Stefie	3.272 p	02.02.2008
60m H. - hoog - kogel - ver - 800m			
9.15 1,53m 9,04m 5,01m 2.28.76			
4x200m	: Schorpion Daisy – Mievis Stefie –	1.54.99	04.02.2007
Coopmans Yanne – Bierwaerts Serafien			

Scholieren :

40 m	: Claes Anne	5.57	06.03.1999
50 m	: Mievis Stefie	7.18	16.12.2008
60 m	: Claes Anne	7.76	30.01.2000
200 m	: Govaerts Julie	25.93	09.01.2005
400 m	: Govaerts Julie	61.03	26.12.2004
800 m	: Verjans Sarah	2.20.61	19.01.2003
1.000 m	: Vanbrabant Nathalie	3.40.83	11.01.2004
1.500 m	: Van Overbeke Dorien	5.26.03	26.12.2002
60 m H.	: Mievis Stefie	9.28	26.12.2008
Hoog	: Maris Ine	1,55m	05.01.2020
Ver	: Claes Anne	5,87m	13.02.2000
Hss	: Mievis Stefie	12,05m	25.01.2009
Kogel (3 kg)	: Hayen Leen	11,34m	26.11.2011
Kogel (4 kg)	: Hayen Leen	10,21m	20.11.2010

Juniore :

40 m	: Mellemans Eveline	5.9	16.03.1991
50m	: Mommen Nele	7.43	19.12.2006
60 m	: Claes Anne	8.11	07.01.2001
200 m	: Weyens Katrien	26.99	25.02.1995
1.500 m	: Cosemans Jitte	5.06.56	04.02.2015
Hoog	: Hermans Karlien	1,53m	09.12.1995
Ver	: Claes Anne	5,51m	07.01.2001
Hinkstap	: Belen Sanne	11,80m	07.03.2009
Kogel (4kg)	: Beckers Greet	9,57m	11.12.1999

Seniores :

40 m	: Vos Ingrid	5.8	16.03.1991
50 m	: Claes Anne	6.72	16.12.2008

60 m	: Claes Anne	7.92	20.12.2008
200 m	: Philippaerts Tessa	26.59	26.01.2020
300 m	: Mommen Nele	42.22	02.01.2016
400 m	: Mommen Nele	59.99	31.01.2016
800 m	: Philippaerts Tessa	2.22.66	26.01.2019
1.000 m	: Philippaerts Tessa	3.12.11	30.12.2017
3.000 m	: Philippaerts Tessa	11.50.83	26.01.2020
60m H.	: Mievis Stefie	9.38	03.02.2013
Hoog	: Mievis Stefie	1,45m	03.02.2013
Ver	: Claes Anne	6,01m	12.01.2008
Hss.	: Claes Anne	13,03m	25.01.2009
Kogel	: Vos Ingrid	10,29m	13.02.1994

Masters : W 35

40 m	: Desard Magda	6.79	19.03.1994
60 m	: Vos Ingrid	10.38	27.12.2003
400 m	: Laplasse Andrea	73.40	27.03.2004
Hoog	: Tina Smets	1,27m	10.03.2019
Ver	: Tina Smets	3,76m	10.03.2019
Kogel	: Vos Ingrid	9,09m	10.01.2004

Masters : W 40

60 m	: Seeten Ann	9.82	09.01.2005
Hoog	: Seeten Ann	1,15m	21.11.2004
Ver	: Seeten Ann	3,85m	19.12.2004
Polssstok	: Vos Ingrid	1,63m	23.01.2010
Kogel	: Vos Ingrid	9,47m	12.01.2008
Gewichtwerpen:	Vos Ingrid	11,60m	23.03.2007
Discuswerpen :	Vos Ingrid	25,79m	24.03.2007

Masters : W 45

300 m	: Sterken Renata	50.29	11.02.2012
400 m	: Sterken Renata	68.49	02.01.2010
800 m	: Sterken Renata	2.29.70	02.01.2010
1.000 m	: Sterken Renata	3.29.44	11.02.2012
1500 m	: Sterken Renata	5.21.35	10.03.2012
1 mijl	: Sterken Renata	5.52.02	26.12.2011
Kogel	: Sterken Renata	6,89m	11.11.2013

Masters : W 50

200 m	: Poelmans Sylvie	37.00	10.03.2019
800 m	: Poelmans Sylvie	3.09.04	10.03.2019
1500 m	: Sterken Renata	5.52.25	14.03.2015
Kogel (3 kg)	: Panis Marie-Claire	6,00m	21.11.2010

Masters : W 65

60 m	: Van der Vorst Ria	11.63	12.03.2016
200 m	: Van der Vorst Ria	41.49	12.03.2016
Hoog	: Van der Vorst Ria	1,03m	10.03.2018

Masters : W 70

60 m	: Van der Vorst Ria	12.71	10.03.2019
Ver	: Van der Vorst Ria	2,33m	10.03.2019

Alle categorieën :

40 m	: Claes Anne	5.57	06.03.1999
50 m	: Claes Anne	6.72	16.12.2008
60 m	: Claes Anne	7.76	30.01.2000
200 m	: Govaerts Julie	25.93	09.01.2005
400 m	: Schorpion Daisy	58.26	27.01.2008
800 m	: Verjans Sarah	2.20.61	19.01.2003
1.000 m	: Philippaerts Tessa	3.12.11	30.12.2017
1.500 m	: Cosemans Jitte	5.06.56	04.02.2015
1 mijl	: Sterken Renata	5.52.02	26.12.2011
3.000 m	: Philippaerts Tessa	11.50.83	26.01.2020
60m H.	: Mievis Stefie	9.38	03.02.2013
Hoog	: Hermans Karlien	1,60 m	23.02.1992
Ver	: Claes Anne	6,01m	12.01.2008
Hss.	: Claes Anne	13,03m	25.01.2009
Polsstok	: Mievis Stefie	2,82m	18.03.2007
Kogel	: Vos Ingrid	10,29m	13.02.1994
4x200m	: Schorpion Daisy – Mievis Stefie – Coopmans Yanne – Bierwaerts Serafien	1.54.99	04.02.2007

HEREN

Benjamins :

30 m	: Daenen Jurgen	5.8	08.12.2002
40 m	: Bex Geoffrey	6.59	06.03.1999
60 m hand	: Bex Geoffrey	9.4	17.01.1999
60 m el	: Bex Geoffrey	9.41	14.03.1999
1.000 m	: Busselen Joris	3.29.56	22.12.2001
Hoog	: Thonissen Maarten	1,14m	28.02.1998
Ver	: Bex Geoffrey	4.09m	14.03.1999
Kogel	: Philtjens Ylio	11,50m	30.11.2014

Pupillen :

40 m hand	: Busselen Joris	6.3	01.02.2004
40 m elec	: Bex Geoffrey	6.43	18.03.2000
60 m elec.	: Bex Geoffrey	8.95	18.03.2001
1.000 m	: Devos Giel	3.18.54	27.02.2022
40 m H.	: Verbrugghe Lorijn	8.55	19.02.2005
60 m H. (76cm):	Bex Geoffrey	11.23	20.01.2001
60 m H. (68cm):	Devos Giel	11.76	29.01.2022
Hoog	: Busselen Joris	1,35m	28.02.2004
	: Cupers Dorian	1,35m	05.03.2016
Ver	: Verbrugghe Lorijn	4,14m	11.12.2004
Kogel (2 kg)	: Verbrugghe Lorijn	10,37m	13.03.2005
Kogel (3 kg)	: Theijs Jo	5,67m	30.01.1988
4-kamp	: Devos Giel	2.019p	27.02.2022
	60 m - 1.000 m - ver - kogel		
	9.10 - 3.18.54 - 3,81m - 6,89m		
5-kamp	: Timmermans Gilles	1.586p	04.02.2007
	60 m - 60 m H - hoog - ver - kogel		
	9.58 14.59 0,95m 3,74m 9,00m		

Miniemen :

40 m	: Verbrugghe Lorijn	6.22	18.03.2006
60 m	: Verbrugghe Lorijn	7.76	10.03.2007
75 m	: Delmarche Olivier	10.92	15.03.2009
150 m	: Verbrugghe Lorijn	18.84	10.03.2007
200 m	: Cupers Dorian	31.38	31.01.2018
800 m	: Houben Tamirat	2.22.18	01.02.2017
1.000 m	: Van Overbeke Nick	3.11.39	23.02.2002
40 m H(84 cm):	Verbrugghe Lorijn	7.79	18.03.2006
60 m H(84 cm):	Verbrugghe Lorijn	9.76	25.02.2007
60 m H (76 cm):	Struys Lukas	11.07	20.11.2022
Hoog	: Biets Stefan	1,50m	18.02.1990
	Busselen Joris	1,50m	28.11.2004
	Verbrugghe Lorijn	1,50m	04.02.2007
Ver	: Verbrugghe Lorijn	5,47m	28.01.2007
Kogel (3 kg)	: Houben Tamirat	11,58m	26.02.2017
Kogel (4 kg)	: Biets Stefan	5,85m	19.02.1989
5-kamp	: Verbrugghe Lorijn	2.974p	04.02.2007
	60 m - 60 m H - hoog - ver - kogel		
	7.97 - 10.02 - 1,50m - 0 - 10,74m		
1 km snelw.	: Segers Luc	4.58.3	16.12.1979
4 x 200m	: Reenaers Stan – Cupers Dorian –	2'07"04	19.02.2017
	Roncada Elias – Muyldermans Matthias		

Cadetten :

40 m	: Vandenhoudt Koen	5.81	18.03.2000
60 m	: Verbrugghe Lorijn	7.22	08.03.2009
200 m	: Verbrugghe Lorijn	22.84	08.03.2009
300m	: Verbrugghe Lorijn	37.77	26.12.2007
400 m	: Verbrugghe Jonas	56.16	12.02.2006
800 m	: Reniers Karel	2.14.12	04.03.2007
1.000m	: Vanstapel Arno	3.04.35	15.03.2009
60 m H. (91cm):	Bex Geoffrey	9.39	14.03.2004
60 m H. (84cm):			
Hoog	: Bex Geoffrey	1,65m	19.12.2004
	: Verbrugghe Jonas	1,65m	27.11.2005
Ver	: Verbrugghe Lorijn	6,18m	27.01.2008
Hss	: Bex Geoffrey	12,57m	16.01.2005
Polstok	: Verbrugghe Lorijn	2,30m	06.01.2008
Kogel (4 kg)	: Timmermans Gilles	14,44m	09.01.2011
Kogel (5 kg)	: Nulens Tom	9,01m	03.01.1988
5-kamp	: Nulens Tom	1.958p	03.01.1988
6-kamp	: Vermeiren Axel	1.551p	10.02.2007
ver - kogel - polstok - 60m H. - hoog - 1.000m			
4,39m 9,26m 0 11.63 0 3.10.66			

Scholieren :

40 m	: Berx Tim	5.2	21.03.1992
60 m	: Verbrugghe Lorijn	7.20	23.01.2011
200 m	: Verbrugghe Lorijn	22.58	23.01.2011
300 m	: Verbrugghe Lorijn	35.80	27.02.2011
400 m	: Verbrugghe Jonas	52.94	27.01.2008
800 m	: Vanbrabant Koen	2.05.44	24.02.2002
60 m H.(91cm)	: Michotte Pieter	9.50	12.01.2008
60 m H.(1m)	: Nulens Tom	11.45	26.02.1989
Hoog	: Pauwels Marcel	1,85m	22.03.1986
Ver	: Bex Geoffrey	6,46m	22.01.2006
Hss.	: Bex Geoffrey	13,47m	14.01.2006
	Busselen Joris	13,47m	18.01.2009
Polstok	: Nulens Tom	2,60m	12.03.1989
	Vermeiren Axel	2,60m	25.01 en 22.02.2009
Kogel (5 kg)	: Timmermans Gilles	14,27m	03.03.2013
Kogel (6 kg)	: Nulens Tom	10,94m	19.02.1989
6-kamp	: Nulens Tom	1.519p	26.02.1989
(ver - 60 m - pols - kogel - 60 m H. - hoog)			
(0,00 7.88 2,00 10,28 11.45 0,00)			

Juniors :

40 m elec.	: Theijs Bjorn	5.36	19.03.1994
40 m	: Vaes Mario	5.3	16.03.1991
60 m	: Mathijs Benjamien	7.25	03.03.2012
200 m	: Leemans Pieter	22.99	04.03.2017
800 m	: Coolen Raf	2.02.23	21.02.1999
1500m	: Vanstapel Arno	4.48.02	07.01.2012
3.000 m	: Massoels Frank	9.38.01	23.01.1991
Hoog	: Caers Eric	1,80m	08.02.1987
	: Pauwels Marcel	1,80m	14.03.1987
Ver	: Leemans Pieter	6,35m	07.01.2018
Hss.	: Vaes Mario	12,19m	03.02.1991
Kogel (5 kg)	: Timmermans Gilles	14,14m	04.02.2015
Kogel (6 kg)	: Billen Maarten	12,22m	18.03.2000
Kogel (7 kg)	: Putzeys Bart	9,02m	15.01.1989

Seniors :

40 m elec	: Theijs Jean	5.31	20.03.1993
40 m	: Theijs Jean	5.1	16.03.1991
	Theijs Jean	5.1	21.03.1992
60 m	: Theijs Niels	6.83	31.01.2015
200 m	: Theijs Niels	21.66	28.02.2015
400 m	: Mathijs Benjamien	50.14	02.03.2013
800 m	: Dannis Marc	2.00.08	26.01.2003
1.500 m	: Coolen Raf	4.12.48	05.01.2002
3.000 m	: Ruymen Wouter	9.26.53	29.01.2012
Hoog	: Senden Christophe	1,82m	18.11.2001
Ver	: Mathijs Benjamien	6,71m	07.01.2017
Hss	: Smets Jos	13,34m	07.01.1990
Kogel	: Theijs François	12,65m	10.02.1991

Masters : M 35

60 m	: Driesen Dimitri	8.20	02.01.2010
200 m	: Van Poucke Christophe	27.34	10.03.2018
400 m	: Van Poucke Christophe	59.05	11.03.2017
800 m	: Neirinck Gert	2.09.77	12.03.2011
1.000 m	: Neirinck Gert	2.55.77	05.02.2011
1500 m	: Neirinck Gert	4.34.54	20.03.2011
60 m H. (1,00m):	Neirinck Gert	12.01	05.02.2011
Hoog	: Neirinck Gert	1,55m	21.11.2009,
			23.01, 14.02 en 13.03.2010
			20.11.2010 en 09.01.2011
Ver	: Neirinck Gert	5,33m	12.03.2011
Kogel	: Houben Frederik	10,04m	26.12.2015

Gewichtw.	: Houben Frederik	9,76m	11.02.2018
5-kamp	: Neirinck Gert	2.111 p	05.02.2011
60m H. - ver - kogel - hoog - 1.000m			
12.01 - 5,17m - 6,13m - 1,52m - 2.55.77			

Masters : M 40

40 m	: Theijs Jean	5.47	19.03.1994
50 m	: Mievis Benny	6.73	21.12.2004
60 m	: Theijs Jean	7.36	27.02.1994
200 m	: Mievis Benny	25.15	26.12.2004
300 m	: Mievis Benny	40.0	26.12.2005
400 m	: Mievis Benny	56.86	19.12.2004
800 m	: Reenaers Michel	2.46.03	12.03.2016
1.000 m	: Mievis Benny	3.10.02	05.02.2006
1500 m	: Reenaers Michel	5.57.43	09.01.2016
50 m H. (1,07m):	Mievis Benny	8.65	20.12.2005
60 m H. (1,00m):	Mievis Benny	9.36	05.03.2006
60 m H. (1,07m):	Mievis Benny	9.56	08.01.2006
Hoog	: Theijs Jean	1,70m	13.02.1994
Ver	: Mievis Benny	6,30m	27.03.2004
Hss.	: Mievis Benny	13,84m	17.03.2006
Polstok	: Mievis Benny	2,51m	26.03.2005
Kogel	: Theijs Francois	12,68m	13.02.1994
5-kamp	: Mievis Benny	2.563 p	05.02.2006
60m H. - ver - kogel - hoog - 1.000m			
9.73 - 5,84m - 8,18m - 1,61m - 3.10.02			

5-kamp (-1.000m):	Mievis Benny	2.723 p	05.03.2006
60m H. - 60m - ver - hoog - kogel -			
9.36 - 7.82 - 6,06m - 1,60m - 8,20m			

Masters : M 45

40 m	: Theijs Jean	5.65	06.03.1999
50 m	: Mievis Benny	6.89	16.12.2008
60 m	: Mievis Benny	8.20	20.12.2008
200 m	: Reenaers Michel	32.66	08.01.2017
400 m	: Reenaers Michel	1.20.02	11.03.2017
800 m	: Droogmans Erik	2.23.85	07.01.2012
1.000 m	: Droogmans Erik	3.09.40	11.02.2012
1500 m	: Schoels Marc	4.29.76	09.03.2013
1 mijl	: Droogmans Erik	5.23.57	26.12.2012
60 m H. (1m)	: Mievis Benny	10.04	20.12.2008
Hoog	: Mathijs Rudi	1,46m	21.11.2004
Ver	: Mievis Benny	5,84m	16.12.2008

Hss.	: Mieviss Benny	12,66m	04.01.2009
Kogel	: Mesotten Patrick	10,45m	10.01.2016

Masters : M 50

60 m	: Mathijs Rudi	8.81	02.01.2010
800m	: Schoels Marc	2.13.55	08.03.2014
1.000 m	: Droogmans Erik	3.12.57	14.02.2015
1500 m	: Droogmans Erik	5.14.36	18.12.2016
1 mijl	: Droogmans Erik	5.30.17	26.12.2013
Hoog	: Jacobs Humberto	1,40m	16.12.2007
Ver	: Jacobs Humberto	4,42m	05.01.2008
Kogel (6 kg)	: Mesotten Patrick	11,32m	19.02.2022
Kogel (7 kg)	: Biets Hugo	10,17m	20.12.2003

Masters : M 55

1.000 m	: Droogmans Erik	3.29.63	29.12.2018
1500 m	: Schoels Marc	4.54.56	10.03.2019
Kogel (6 kg)	: Biets Hugo	8,36m	20.11.2010

Masters : M 60

800 m	: Pelgrims Edouard	2.36.65	12.03.2016
60 m H. (84cm):	Pelgrims Edouard	13.10	12.03.2016
Hoog	: Pelgrims Edouard	1,35m	11.03.2017
Hinkstap	: Pelgrims Edouard	8,83m	10.03.2019
Kogel(5kg)	: Biets Hugo	9,53m	22.02.2014
Kogel(7kg)	: Biets Hugo	7,36m	04.01.2014

Masters : M 65

40 m	: Bamps Theo	7.26	18.03.2000
200 m	: Pelgrims Edouard	33.54	25.02.2023
800 m	: Pelgrims Edouard	2.55.32	06.02.2022
1500 m	: Pelgrims Edouard	5.47.88	25.02.2023
Hoog	: Jacobs Humberto	1,30m	25.02.2023
Ver	: Pelgrims Edouard	3,84m	06.02.2022
Hinkstap	: Jacobs Humberto	8,81m	25.02.2023
Kogel (5kg)	: Biets Hugo	8,91m	10.02.2018
Kogel (7kg)	: Biets Hugo	7,10m	21.12.2018

Masters : M 70

Kogel (4kg)	: Smets Raymond	8,50m	20.11.2005
-------------	-----------------	-------	------------

Alle categorieën :

40 m elec	: Theijs Jean	5.31	20.03.1993
-----------	---------------	------	------------

60 m	: Theijs Niels	6.83	31.01.2015
200 m	: Theijs Niels	21.66	28.02.2015
300 m	: Mievis Benny	40.0	26.12.2005
400 m	: Mathijs Benjamien	50.14	02.03.2013
800 m	: Dannis Marc	2.00.08	26.01.2003
1.000 m	: Neirinck Gert	2.55.77	05.02.2011
1.500 m	: Coolen Raf	4.12.48	05.01.2002
1 mijl	: Droogmans Erik	5.23.57	26.12.2012
3.000 m	: Ruymen Wouter	9.26.53	29.01.2012
60 m H. (1,07m):	Mievis Benny	9.56	08.01.2006
Hoog	: Pauwels Marcel	1,85m	22.03.1986
Ver	: Mathijs Benjamien	6,71m	07.01.2017
Hss.	: Mievis Benny	13,84m	17.03.2006
Polsstok	: Nulens Tom	2,60m	12.03.1989
	Vermeiren Axel	2,60m	25.01 en 22.02.2009
Kogel	: Theijs François	12,65m	10.02.1991

Indoorprestaties 2022 – 2023

DAMES

Pupillen

60 METER				
Anke NICOLAIJ	10"34	Gent		18/02/23
Margaux AERTS	10"78	Heusden		25/02/23
1.000 METER				
Anke NICOLAIJ	4'10"97	Gent		18/02/23
60 METER HORDEN (68cm)				
Anke NICOLAIJ	13"45	Heusden		12/03/23
VERSPRINGEN				
Anke NICOLAIJ	3m00	Gent		18/02/23
Margaux AERTS	2m86	Heusden		25/02/23
KOGELSTOTEN				
Anke NICOLAIJ	4m65	Gent		18/02/23
VIERKAMP				
Anke NICOLAIJ	1.004 p	Gent		18/02/23

Miniemen

60 METER				
Margot GELADE	8"48	Gent		26/02/23
Line NICOLAIJ	9"95	Gent		18/02/23
60 METER HORDEN (68cm)				
Margot GELADE	10"40	Heusden		03/12/22
Line NICOLAIJ	11"97	Gent		26/02/23
HOOGSPRINGEN				
Line NICOLAIJ	1m15	Heusden		20/11/22
VERSPRINGEN				
Line NICOLAIJ	3m29	Gent		18/02/23
KOGELSTOTEN				
Line NICOLAIJ	7m99	Gent		18/02/23
VIJFKAMP				
Line NICOLAIJ	1.349 p	Gent		18/02/23

Cadetten

60 METER				
Eliane M'VUEMBA	8"54	Heusden		12/03/23
Zoë JOOKEN	8"60	Heusden		12/03/23
Steffie LEMMENS	8"99	Heusden		23/12/22
Phebe NICOLAIJ	9"05	Heusden		30/12/22
Janne WUYTS	9"35	Gent		25/01/23

200 METER				
Janne WUYTS	31"25	Gent		25/01/23
800 METER				
Phebe NICOLAIJ	2'59"58	Gent		18/02/23
60 METER HORDEN (76cm)				
Cil APPELTANS	10"25	Heusden		07/01/23
Phebe NICOLAIJ	10"51	Gent		18/02/23
HOOGSPRINGEN				
Cil APPELTANS	1m45	Heusden		07/01/23
Phebe NICOLAIJ	1m43	Gent		18/02/23
VERSPRINGEN				
Cil APPELTANS	4m62	Heusden		03/12/22
Phebe NICOLAIJ	4m54	Heusden		12/03/23
Matthea AERTS	3m92	Heusden		12/03/23
KOGELSTOTEN				
Phebe NICOLAIJ	8m29	Heusden		12/03/23
Matthea AERTS	7m09	Heusden		12/03/23
VIJFKAMP				
Phebe NICOLAIJ	2.295 p	Gent		18/02/23

Scholieren

60 METER				
Elena RONCADA	8"91	Heusden		11/02/23
HOOGSPRINGEN				
Elena RONCADA	1m35	Heusden		07/01/23
VERSPRINGEN				
Elena RONCADA	4m71	Heusden		11/02/23
KOGELSTOTEN				
Elena RONCADA	7m57	Heusden		07/01/23

Scholieren

60 METER				
Lies BRUGGHE	8"44	Heusden		07/01/23
200 METER				
Lies BRUGGHE	28"53	Gent		08/01/23

HEREN

Pupillen

60 METER				
Jayden ADAMCZAK	9"07	Heusden	12/03/23	
Louis ROBYNS	10"23	Heusden	12/03/23	
60 METER HORDEN (68cm)				
Louis ROBYNS	14"16	Heusden	12/03/23	
HOOGSPRINGEN				
Jayden ADAMCZAK	1m00	Heusden	23/12/22	
VERSPRINGEN				
Jayden ADAMCZAK	3m62	Heusden	04/02/23	
KOGELSTOTEN				
Jayden ADAMCZAK	5m87	Heusden	11/02/23	
Louis ROBYNS	4m86	Heusden	12/03/23	

Miniemen

60 METER				
Lukas STRUYS	8"86	Heusden	20/11/22	
Arven VANDERSTRAETEN	8"89	Heusden	12/03/23	
Giel DEVOS	8"97	Heusden	28/01/23	
Axl JOOKEN	9"36	Heusden	12/03/23	
150 METER				
Giel DEVOS	22"16	Gent	30/12/22	
60 METER HORDEN (76cm)				
Lukas STRUYS	11"07	Heusden	20/11/22	
HOOGSPRINGEN				
Lukas STRUYS	1m25	Heusden	20/11/22	
VERSPRINGEN				
Lukas STRUYS	4m38	Heusden	03/12/22	
Giel DEVOS	4m19	Gent	30/12/22	
KOGELSTOTEN				
Giel DEVOS	7m38	Gent	30/12/22	

Cadetten

60 METER				
Joren VANCLEE	7"65	Heusden	12/03/23	
Jonay BODEUX	7"90	Heusden	12/03/23	
VERSPRINGEN				
Jonay BODEUX	4m97	Heusden	12/03/23	

Juniors

60 METER

Cedric MESOTTEN	7"33	Gent	01/02/23
Elias RONCADA	7"37	Heusden	04/02/23
Yarne KNUYSEN	7"45	Heusden	07/01/23

200 METER

Cedric MESOTTEN	23"08	Gent	01/02/23
-----------------	-------	------	----------

VERSPRINGEN

Elias RONCADA	6m12	Heusden	04/02/23
---------------	------	---------	----------

Masters:

200 METER

Edouard PELGRIMS (M65)	33"54	Gent	25/02/23
------------------------	-------	------	----------

1500 METER

Edouard PELGRIMS (M65)	5'47"88	Gent	25/02/23
------------------------	---------	------	----------

HOOGSPRINGEN

Humberto JACOBS (M65)	1m30	Gent	25/02/23
-----------------------	------	------	----------

HINKSTAPSPRINGEN

Humberto JACOBS (M65)	8m81	Gent	25/02/23
-----------------------	------	------	----------

KOGELSTOTEN 4kg

Hugo BIETS (M70)	7m82	Mol	17/12/22
------------------	------	-----	----------

PISTERECORDS TE ALKEN

NA HET ZOMERSEIZOEN 2023

D A M E S

Benjamins :

60 m	: Stinkens Bette (LOOI)	8.96	30.09.2007
600 m	: Cruyts Guinevere (TACT)	1.55.48	30.09.2017
1000 m	: Wauters Rayah (LOOI)	3.30.83	17.05.1998
Hoog	: Eysermans Lisa (LOOI)	1,28m	02.09.2001
Ver	: Wauters Rayah (LOOI)	4,28m	09.08.1998
Kogel	: Van Der Auwera Yasmine (ACHL)	9,39m	30.07.2010
Hockeybal	: Verlinden Mitu (GENK)	35,90m	11.06.2011
4-kamp (met 600m):	Francart Elodie (ADD)	1.715 p	27.09.2014
	(60 m 9.33 - ver 3,83m - hockey 26,53m - 600 m 1.58.59)		
4-kamp	: Wauters Rayah (LOOI)	1.777p	21.07.1998
	(60 m 9.46 - ver 4,04m - hockey 29,31m - 1.000 m 3.33.71)		
4 x 60 m	: GENK	38.41	21.08.2011
3 x 600 m	: TACT Sint-Truiden	6.33.13	21.07.2015

Pupillen :

60 m	: Schoofs Caroline (LOOI)	8.4	30.09.1984
	: Gielen Ine (BREE)	8.4	27.07.1989
60 m el	: Leysen Marit (LOOI)	8.39	26.05.2018
800 m	: Bertjens Sonja (MACD)	2.37.6	10.08.1985
1.000 m	: Bouvencourt Desiree (FCHA)	3.13.97	31.05.2015
60 m H.	: Dierickx Inge (SACN)	10.7	11.05.1986
60 m H. el (76cm):	Mievis Stefie (ACA)	10.81	26.06.2004
60 m H. el (68cm):	Coenen Amélie (AVT)	10.51	10.07.2021
Hoog	: Dierickx Inge (SACN)	1,44m	27.09.1986
Ver	: Wauters Rayah (LOOI)	4,84m	21.07.2000
Kogel (2 kg)	: Verlinden Mitu (GENK)	10,09m	08.06.2013
Discus	: Vanlangenaker Charlotte (RCT)	27,39m	21.07.2015
Hockeybal	: Naets Evi (ACHL)	41,64 m	11.08.1996
Vortex	: Coeckelberghs Maëlle (RCT)	26,32m	06.05.2023
4-kamp	: Wauters Rayah (LOOI)	2.454p	21.07.2000
	(60 m 8.59 - ver 4,84m - hockey 40,55m -		

	1.000m 3.23.15)		
4 x 60 m	: AV Toekomst	33.50	22.08.2001
3 x 600 m	: ATLA Lanaken	6.08.75	21.08.2011
1 km snelw.	: Ceulemans Christa (HDD)	6.00.6	23.09.1978

Miniemen :

80 m	: Helsen Marie-Lou (ACHL)	10.37	07.10.2023
150 m	: Deckers Hélène (LOOI)	19.23	08.10.2022
200 m	: Schoofs Caroline (AVT)	27.1	09.08.1986
300 m	: Wauters Rayah (LOOI)	43.15	04.05.2002
800 m	: Vandenberk Rita (DALO)	2.25.4	21.08.1982
1.000 m	: Bosmans Kim (AVT)	3.03.69	26.06.2004
60 m H. (76cm):	Lemmens Karolien (GENK)	9.70	01.06.2002
60 m H. (68cm):	Janssens Nina (RCT)	9.32	06.05.2023
150 m H. (4H.)	: Holtappels Sofie (AVT)	22.17	25.07.2008
150 m H. (3H.) (76cm):	Indeherberge Emeline (AVT)	20.69	14.07.2018
150 m H. (3H.) (68cm):			
Hoog	: Schoofs Caroline (AVT)	1,66m	09.08.1986
Ver	: Wauters Rayah (LOOI)	5,35m	01.06.2002
Kogel (2 kg)	: Vanhaeren Saskia (ATLA)	13.04m	17.07.2004
Speer (400g)	: Telemans Ann (MACD)	37.89m	26.07.2013
Discus(600g)	: Venken Laura (AVT)	42,19m	09.07.2005
Discus(750g)	: Pieri Axelle (ATLA)	34,04m	09.08.2014
5-kamp	: Helsen Marie-Lou (ACHL)	3.103p	07.10.2023
	(80 m 10.37 - hoog 1,56m - kogel 9,44m - discus 21,79m - 1.000 m 3.31.52)		
4 x 80 m	: AV Toekomst	40.51	26.08.2023
3 x 600 m	: LOOI	5.38.58	21.08.2011
2 km snelw.	: Buntinx Els (HDD)	11.53.6	01.09.1985

Cadetten :

100 m el	: Jehaes Marine (SER)	12.39	14.07.2018
200 m	: Paredis Debbie (HDD)	25.7	20.05.1989
200 m el	: Govaerts Julie (ACA)	26.18	03.10.2004
300 m	: Brasseur Bo (DCLA)	40.40	27.07.2013
400 m	: Mosselmans Britt (OEH)	58.70	15.05.2004
800 m	: Frederix Elie (AVT)	2.19.32	17.05.2003
1.000 m	: Schoenmakers Famke (Unitas, Ned.)	3.08.69	21.07.2015
1500 m	: Luyten Nancy (LOOI)	4.43.0	23.05.1987
1 mijl	: Welkenhuyzen Kimberly (AVT)	5.08.77	14.07.2007
2.000m	: Meertens Lone (AVT)	6.33.18	21.06.2013
80 m H.	: Lemmens Karolien (AVT)	11.65	21.07.2004

300 m H.	: Mievis Stefie (ACA)	45.37	07.06.2008
Hoog	: Beliën Els (LOOI)	1,70m	14.05.1988
Ver	: Mievis Stefie (ACA)	5,59m	26.07.2008
Hinkstap	: Mievis Stefie (ACA)	12,06m	19.10.2008
Kogel (3 kg)	: Peetroons Annelies (OEH)	14,21m	27.07.2002
Speer (500g)	: Frias Zaide (LOOI)	43,54m	09.06.1985
Discus (1 kg)	: Vandeput Babette (ATLA)	40,59m	12.10.2013
Hamer (3 kg)	: Vanden Eynde Joyce (ACKO)	47,76m	30.06.2012
5-kamp	: Libbrecht Els (SACN)	3.310p	05.09.1987
(80 H 12.7 - hoog 1,54m - kogel 11,96m - ver 5,25m - speer 39,00m)			
6-kamp	: Vlaeminck Kimmy (AVLO)	3.513p	08 + 09.07.1995
(80 H. 12.2 - hoog 1,47m - kogel 11,53m - ver 4,99m - speer 33,16m - 800 m 2.53.5)			
4 x 100 m	: AV Toekomst	50.5	31.08.1985
4 x 100 m el.	: AV Toekomst	50.85	21.08.2011
4 x 200 m	: LOOI	1.47.42	26.08.2023
4 x 800 m	: AC Alken	10.22.13	21.08.2011
Olymp. afloss.	: Vabco Mol	4.15.56	02.10.2005
3 km snelw.	: Buntinx Els (HDD)	16.50.5	23.08.1986

Scholieren :

100 m	: Van Lent Lotte (AVZK)	12.21	13.05.2017
200 m	: Jansen Monique (OLSE)	25.0	15.07.1979
200m el.	: Van Lent Lotte (AVZK)	25.46	13.05.2017
300 m	: Elsoucht Sylvie-Anne (OEH)	39.71	29.07.1995
400 m	: Vandewijer Martine (AVT)	57.5	30.04.1978
800 m	: Lemmens Laura (OEH)	2.13.89	15.05.2004
1.000 m	: Boiten Evi (ACA)	3.05.13	15.09.1999
1500 m	: Renders Marleen (LOOI)	4.34.2	11.08.1984
1 mijl	: Bosmans Kim (AVT)	5.14.80	14.07.2007
2.000m	: Steffens Elke (ROBA)	6.46.82	03.10.2004
3.000 m	: Meynen Marleen (LOOI)	10.41.5	21.08.1982
100 m H.	: Grouwels Nadine (LOOI)	14.6	20.05.1989
100 m H. el.	: Jans Katelijn (GENK)	15.05	04.10.1997
400 m H.	: Van Hertem Kim (DALO)	63.75	17.05.2003
Hoog	: Beliën Els (LOOI)	1,70m	20.05.1989
Ver	: Mievis Stefie (ACA)	5,79m	26.06.2009
Hinkstap	: Mommen Nele (ACA)	10,66m	28.05.2005
Kogel (3 kg)	: Mentens Margot (AVT)	14,50m	12.08.1992
Kogel (4 kg)	: Fransen Brigitte (AVT)	12,58m	26.07.1981
Speer (500 g)	: Reyskens Jolien (GENK)	41,84m	09.07.2022

Speer (600 g)	: Pintens Nathalie (KAPE)	38,38m	04.05.2003
Discus (1 kg)	: Peetroons Annelies (OEH)	45,00m	15.05.2004
Hamer (3 kg)	: Beernaert Manon (HAC)	60,79m	20.05.2023
Hamer (4 kg)	: Van Aken Heidi (OLSE)	43,55m	15.07.2000
5-kamp	: Bardyn Liesbeth (KAPE)	2.550p	21.07.2004
	(100m H. 17.35 - kogel 3kg 7,61m - hoog 1,52m - ver 4,67m - 800m 2.46.33)		
7-kamp	: Paesen Inge (LOOI)	4.166p	06 + 07.08.1994
	(100 H. 14.7 - hoog 1,54m - kogel 10,58m - 200m 26.3 - speer 23,70m - ver 5,04m - 800m 2.55.9)		
4 x 100 m	: AV Toekomst	48.72	20.08.2006
4 x 800 m	: AV Toekomst	10.01.26	20.08.2006
Olymp. afloss.	: Atletiek De Demer (ADD)	4.16.39	21.06.2013
4 km snelw.	: Ceulemans Christa (HDD)	22.07.04	11.08.1984

Junioren :

100 m	: Adewoye Lauryn (AVT)	12.24	09.07.2021
200 m	: Bastiaens Chris (OLSE)	25.4	14.07.1990
200 m el	: Mehuys Elise (LYRA)	26.13	10.05.2014
300 m	: De Jaegere Deborah (AZW)	41.09	19.07.2003
400 m	: Nijssen Annelies (ATLA)	56.39	19.06.2021
800 m	: Berden Brigitte (RFCL)	2.12.0	11.08.1978
1.000 m	: Kennes Klaartje	2.53.02	15.09.1999
1500 m	: Nelissen Paulien (ACA)	4.41.25	13.05.2017
1 mijl	: Van Linden Veerle (KOAC)	4.50.21	23.07.1994
2.000 m	: Boiten Anja (ACA)	7.02.4	09.04.1995
3.000 m	: Pluymers Helena (AVT)	10.27.95	18.05.2003
2 mijl	: Clerx Natasja (LOOI)	11.57.84	14.10.2006
5.000 m	: Gijbels Cindy (ACA)	19.44.46	04.06.2001
Uurloop	: Boiten Anja (ACA)	13.445m	14.09.1994
100 m H.	: Jans Katelijn (GENK)	14.66	20.05.2000
400 m H.	: Verhoeven Anja (ACME)	61.91	12.07.1985
Hoog	: Van Dijck Michèle (HDD)	1,64m	02.07.1983
	: Smeets Kim (GENK)	1,64m	10.05.1998
Ver	: Claes Anne (AVT)	5,52m	20.04.2002
Hinkstap	: Belen Sanne (ACA)	11,44m	11.07.2009
Kogel (4 kg)	: Mentens Margot (AVT)	13,28m	24.09.1994
Speer	: Telemans Ann (AVT)	40,43m	13.07.2019
Discus (1 kg)	: Vandeput Babette (ATLA)	46,66m	23.07.2016
Hamer (4 kg)	: Sterckendries Vanessa (SPVI)	58,87m	12.10.2013
5-kamp	: Helsen Elise (ACHL)	2.989p	30.09.2017
	(100 m H. 16.01 - hoog 1,54m - kogel 12,09m - ver 4,78m - 800 m 2.52.01)		
7-kamp	: Schillewaert Ann (LOOI)	3.393p	04 + 05.10.1997

	(100 H. 19.56 - hoog 1,37m - kogel 9,31m -		
	200m 27.18 - ver 4,77m - speer 23,60m - 800m 2.43.19)		
4 x 100 m	: AV Toekomst	48.7	31.08.1985
4 x 800 m	: AC Alken	10.14.74	22.08.2001
Olymp. Afloss.	: AC Alken	4.34.48	12.10.2002
5 km snelw.	: Berden Gerda (ACA)	36.04.7	15.05.1980

Seniores :

100 m	: Libert Laetitia (CABW)	11.96	26.07.2008 en 11.07.2009
	: Oliviers Tonia (SGOL)	11.9	15.07.1988
200 m	: Van Agt Marjo (PSV Eindhoven)	24.3	12.07.1985
200 m el.	: Oliviers Tonia (OLSE)	24.54	14.07.1989
300 m	: Pieroni Messalina (LOOI)	38.56	09.07.2021
400 m	: Pieroni Messalina (LOOI)	55.01	19.06.2021
800 m	: Morias Carine (HDD)	2.07.2	02.07.1983
1.000 m	: Vanhout An (ROBA)	3.02.59	30.09.2001
1500 m	: Schreurs Ann (BREE)	4.39.95	18.05.2003
1 mijl	: Van Lysebetten Helen (ACW)	4.44.77	21.07.2001
2.000 m	: Kennis Klaartje (ROBA)	6.29.43	21.04.2001
3.000 m	: Van Wilderode Christel (LOOI)	10.06.7	18.07.1986
2 mijl	: Denys Yewbdar (DCLA)	11.30.36	22.06.2018
5.000 m	: Coninx Rita (ACA)	22.12.4	01.06.1994
10.000 m	: Van Oosterwijck Chantal (ADD)	45.24.70	21.07.2000
Uurloop	: Kerkhofs Anita (AVT)	13.662m	11.08.1993
100 m H. el.	: Paesen Inge (LOOI)	15.18	21.07.2000
400 m H.	: Van Hertem Kim (DALO)	62.74	28.04.2012
Hoog	: Desmet Hannelore (LOOI)	1,77m	14.05.2016
Ver	: Hennart Sandrine (USTA)	6,21m	25.07.1992
Hinkstap	: Claes Anne (ACA)	12,38m	26.07.2008
Kogel (4 kg)	: Blondeel Veerle (KAAG)	15,76m	19.07.2003
Speer	: Stas Cindy (LOOI)	51,82m	21.08.1999
Discus(1 kg)	: Van Daalen Alida (PAC Rotterdam)	56,05m	18.06.2022
Hamer (4 kg)	: Achilles Bianca (Leverkusen)	57,68m	19.05.2002
Gewichtwerpen 9,080 kg:	Schetters Maaike (PSV Eindhoven)	15,90m	09.10.2010
5-kamp	: Paesen Inge (LOOI)	2.720p	21.07.2000
	(100m H. 15.18 - hoog 1,59m -		
	kogel 9,24m – ver 5,13m - 800m 3.49.06)		
7-kamp	: Pennemans Silvie (DALO)	3.305p	06 + 07.08.1994
	(100 H. 17.5 - hoog 1,36m - kogel 10,12m -		
	200m 30.0 – ver 4,47m - speer 28,52m - 800m 2.51.6)		
4 x 100 m	: AV Toekomst	48.65	26.08.2023
4 x 200 m	: AV Toekomst	1.41.14	26.08.2023
4 x 400 m	: AV Toekomst	4.10.91	26.08.2023
4 x 800 m	: LOOIse AV	9.39.35	22.08.2001

Olymp. afloss.	: BRABO	4.24.61	14.10.2006
5 km snelw.	: Ysmael Daniëlle (FC March)	30.02.0	23.09.1978

Masters :

100 m	: Van Put Micheline (DAK)	12.9	17.05.1992	
			20.06.1992	
100 m el	: Fiddelaers Liliane (AVT)	13.33	21.08.1999	en
21.07.2005				
200 m	: Van Put Micheline (DAK)	26.4	17.05.1992	
300 m	: Fiddelaers Liliane (AVT)	42.47	12.07.1997	
400 m	: Fiddelaers Liliane (AVT)	62.22	18.05.2003	
800 m	: Peeters Anja (LOOI)	2.22.35	29.04.2012	
1.000 m	: Sterken Renata (TACT)	3.03.63	30.09.2001	
1500 m	: Peeters Anja (LOOI)	4.49.40	28.04.2012	
1 mijl	: Peeters Anja (LOOI)	5.02.64	15.07.2006	
2000 m	: Van den Broeck Lief (ACHL)	7.19.1	03.07.1992	
3000 m	: Sluijsmans Isabella (ADD)	10.24.12	10.05.2014	
2 mijl	: Peeters Anja (LOOI)	11.07.07	05.10.2008	
5.000 m	: Loubele Nathalie (BBS)	17.22.53	06.05.2007	
10.000 m	: Hermans Roos (ACA)	43.57.82	21.07.2000	
Uurloop	: Hermans Roos (ACA)	13.493m	29.04.2000	
80 m H.	: Smeets Nicole (AVT)	14.40	21.07.1998	
100 m H.	: Smeets Nicole (MACD)	19.5	08.07.1995	
100 m H. el.	: Koninckx Xenia (LIER)	19.19	13.05.2017	
400 m H.	: Degheus Nadine (WS)	65.03	12.07.1985	
Hoog	: Denisty Danielle (SMAC)	1,55m	18.04.2003	
Ver	: Peetermans Ilse (ACHL)	4,95m	16.08.2008	
Hinkstap	: Paesen Heidi (LYRA)	10,67m	26.07.2008	
Kogel (2 kg)	: Paps Maria (LOOI)	5,45m	20.05.2023	
Kogel (3 kg)	: Grigolato Martine (ACLE)	8,81m	19.10.2008	
Kogel (4 kg)	: Geldhof Marie-Paule (VAC)	13.66m	21.08.1999	
Speer (400g)	: Franckx Magda (BRAB)	29,87m	06.05.2007	
Speer (500g)	: Mertens Martine (MAC)	18,51m	24.10.2009	
Speer (600g)	: De Wachter Sabine (ACHL)	35,41m	19.07.2003	
Discus (750 g)	: Paps Maria (LOOI)	14,65m	20.05.2023	
Discus (1 kg)	: Geldhof Marie-Paule (VAC)	51,74m	21.08.1999	
Hamer (2 kg)	: Hanssens Rachel (ASVO)	25,68m	30.06.2012	
Hamer (3kg)	: Van Anholt Annie (Attila Tilburg)	42,02m	19.10.2008	
Hamer (4 kg)	: Schetters Maaïke (Eindhoven Atletiek)	47,09m	19.06.2021	
Gewichtwerpen 5,45 kg:	Van Anholt Annie (Attila Tilburg)	15,80m	13.10.2012	
Gewichtwerpen 7,260 kg:	Szabo Erzsi (OLSE)	10,88m	22.07.2007	
Gewichtwerpen 9,080 kg:	De Wolf Kathleen (RAM)	13,58m	22.07.2007	
5-kamp	: Smeets Nicole (AVT)	2.323p	21.07.1998	
	(80m H. 14.40 - kogel 4kg 8,27m -			

	hoog 1,43m - ver 4,43m - 800m	2.59.52)	
5-kamp AF W35-45: Tyskens Suzy (SACN)	2.258p		30.09.2017
	(100m H. 18.51 - kogel 4kg 7,32m -		
	hoog 1,34m - ver 3,99m - 800m	2.34.62)	
5-kamp AF W60-70: Van der Vorst Ria (ACA)	2.070p		30.09.2017
	(80m H. 22.26 - kogel 3kg 5,39m -		
	hoog 1,05m - ver 2,57m - 800m	4.08.94)	
7-kamp	: Smeets Nicole (MACD)	3.261p	08 + 09.07.1995
	(100 H. 19.5 - hoog 1,43m - kogel 8,06m -		
	200m 28.7 - ver 4,43m - speer 29,84m - 800m	2.42.4)	
Werpvijskamp W35-45: Vos Ingrid (ACA)	3.114 p		19.10.2008
Werpvijskamp W50-55: Mertens Martine (MAC)	2.548 p		24.10.2009
Werpvijskamp W60+ : Paps Maria (LOOI)	2.895 p		19.10.2008
4 x 100 m	: ATLA Lanaken	57.45	20.08.2006
4 x 200 m	: ATLA Lanaken	2.14.82	26.08.2023
4 x 400 m	: Looise AV	4.55.0	31.08.1985
4 x 800 m	: ATLA Lanaken	11.33.86	26.08.2023
Olymp. afloss.	: ATLA Lanaken	5.00.02	20.05.2023
5 km snelw.	: Dewolf Frieda (BREE)	30.25.1	15.05.1980



HEREN

Benjamins :

60 m	: Rutten Olivier (WACG)	8.9	08.07.1995
60 m el	: Vandereyt Roy (AVT)	9.07	27.07.2002
600 m	: Vansteenkiste Maarten (BREE)	1.52.86	09.06.2012
1.000 m	: Schildermans Roy (SACN)	3.25.31	17.05.1998
Hoog	: Ginkels Rune (RCT)	1.28m	09.08.2014
Ver	: Vandereyt Roy (AVT)	4,13m	18.08.2002
Kogel	: Philtjens Ylio (ACA)	11,72m	03.07.2015
Hockeybal	: Verboven Dries (AAC)	40,00m	14.07.1990
4-kamp (met 600m):	Bex Ferhan (AVT)	1.732 p	11.06.2011
	(60 m 9.31 - ver 3,49m - hockey 33,40m - 600m 1.58.73)		
4-kamp	: Schildermans Roy (SACN)	1.816p	21.07.1998
	(60 m 9.29 - ver 3,97m - hockey 27,86m - 1.000m 3.29.97)		
4 x 60 m	: AV Toekomst	38.13	27.07.2002
3 x 600 m	: Atletiek De Demer	6.23.57	21.08.2011

Pupillen :

60 m	: Squiflet Pierre (ESC)	8.3	29.07.1990
60 m el	: Kubr Lucas (AVT)	8.62	27.06.2015
1.000 m	: Cortvriendt Philip (AVT)	3.08.23	24.04.2005
60 m H.	: Engelen Bart (AVT)	10.8	30.09.1984
60 m H. el (76cm):	Vandereyt Roy (AVT)	10.96	26.06.2004
60 m H. el (68cm):	Smit Tibe (AV Trias, Heiloo)	10.89	08.10.2022
Hoog	: Creemers Marc (AVT)	1,50m	02.09.1978
Ver	: Lemmens Frederik (GENK)	4,93m	01.06.2002
Kogel (2 kg)	: Martens Maarten (SACN)	11,80m	21.08.1999
Discus	: Philtjens Ylio (RCT)	30,72m	18.08.2017
Hockeybal	: Vandenheede Pieter (RCT)	52,54m	25.04.2004
Vortex	: Macours Arthur (ACA)	39,46m	06.05.2023

4-kamp	: Busselen Joris (ACA)	2.313p	21.07.2004
	(60 m 8.77 - ver 4,25m - hockey 43,75m - 1.000 m 3.20.78)		
4 x 60m	: AV Toekomst	34.05	20.08.2006
3 x 600 m	: Atletiek De Demer	5.51.85	21.08.2011
2 km snelw.	: Vanbergen Lionel (TAC)	11.35.0	23.09.1978

Miniemen :

80 m	: Devrindt Sander (AVT)	9.66	26.06.2004
150 m	: Lemmens Frederik (GENK)	17.88	26.06.2004
200 m	: Dekelver Johan (LOOI)	26.0	06.09.1980
300 m	: Devrindt Sander (AVT)	38.50	25.04.2004
800 m	: Toninato Gery (AVT)	2.10.0	02.10.1982
1.000 m	: Francart Wouter (RCT)	2.54.68	03.07.2015
80 m H.	: Torben-Nielsen Roel (ATLA)	12.7	05.09.1993
80 m H. el. (84cm):	Lemmens Frederik (GENK)	12.92	25.04.2004
80 m H. el. (76cm):	Quentin Loris (OSGA)	12.06	10.07.2021
150 m H. (4 H.) :	Verbrugghe Lorijn (ACA)	20.62	13.07.2007
150 m H. (3 H.) (76cm):	Deworme Achille (ATH)	21.57	22.07.2016
Hoog	: Lejeune Peter (AVT)	1,65m	02.09.1978
Ver	: Lemmens Frederik (GENK)	6,03m	21.07.2004
Kogel (3 kg)	: Martens Maarten (MACD)	13,24m	02.09.2001
Speer (400 g)	: Vernieuwe Brian (FLAC)	46,36m	21.07.2005
Discus (750 g)	: Vanderborght Arne (DCLA)	40,74m	19.08.2016
Discus (1 kg)	: Verelst Kevin (LOOI)	39,09m	02.10.2005
5-kamp	: Lemmens Frederik (GENK)	4.126p	21.07.2004
	(80 m 9.75 - discus 30,86m - ver 6,03m - kogel 11,78m - 1.000m 2.57.11)		
4 x 80 m	: Looise AV	40.3	22.08.1981
4 x 80 m el.	: AV Toekomst	40.76	22.08.2001
3 x 600 m	: AV Toekomst	5.16.67	21.08.2011
2 km snelw.	: Verheyden Danny (LOOI)	12.41.0	10.08.1985
3 km snelw.	: Segers Luc (ACA)	17.16.0	05.07.1980

Cadetten :

100 m	: Machiels Bert (TACT)	11.5	06.07.1986
100 m el.	: Bex Ferhan (LOOI)	11.50	14.07.2018
200 m	: Zwakhoven Valentin (AVT)	22.9	11.08.1978
300 m	: Verbrugghe Lorijn (ACA)	35.95	11.07.2009
400 m	: Cortes Leclou Amadeo (RFCL)	52.28	19.06.2021
800 m	: Drees Ysbert (SACN)	2.06.59	28.04.2012
1.000 m	: Philippaerts Patrick (WACG)	2.49.6	31.07.1985

1500 m	: Kerkhofs Jaak (BREE)	4.08.7	26.07.1979
1 mijl	: Vandermessen Louis (CABW)	4.26.64	23.07.2016
2.000m	: Parmentier Ewoud (DCLA)	6.00.40	19.08.2015
100 m H. (91cm)	: Royakkers Frankie (AVT)	14.47	21.08.1999
100 m H. (84cm):			
300 m H.	: Dullers Jan (GENK)	42.84	25.06.2010
Hoog	: Van Boxstael Guy (VS)	1,89m	11.08.1979
Ver	: Vossen Mario (HDD)	6,40m	14.07.1989
Hinkstap	: Bex Geoffrey (ACA)	12,44m	10.04.2005
Kogel (4 kg)	: Huts Gerbrand (RCT)	15,66m	12.10.2013
Speer	: Duchateau Jarne (OB)	58,83m	30.07.2011
Discus(1 kg)	: Huts Gerbrand (RCT)	51,65m	12.10.2013
Hamer (4 kg)	: Neyens Devlin (LOOI)	56,46m	28.09.2019
5-kamp	: Baeyens Lars (ARAC)	2.702p	21.07.2004
	(ver 5,73m - speer 46,78m - 200m 25.28 - discus 24,69m - 1500m 4.38.76)		
4 x 100 m	: SAC Neerpelt	46.38	26.08.2023
4 x 200 m	: Atletiek De Demer	2.00.84	26.08.2023
4 x 800 m	: Looise AV	8.52.4	31.08.1985
Olymp. Afloss.	: AC Alken	4.14.32	14.10.2006
5 km snelw.	: De Winter G. (MABI)	27.07.0	05.07.1980

Scholieren :

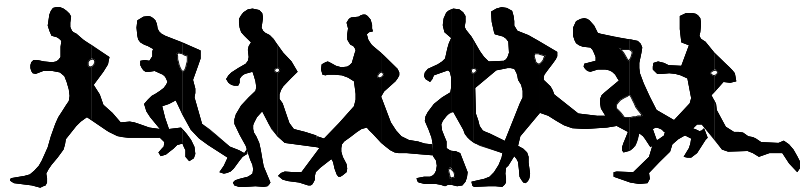
100 m	: Zwakhoven Valentin (AVT)	10.9	26.07.1979
	: Kerkhofs Luc (AVT)	10.9	26.07.1979
100 m el	: Vandezande Ruben (ADD)	11.21	08.07.2023
200 m	: Thijs Ruben (AVT)	22.77	20.04.2002
300 m el	: Vanchaze Tom (AVT)	35.53	21.08.1999
400 m	: Thijs Ruben (AVT)	50.92	21.04.2002
800 m	: Bangels Marc (TACT)	1.58.8	07.07.1978
1.000 m	: Geuten Ronny (HDD)	2.34.0	06.09.1980
1500 m	: Stevens Eddy (RFCL)	4.04.9	02.09.1978
1 mijl	: Caelen Florent (HERV)	4.25.69	15.07.2006
3.000m	: Stevens Eddy (RFCL)	8.53.0	30.04.1978
2.000m	: Van Ham Andreas (DAC)	5.23.7	29.09.2007
110 m H(91cm)	: Beyens Kristof (ACHL)	14.40	19.08.2000
400 m H.	: Swinnen Peter (ADD)	59.56	21.04.2002
Hoog	: Lejeune Dirk (AVT)	1,93m	15.07.1979
Ver	: Beyens Kristof (ACHL)	7,08m	19.08.2000
Hinkstap	: Van de Velde Steve (BAC)	12,88m	29.07.1987
Kogel (5 kg)	: Spelmans Ward (TACT)	16,14m	21.06.2019
Speer (700g)	: Aznag Zacharias (DAK)	65,16m	27.07.1996
Discus(1,5kg)	: Spelmans Ward (TACT)	52,13m	21.06.2019
Hamer (5 kg)	: Willems Orry (VMOL)	66,15m	28.09.2019

5-kamp	: De Hoon Wim (KAPE)	3.109p	21.07.2000
	(ver 6,43m - speer 48,26m - 200m 23.78 - discus 27,04m - 1500m 4.30.15)		
4 x 100 m	: AV Toekomst	43.0	31.08.1985
4 x 800 m	: Looise AV	8.18.6	13.08.1988
Olymp. Afloss.	: ATLA Lanaken	3.55.14	23.06.2017
10 km snelw.	: Martens Jos (HDD)	48.16.0	27.06.1981

Junioren :

100 m	: Hendrickx Marc (WACG)	10.8	02.09.1978
100 m el.	: Leost Pascal (RFCL)	10.83	18.07.1986
200 m	: Leost Pascal (RFCL)	21.6	18.07.1986
200 m el.	: Ward Daniel (RKHAV Hulst, NI)	21.89	12.10.2002
300 m	: Thys Ruben (AVT)	34.40	19.07.2003
400 m	: Zinke Heinz (AVT)	49.5	30.04.1978
800 m	: Faveriau Lorenz (ACG)	1.56.79	10.05.2015
1.000 m	: Thirion Marc (LSVA)	2.34.3	07.07.1978
1.500 m	: Stevens Eddy (RFCL)	3.57.2	27.05.1979
1 mijl	: Govaerts Peter (DUFF)	4.08.2	12.07.1985
2.000 m	: Stevens Eddy (RFCL)	5.30.5	06.09.1979
3.000 m	: Nys Sven (AVT)	8.43.59	15.09.1999
2 mijl	: Salden Tom (ATLA)	9.29.91	03.10.2004
5.000 m	: Jumah Ahmed (QATAR)	14.11.69	15.07.2000
10.000 m	: Robijns Rudi (ACA)	34.11.8	30.05.1980
Uurloop	: Stessens Tim (LOOI)	17.923m	29.04.2000
110 m H.	: Maes Marc (AVT)	15.6	30.04.1978
110 m H. el.	: Royackers Frank (AVT)	15.75	21.04.2002
400 m H.	: Pauwels Marcel (ACA)	54.6	09.08.1988
Hoog	: Soetewey Peter (AKEK)	2,00m	15.07.1979
	: Chanet Michel (FCHA)	2,00m	15.07 en 19.09.1979
Ver	: Sampson Yanni (RFCL)	7,32m	08.07.2023
Hinkstap	: Van Loo Gino (VOLH)	14,31m	16.08.1980
Kogel (6 kg)	: Vos Robert-Jan (AV Weert, Ned.)	17,77m	11.07.2009
Speer (800g)	: Grobbel Jacob (DCLA)	60,69m	15.07.2017
Discus(1,75)	: Rausin Loïc (SPA)	46,44m	27.07.2002
Hamer (6 kg)	: Willems Orry (VMOL)	63,40m	19.06.2021
Gewichtwerpen 15,88 kg:	Bernard Tom (RESC)	16,02m	13.10.2012
Vijfkamp	: Houben Wouter (ADD)	2.930p	21.07.2008
	(ver 5,83m - speer 43,37m - 200m 24.24 - discus 36,72m - 1500m 4.49.90)		
4 x 100 m	: ATLA Lanaken	43.55	21.08.2011
4 x 400 m	: ATLA Lanaken	3.27.72	21.08.2011
4 x 800 m	: AV Toekomst	8.44.38	22.08.2001

4 x 1.500 m	: Looise AV	17.35.7	13.08.1988
10 km snelw.	: Vandenaeren Eddy (LIER)	52.45.7	27.06.1981



Seniores :

100 m	: De Bruyne Patrick (OLSE)	10.7	12.07.85 en 15.07.88
	Donners Leon (UNITAS Sittard)	10.7	12.07.1985
	Grossard Hubert (AVT)	10.7	15.07.1988
100 m el.	: Grutman Jean-Pierre (RFCL)	10.75	18.07.1986
200 m	: De Bruyne Patrick (OLSE)	21.8	12.07.1985
200 m el	: Theijs Niels (ACA)	22.06	28.04.2012
300 m	: Van Branteghem Cédric (AJAX)	32.87	27.07.2002
400 m	: Lahbi Faouzi (RFCL)	48.9	27.09.1981
400 m el.	: Lemmens Frederik (AVT)	49.08	29.04.2012
800 m	: Coemans Nicky (ACKO)	1.51.18	10.05.2015
1.000 m	: Max Willy (HDD)	2.28.9	26.04.1981
1.500 m	: Tollet Wouter (LOOI)	3.55.57	21.04.2002
1 mijl	: Verbeeck Bob (ESC)	4.01.1	12.07.1985
2.000 m	: Servranckx Harry (RCT)	5.22.9	11.08.1978
3.000 m	: Schots Leon (RFCL)	8.03.1	30.04.1978
	: Schoofs Rudi (RFCL)	8.03.1	30.04.1978
2 mijl	: Salden Tom (ATLA)	9.06.0	29.09.2007
5.000 m	: Van Huylenbroeck Willy (VS)	14.12.3	12.07.1985
10.000 m	: Gebremeskel Berhane (ATLA)	30.38.12	21.07.2000
Uurloop	: Luykx Roger (HDD)	18.641,15m	02.09.1978
110 m H.	: Grossard Hubert (OEH)	13.8	21.08.1999
400 m H.	: Claes Jaak (AVT)	53.36	12.07.1985
Hoog	: Annys Eddy (STAR)	2,21m	06.05.1979
Ver	: De Decker Bjorn (WIBO)	7,29m	10.05.2015
Hinkstap	: Baerts Johan (HDD)	14,18m	22.08.1982
Kogel (7,257)	: Corstjens Tom (Achilles Top, Kerkrade)	17,53m	31.07.2010
Discus (2 kg)	: Kamerbeek Henk (PSV Eindhoven)	50,30m	17.07.1993
Speer (800g)	: Van Mensel Marc (AT84)	73,07m	21.08.1999
Hamer (7 kg)	: Gram Ronald (Leiden, NL.)	69,89m	19.05.2002
Gewichtwerpen 15,88 kg:	Onos Vincent (SAV, NL.)	18,32m	08.10.2011
Vijfkamp	: Vos Willem (TACT)	3.181p	09.07.1995
	(ver 6,39m - speer 52,10m - 200m 23.2 - discus 36,62m - 1500m 5.02.1)		
4 x 100 m	: SAC Neerpelt	42.87	26.08.2023
4 x 200 m	: SAC Neerpelt	1.29.93	26.08.2023
4 x 400 m	: Bree AC	3.28.1	13.08.1988
4 x 800 m	: ATLA Lanaken	8.13.97	22.08.2001
4 x 1.500 m	: SAC Neerpelt	16.45.5	13.08.1988
Olymp. Afloss.	: ACA ALKEN	3.42.08	23.06.2017
10 km snelw.	: Pourbaix Armand (USBI)	49.40.0	23.09.1978

Masters :

100 m	: Wouters Wim (OLSE)	11.3	27.06.1981
100 m el	: Theijs Jean (ACA)	11.66	23.07.1994
200 m	: Theijs Jean (ACA)	23.6	04.04.1993
200 m el	: Chenois Paul-Emile (RISC)	23.94	06.10.1996
300 m	: Theijs Jean (ACA)	36.9	17.07.1993
300 m el	: Cattoir Leon (RISC)	37.33	27.07.1996
400 m	: Vankrunkelsven Jos (AVT)	54.3	20.06.1990
800 m	: Vankrunkelsven Jos (AVT)	2.06.0	20.06.1990
1.000 m	: Steurs Wim (DCLA)	2.46.03	16.08.2008
1.500 m	: Hellinx David (WIBO)	4.08.30	10.05.2015
1 mijl	: Flamee Alain (CSF)	4.16.88	19.07.2003
2.000 m	: Vandersmissen Marcel (HDD)	5.59.6	06.09.1979
3.000 m	: Huybrechts Jurgen (AVZK)	8.58.41	10.05.2015
2 mijl	: Vermeiren Steven (LOOI)	9.37.16	19.08.2015
5.000 m	: Lemmens Jos (LOOI)	15.36.85	15.07.2006

5.000 m AMH : Clobert Martin (SMAC) 17.09.59 08.07.2023

10.000 m	: Henno Luc (ADD)	33.42.48	22.06.1996
Uurloop	: Spaepen Staf (TUAC)	18.497m	27.09.1981
110 m H.	: Peyskens Roger (ASVO)	19.2	20.06.1990
300 m H. (68cm):	Meuris Alfons (AVZK)	90.13	16.08.2008
300 m H. (76cm):	Philippaers Guido (ACA)	65.42	06.05.2007
400 m H. (84cm):	Adriaensen Joan (ACHL)	73.16	06.05.2007
400 m H. (91cm):	Gijsen Jos (BREE)	57.8	13.07.1984
Hoog	: Noble Marlon (BAV)	1,75m	10.05.2015
Ver	: Branle Hugues (CABW)	6,98m	14.07.2007
Hinkstap	: Branle Hugues (CABW)	14,19m	16.08.2008
Kogel (3 kg)	: Meuris Alfons (AVZK)	7,43m	11.10.2014
Kogel (4 kg)	: Unger Ralf (Dtsl.)	13,38m	21.10.2017
Kogel (5 kg)	: Depré Vic (RCT)	12,68m	19.05.1991
Kogel (6 kg)	: Sneyers Yves (LOOI)	12,38m	22.06.2018
Kogel (7 kg)	: Peetroons Ludwig (OEH)	13,52m	27.07.2002
Speer (400g)	: Gauditiaubois Rene (GOSP)	23,05m	06.05.2007
Speer (500g)	: Vandebosch Lambert (GENK)	32,24m	06.05.2007
Speer (600g)	: Bobbaers Georges (ATLA)	39,58m	23.07.2016
Speer (700g)	: Bobbaers Georges (ATLA)	40,40m	06.05.2007
Speer (800g)	: Van Nieuwenhove Erwin (EA)	54,57m	09.06.2002
Discus (1 kg)	: Ghoos Eugeen (LOOI)	42,73m	16.08.2008
Discus (1,5 kg)	: Sneyers Yves (LOOI)	41,90m	22.06.2018
Discus (2 kg)	: Katona Sandor (CAM, Fr.)	53,80m	29.07.1995
Hamer (3kg)	: Symons Emiel (LOOI)	37,43m	19.06.2021
Hamer (4kg)	: Naudts Evarist (KAAG)	47,54m	19.10.2008
Hamer (5kg)	: Osetek Jean (RFCL)	50,14m	17.08.1997
Hamer (6kg)	: Leinders Michel (Unitas Sittard)	52,16m	12.10.2013
Hamer (7 kg)	: De Wyngaert Walter (ROBA)	55,04m	30.06.2012

Gewichtwerpen 15,88 kg: Gieghase Peter (VAC)	13,97m	24.10.2009
Gewichtwerpen 11,340 kg: Leinders Michel (Unitas Sittard)	18,68m	12.10.2013
Gewichtwerpen 9,080 kg: Titulaer Jan (PSV Eindhoven)	17,14m	19.10.2008
Gewichtwerpen 7,260 kg: Naudts Evarist (KAAG)	16,85m	19.10.2008
Gewichtwerpen 5,450 kg: Vandebosch Lambert (GENK)	12,76m	17.10.2015
5-kamp : Schroyens Eddy (SPVI)	2.535p	18.09.1993
(ver 5,69m - speer 37,90m - 200m 23.7 - discus 23,50m - 1500m 4.58.9)		
5-kamp AF M35-45: Derdin Jos (AVZK)	2.446p	30.09.2017
(ver 4,30m - speer 34,79m - 200m 28.36 - discus 20,60m - 1500m 4.55.61)		
5-kamp AF M50-55: Michels Sam (AVT)	1.874p	30.09.2017
(ver 4,76m - speer700g 29,17m - 200m 28.90 - discus1,5kg 20,68m - 1500m 6.15.92)		
5-kamp AF M60-65: Pelgrims Edouard (ACA)	2.379p	30.09.2017
(ver 3,64m - speer600g 27,27m - 200m 31.99 - discus1kg 19,87m - 1500m 5.31.97)		
Werpvijskamp M35-45: Gieghase Peter (VAC)	2.911 p	19.10.2008
Werpvijskamp M50-55: Van der Steen Wilfried (RIEM)	2.511 p	19.10.2008
Werpvijskamp M60-65: Titulaer Jan (PSV Eindhoven)	3.969 p	19.10.2008
Werpvijskamp M70-75: Naudts Evarist (KAAG)	4.463 p	19.10.2008
Werpvijskamp M80+: Van Casteren Jan (AVZK)	1.404 p	19.10.2008
4 x 100m : AC Alken	50.6	27.09.1987
4 x 200m : AC Alken	1.59.25	26.08.2023
4 x 400m : Atletiek De Demer	3.53.30	20.08.2006
4 x 800 m : AV Toekomst	8.46.19	26.08.2023
4 x 1500m : Looise AV	17.51.82	22.08.2001
Olymp. Afloss. : Looise AV	4.08.19	19.08.2015
10 km snelw. : Vanlandeghem Emiel (BEAC)	54.58.7	23.09.1978

GEMENGD

Alle categorieën :

4 x 400m	: Atletiek De Demer	3.48.70	26.08.2023
----------	---------------------	---------	------------

Masters :

4 x 400m	: LOOI	4.07.06	26.08.2023
----------	--------	---------	------------



CLUBRECORDS PISTE NA HET ZOMERSEIZOEN 2023

Benjamins

60 m	9.1	Hermans Leen	16.06.1989
600 m	1.54.19	Pannemans Rani	24.09.2011
Hoog	1,21m	Mievis Stefie	28.09.2002
Ver	4,14m	Mievis Stefie	28.09.2002
Kogel	9,70m	Houbrigts Jill	13.09.2015
Hockeybal	33,85m	Houbrigts Jill	08.08.2015
4-kamp (met 600m)	1.818p	Houbrigts Jill	20.09.2015
	(60 m 9.74 - kogel 9,29m - ver 3,72m - 600 m 2.01.12)		
4-kamp	1.514p	Houbrigts Jill	05.09.2015
(zonder afstand)	(60m 9.77 - ver 3.58m - kogel 9.04m - hockey 31,51m)		
4 x 60 m	38.52	Reenaers Meskerem – Vendrix Yirthe – Roncada Elena – Vanoppen Martha	24.09.2016
3 x 600 m	6.33.89	Houbrigts Jill – Froidmont Louise – Vanoppen Martha	30.08.2015

Pupillen

60 m	8.6	Hermans Karlien	05.06.1988
60 m elec.	8.70	Hermans Karlien	15.08.1988
1.000 m	3.19.71	Pannemans Rani	29.06.2013
60 m H. (76cm)	10.81	Mievis Stefie	26.06.2004
60 m H. (68cm)	12.30	Claesen Mara	06.05.2023
Hoog	1,45m	Hermans Karlien	25.05.1988
Ver	4,53m	Mievis Stefie	19.09.2004
Kogel	10,22m	Hayen Leen	10.06.2006
Discus	26,25m	Hayen Leen	28.05.2006
Hockeybal	38,67m	Hayen Leen	09.09.2006
Vortex	23m25	Nicolaij Anke	06.05.2023
4-kamp	2.098p	Pannemans Rani	15.06.2013
	(60 m 9.20 - hoog 1,25m - kogel 7,77m - 1000m 3.24.96)		
4-kamp	2.007p	Mievis Stefie	29.08.2004
(zonder 1.000m)	(60m 9.03 - hockey 30,74m - ver 4,25m - 60m H. 11.20)		
4 x 60 m	34.59	Govaerts Julie - Steyls Jolien - Appeltans Andrea - Verjans Inez	23.08.2000
3 x 600 m	6.13.75	Froidmont Louise – Reenaers Meskerem – Vanoppen Martha	27.08.2017
1 km snelw.	6.47.3	Segers Bea	15.03.1983



Miniemen

80 m	10.38	Ulenaers Hannah	29.07.2011
100m	13.52	Geladé Margot	26.04.2023
150 m	20.36	Mievis Stefie	06.08.2006
300 m	43.49	Mievis Stefie	04.06.2006
1.000 m	3.12.54	Cosemans Jitte	26.09.2009
60 m H. (76cm)	9.67	Mievis Stefie	22.10.2006
60 m H. (68cm)	10.69	Nicolaij Phebe	21.05.2022
150 m H. (3H.) (76cm)	21.69	Vansimpsen Mirthe	22.07.2016
150 m H. (4H.) (76cm)	22.87	Mievis Stefie	17.09.2006
150 m H. (3H.) (68cm)			
Hoog	1,57m	Maris Ine	24.06.2017
Ver	5,12m	Mievis Stefie	02.07.2006
Polsstok	2,45m	Mievis Stefie	21.07.2006
Kogel (2 kg)	11,97m	Clerx Kelly	25.06.2005
Speer (400 g)	31,52m	Beckers Greet	02.09.1995
Discus (750g)	26,28m	Aerts Matthea	08.10.2022
5-kamp	3.066p	Mievis Stefie	13.08.2006
	(80 m 11.12 - ver 4,89 m - hoog 1,42 m - kogel 8,70 m - 1.000 m 3.21.30)		
5-kamp	3.319p	Mievis Stefie	27.08.2006
(zonder 1.000m)	(80m 10.81 - 60m H. 9.72 - hoog 1,45m - ver 4,76m - kogel 8,31m)		
4 x 80m	43.23	Govaerts Julie – Steyls Jolien	22.08.2001
		Verjans Inez – Mommen Nele	
3 x 600 m	5.52.21	Helsen Sara – Driesen Jet –	
		Boiten Tine	21.08.2011
1 km snelw.	6.09.3	Segers Bea	13.05.1984
2 km snelw.	12.50.7	Segers Alda	23.09.1979

Cadetten

100 m	12.79	Mievis Stefie	01.08.2008
150 m	21.03	Lemmens Steffie	28.10.2023
200 m	26.14	Mievis Stefie	01.08.2008
300 m ht.	41.0	Mievis Stefie	12.10.2008
300 m el.	41.33	Mievis Stefie	04.10.2008
400 m	58.54	Mievis Stefie	10.09.2008

600 m	1.53.49	Vanhove Loes	05.08.2022
800 m	2.17.59	Bleus Lisa	05.09.2004
1.000 m	3.08.0	Boiten Anja	10.08.1991
1.500 m	4.52.71	Helsen Sara	15.08.2013
1 mijl	5.31.60	Nelissen Paulien	03.09.2014
2.000m	7.00.29	Helsen Sara	21.06.2013
80 m H. ht.	11.7	Mievis Stefie	20.04.2008
80 m H. el.	12.02	Mievis Stefie	30.08.2008
300 m H.	42.73	Mievis Stefie	04.10.2008
1500 m steeple	5.23.01	Cosemans Jitte	04.09.2011
Hoog	1,60m	Maris Ine	07.04.2018
Ver	5,66m	Mievis Stefie	31.08.2008
Hinkstap	12,06m	Mievis Stefie	19.10.2008
Polssstok	2,86m	Mievis Stefie	11.08.2007
Kogel	12,78m	Jardin Kris	05.09.1981
Discus	32,88m	Knaepen Freya	20.09.2008
Speer	37,26m	Jardin Kris	29.08.1981
Hamer	41,65m	Knaepen Ditte	18.09.2004
5-kamp	3.023p	Mievis Stefie	21.07.2008
	(80 m H. 12.06 - hoog 1,45m - kogel 9,44m ver 5,40m - speer 27,97m)		
6-kamp	4.090p	Mievis Stefie	30 en 31.08.2008
	(80 m H. 12.02 - hoog 1,54m - kogel 9,75m ver 5,66m - speer 29,90m - 800 m 2.19.59)		
4 x 100 m	50.84	Knaepen Freya – Schorpion Daisy –	
16.09.2007		Coopmans Yanne – Mievis Stefie	
4 x 800 m	10.04.63	Carmans Laura – Helsen Heleen – 18.09.2011 Vandersteen Esther – Cosemans Jitte	
Zweedse aflossing	2.36.01	Verjans Inez – Appeltans Andrea – 19.10.2003 Mommen Nele – Knaepen Ditte	
Olymp. afloss.	4.18.99	Bleus Lisa – Verjans Inez – 03.10.2004 Appeltans Andrea – Govaerts Julie	
3 km snelw.	17.22.0	Segers Alda	01.06.1980

Scholieren

100 m (HT)	12.3 (+1.3)	Claes Anne	24.05.1999
100 m elec.	12.33 (+1.1)	Claes Anne	25.07.1999
200 m	25.78 (+0.1)	Claes Anne	31.07.1999
300 m (HT)	42.0	Weyens Katrien	05.06.1994
300 m elec.	42.11	Govaerts Julie	24.09.2005
400 m	58.33	Mievis Stefie	12.09.2009
600 m	1.44.38	Verjans Sarah	27.08.2002
800 m	2.16.72	Nelissen Paulien	05.06.2016

1.000 m	2.57.99	Nelissen Paulien	09.09.2016
1.500 m	4.34.88	Nelissen Paulien	28.05.2016
1 mijl	5.18.42	Verjans Sarah	19.07.2003
2.000 m	6.43.25	Nelissen Paulien	30.05.2015
3.000 m	10.26.47	Gijbels Cindy	09.09.2000
100 m H.	14.51	Mievis Stefie	26.07.2009
400 m H.	1.02.61	Mievis Stefie	25.04.2009
2.000 m steeple	7.32.76	Cosemans Jitte	15.08.2012
Hoog	1,60m	Mievis Stefie	26.07.2009
Ver	6,02m (+1,5)	Claes Anne	27.06.1999
Hinkstap	12,47m	Mievis Stefie	04.07.2009
Kogel (3 kg)	11,25m	Beckers Greet	19.08.1998
Speer (500 g)	31,85m	Roncada Elena	30.09.2023
Discus	33,10m	Knaepen Freya	17.10.2009
Hamer (3 kg)	41,01m	Theunissen Faidra	21.10.2017
Gewichtwerpen (5,45kg) 10,19 m		Vendrix Yirthe	28.10.2023
5-kamp	3.227p	Mievis Stefie	26.07.2009
	(100m H 14.51 - kogel 8,58m - hoog 1,60m - ver 5,23m - 800m 2.44.31)		
7-kamp	4.800p	Mievis Stefie	29 + 30.08.2009
	(15.10 - 1,58 - 9,59 - 26.24 - 5,68 - 26,55 - 2.20.49)		
Werpmeerkamp	1.683 p	Vendrix Yirthe	28.10.2023
	(hamer 26,19m – kogel 6,86 – discus 18,66m – speer 23,10m – gewichtwerpen 10,19m)		
4 x 100 m	51.81	Appeltans Andrea – Verjans Inez – Govaerts Julie – Mommen Nele	14.05.2005
4 x 800 m	9.50.70	Gijbels Cindy – Mas Hedwig – Mas Christel – Boiten Evi	17.09.2000
Olymp. Afloss.	4.29.12	Verjans Inez – Appeltans Andrea – Govaerts Julie – Mommen Nele	02.10.2005

Juniore

100 m ht.	12.9	Govaerts Julie	20.04.2008
100 m	12.95	Claes Anne	27.05.2001
200 m	26.27	Govaerts Julie	20.04.2008
300 m	42.42	Weyens Katrien	10.05.1995
400 m	58.53	Weyens Katrien	03.09.1995
800 m	2.13.81	Nelissen Paulien	12.05.2018
1.000 m	3.06.45	Boiten Anja	07.09.1994
1.500 m	4.29.26	Nelissen Paulien	27.05.2017
1 mijl	5.16.54	Mas Hedwig	27.07.2002
2.000 m	6.56.25	Boiten Anja	14.08.1994
3.000 m	9.56.79	Nelissen Paulien	01.05.2018
5.000 m	18.47.41	Boiten Anja	21.09.1994

10.000 m	42.30	Femke Driesen	25.09.2015
Uurloop	13.950m	Helsen Heleen	01.08.2015
100 m H.(hand)	17.5 (-1.6)	Mellemans Eveline	25.05.1991
400 m H.	1.16.64	Smets Els	08.09.1992
2000 m steeple	7.57.88	Cosemans Jitte	02.12.2013
3000 m steeple	11.49.38	Cosemans Jitte	22.05.2015
Hoog	1,55m	Berden Gerda	26.07.1979
Ver	5.60m	Claes Anne	19.05.2001
Hinkstap	11,69m	Mommen Nele	18.08.2007
Kogel	12,05m	Jardin Kris	04.09.1984
Discus	31,99m	Beckers Greet	16.09.2000
Speer	31,75m	Beckers Greet	07.05.2000
Hamer	38,96m	Knaepen Ditte	19.10.2008
5-kamp	799 p	Knaepen Ditte	21.07.2008
(100H - hoog - kogel - ver - 800m)			
(NA - 1,25 - 7,55 - GP - 3.43.11)			
7-Kamp	3.106 p	Smets Els	10 + 11.08.1991
(100H - hoog - kogel - 200 m - ver - speer - 800m)			
(19.50 - 1,30 - 8,27 - 29.35 - 4,77 - 26,54 - 2.46.77)			
4 x 100m	53.42	Mas Hedwig – Mas Christel – Mathijs Greet – Claes Anne	06.05.2001
4 x 800m	10.11.21	Mas Christel – Gijbels Cindy – Mas Hedwig – Boiten Evi	09.09.2001
Olymp. Afloss.	4.34.48	Mas Hedwig – Mas Christel – Boiten Evi – Gijbels Cindy	12.10.2002
3 km snelw.	17.40.7	Segers Alda	14.08.1984
5 km snelw.	30.43.6	Segers Alda	03.06.1984
1/2 uur snelw.	4.839m	Segers Alda	15.04.1984

Seniores

100 m	12.07	Claes Anne	17.08.2008
150m	20.36	Brugghe Lies	09.09.2023
200 m	25.15	Claes Anne	27.04.2008
300 m	40.88	Mommen Nele	28.05.2012
400 m	58.50	Mommen Nele	25.05.2012
600 m	1.38.98	Philippaerts Tessa	03.06.2018
800 m	2.14.60	Nelissen Paulien	29.06.2019
1.000 m	3.03.44	Boiten Anja	09.08.1997
1.500 m	4.33.23	Nelissen Paulien	17.08.2019
1 Mijl	5.15.68	Driesen Jet	23.08.2023
2.000 m	6.48.64	Boiten Anja	19.08.1998
3.000 m	10.20.92	Boiten Anja	27.08.2000
2 mijl	11.20.33	Driesen Jet	23.07.2023
5.000 m	18.20.62	Driesen Jet	02.08.2023

10.000 m	37.53.26	Driesen Jet	16.09.2023
Uurloop	12.612m	Coninx Rita	11.08.1993
Marathon	4u42.28	Gijbels Cindy	19.07.2009
100 m H.	14.77	Claes Anne	04.07.2009
400 m H.	62.23	Mievis Stefie	25.05.2013
Hoog	1,55m	Mievis Stefie	03.08.2013
Ver	5,88m	Claes Anne	02.08.2009
Polsstok	2,49m	Mievis Stefie	29.09.2013
Hinkstap	13,08m	Claes Anne	07.06.2008
Kogel	10,40m	Vos Ingrid	15.04.1989
Discus	37,00m	Vos Ingrid	25.05.1991
Speer	31,64m	Knaepen Freya	27.07.2013
Hamer	44,88m	Knaepen Ditte	05.08.2023
Gewichtwerpen 9,08 kg	13,96m	Knaepen Ditte	19.03.2023
Werpvijskamp	2. 562p	Knaepen Ditte	08.10.2022
	(hamer 42,90m – kogel 7,95m – discus 26,55m – speer 23,50m – gewichtwerpen 12,39m)		
5-kamp	3.250p	Mievis Stefie	13.08.2016
	(100m H 15.35 - kogel 8,86m - hoog 1,51m - ver 5,44m - 800m 2.30.71)		
7-kamp	4.694p	Mievis Stefie	03 en 04.08.2013
	(100m H. 15.12 - hoog 1,55m - kogel 8,43m - 200m 26.59 - ver 5,47m - speer 30,64m - 800m 2.18.96)		
4 x 100 m	53.65	Bierwaerts Serafien – Mommen Nele – Beke Davina – Mievis Stefie	28.08.2016

Masters W 35

100 m	13.89	Hemelaer Veerle	14.07.2007
200 m	28.67	Hemelaer Veerle	10.06.2007
300 m	50.86	Laplasse Andrea	15.09.2004
400 m	1.08.52	Mommen Nele	07.05.2023
800 m	2.36.87	Laplasse Andrea	05.06.2005
1.000 m	3.22.30	Laplasse Andrea	07.08.2004
1.500 m	5.05.31	Laplasse Andrea	02.09.2005
Mijl	5.54.53	Laplasse Andrea	17.07.2004
2.000 m	7.10.81	Laplasse Andrea	01.06.2005
3.000 m	11.06.64	Laplasse Andrea	25.06.2005
2 mijl	11.56.55	Laplasse Andrea	02.10.2005
5.000 m	18.37.58	Laplasse Andrea	11.08.2004
10.000 m	42.39.60	Sobkowiak Martine	18.08.2018
Uurloop	13.441m	Van Haen Lutgarde	06.09.1995
100 m H.	21.26	Desard Magda	27.08.1994
400 m H.	1.30.32	Desard Magda	19.06.1994
Hoog	1,25m	Smets Tina	26.08.2018 en 22.04.2019

Ver	3,94m	Desard Magda	13.08.1994
Kogel	8,95m	Vos Ingrid	16 en 17.09.2006
Discus	28,70m	Vos Ingrid	09.09.2006
Speer	28,52m	Vos Ingrid	02.09.2006
Hamer	38,16m	Vos Ingrid	02.07.2006
Gewichtwerpen 9,08 kg	12,47m	Vos Ingrid	20.07.2006
5-kamp A.F.	1.103p	Smets Tina	05.10.2019
	(100m H. N.A. - hoog 1,23m - kogel 7,52m - ver 3,56m - 800m 3.43.27)		
7-kamp	1.936p	Desard Magda	06 en 07.08.1994
	(100m H. 23.7 - hoog 1,15m - kogel 6,59m - 200m 31.2 - ver 3,82m - speer 14,80m - 800m 2.50.7)		
Werpvijskamp	2.832p	Vos Ingrid	25.06.2006
	(hamer 37,25m – kogel 8,42m – discus 25,27m – speer 26,68m – gewichtwerpen 11,88m)		
4 x 100 m	61.19	Hemelaer Veerle (W35) – Seeten Ann (W40) – Laplasse Andrea (W40) – Vos Ingrid (W40)	10.06.2007
4 x 200 m	2.24.82	Meirens Sophie (W35) – Uitdebroeks Anja (W40) – Philippaerts Greta (W50) – Sterken Renata (W50)	17.08.2014
Olymp. Afloss.	5.11.21	Sterken Renata (W45) – Van Zand Maja (W55) – Uitdebroeks Anja (W35) – Desard Magda (W55)	24.06.2011
4 x 400 m	5.50.84	Sobkowiak Martine (W35) – Smolders Elke (W35) – Strouwen Bea (W45) – Philippaerts Greta (W50)	30.08.2015
4 x 800 m	12.16.56	Sobkowiak Martine (W35) – Van Zand Maja (W60) – Strouwen Bea (W50) – Philippaerts Greta (W50)	27.08.2017

Masters W 40

100 m hand	15.1	Desard Magda	24.06, 05.07 en 08.08.1995
100 m elec.	15.28 (+1,2)	Desard Magda	25.05.1995
200 m	32.1 (-1,0)	Desard Magda	08.07.1995
300 m	58.04	Uitdebroeks Anja	04.07.2015
400 m hand	1.12.5	Desard Magda	06.09.1995
400 m elec.	1.12.50	Desard Magda	02.10.1994
800 m	2.30.88	Laplasse Andrea	05.06.2006
1.000 m	3.18.91	Laplasse Andrea	21.07.2006
1500m	5.00.49	Laplasse Andrea	01.07.2006
1 mijl	5.42.80	Laplasse Andrea	15.07.2006
2.000m	9.00.59	Uitdebroeks Anja	24.08.2012
3.000 m	11.03.29	Laplasse Andrea	13.05.2006
2 mijl	14.18.97	Uitdebroeks Anja	22.06.2012

5.000 m	19.13.82	Laplasse Andrea	09.07.2006
10.000 m	40.00.55	Laplasse Andrea	05.07.2006
Uurloop	13.493m	Hermans Roos	29.04.2000
Marathon	3u28'09"	Sobkowiak Martine	10.10.2021
80 m H.	17.58 (+0,5)	Desard Magda	25.05.1995
100 m H.	22.1 (+ 1,8)	Desard Magda	08.07.1995
Hoog	1,15 m	Seeten Ann	11.06.2005
Ver	3,91 m (+0,8)	Desard Magda	15.10.1995
Polstok	1,90m	Vos Ingrid	06.09.2007
Kogel	9,79 m	Vos Ingrid	02.06.2007
Discus	30,10m	Vos Ingrid	29.07.2007
Speer	31,45m	Vos Ingrid	22.09.2007
Hamer	38,96m	Vos Ingrid	02.05.2010
Gewichtwerpen	12,68m	Vos Ingrid	22.07.2007
7-kamp	1.749p	Desard Magda	08 en 09.07.1995
	(100 m H. 22.1 - hoog 1,10 m - kogel 6,62 m - 200 m 32.1 ver 3,66 m - speer 13,14 m - 800 m 3.01.4)		
Werpvijskamp	3.321p	Vos Ingrid	22.08.2009
	(hamer 37,71m – kogel 8,87m – discus 26,37m – speer 25,55m – gewichtwerpen 12,63m)		
Werpvijskamp (nieuwe telling)	2.981p	Vos Ingrid	11.09.2010
	(hamer 35,86m – kogel 8,52m – discus 27,82m – speer 25,16m – gewichtwerpen 12,54m)		
4 x 100m	66.01	Uitdebroeks Anja (W40) – Philippaerts Greta (W50) – Van der Vorst Ria (W65) – Sterken Renata (W50)	
			07.06.2015
4 x 200 m	2.33.10	Meirens Sophie (W40) – Olaerts Kristel (W40) – Strouwen Bea (W45) – Philippaerts Greta (W50)	
			28.08.2016
4 x 400m	5.41.93	Strouwen Bea (W45) – Van Zand Maja (W55) – Uitdebroeks Anja (W40) – Sterken Renata (W50)	
			17.08.2014
4 x 800m	12.03.40	Van Zand Maja (W55) – Uitdebroeks Anja (W40) – Strouwen Bea (W45) – Philippaerts Greta (W45)	
			18.08.2013
Olymp. Afloss.	5.29.39	Philippaerts Greta (W45) – Van Zand Maja (W55) – Desard Magda (W55) – Uitdebroeks Anja (W40)	
			22.06.2012

Masters W 45

100 m	15.60	Sterken Renata	09.06.2013
200 m	31.33	Sterken Renata	06.06.2010
300 m	49.46	Sterken Renata	31.07.2010
400m	68.71	Sterken Renata	08.09.2010
600 m	1.56.89	Sterken Renata	24.05.2014
800 m	2.31.59	Sterken Renata	15.05.2010

1.000 m	3.18.51	Sterken Renata	06.08.2011
1.500 m	5.11.39	Sterken Renata	24.04.2010
1 mijl	5.51.24	Sterken Renata	30.07.2011
2.000 m	7.27.67	Sterken Renata	10.07.2011
3.000 m	11.42.17	Hermans Roos	24.08.2002
2 mijl	13.02.83	Sterken Renata	21.06.2013
5.000 m	19.57.52	Hermans Roos	15.09.2002
10.000 m	41.59.21	Hermans Roos	26.05.2002
Uurloop	13.956m	Hermans Roos	06.10.2002
Marathon	3u34'57"	Philippaerts Greta	01.11.2009
80 m H.	19.81	Sterken Renata	28.05.2012
Hoog	1,15 m	Sterken Renata	25.07.2010
Ver	3,57 m	Sterken Renata	28.05.2012
Kogel	6,52m	Sterken Renata	28.05.2012
Speer	14,34m	Hermans Roos	31.08.2002
Discus	12,10m	Panis Marie-Claire	10.06.2007
Hamer	15,98m	Panis Marie-Claire	28.06.2009
Gewichtwerpen	4,70m	Panis Marie-Claire	13.04.2008
5-kamp	1.417 p	Sterken Renata	28.05.2012
(100m H 19.81 - kogel 6,52m - hoog 1,02m - ver 3,57m - 800m 2.44.58)			
4 x 100m	66.27	Strouwen Bea (W45) – Van Zand Maja (W55) – Philippaerts Greta (W45) – Sterken Renata (W45)	09.06.2013
4 x 200m	2.22.54	Strouwen Bea (W45) – Van Zand Maja (W55) – Philippaerts Greta (W45) – Sterken Renata (W45)	18.08.2013
Olymp. afloss.	5.20.51	Philippaerts Greta (W45) – Sterken Renata (W45) – Strouwen Bea (W45) – Van Zand Maja (W55)	21.06.2013
4 x 800m	11.24.57	Van Zand Maja (W55) – Strouwen Bea (W45) – Philippaerts Greta (W45) – Sterken Renata (W45)	22.09.2013

Masters W 50

100 m	15.86	Desard Magda	05.06.2005
200 m	35.48	Philippaerts Greta	26.09.2015
300 m	56.42	Desard Magda	16.08.2008
400 m	1.14.26	Sterken Renata	20.06.2014
600 m	2.16.70	Poelmans Sylvie	05.08.2018
800 m	2.46.34	Sterken Renata	14.06.2014
1.000 m	3.39.59	Sterken Renata	08.07.2015
1500 m	5.33.33	Sterken Renata	13.06.2015
1 mijl	6.24.39	Philippaerts Greta	23.07.2016
2.000 m	7.48.02	Sterken Renata	20.09.2014

3.000 m	12.09.08	Sterken Renata	09.05.2015
2 mijl	13.45.30	Philippaerts Greta	07.09.2016
5.000 m	24.24.48	Poelmans Sylvie	22.09.2018
10.000 m	51.55.95	Sterken Renata	22.06.2014
Uurloop	13.018m	Philippaerts Greta	23.09.2016
Marathon	4u22'30"	Philippaerts Greta	09.10.2016
Ver	3,19m	Sterken Renata	04.07.2015
Kogel 3kg	6,95m	Sterken Renata	22.06.2014
Kogel 4kg	5,15m	Panis Marie-Claire	05.06.2011
Discus	11,46m	Panis Marie-Claire	09.06.2013
Speer 600g	12,88m	Sterken Renata	04.07.2015
Hamer 3kg	18,72m	Panis Marie-Claire	05.10.2014
Gewichtwerpen	5,88m	Panis Marie-Claire	17.10.2009
Olymp. afloss.	6.03.04	Strouwen Bea (W50) – Van Zand Maja (W60) – Philippaerts Greta (W50) – Poelmans Sylvie (W50) 22.06.2018	

Masters W 55

100 m	18.85	Van Zand Maja	
05.06.2011			
200 m	35.86	Desard Magda	03.06.2012
600m	2.17.96	Philippaerts Greta	13.09.2023
800 m	3.11.32	Philippaerts Greta	04.06.2023
1.000 m	3.57.05	Van Zand Maja	
08.07.2015			
1500 m	6.07.99	Van Zand Maja	
09.09.2015			
1 mijl	6.29.20	Van Zand Maja	
04.07.2015			
3.000 m	12.27.12	Van Zand Maja	
09.06.2013			
2 mijl	13.53.04	Van Zand Maja	
21.06.2013			
5.000 m	22.22.06	Van Zand Maja	
29.08.2015			
discus	14,07m	Panis Marie-Claire	10.06.2018
Hamer 3kg	17,44m	Panis Marie-Claire	24.06.2015
Gewichtwerpen	5,42m	Panis Marie-Claire	11.10.2014
4 x 100m	78.47	Van der Vorst Ria (W65) – Pittomvils M.-Anne (W55) – Nijs Monique (W55) – Van Zand Maja (W60) 27.08.2017	
4 x 200m	2.52.56	Van der Vorst Ria (W65) – Coteur Rita (W55) – Nijs Monique (W55) – Van Zand Maja (W60) 02.09.2018	

Masters W 60

1 mijl	6.49.00	Van Zand Maja
23.07.2016		
2 mijl	14.23.27	Van Zand Maja
07.09.2016		
5.000 m	22.26.24	Van Zand Maja
02.08.2017		
10.000 m	46.57.86	Van Zand Maja
06.05.2017		
Uurloop	12.793m	Van Zand Maja
23.09.2016		

Masters W 65

100 m	18.32	Van der Vorst Ria	07.06.2015
200 m	39.11	Van der Vorst Ria	14.06.2015
300 m	1.05.23	Van der Vorst Ria	29.05.2016
400 m	1.34.13	Van der Vorst Ria	13.06.2015
600m	2.33.99	Van Zand Maja	13.09.2023
800 m	3.24.47	Van Zand Maja	11.06.2022
1.000 m	4.32.60	Van Zand Maja	
07.08.2022			
1500 m	6.44.66	Van Zand Maja	
12.06.2022			
1 mijl	7.36.91	Van Zand Maja	
20.08.2022			
3.000 m	14.48.19	Van Zand Maja	
19.06.2021			
2 mijl	16.33.23	Van Zand Maja	13.09.2023
5.000 m	24.19.06	Van Zand Maja	
11.06.2022			
80 m H.	20.40	Van der Vorst Ria	23.08.2015
Hoog	1,05 m	Van der Vorst Ria	23.08.2015 en 13.08.2016
Hoog	1,05 m	Van der Vorst Ria	25.06, 29.07 en 30.09.2017
Ver	2,89m	Van der Vorst Ria	17.06.2018
Kogel 3kg	6,46m	Van der Vorst Ria	29.05.2016
Discus	13,82m	Van der Vorst Ria	14.07.2018
Speer 500g	18,70m	Van der Vorst Ria	23.09.2017
Speer 600g	18,42m	Van der Vorst Ria	15.07.2017
5-kamp (WMA)	2.603 p	Van der Vorst Ria	23.08.2015

(IAAF telling 786 p)

(80m H 20.40 - kogel 5,58m - hoog 1,05m -
ver 2,62m - 800m 3.25.56)

Masters W 70

100 m	20.28	Van der Vorst Ria	16.06.2019
80 m H.	23.06	Van der Vorst Ria	16.06.2019
Ver	2,95m	Van der Vorst Ria	15.06.2019
Kogel 3kg	5,60m	Van der Vorst Ria	21.06.2019
Discus	14,88m	Van der Vorst Ria	21.06.2019
Speer 500g	16,34m	Van der Vorst Ria	18.09.2021
Speer 600g	15,02m	Van der Vorst Ria	09.07.2022

Aller categorieën dames

100 m	12.07	Claes Anne	17.08.2008
150m	20.36	Brugghe Lies	09.09.2023
200 m	25.15	Claes Anne	27.04.2008
300 m	40.88	Mommen Nele	28.05.2012
400 m	58.33	Mievis Stefie	12.09.2009
600 m	1.38.98	Philippaerts Tessa	03.06.2018
800 m	2.13.81	Nelissen Paulien	12.05.2018
1.000 m	2.57.99	Nelissen Paulien	09.09.2016
1.500 m	4.29.26	Nelissen Paulien	27.05.2017
1 Mijl	5.15.68	Driesen Jet	23.08.2023
2.000 m	6.43.25	Nelissen Paulien	30.05.2015
3.000 m	9.56.79	Nelissen Paulien	01.05.2018
2 mijl	11.20.33	Driesen Jet	23.07.2023
5.000 m	18.20.62	Driesen Jet	02.08.2023
10.000 m	37.53.26	Driesen Jet	16.09.2023
Uurloop	13.956m	Hermans Roos	06.10.2002
Marathon	3u28'09"	Sobkowiak Martine	10.10.2021
100 m H.	14.77	Claes Anne	04.07.2009
400 m H.	62.23	Mievis Stefie	25.05.2013
2000 m steeple	7.57.88	Cosemans Jitte	02.12.2013
3000 m steeple	11.49.38	Cosemans Jitte	22.05.2015
Hoog	1,60m	Mievis Stefie	26.07.2009
	1,60m	Maris Ine	07.04.2018
Ver	6,02m	Claes Anne	27.06.1999
Hinkstap	13,08m	Claes Anne	07.06.2008
Polsstok	2,86m	Mievis Stefie	11.08.2007
Kogel	12,05m	Jardin Kris	14.09.1984
Speer	31,75m	Beckers Greet	07.05.2000
Discus	37,00m	Vos Ingrid	25.05.1991
Hamer	44,88m	Knaepen Ditte	05.08.2023
Gewichtwerpen 9,08 kg	13,96m	Knaepen Ditte	19.03.2023
5-kamp	1.166p	Mievis Stefie	13.08.2016

(100m H 15.35 - kogel 8,86m - hoog 1,51m -
ver 5,44m - 800m 2.30.71)

7-kamp	4.694p	Mievis Stefie	03 en 04.08.2013
		(100m H. 15.12 - hoog 1,55m - kogel 8,43m - 200m 26.59 - ver 5,47m - speer 30,64m - 800m 2.18.96)	
Werpvijskamp	2.562p	Knaepen Ditte	08.10.2022
		(hamer 42,90m – kogel 7,95m – discus 26,55m – speer 23,50m – gewichtwerpen 12,39m)	
4 x 100 m	48.72	Claes Anne – Belen Sanne – Govaerts Julie – Mievis Stefie	23.08.2009
4 x 200 m	1.43.5	Claes Anne – Belen Sanne – Govaerts Julie – Mievis Stefie	23.08.2009
4 x 400 m	3.52.45	Claes Anne – Govaerts Julie – Belen Sanne – Mievis Stefie	20.09.2009
4 x 800 m	9.50.70	Gijbels Cindy – Mas Hedwig – Mas Christel – Boiten Evi	17.09.2000
Zweedse aflossing	2.29.08	Mievis Stefie – Schorpion Daisy – Govaerts Julie – Mommen Nele	08.08.2007
Olymp. afloss.	4.18.99	Bleus Lisa – Verjans Inez – Appeltans Andrea – Govaerts Julie	03.10.2004
4 x 400m mixed	4.03.72	Benjamien Mathijs (Sen) – Cil Appeltans (Cad)	

Ruben Vanhelmont (Sen) – Loes Vanhove (Cad)

07.05.202

HEREN.

Benjamins

60 m (HT)	9.0	Busselen Joris	21.04.2002
60 m elec.	9.09	Philtjens Ylio	05.07.2015
600 m	1.52.93	Devos Giel	18.08.2020
Ver	4,08m	Bex Geoffrey	06.06 en 01.08.1999
Hoog	1,18m	Penders Gust	19.08.2016
Kogel	12,41m	Philtjens Ylio	26.09.2015
Hockeybal	39,90m	Cupers Dorian	27.09.2014
4-kamp (met 600m)	2.232p	Philtjens Ylio	19.09.2015
		(60 m 9.23 - kogel 11,96 m - ver 3,87 m - 600m 1.56.39)	
4-kamp	1.821p	Philtjens Ylio	05.09.2015
(zonder afstand)		(60m 9.42 - kogel 10,99m - ver 3,73m - hockey 35,94m)	

4 x 60 m	39.66	Philtjens Ylio – Muyldermans Matthias – Vanschoonbeek Jelle – Cupers Dorian	17.08.2014
3 x 600 m	6.22.01	Penders Gust – Knuysen Yoran – Willems Thor	28.08.2016

Pupillen

60 m	8.35	Verbrugghe Lorijn	30.10.2005
1.000 m	3.10.70	Devos Giel	04.09.2022
60 m H. (76cm)	10.73	Verbrugghe Lorijn	16.07.2005
60 m H. (68cm)	11.24	Devos Giel	18.09.2021
Hoog	1,41m	Busselen Joris	10.04.2004
Ver	4,83m	Verbrugghe Lorijn	24.09.2005
Kogel (2 kg)	10,92m	Verbrugghe Lorijn	07.08.2005
Discus	33,22m	Verbrugghe Lorijn	03.07.2005
Hockeybal	52,19m	Steyls Ruben	07.07.2001
Vortex	44,36m	Macours Arthur	23.09.2023
4-kamp	2.484p	Verbrugghe Lorijn	16.10.2005
	(60m 8.44 - kogel 10,36m - ver 4,55 m - 1.000m 3.33.38)		
4-kamp (zonder 1000m)	2.047p	Verbrugghe Lorijn	28.08.2005
	(60m H. 11.11 - ver 4,06m - 60m 8.94 - hockey 34,40m)		
4 x 60 m	34.40	Mathijs Benjamien – Boes Joris – Verbrugghe Lorijn – Busselen Joris	25.09.2004
3 x 600 m	5.55.71	Macours Arthur – Vanderstraeten Arven – Devos Giel	27.08.2022
2 km snelw.	15.01.4	Schippers Frank	15.05.1980

Miniemen

80 m	9.77	Verbrugghe Lorijn	16.09.2007
150 m	17.80	Verbrugghe Lorijn	22.04.2007
300 m	38.60	Verbrugghe Lorijn	22.09.2007
600m	1.52.50	Giel Devos	01.04.2023
1.000 m	2.53.01	Houben Tamirat	22.07.2017
1500m	5.04.35	Giel Devos	20.08.2023
80 m H. (84 cm)	12.78	Verbrugghe Lorijn	09.04.2007
80 m H. (76 cm)	14.44	Struys Lukas	08.10.2022
150 m H. (3 H.) (76 cm)	21.54	Houben Tamirat	30.09.2017
150 m H. (4 H.) (76 cm)	20.62	Verbrugghe Lorijn	13.07.2007
Hoog	1,61m	Verbrugghe Lorijn	07.07.2007
Ver	6,31m	Verbrugghe Lorijn	22.09.2007
Polsstok	1,97m	Verbrugghe Jonas	17.10.2004

Kogel (3 kg)	13,10m	Verbrugghe Lorijn	06.10.2007
Speer (400 g)	42,47m	Verjans Dietger	15.09.2004
Discus (750 g)	32,28m	Houben Tamirat	18.08.2017
5-kamp	4.124p	Verbrugghe Lorijn	12.08.2007
	(80m 10.03 - hoog 1,51m - kogel 12,56m - ver 5,80m - 1.000m 3.04.24)		
5-kamp (zonder 1.000m)	4.048p	Verbrugghe Lorijn	26.08.2007
	(80m H. 12.90 - 80m 9.88 - hoog 1,55m - kogel 12,31m - ver 5,47m)		
4 x 80 m	43.59	Mathijs Benjamien – Verbrugghe Lorijn – Boes Joris – Busselen Joris	23.04.2006
3 x 600 m	5.35.25	Giel Devos – Arthur Van Tornout – Nicolas Van Tornout	26.08.2023
1 km snelw.	5.26.3	Segers Luc	05.08.1979
3 km snelw.	16.17.0	Segers Luc	26.10.1980

Cadetten

100 m	11.19	Verbrugghe Lorijn	05.09.2009
150 m	19.37	Bodeux Jonay	04.09.2022
200 m	22.54	Verbrugghe Lorijn	04.07.2009
300 m	35.80	Verbrugghe Lorijn	01.06.2009
400 m	52.43	Verbrugghe Lorijn	26.04.2009
600 m	1.41.76	Vanhelmont Ruben	20.07.2014
800 m	2.06.2	Froyen Ronny	06.08.1977
1.000 m	2.46.9	Appeltans Johan	01.07.1987
1.500 m	4.26.4	Appeltans Johan	19.08.1987
1 mijl	5.06.09	Vermeiren Axel	10.09.2008
2.000 m	6.29.41	Vanstapel Arno	06.06.2009
100 m H. (91cm)	15.42	Bex Geoffrey	30.06.2004
100 m H. (84cm)			
300 m H.	44.41	Vermeiren Axel	06.09.2008
1500 m steeple	4.48.20	Reniers Karel	27.06.2007
Hoog	1,68m	Bex Geoffrey	24.09.2005
Ver	6,31m	Knuysen Yoran	11.09.2022
Hinkstap	13,40m	Bex Geoffrey	04.09.2005
Polsstok	2,80m	Vermeiren Axel	25.05.2008
Kogel (4 kg)	15,08m	Timmermans Gilles	15.08.2011
Speer (600 g)	54,58m	Timmermans Gilles	30.07.2011
Discus (1 kg)	45,76m	Bex Kevin	06.10.2001
Hamer (4 kg)	47,17m	Steegmans Andreas	09.09.2015
5-kamp	2.602 p	Vermeiren Axel	21.07.2008
	(ver 5,18 m - speer 38,96 m - 200 m 26.75 - discus 40,81 m - 1.500 m 4.51.35)		
8-kamp	3.631 p	Vermeiren Axel	30 + 31.08.2008

(100m 13.06 – ver 5,22m – kogel 11,45m – hoog 1,50m –
100mH 17.57 – pols 2,60m – speer 38,54m – 1.000m

3.04.32)

4 x 100 m	47.36	Emobo Rex – Vanclee Joren – Bodeux Jonay – Knuysen Yoran	27.08.2022
4 x 800 m	9.00.1	Jacobs Marco – Robijns Rudi – Neven Carlo – Froyen Ronny	28.04.1977
Olymp. Afloss.	4.14.32	Reniers Karel – Verbrugghe Jonas – Geboers Alexander – Michotte Pieter	14.10.2006
5 km snelw.	27.47.3	Segers Luc	10.10.1982

Scholieren

100 m	11.14	Verbrugghe Lorian	24.05.2010
150 m	17.30	Mesotten Cedric	04.09.2022
200 m	22.13	Verbrugghe Lorian	02.06.2011
300 m	35.53	Verbrugghe Lorian	25.09.2010
400 m	50.94	Verbrugghe Lorian	24.04.2011
600 m	1.43.75	Jaspers Gilles	07.07.2017
800 m	1.58.76	Coolen Raf	09.08.1998
1.000 m	2.36.6	Boussu Stefan	06.09.1980
1.500 m	4.02.26	Ballet Finn	20.05.2023
mijl	4.46.70	Vanstapel Arno	30.07.2011
2.000 m	6.05.84	Vanstapel Arno	24.06.2011
3.000 m	8.57.69	Ballet Finn	01.05.2023
110 m H	17.24	Michotte Pieter	01.07.2007
400 m H	55.99	Mathijs Benjamien	05.09.2010
2.000 m St.	6.20.4	Boussu Stefan	14.09.1980
Hoog	1,85m	Pauwels Marcel	29.06+24.08.1986
Ver	6,77m	Knuysen Yoran	03.09.2023
Hinkstap	13,97m	Bex Geoffrey	15.08.2006
Polstok	2,50m	Nulens Tom	12.09.1989
Kogel (5 kg)	15,00m	Timmermans Gilles	26.06.2013
Speer (700g)	59,36m	Timmermans Gilles	14.06.2013
Speer (800g)	56,00m	Timmermans Gilles	01.06.2013
Discus (1,5 kg)	38,93m	Billen Maarten	04.07.1998
Hamer (5 kg)	51,30m	Steegmans Andreas	25.05.2017
Gewichtwerpen 9,08kg	13,62m	Kobe Danckaert	28.10.2023
5-kamp	2.679 p	Roncada Elias	02.10.2022
(ver 6,19m - speer 37,35m - 200m 23.33 - discus 31,24m - 1500 m 5.28.99)			
Werpmeerkamp	2.673 p	Kobe Danckaert	28.10.2023
(hamer 33,34m – kogel 10,27m – discus 37,41m – speer 42,16m – gewicht 13,62m)			
4 x 100 m	45.80	Knuysen Yarne – Roncada Elias –	27.08.2022

4 x 800 m	8.37.6	Lenaerts Robbe – Mesotten Cedric Boiten Gert – Massoels Frank – Appeltans Johan – Boiten Raf	13.05.1989
1/2 uur snelw.	5.189m	Segers Luc	10.04.1983
10 km snelw.	57.13.8	Segers Luc	15.10.1983

Juniors

60m	7.19	Cedric Mesotten	02.06.2023
100 m	10.98	Theijs Bjorn	05.08.1995
150m	17.67	Yarne Knuysen	09.09.2023
200 m	22.12	Theijs Niels	04.06.2011
300 m	35.69	Cedric Mesotten	23.07.2023
400 m	49.59	Cedric Mesotten	07.05.2023
600 m	1.40.38	Jaspers Gilles	05.08.2018
800 m	1.55.18	Pauwels Marcel	30.07.1988
1.000 m	2.32.48	Coolen Raf	16.09.2000
1.500 m	4.02.51	Coolen Raf	23.07.2000
1 mijl	4.25.66	Coolen Raf	19.08.2000
2.000 m	5.40.70	Coolen Raf	29.04.2000
3.000 m	8.48.5	Jacobs Marco	27.05.1981
2 mijl	10.34.57	Jaspers Gilles	04.09.2019
5.000 m	15.19.99	Coolen Raf	05.08.2000
10.000 m	33.29.5	Boiten Raf	20.09.1991
Uurloop	16.611m	Vandebroek Jochim	06.09.1995
110 m H.	17.20	Berx Tim	15.05.1994
400 m H.	54.6	Pauwels Marcel	09.08.1988
3.000 m st.	10.17.48	Vandebroek Jochim	20.08.1996
Hoog	1,85m	Wauters Wim	12.06.1977
		Pauwels Marcel	04.10.1987
Ver	6,77m	Mathijs Benjamien	09.09.2012
Hinkstap	12,95m	Smets Jos	03.09.1985
Kogel (6 kg)	13,38m	Billen Maarten	02.09.2000
Discus (1,75kg)	41,08m	Billen Maarten	02.09.2000
Speer (800g)	58,08m	Timmermans Gilles	06.06.2015
Hamer (6,25)	42,44m	Steegmans Andreas	11.08.2018
Gewichtwerpen11,34kg	10,49m	Mgbokwere Denzell	09.10.2021
Werpvijskamp	1.613 p	Mgbokwere Denzell	26.09.2021
	(hamer 30,27m – kogel 6,96m – discus 19,98m – speer 22,01m – gewichtwerpen 10,72m)		
5-kamp	2.758p	Mathijs Benjamien	28.05.2012
	(ver 6,41m - speer 31,67m - 200m 23.14 - discus 25,79m - 1.500m 4.52.51)		
Sprintmeerkamp	2.453 p	Cedric Mesotten	02.06.2023
	(60m 7.19 – 100m 11.25 – 200m 22.52)		

4 x 800m	8.29.11	Boiten Raf – Boiten Gert – Massoels Frank – Reekmans Seger	28.08.1991
4 x 1500 m	18.37.32	Vaes Mario – Massoels Frank – Boiten Gert – Boiten Raf	28.08.1991
10 km snelw.	59.04.9	Segers Luc	07.07.1985
20 km snelw.	2.21.29.0	Segers Luc	06.07.1985

Seniors

100 m	10.68	Theijs Niels	16.05.2015
150 m	18.15	Mathijs Benjamien	04.09.2022
200 m	21.62	Theijs Niels	02.04.2016
300 m	35.59	Theijs Niels	19.05.2013
400 m	49.60	Theijs Niels	05.04.2013
600 m	1.33.78	Jaspers Gilles	21.07.2022
800 m	1.57.19	Coolen Raf	25.08.2001
1.000 m	2.34.92	Bamps Gert	21.07.2002
1.500 m	4.00.43	Dannis Marc	06.09.2003
1.500 m G-atleten	6.10.00	Meus Leander	04.06.2011
1 mijl	4.21.92	Dannis Marc	19.07.2003
2.000 m	5.40.5	Barbier Eddy	18.08.1989
3.000 m	8.40.75	Vanholst Michiel	04.06.2016
2 mijl	9.49.13	Vanholst Michiel	19.09.2020
5.000 m	14.59.09	Vanholst Michiel	16.07.2016
10.000 m	31.47.65	Vanholst Michiel	29.08.2020
Uurloop	17.577m	Schaillee Kurt	19.09.2003
20 km	1u13'16"	Vanvinckenroye Peter	13.08.1992
Marathon	2u29'50"	Vanholst Michiel	24.09.2017
110 m H.	15.91	Senden Christophe	14.09.2002
400 m H.	55.71	Pauwels Marcel	27.05.1990
2.000 m steeple	6.41.8	Barbier Eddy	15.05.1989
3.000 m steeple	9.35.7	Van Overbeke Lode	24.08.1979
Hoog	1,91m	Wauters Wim	19.09.1981
		Pauwels Marcel	03.05.1990
Ver	6,85m (+2.0)	Smets Jos	24.06.1987
Hinkstap	13,99m (+0,2)	Smets Jos	24.05.1992
Polstok	2,80m	Wauters Wim	05.08.1981
		Theijs Jean	05.08.1990
Kogel	12,61m	Billen Maarten	02.06.2002
Kogel G-atleten 4 kg	5,71m	Meus Leander	04.06.2011
Discus	43,44m	Mesotten Patrick	08.04.2001
Speer	48,30m	Timmermans Gilles	24.04.2016
Hamer	37,00m	Bex Kevin	04.10.2009
Gewichtwerpen	10,07m	Houben Frederik	06.07.2014
5-kamp	2.738p	Theijs Jean	29.09.1990

		(6,09m - 39,50m - 23.1 - 27,44m - 5.05.4)	
10-kamp	5.403p	Theijs Jean	04 + 05.08.1990
		(11.50 - 6,35m - 11,12m - 1,74m - 52.74 -	
		19.05 - 29,36m - 2,80m - 40,94m - 5.07.4)	
Werpviijkamp	1.910 p	Houben Frederik	22.06.2014
		(hamer 31,44m – kogel 9,52m – discus 20,29m –	
		speer 34,05m – gewichtwerpen 9,87m)	
4 x 100 m	44.6	Theijs Jean – Vaes Mario –	24.05.1992
		Fontana Pietro – Zwerts Raf	
4 x 200 m	1.34.80	Pauwels Marcel – Theijs Jean –	28.08.1991
		Smets Jos – Zwerts Raf	
4 x 400 m	3.31.58	Theijs Jean – Zwerts Raf –	06.10.1990
		Caers Erik – Pauwels Marcel	
4 x 800 m	8.36.3	Barbier Eddy – Droogmans Erik –	30.08.1989
		Smets Jos – Pauwels Marcel	
4 x 1500 m	17.46.57	Bellen Peter – Billen Robbie –	25.08.1999
		Neven Rudi – Dannis Marc	
Zweedse aflossing	2.08.79	Coolen Raf – Gijbels Davy –	14.09.2001
		Dannis Marc – Senden Christophe	
Olympische aflossing	4.17.95	Neven Rudi – Vaes Peter –	12.10.2002
(800 - 400 - 200 - 200)		Pulinx Peter – Dannis Marc	
10 km snelw.	63.45.0	Wauters Wim	23.09.1978

Masters M 35

100 m	12.98	Vanclee Gert	09.09.2015
200 m	24.75	Ketelslegers Frank	14.10.2006
300 m	39.60	Ketelslegers Frank	13.09.2006
400 m	55.14	Ketelslegers Frank	09.09.2006
600 m	1.36.30	Van Poucke Christophe	05.08.2017
800 m	2.04.51	Ketelslegers Frank	16.09.2006
1.000 m	2.49.67	Schaillee Kurt	06.05.2007
1.500 m	4.24.68	Schaillee Kurt	16.05.2010
1 mijl	4.59.55	Neirinck Gert	11.09.2013
2.000 m	5.59.80	Schaillee Kurt	21.05.2008
3.000 m	9.19.18	Schaillee Kurt	08.06.2008
2 mijl	10.13.05	Schaillee Kurt	26.06.2009
5.000 m	16.03.42	Schaillee Kurt	02.06.2007
10.000 m	33.59.14	Schaillee Kurt	07.09.2007
Uurloop	17.131m	Schaillee Kurt	06.10.2007
Marathon	4u27'58"	Nicolaij Sven	23.04.2017
110 m H. (1m)	22.49	Neirinck Gert	16.06.2013
400 m H.	1.08.95	Neirinck Gert	15.06.2013
3.000m steeple	10.59.62	Neirinck Gert	26.06.2013
Hoog	1,57m	Neirinck Gert	21.08.2010

Ver	5,32m	Neirinck Gert	31.07.2010
Hinkstap	8,59m	Vanclee Gert	09.09.2015
Kogel	9,58m	Houben Frederik	02.04.2016
Discus	23,98m	Houben Frederik	07.04.2018
Speer	35,20m	Houben Frederik	11.06.2017
Hamer	37,55m	Houben Frederik	25.05.2017
Gewichtwerpen	10,76m	Houben Frederik	02.04.2016
5-kamp	1.793 p	Neirinck Gert	25.07.2010
(ver 5,03 m - speer 21,83 m - 200 m 27.39 - discus 20,16 m - 1500 m 5.06.15)			
Werpvijskamp	2.076 p	Houben Frederik	02.04.2016
(hamer 33,13m – kogel 9,58m – discus 22,35m – speer 33,15m – gewichtwerpen 10,76m)			
4 x 100 m	52.31	Claesen D. (M35) – Vanclee G. (M35) - Cupers J. (M35) – Houben F. (M35)	30.08.2015
4 x 200 m	1.53.36	Claesen D. (M35) – Vanclee G. (M35) - Houben F. (M35) – Vanschoonbeek S. (M40)	30.08.2015
4 x 400 m	3.46.77	Geboers E. (M40) – Neven R. (M40) - Ketelslegers F. (M35) – Mievis B. (M40)	10.06.2007
4 x 800 m	9.35.83	Driesen D. (M40) – Schaillee K. (M40) - Wouters J. (M45) – Neirinck G. (M35)	09.08.2012
4 x 1500 m	20.08.99	Frederix D. (M50) – Bellen P. (M35) – Uitdebroeks R. (M55) – Penxten M. (M45)	20.08.2006
Zweedse afl.	2.29.37	Neirinck G. (M35) – Neven R. (M45) – Driesen D. (M40) – Claesen D. (M35)	25.05.2012
Olympische afl.	4.13.03	Neirinck G. (M35) – Schaillee K. (M40) – Geboers E. (M45) – Driesen D. (M40)	22.06.2012

Masters M 40

100 m (hand)	11.4 (+2,0)	Theijs Jean	04.04.1993
	11.4 (+1,6)	Theijs Jean	26.06.1993
	11.4 (+1,2)	Theijs Jean	17.07.1993
100 m elec	11.53 (+1,6)	Theijs Jean	27.06.1993
200 m	22.92 (+1,8)	Theijs Jean	28.04.1993
300 m	36.9	Theijs Jean	17.07.1993
400 m	52.1	Theijs Jean	23.05.1993
800 m	2.10.09	Geboers Erik	19.08.2006
1.000 m	2.47.60	Geboers Erik	23.08.2006
1.500 m	4.25.90	Frederix Danny	30.06.1999
1 mijl	4.47.39	Frederix Danny	04.07.1998
2.000 m	6.04.87	Neven Rudi	01.06.2005
3.000 m	9.32.6	Frederix Danny	13.06.1999

2 mijl	10.12.22	Van Marcke Pascal	26.06.2009
5.000 m	16.21.35	Van Marcke Pascal	29.08.2009
10.000 m	34.05.18	Van Marcke Pascal	14.09.2011
Uurloop	17.218m	Van Marcke Pascal	21.07.2010
Marathon	2u45'51"	Brulmans Jean	13.10.2002
110 m H. (1,00m)	17.29	Mievis Benny	17.06.2007
400 m H.	1.00.39	Mievis Benny	03.06.2007
3.000 m steeple	11.25.51	Neven Rudi	01.07.2005
Ver	6,49m	Mievis Benny	15.07.2006
Hoog	1,70m	Theijs Jean	23.07, 02.08 en 28.08.1994
Hinkstap	14,18m	Mievis Benny	28.07.2006
Polstok	2,20m	Mievis Benny	01.06.2005
Kogel	13,31m	Theijs Francois	23.04.1994
Discus	33,30m	Theijs Francois	30.07.1992
Speer	44,32m	Theijs Jean	18.09.1993
Hamer	33,90m	Biets Hugo	21.06.1992
Gewichtwerpen	7,69m	Reenaers Michel	11.10.2014
5-kamp	2.420 p	Mievis Benny	07.07.2007
(ver 6,31 m - speer 32,23 m - 200 m 24.63 - discus 19,52 m - 1500 m 5.04.67)			
4 x 100 m	48.21	Theijs Jean (M40) – Hermans Luc (M40) Weyens Christophe (M40) – Theijs Francois (M40)	02.10.1994
4 x 200 m	1.43.34	Hermans Luc (M40) – Billen Jozef (M40) – Beckers Robert (M40) – Theijs Jean (M40)	25.08.1993
4 x 400 m	3.53.6	Hermans Luc (M40) – Billen Jozef (M40) – Beckers Robert (M40) – Theijs Jean (M40)	25.08.1993
4 x 800 m	10.38.43	Neven Rudi (M50) – Werckx Ludo (M50) – Ruymen Michel (M55) – Neirinck Gert (M40)	30.08.2015
4 x 1500 m	19.42.3	Frederix Danny (M40) – Billen Jozef (M45) – Hermans Luc (M45) – Manshoven Rene (M40)	27.08.1997
Olympische aflossing	4.14.07	Neven Rudi (M40) – Govaerts Peter (M40) – Mathijs Rudi (M45) – Billen Jozef (M50)	01.08.2003

Masters M 45

100 m el.	12.29(0)	Theijs Jean	24.05.1999
200 m el.	25.50(+ 0,2)	Theijs Jean	16.05.1999
300 m	40.99	Geboers Erik	16.08.2008

400 m	58.04	Geboers Erik	14.06.2009
800 m	2.12.18	Schoels Marc	18.05.2013
1.000 m	2.56.94	Neven Rudi	24.06.2009
1.500 m	4.27.67	Frederix Danny	03.09.2000
1 mijl	4.49.27	Frederix Danny	27.08.2000
2.000 m	6.24.60	Van Marcke Pascal	10.09.2014
3.000 m	9.34.25	Frederix Danny	15.09.2000
2 mijl	10.19.16	Van Marcke Pascal	16.05.2014
5.000 m	16.18.91	Van Marcke Pascal	12.05.2013
10.000 m	33.54.85	Van Marcke Pascal	01.06.2013
20.000 m	1u18'22"	Droogmans Erik	16.10.2010
Uurloop	17.291m	Van Marcke Pascal	03.08.2012
½ marathon (piste)	1u22'38"	Droogmans Erik	16.10.2010
Marathon	2u43'55"	Van Marcke Pascal	19.04.2015
3.000 m steeple	12.25.89	Neven Rudi	07.08.2009
Hoog	1,52m	Mathijs Rudi	28.08.2004
Ver	5,71m	Mievis Benny	27.09.2008
Hinkstap	13,00m	Mievis Benny	21.08.2008
Kogel	11,45m	Mesotten Patrick	07.06.2015
Discus	38,18m	Mesotten Patrick	23.09.2017
Speer	40,04m	Mesotten Patrick	14.10.2017
Hamer	32,63m	Vanbrabant Danny	29.06.2008
Gewichtwerpen	9,22m	Vanbrabant Danny	13.05.2008
5-kamp IAAF	1.517p	Vanvinckenroye Willy	21.07.1990
		(4,31m - 29,52m - 28.4 - 26,36m - 6.05.7)	
5-kamp A.F.	1.751 p	Lenaers Gert	07.10.2018
		(3,98m - 22,48m - 29.10 - 15,87m - 5.43.66)	
4 x 100 m	51.4	Beckers Jean (M45) – Segers Hubert (M45)	
02.09.1987		Reekmans Ludo (M45) – Raemaekers Rik (M45)	
4 x 200 m	1.51.98	Driesen Dimitri (M45) – Lenaers Gert (M45)	
30.08.2015		Claes Benny (M50) – Geboers Erik (M50)	
4 x 400 m	4.11.53	Beckers Robert (M45) – Billen Jozef (M45) – Hermans Luc (M45) – Theijs Jean (M45)	26.08.1998
Olympische afl.	4.35.89	Neven Rudi (M45) – Brulmans Jean (M45) – Lefevere Alain (M45) – Thijssen Xavier (M45)	26.06.2009
4 x 800 m	10.30.32	Sam Aerts (M45) – Dimitri Driesen (M50) – Gert Lenaers (M50) – David Stijnen (M45)	26.08.2023

Masters M 50

100 m	13.51	Schoels Marc	30.06.2013
200 m	27.36	Schoels Marc	30.06.2013

300m	43.27	Geboers Erik	21.09.2013
400 m	58.02	Schoels Marc	30.06.2013
600 m	1.48.74	Neven Rudi	07.07.2017
800 m	2.10.38	Schoels Marc	27.09.2014
1.000 m	2.49.87	Schoels Marc	25.06.2014
1.500 m	4.24.99	Schoels Marc	16.06.2013
1 mijl	4.56.76	Schoels Marc	03.09.2014
2.000 m	6.15.49	Schoels Marc	10.09.2014
3.000 m	9.52.19	Schoels Marc	09.06.2013
2 mijl	10.36.89	Schoels Marc	21.06.2013
5.000 m	17.04.53	Schoels Marc	21.09.2013
10.000 m	35.19.05	Uitdebroeks Romain	03.07.2004
Uurloop	16.656m	Uitdebroeks Romain	18.09.2002
Marathon	2u41'48"	Hiemeleers Marc	30.10.2011
3.000 m steeple	12.45.32	Claes Benny	28.06.2015
Hoog	1,40m	Raemaekers Rik	07.06.1992
	1,40m	Jacobs Humberto	08.06, 16.08, 31.08 en 20.09.2008
Ver	4,70m	Jacobs Humberto	16.08.2008
Kogel 7 kg	10,30m	Mesotten Patrick	19.05.2019
Kogel 6 kg	11,65m	Mesotten Patrick	21.07.2019
Discus 2 kg	35,26m	Mesotten Patrick	13.07.2019
Discus 1,5 kg	41,24m	Mesotten Patrick	21.06.2019
Speer 800 g	34,83m	Mesotten Patrick	02.06.2019
Speer 700 g	37,72m	Mesotten Patrick	21.07.2019
Hamer 7 kg	29,85m	Patrick Mesotten	07.10.2023
Hamer 6 kg	33,20m	Biets Hugo	29.05.2002
Gewichtwerpen 11,34kg	13,03m	Mesotten Patrick	15.08.2023
Gewichtwerpen 15,88kg	9,78m	Mesotten Patrick	07.10.2023
5-kamp	1.096p	Smets Raymond	20.09.1987
	(4,17 - 18,40 - 30,5 - 18,80 - 6.00.0)		
Werpvijskamp WMA	2.716 p	Mesotten Patrick	09.10.2021
	(hamer 31,10m – kogel 10,79m – discus 37,05m – speer 32,88m – gewichtwerpen 11,06m)		
Werpvijskamp IAAF	2.023 p	Mesotten Patrick	07.10.2023
	(hamer 29,85m – kogel 9,23m – discus 30,20m – speer 30,10m – gewichtwerpen 9,78m)		
4 x 200 m	2.22.97	Ludo Werckx (M60) – Jos Schraepen (M65) – Stefaan Huybrechts (M50) – Jos Vandebroek (M70)	26.08.2023
4 x 800 m	12.19.69	Huybrechts Stefaan (M50) – Buttiens Marc (M60) – Ruymen Michel (M65) – Neven Rudi (M55)	27.08.2022
4 x 1500 m	23.17.95	Neven Rudi (M50) – Di Vito Domenico (M55) – Ruymen Michel (M60) – Claes Benny (M55)	27.08.2017
Olymp. afloss.	4.20.43	Schoels Marc (M50) – Geboers Erik (M50) – Ruymen Michel (M55) – Neven Rudi (M50)	21.06.2013

Masters M 55

100 m	14.20	Schoels Marc	12.05.2019
200 m	28.26	Schoels Marc	20.04.2019
300 m	44.74	Schoels Marc	12.05.2019
400 m	1.00.43	Schoels Marc	18.08.2018
600 m	1.35.87	Schoels Marc	05.08.2018
800 m	2.12.34	Schoels Marc	11.08.2018
1000m	2.54.44	Schoels Marc	27.06.2018
1500 m	4.41.79	Schoels Marc	16.06.2019
1 mijl	5.00.78	Schoels Marc	14.07.2018
2000 m	6.40.13	Uitdebroeks Romain	24.09.2006
3000 m	10.31.61	Schoels Marc	13.05.2018
2 mijl	11.07.11	Schoels Marc	22.06.2018
5000 m	17.11.39	Uitdebroeks Romain	09.09.2006
10.000 m	36.35.3	Uitdebroeks Romain	05.07.2006
Uurloop	16.080m	Hiemeleers Marc	03.08.2012
Marathon	2u41'54"	Uitdebroeks Romain	14.05.2006
Ver	4,40m	Smets Raymond	07.06.1992
Hinkstap	8,38m	Smets Raymond	19.06.1994
Kogel (6 kg)	8,71m	Biets Hugo	02.07.2011
Kogel (7 kg)	9,25m	Theijs Jean	11.04.2009
Discus (1,5 kg)	26,25m	Biets Hugo	04.06.2011
Discus (2 kg)	24,11m	Theijs Jean	14.06.2009
Speer 700 g	19,46m	Biets Hugo	01.10.2011
Speer 800 g	32,92m	Theijs Jean	05.06.2011
Hamer (6 kg)	26,75m	Biets Hugo	26.06.2011
Hamer (7 kg)	17,62m	Smets Raymond	03.06.1990
Gewichtwerpen	8,32m	Knaepen Marc	08.10.2011
5-kamp	929p	Smets Raymond	21.07.1992
	(ver 3,90 m - speer 16,48 m - 200 m 32.2 - discus 1,5kg 21,66 m - 1500 m 6.19.2)		
Werpvijskamp	1.568 p	Biets Hugo	01.10.2011
	(hamer6kg 20,30m – kogel6kg 7,04m – discus1,5kg 21,07m – speer700g 19,46m – gewichtwerpen11,34kg 5,96m)		
4 x 400m	4.34.95	Claes Benny (M55) – Pelgrims Edouard (M60) – Werckx Ludo (M55) – Uitdebroeks Romain (M65)	
			28.08.2016
Olymp. afloss.	4.43.40	Schoels Marc (M55) – Werckx Ludo (M55) - Claes Benny (M55) – Pelgrims Edouard (M60)	
			22.06.2018
4 x 800m	10.20.81	Schoels Marc (M55) – Pelgrims Edouard (M60) – Neven Rudi (M55) – Werckx Ludo (M55)	
			02.09.2018

Masters M 60

100 m	14.69	Santermans Benny	21.06.2019
200 m	30.53	Pelgrims Edouard	23.09.2017
300 m	50.04	Pelgrims Edouard	14.07.2018
400 m	69.17	Pelgrims Edouard	12.06.2016
600 m	1.52.22	Pelgrims Edouard	07.07.2017
800 m	2.38.36	Pelgrims Edouard	13.05.2016
1.000 m	3.20.97	Uitdebroeks Romain	06.08.2011
1500 m	5.08.52	Uitdebroeks Romain	12.06.2011
1 mijl	5.47.54	Pelgrims Edouard	23.07.2016
2.000 m	7.28.15	Pelgrims Edouard	29.05.2016
3.000 m	10.52.54	Uitdebroeks Romain	10.08.2011
2 mijl	11.51.50	Uitdebroeks Romain	24.06.2011
5.000 m	18.31.83	Uitdebroeks Romain	30.07.2011
10.000 m	37.53.84	Hiemeleers Marc	06.05.2017
uurloop	14.784m	Delvaux Paul	05.08.2005
marathon	2u56'40"	Hiemeleers Marc	08.10.2017
100 m H. (84cm)	22.01	Pelgrims Edouard	18.06.2017
300 m H. (76cm)	54.94	Pelgrims Edouard	17.06.2018
2.000 m steeple	8.16.35	Pelgrims Edouard	17.06.2018
3.000 m steeple	14.46.40	Philippaers Guido	03.08.2007
Hoog	1,35 m	Pelgrims Edouard	25.06.2017
Ver	4,52 m	Santermans Benny	13.07.2019
Hinkstap	9,55 m	Santermans Benny	14.08.2019
Kogel 5 kg	10,59 m	Mesotten Jozef	12.04.2004
Kogel 7 kg	7,76 m	Biets Hugo	21.06.2013
Speer 600 g	29,71 m	Pelgrims Edouard	28.07.2018
Speer 800 g	27,96 m	Theijs Jean	12.05.2013
Discus 1 kg	30,86 m	Biets Hugo	21.09.2014
Discus 2 kg	21,27 m	Biets Hugo	23.07.2016
Hamer 5 kg	29,70 m	Biets Hugo	29.06.2014
Hamer 7 kg	20,37 m	Biets Hugo	21.10.2012
Gewichtwerpen	10,81 m	Biets Hugo	11.10.2014
5-kamp	1.331 p	Pelgrims Edouard	13.08.2016
5-kamp AF (age factor)	2.612 p	Pelgrims Edouard	29.07.2017
	(ver 3,81 m - speer 600g. 28,38 m - 200 m 31.60 - discus 1 kg 25,00 m - 1500 m 5.25.89)		
Werpvielfkamp	2.229 p	Biets Hugo	22.06.2014
	(hamer 5kg 27,89m – kogel 5kg 9,20m – discus 1kg 29,47m – speer 600g 22,18m – gewichtwerpen 9,08kg 8,55m)		
4 x 100 m	66.97	Hermans Luc (M60) – Billen Jozef (M60) – Philippaers Guido (M65) – Vangeel Benny (M60)	18.08.2013
Olymp. afloss.	5.12.96	Uitdebroeks Romain (M65) – Billen Jozef (M65) –	

		Ruymen Michel (M60) – Ver Eecken Rudy (M60)	23.06.2017
4 x 400 m	5.29.79	Hermans Luc (M60) – Billen Jozef (M60) – Govaerts Kris (M65) – Van Den Broeck Raf (M60)	18.08.2013
4 x 800 m	11.56.95	Pelgrims Edouard (M60) – Ruymen Michel (M60) – Ver Eecken Rudy (M60) – Govaerts Kris (M65)	27.08.2017

Masters M 65

100 m	15.50	Pelgrims Edouard	24.06.2023
200 m	31.41	Pelgrims Edouard	31.07.2021
300 m	49.92	Pelgrims Edouard	21.07.2021
400 m	72.51	Pelgrims Edouard	10.06.2023
800 m	2.42.48	Uitdebroeks Romain	24.09.2016
1.000 m	3.25.80	Uitdebroeks Romain	23.09.2016
1500m	5.36.63	Pelgrims Edouard	31.07.2021
1 mijl	5.51.95	Uitdebroeks Romain	03.08.2016
3.000 m	12.07.20	Uitdebroeks Romain	04.05.2016
2 mijl	12.21.40	Uitdebroeks Romain	07.09.2016
5.000 m	19.48.04	Uitdebroeks Romain	23.07.2016
10.000 m	39.30.28	Hiemeleers Marc	30.04.2022
Uurloop	14.325m	Uitdebroeks Romain	23.09.2016
marathon	3u11'42"	Uitdebroeks Romain	09.10.2016
100 m H. (84cm)	24.27	Pelgrims Edouard	19.09.2021
300 m H. (76cm)	56.16	Pelgrims Edouard	18.09.2021
2.000 m steeple (76)	9.47.99	Philippaers Guido	31.05.2009
Hoog	1,35m	Jacobs Humberto	11.06.2023
Ver	4,13m	Pelgrims Edouard	19.09.2021 en 11.06.2022
Hinkstap	8,78 m	Jacobs Humberto	10.06.2023
Kogel (5 kg)	9,93m	Jacobs Humberto	24.06.2023
Kogel (7 kg)	7,67m	Jacobs Humberto	08.07.2023
Discus (1 kg)	32,75m	Jacobs Humberto	01.07.2023
Discus (2 kg)	21,49m	Jacobs Humberto	08.07.2023
Speer (600 g)	31,75m	Jacobs Humberto	01.07.2023
Speer (800 g)	30,99m	Jacobs Humberto	10.04.2023
Hamer (5 kg)	26,60m	Jacobs Humberto	20.05.2023
Hamer (7kg)	14,59m	Smets Raymond	04.06.2000
Gewichtwerpen 9,08kg	11,61m	Jacobs Humberto	11.03.2023
Werpvijfkamp	2.768 p	Jacobs Humberto	01.07.2023
(hamer 5kg 26,15m – kogel 5kg 9,65m – discus 1kg 32,75m – speer 600g 31,75m – gewichtwerpen 9,08kg 10,92m)			
5-kamp AF (age factor)	2.885 p	Pelgrims Edouard	31.07.2021
(ver 4,03m - speer 600g. 25,48m - 200 m 31.41 -			

discus 1kg 22,34m - 1500 m 5.36.63)

4 x 800 m

13.29.17 Polders Jos (M65) – Govaerts Kris (M70) –

Ruymen Michel (M65) – Hiemeleers Marc (M65)

26.08.2023

Masters M 70

200m	44.48	Govaerts Kris	11.06.2023
300 m	64.39	Philippaers Guido	15.07.2017
400m	1.28.84	Govaerts Kris	11.06.2022
600m	2.25.14	Govaerts Kris	13.09.2023
800m	3.12.01	Govaerts Kris	12.06.2022
1.000m	4.16.12	Govaerts Kris	07.08.2022
1500m	6.15.15	Govaerts Kris	11.06.2022
1 mijl	7.01.66	Govaerts Kris	20.08.2022
3.000m	13.27.37	Govaerts Kris	11.05.2022
2 mijl	15.00.05	Govaerts Kris	13.09.2023
5.000m	24.05.96	Govaerts Kris	08.07.2023
Kogel (4 kg)	8,60m	Smets Raymond	08.10.2005
Kogel (7 kg)	6,11m	Smets Raymond	02.10.2005
Discus (1 kg)	26,90m	Biets Hugo	11.09.2022
Discus (2 kg)	18,46m	Biets Hugo	09.07.2022
Speer (500 g)	18,09m	Biets Hugo	11.09.2022
Speer (800 g)	17,99m	Biets Hugo	09.07.2022
Hamer (4 kg)	25,19m	Biets Hugo	23.09.2023
Gewichtwerpen	8,79m	Biets Hugo	16.04.2022
Werpvijskamp	2.080 p	Biets Hugo	08.10.2022

(hamer 4kg 24,45m – kogel 4kg 7,28m – discus 1kg 23,95m –
speer 500g 17,76m – gewichtwerpen 7,26kg 8,31m)

Aller categorieën Heren.

60 m	7.19	Mesotten Cedric	02.06.2023
100 m	10.68	Theijs Niels	16.05.2015
150 m	17.30	Mesotten Cedric	04.09.2022
200 m	21.62	Theijs Niels	02.04.2016
300 m	35.53	Verbrugghe Lorian	25.09.2010
400 m	49.59	Mesotten Cedric	07.05.2023
600 m	1.33.78	Jaspers Gilles	21.07.2022
800 m	1.55.18	Pauwels Marcel	30.07.1988

1.000 m	2.32.48	Coolen Raf	16.09.2000
1.500 m	4.00.43	Dannis Marc	06.09.2003
1 mijl	4.21.92	Dannis Marc	19.07.2003
2.000 m	5.40.5	Barbier Eddy	18.08.1989
3.000 m	8.40.75	Vanholst Michiel	04.06.2016
2 mijl	9.49.13	Vanholst Michiel	19.09.2020
5.000 m	14.59.09	Vanholst Michiel	16.07.2016
10.000 m	31.47.65	Vanholst Michiel	29.08.2020
Uurloop	17.577m	Schaillee Kurt	19.09.2003
20 km	1u13'16"	Vanvinckenroye Peter	13.08.1992
Marathon	2u29'50"	Vanholst Michiel	24.09.2017
110 m H.	15.91	Senden Christophe	14.09.2002
400 m H.	54.6	Pauwels Marcel	09.08.1988
2.000 m st.	6.20.4	Boussu Stefan	14.09.1980
3.000 m st.	9.35.7	Van Overbeke Lode	24.08.1979
Hoog	1,91m	Wauters Wim	19.09.1981
		Pauwels Marcel	03.05.1990
Ver	6,85m	Smets Jos	24.06.1987
Hinkstap	14,18m	Mievis Benny	28.07.2006
Polstok	2,80m	Wauters Wim	05.08.1981
		Theijs Jean	05.08.1990
		Vermeiren Axel	25.05.2008
Kogel	13,31m	Theijs François	23.04.1994
Speer	58,08m	Timmermans Gilles	06.06.2015
Discus	43,44m	Mesotten Patrick	08.04.2001
Hamer	37,00m	Bex Kevin	04.10.2009
Gewichtwerpen	10,76m	Houben Frederik	02.04.2016
5-kamp	2.738p	Theijs Jean	29.09.1990
10-kamp	5.403p	Theijs Jean	04 + 05.08.1990
Werpvijskamp	2.076 p	Houben Frederik	02.04.2016
		(hamer 33,13m – kogel 9,58m – discus 22,35m – speer 33,15m – gewichtwerpen 10,76m)	
Sprintmeerkamp	2.453 p	Cedric Mesotten	02.06.2023
		(60m 7.19 – 100m 11.25 – 200m 22.52)	
4 x 100 m	43.27	Theijs Niels – Schouterden Glenn –	
14.05.2017		Mathijs Benjamien – Leemans Pieter	
4 x 200 m	1.31.02	Theijs Niels – Schouterden Glenn –	
28.08.2016		Mathijs Benjamien – Leemans Pieter	
4 x 400 m	3.30.79	Bierwaerts Emiel – Vanstapel Arno 13.05.2012	
		Theijs Niels – Mathijs Benjamien	
4 x 800 m	8.29.11	Boiten Raf – Boiten Gert – 28.08.1991	
		Massoels Frank – Reekmans Seger	
4 x 1.500 m	17.25.58	Billen Michael – Hoebrechts Dries – 28.08.2002	
		Dannis Marc – Coolen Raf	
Zweedse aflossing	2.08.79	Coolen Raf – Gijbels Davy – 14.09.2001	

Olympische aflossing 3.42.08
(800 - 400 - 200 - 200)
4 x 400m mixed 4.03.72

Dannis Marc – Senden Christophe
Vanholst Michiel – Mathijs Benjamien –
Theijs Niels – Leemans Pieter 23.06.2017
Benjamien Mathijs (Sen) – Cil Appeltans (Cad)
Ruben Vanhelmont (Sen) – Loes Vanhove (Cad)
07.05.2023

Mixed categorieën DAMES / HEREN

4 X 400 METER MIXED

A.C.: 4.03.72 Benjamien Mathijs (Sen) – Cil Appeltans (Cad) –
Ruben Vanhelmont (Sen) – Loes Vanhove (Cad)

07.05.2023

W/M35: 4.55.09 Tom Redant (M35) – Merel Huygen (W35) –
Gert Lenaers (M50) – Anne-Sophie Vliegen (W35) 26.08.2023

W/M40: 5.51.82 Stefaan Huybrechts (M50) – Charlotte Bevernage (W40) –
Marc Hiemeleers (M65) – Bea Strouwen (W55)
26.08.2023

W/M65: 6.14.00 Jos Vandebroek (M70) – Magda Desard (W65) –
Kris Govaerts (M70) – Maja Van Zand (W65) 26.08.2023



BESTE PRESTATIES TIJDENS HET PISTESEIZOEN 2023

DAMES

Pupillen

60 METER

Lore BOLLEN	9"19	Kiewit	24/06/23
Mara CLAESEN	9"24	Diepenbeek 23/09 en Alken	07/10/23
Febe BOLLEN	9"26	Kiewit	24/06/23
Margot STEEGMANS	10"18	Alken	07/10/23
Anke NICOLAIJ	10"44	Alken 06/05 en Tessenderlo	02/07/23
Margaux AERTS	11"05	Lanaken	19/08/23
Lieke VANDENDAELE	11"49	Alken	07/10/23

1.000 METER

Mara CLAESEN	3'41"31	Alken	06/05/23
Lore BOLLEN	3'45"13	Kiewit	24/06/23
Febe BOLLEN	3'46"07	Kiewit	24/06/23
Margot STEEGMANS	4'10"76	Alken	07/10/23
Anke NICOLAIJ	4'12"18	Tessenderlo	02/07/23
Margaux AERTS	4'13"78	Alken	07/10/23
Lieke VANDENDAELE	4'33"10	Alken	07/10/23

60 METER HORDEN (68cm)

Mara CLAESEN	12"30	Alken	06/05/23
Margot STEEGMANS	14"06	Diepenbeek	23/09/23
Anke NICOLAIJ	14"17	Alken	06/05/23

HOOGSPRINGEN

Mara CLAESEN	1m21	Alken	07/10/23
Margot STEEGMANS	1m06	Alken	07/10/23
Anke NICOLAIJ	1m06	Alken	07/10/23
Lieke VANDENDAELE	0m96	Alken	07/10/23
Margaux AERTS	0m86	Alken	07/10/23

VERSPRINGEN

Lore BOLLEN	3m57	Lebbeke 18/05 en Kiewit	24/06/23
Febe BOLLEN	3m19	Lebbeke	18/05/23
Anke NICOLAIJ	3m05	Pelt	02/04/23
Margot STEEGMANS	2m96	Diepenbeek	23/09/23
Margaux AERTS	2m87	Alken 06/05 en Diepenbeek	23/09/23
Lieke VANDENDAELE	2m87	Mol	13/05/23

KOGELSTOTEN

Mara CLAESEN	6m63	Alken	07/10/23
Anke NICOLAIJ	5m52	Mol	13/05/23
Lieke VANDENDAELE	5m15	Alken	07/10/23
Lore BOLLEN	4m63	Mol	13/05/23
Margaux AERTS	4m40	Alken	07/10/23
Margot STEEGMANS	3m64	Alken	07/10/23

DISCUSWERPEN

Anke NICOLAIJ	10m41	Tessenderlo	02/07/23
---------------	-------	-------------	----------

VORTEXWERPEN

Anke NICOLAIJ	23m25	Alken	06/05/23
Lieke VANDENDAELE	23m24	Diepenbeek	23/09/23

Margaux AERTS	16m83	Diepenbeek	23/09/23
Febe BOLLEN	11m33	Kiewit	24/06/23

VIERKAMP

Mara CLAESEN	1.686 p	Alken	07/10/23
Margot STEEGMANS	1.076 p	Alken	07/10/23
Anke NICOLAIJ	1.006 p	Alken	07/10/23
Margaux AERTS	789 p	Alken	07/10/23
Lieke VANDENDAELE	736 p	Alken	07/10/23

4 X 60 METER

Lore Bollen – Anke Nicolaij – Margaux Aerts – Febe Bollen	38’’64	Alken	26/08/23
--	--------	-------	----------

Anke Nicolaij – Margot Steegmans – Margaux Aerts – Mara Claesen	38’’87	Mol	13/05/23
--	--------	-----	----------

3 X 600 METER

Febe Bollen – Anke Nicolaij – Lore Bollen	6’32’’70	Alken	26/08/23
--	----------	-------	----------

Miniemen

80 METER

Margot GELADE	11’’08	Genk	04/06/23
Kaat GIJBELS	12’’22	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	12’’26	Alken	07/10/23
Elise DEWARIER	12’’32	Diepenbeek	23/09/23
Line NICOLAIJ	12’’71	Hannuit	01/05/23
Kiki DE RIDDER	13’’36	Tessenderlo	02/07/23
Maren DE CALUWE	14’’44	Mol	13/05/23

100 METER

Margot GELADE	13’’52	Heusden	26/04/23
---------------	--------	---------	----------

150 METER

Margot GELADE	20’’99	Mol	13/05/23
Elise DEWARIER	23’’44	Alken	06/05/23

300 METER

Eline WIJNANTS	52’’06	Mol	13/05/23
Line NICOLAIJ	53’’53	Tienen	29/05/23

1.000 METER

Margot GELADE	3’41’’39	Genk	04/06/23
Kiki DE RIDDER	3’41’’95	Lanaken	21/05/23
Line NICOLAIJ	3’47’’67	Tessenderlo	02/07/23
Kaat GIJBELS	3’53’’58	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	4’23’’85	Alken	07/10/23

60 METER HORDEN (68cm)

Margot GELADE	10’’70	Alken	06/05/23
Kaat GIJBELS	11’’42	Diepenbeek	23/09/23
Line NICOLAIJ	11’’53	Alken	06/05/23
Kiki DE RIDDER	13’’10	Alken	06/05/23
Elise DEWARIER	14’’59	Alken	06/05/23
Maren DE CALUWE	15’’18	Mol	13/05/23

HOOGSPRINGEN

Margot GELADE	1m31	Alken	07/10/23
Kaat GIJBELS	1m31	Alken	07/10/23

Line NICOLAIJ	1m21	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	1m21	Alken	07/10/23
Elise DEWARIER	1m10	Mol	13/05/23
VERSPRINGEN			
Margot GELADE	4m23	Alken	06/05/23
Line NICOLAIJ	3m69	Tienen	29/05/23
Eline WIJNANTS	3m41	Mol	13/05/23
Kiki DE RIDDER	3m37	Genk	04/06/23
Elise DEWARIER	3m28	Diepenbeek	23/09/23
KOGELSTOTEN			
Line NICOLAIJ	8m72	Tessenderlo	02/07/23
Margot GELADE	8m05	Diepenbeek	25/06/23
Kaat GIJBELS	7m94	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	6m53	Alken	07/10/23
Kiki DE RIDDER	5m73	Tessenderlo	02/07/23
DISCUSWERPEN			
Margot GELADE	17m96	Alken	07/10/23
Line NICOLAIJ	16m94	Alken	07/10/23
Kaat GIJBELS	15m81	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	13m99	Alken	07/10/23
Kiki DE RIDDER	13m04	Tessenderlo	02/07/23
SPEERWERPEN			
Line NICOLAIJ	20m09	Diepenbeek	23/09/23
Kiki DE RIDDER	12m88	Alken	06/05/23
Margot GELADE	12m65	Alken	06/05/23
VIERKAMP			
Margot GELADE	2.349 p	Alken	07/10/23
Kaat GIJBELS	2.030 p	Alken	07/10/23
Line NICOLAIJ	1.878 p	Alken	07/10/23
(Magali KNAPEN)	1.600 p	Alken	07/10/23
Kiki DE RIDDER	1.407 p	Tessenderlo	02/07/23
4 X 80 METER			
Elise Dewarier – Line Nicolaij – Kaat Gijbels – Margot Geladé	46’’20	Alken	26/08/23
Elise Dewarier – Eline Wijnants – Line Nicolaij – Margot Geladé	46’’64	Mol	13/05/23
Kaat Gijbels – Line Nicolaij – Kiki De Ridder – Elise Dewarier	49’’39	Diepenbeek	23/09/23
3 X 600 METER			
Margot Geladé – Kaat Gijbels – Line Nicolaij	6’14’’56	Alken	26/08/23

Cadetten

100 METER

Eliane M’VUEMBA	13’’38 (-0,2)	Bornem	14/05/23
Steffie LEMMENS	13’’70 (+1,6)	Sint-Truiden	22/04/23
Zoë JOOKEN	13’’70 (+1,0)	Heusden	20/08/23
Phebe NICOLAIJ	14’’24 (-1,0)	Alken	20/05/23
Adana SCHUITMAN	14’’47 (-1,0)	Alken	20/05/23
Janne WUYTS	14’’63 (+1,2)	Hechtel	26/04/23

150 METER

Steffie LEMMENS	21"03 (-1,2)	Barendrecht (NL)	28/10/23
Cil APPELTANS	21"08 (+0,7)	Pelt	09/09/23
200 METER			
Zoë JOOKEN	29"19 (+0,4)	Bornem	14/05/23
Matthea AERTS	31"11 (+0,7)	Lanaken	19/08/23
300 METER			
Cil APPELTANS	46"86	Alken	08/07/23
Steffie LEMMENS	47"56	Alken	08/07/23
400 METER			
Cil APPELTANS	1'08"42	Spa	12/08/23
Adana SCHUITMAN	1'09"09	Alken	20/05/23
Loes VANHOVE	1'09"34	Bornem	14/05/23
Matthea AERTS	1'13"05	Tienen	30/04/23
800 METER			
Loes VANHOVE	2'35"26	Lommel	16/09/23
Lauren STOFFELS	2'35"58	Alken	08/07/23
Cil APPELTANS	2'43"82	Lanaken	19/08/23
Phebe NICOLAIJ	2'52"10	Herentals	28/05/23
Amélie MACOURS	2'57"24	Hechtel	26/04/23
1500 METER			
Lauren STOFFELS	5'20"58	Bornem	14/05/23
Loes VANHOVE	5'43"30	Sint-Truiden	23/04/23
80 METER HORDEN			
Phebe NICOLAIJ	13"69 (-1,5)	Beveren	16/09/23
Amélie MACOURS	18"90 (-0,1)	Tessenderlo	02/07/23
300 METER HORDEN			
Cil APPELTANS	50"00	Sint-Truiden	23/04/23
HOOGSPRINGEN			
Cil APPELTANS	1m50	Mechelen	07/05 en 28/06/23
Phebe NICOLAIJ	1m45	Herentals	27/05/23
Amélie MACOURS	1m20	Tessenderlo	02/07/23
VERSPRINGEN			
Cil APPELTANS	4m83 (-1,9)	Lommel	16/09/23
Steffie LEMMENS	4m59 (-0,1)	Alken	08/07/23
Phebe NICOLAIJ	4m57 (+0,9)	Sint-Truiden	23/04/23
Matthea AERTS	4m19 (+0,4)	Alken	20/05/23
Amélie MACOURS	3m60 (+0,7)	Tessenderlo	02/07/23
KOGELSTOTEN			
Phebe NICOLAIJ	9m26	Tessenderlo	02/07/23
Matthea AERTS	7m71	Alken	20/05/23
Amélie MACOURS	5m94	Tessenderlo	02/07/23
DISCUSWERPEN			
Matthea AERTS	22m29	Genk	01/07/23
Adana SCHUITMAN	19m32	Alken	20/05/23
SPEERWERPEN			
Phebe NICOLAIJ	29m51	Tessenderlo	02/07/23
Matthea AERTS	14m24	Alken	08/07/23
Amélie MACOURS	12m84	Tessenderlo	02/07/23
HAMERSLINGEREN			
Matthea AERTS	22m58	Alken	20/05/23

VIJFKAMP				
Phebe NICOLAIJ	2.436 p	Tessengerlo	02/07/23	
Amélie MACOURS	1.150 p	Tessengerlo	02/07/23	
ZESKAMP				
Phebe NICOLAIJ	2.857 p	Beveren	16 en 17/09/23	
4 X 100 METER				
Zoë Jooken – Steffie Lemmens – Cil Appeltans – Eliane M’Vuemba	52”65	Alken	26/08/23	
Phebe Nicolaij – Matthea Aerts – Paulien Claes – Hanne Gijbels	55”89	Alken	26/08/23	
4 X 200 METER				
Zoë Jooken – Phebe Nicolaij – Hanne Gijbels – Eliane M’Vuemba	2’00”71	Alken	26/08/23	
OLYMPISCHE AFLOSSING				
Amélie Macours – Matthea Aerts – Phebe Nicolaij – Zoë Jooken	5’15”88	Alken	20/05/23	

Scholieren

100 METER				
Elena RONCADA	14”15 (+1,5)	Mol	21/07/23	
Eline CARLENS	14”36 (+0,6)	Alken	20/05/23	
300 METER				
Liesl VANDERSTEEN	54”47	Alken	08/07/23	
400 METER				
Tine TREKELS	1’11”15	Bornem	14/05/23	
800 METER				
Liesl VANDERSTEEN	3’11”01	Bornem	14/05/23	
400 METER HORDEN				
Tine TREKELS	1’20”29	Bornem	14/05/23	
HOOGSPRINGEN				
Elena RONCADA	1m30	Mol	21/07/23	
VERSPRINGEN				
Elena RONCADA	4m74 (+0,1)	Alken	08/07/23	
Eline CARLENS	4m49 (+0,1)	Alken	08/07/23	
KOGELSTOTEN				
Eline CARLENS	8m18	Sint-Truiden	22/04/23	
Elena RONCADA	7m54	Alken	20/05/23	
Yirthe VENDRIX	7m35	Bornem	14/05/23	
Liesl VANDERSTEEN	6m67	Alken	20/05/23	
DISCUSWERPEN				
Liesl VANDERSTEEN	21m38	Alken	20/05/23	
Eline CARLENS	20m50	Heusden	23/07/23	
Yirthe VENDRIX	18m66	Barendrecht (NL)	28/10/23	
SPEERWERPEN				
Elena RONCADA	31m85	Sint-Niklaas	30/09/23	

Eline CARLENS	24m12	Lommel	16/09/23
Yirthe VENDRIX	23m65	Heusden	20/08/23
Liesl VANDERSTEEN	14m58	Alken	08/07/23
HAMERSLINGEREN			
Yirthe VENDRIX	27m56	Alken	20/05/23
Liesl VANDERSTEEN	22m21	Merksem	01/10/23
GEWICHTWERPEN 5,45kg			
Yirthe VENDRIX	10m19	Barendrecht (NL)	28/10/23
WERPVIJFKAMP			
Yirthe VENDRIX	1.683 p	Barendrecht (NL)	28/10/23
4 X 100 METER			
Eline Carlens – Yirthe Vendrix – Liesl Vandersteen – Tine Trekels	58”04	Bornem	14/05/23

Juniores

100 METER			
Norah AUGUSTINAS	13”29 (+0,6)	Alken	20/05/23
Liese VERHEGGEN	15”12 (+0,6)	Alken	20/05/23
200 METER			
Norah AUGUSTINAS	27”16 (+0,5)	Mechelen	07/05/23
300 METER			
Norah AUGUSTINAS	44”29	Heusden	23/07/23
Liese VERHEGGEN	53”33	Alken	08/07/23
400 METER			
Liese VERHEGGEN	1’13”59	Alken	20/05/23

Seniores

100 METER			
Lies BRUGGHE	13”24 (+1,2)	Roeselare	19/08/23
150 METER			
Lies BRUGGHE	20”36 (0)	Pelt	09/09/23
200 METER			
Lies BRUGGHE	27”98 (-1,3)	Spa	12/08/23
800 METER			
Jet DRIESEN	2’27”03	Mechelen	07/05/23
1.000 METER			
Jet DRIESEN	3’09”49	Mol	21/07/23
1500 METER			
Jet DRIESEN	4’51”10	Heusden	20/08/23
1 MIJL			
Jet DRIESEN	5’15”68	Tessenderlo	23/08/23
2 MIJL			
Jet DRIESEN	11’20”33	Heusden	23/07/23

3.000 METER				
Jet DRIESEN	10'28"42	Mechelen	07/05/23	
5.000 METER				
Jet DRIESEN	18'20"62	Herentals	02/08/23	
10.000 METER				
Jet DRIESEN	37'53"26	Lommel	16/09/23	
VERSPRINGEN				
Yenthe VENDRIX	4m58 (+1,9)	Sint-Truiden	23/04/23	
Lies BRUGGHE	4m53 (+1,2)	Torhout	02/07/23	
KOGELSTOTEN				
Ditte KNAEPEN	8m42	Merksem	01/10/23	
Faidra THEUNISSEN	8m14	Alken	20/05/23	
DISCUSWERPEN				
Ditte KNAEPEN	28m50	Alken	20/05/23	
Faidra THEUNISSEN	21m76	Alken	20/05/23	
SPEERWERPEN				
Ditte KNAEPEN	27m03	Mechelen	07/05/23	
Esther VANDERSTEEN	25m65	Diepenbeek	10/04/23	
HAMERSLINGEREN				
Ditte KNAEPEN	44m88	Leuven	05/08/23	
Faidra THEUNISSEN	32m94	Alken	20/05/23	
GEWICHTWERPEN				
Ditte KNAEPEN	13m96	Mechelen	19/03/23	
WERPVIJFKAMP				
Ditte KNAEPEN	2.328 p	Lanaken	07/10/23	

Masters

100 METER				
Greta PHILIPPAERTS (W55)	19"16 (-1,5)	Oostende	04/06/23	
200 METER				
Merel HUYGEN (W35)	35"73 (+0,5)	Oostende	04/06/23	
300 METER				
Maja VAN ZAND (W65)	1'10"2	Nieuwpoort	29/05/23	
400 METER				
Nele MOMMEN (W35)	1'08"52	Mechelen	07/05/23	
Maja VAN ZAND (W65)	1'35"69	Sint-Niklaas	11/06/23	
600 METER				
Greta PHILIPPAERTS (W55)	2'17"96	Tessenderlo	13/09/23	
Maja VAN ZAND (W65)	2'33"99	Tessenderlo	13/09/23	
800 METER				
Greta PHILIPPAERTS (W55)	3'11"32	Oostende	04/06/23	
1500 METER				
Maja VAN ZAND (W65)	6'59"54	Alken	08/07/23	
3.000 METER				

Bea STROUWEN (W55)	15'08''06	Oostende	04/06/23
Maja VAN ZAND (W65)	15'19''79	Alken	20/05/23
2 MIJL			
Maja VAN ZAND (W65)	16'33''23	Tessenderlo	13/09/23
MARATHON			
Charlotte BEVERNAGE (W40)	3u52'40''	Lissabon (Port)	08/10/23
Anne-Sophie VLIEGEN (W40)	4u05'30''	Lissabon (Port)	08/10/23
VERSPRINGEN			
Merel HUYGEN (W35)	3m01 (-2,1)	Oostende	04/06/23
KOGELSTOTEN			
Tina SMETS (W40)	7m54	Mechelen	07/05/23
DISCUSWERPEN			
Tina SMETS (W40)	18m28	Oostende	04/06/23
HAMERSLINGEREN			
Tina SMETS (W40)	20m16	Alken	20/05/23
4 X 100 METER			
Greta Philippaerts (W55) – Merel Huygen (W35) – Bea Strouwen (W55) – Tina Smets (W40)	1'16''50	Oostende	04/06/23
4 X 200 METER			
Magda Desard (W65) – Anne-Sophie Vliegen (W35) – Merel Huygen (W35) – Greta Philippaerts (W55)	2'36''64	Alken	26/08/23
OLYMPISCHE AFLOSSING			
Greta Philippaerts (W55) – Charlotte Bevernage (W40) – Bea Strouwen (W55) – Maja Van Zand (W65)	6'30''60	Alken	20/05/23
4 X 800 METER			
Charlotte Bevernage (W40) – Greta Philippaerts (W55) – Bea Strouwen (W55) – Maja Van Zand (W65)	14'07''19	Alken	26/08/23

Gemengde categorieën

4 X 100 METER			
Lies Brugghe (Sen) – Norah Augustinas (Jun) – Eliane M'Vuemba (Cad) – Steffie Lemmens (Cad)	52''22	Mechelen	07/05/23
Yenthe Vendrix (Sen) – Tine Trekels (Sch) – Eline Carlens (Sch) – Lies Brugghe (Sen)	53''76	Alken	26/08/23
4 X 200 METER			
Yenthe Vendrix (Sen) – Tine Trekels (Sch) – Eline Carlens (Sch) – Lies Brugghe (Sen)	2'01''55	Alken	26/08/23
OLYMPISCHE AFLOSSING			
Loes Vanhove (Cad) – Adana Schuitman (Cad) – Liesl Vandersteen (Sch) – Hanne Gijbels (Cad)	5'04''36	Alken	20/05/23
4 X 800 METER			
Lauren Stoffels (Cad) – Cil Appeltans (Cad) – Loes Vanhove (Cad) – Jet Driesen (Sen)	11'00''09	Alken	26/08/23

HEREN

Pupillen

60 METER

Jayden ADAMCZAK	8"90	Lommel	27/05/23
Arthur MACOURS	9"57	Tessenderlo	02/07/23
Dries MOONEN	9"75	Diepenbeek	23/09/23
Victor COOLEN	9"91	Diepenbeek	29/05/23
Daan VANRUTTEN	10"03	Alken	06/05/23
Louis ROBYNS	10"06	Genk	04/06/23
Rube LUYCK	10"16	Mol	13/05/23
Finn SCHAPMANS	11"42	Alken	07/10/23

1.000 METER

Arthur MACOURS	3'28"42	Alken	06/05/23
Jayden ADAMCZAK	3'37"12	Alken	07/10/23
Daan VANRUTTEN	3'43"12	Alken	06/05/23
Louis ROBYNS	3'47"29	Genk	04/06/23
Dries MOONEN	3'54"63	Alken	07/10/23
Robin VRANCKEN	3'55"09	Mol	13/05/23
Finn SCHAPMANS	4'42"59	Alken	07/10/23
Rube LUYCK	4'53"92	Alken	07/10/23

60 METER HORDEN (68cm)

Dries MOONEN	12"20	Diepenbeek	23/09/23
Louis ROBYNS	13"44	Diepenbeek	23/09/23
Emile VAN TORNOUT	14"44	Alken	06/05/23
Victor COOLEN	16"78	Alken	06/05/23

HOOGSPRINGEN

Arthur MACOURS	1m28	Tessenderlo	02/07/23
Daan VANRUTTEN	1m20	Lommel	03/06/23
Emile VAN TORNOUT	1m00	Mol	13/05/23
Louis ROBYNS	0m96	Genk	04/06/23

VERSPRINGEN

Jayden ADAMCZAK	4m16	Heusden	16/09/23
Arthur MACOURS	3m71	Alken	06/05/23
Daan VANRUTTEN	3m53	Lommel	03/06/23
Victor COOLEN	3m33	Diepenbeek	29/05/23
Dries MOONEN	3m30	Alken	07/10/23
Louis ROBYNS	3m24	Alken	07/10/23
Finn SCHAPMANS	2m83	Alken	07/10/23
Rube LUYCK	2m79	Alken	07/10/23

KOGELSTOTEN

Jayden ADAMCZAK	7m24	Ninove	20/08/23
Finn SCHAPMANS	6m49	Diepenbeek	23/09/23
Emile VAN TORNOUT	5m96	Alken	06/05/23
Louis ROBYNS	4m78	Genk	04/06/23
Robin VRANCKEN	4m73	Mol	13/05/23

DISCUSWERPEN

Rube LUYCK	16m82	Alken	07/10/23
Dries MOONEN	16m66	Alken	07/10/23
Jayden ADAMCZAK	14m94	Beveren	03/09/23
Louis ROBYNS	11m85	Alken	07/10/23
Finn SCHAPMANS	11m25	Alken	07/10/23

VORTEXWERPEN

Arthur MACOURS	44m36	Diepenbeek	23/09/23
Jayden ADAMCZAK	38m71	Mol	09/09/23
Emile VAN TORNOUT	34m31	Alken	06/05/23
Daan VANRUTTEN	28m42	Alken	06/05/23
Finn SCHAPMANS	25m18	Diepenbeek	23/09/23
Rube LUYCK	23m29	Diepenbeek	23/09/23
Louis ROBYNS	22m50	Alken	06/05/23
Victor COOLEN	13m91	Alken	06/05/23

VIERKAMP

Arthur MACOURS	2.046 p	Tessenderlo	02/07/23
Jayden ADAMCZAK	1.731 p	Alken	07/10/23
Dries MOONEN	1.319 p	Alken	07/10/23
Louis ROBYNS	1.258 p	Genk	04/06/23
Rube LUYCK	760 p	Alken	07/10/23
Finn SCHAPMANS	548 p	Alken	07/10/23

4 X 60 METER

Jayden Adamczak – Louis Robyns – Daan Vanruten – Arthur Macours	37"20	Mol	13/05/23
Dries Moonen – Louis Robyns – Emile Van Tornout – Jayden Adamczak	37"78	Alken	26/08/23
Daan Vanruten – Louis Robyns – Dries Moonen – Jayden Adamczak	37"80	Diepenbeek	23/09/23

3 X 600 METER

Dries Moonen – Louis Robyns – Emile Van Tornout	6'41"45	Alken	26/08/23
--	---------	-------	----------

Miniemen

80 METER

Lukas STRUYS	10"79	Tessenderlo	02/07/23
Giel DEVOS	11"46	Alken	07/10/23
Arven VANDERSTRAETEN	11"47	Lanaken	21/05/23
Daan LEMMENS	11"68	Alken	07/10/23
Tobias CLAESEN	12"32	Alken	07/10/23
Axl JOOKEN	12"48	Tongeren	30/08/23
Nicolas VAN TORNOUT	12"49	Mol	13/05/23
Arthur VAN TORNOUT	12"78	Diepenbeek	23/09/23
Matthias TESSENS	13"54	Mol	13/05/23

100 METER

Daan LEMMENS	14"44	Barendrecht (NL)	28/10/23
--------------	-------	------------------	----------

150 METER

Lukas STRUYS	20"89	Alken	06/05/23
Giel DEVOS	21"29	Alken	06/05/23
Arven VANDERSTRAETEN	22"10	Alken	06/05/23
Daan LEMMENS	22"65	Mol	13/05/23
Arthur VAN TORNOUT	24"63	Mol	13/05/23

200 METER

Daan LEMMENS	30"03	Barendrecht (NL)	28/10/23
--------------	-------	------------------	----------

300 METER				
Giel DEVOS	47"39	Tessenderlo	09/08/23	
Arven VANDERSTRAETEN	53"11	Mol	13/05/23	
Daan LEMMENS	53"92	Genk	15/05/23	
Matthias TESSENS	59"58	Mol	13/05/23	
600 METER				
Giel DEVOS	1'52"50	Tilburg	01/04/23	
1.000 METER				
Giel DEVOS	3'17"38	Mol	13/05/23	
Lukas STRUYS	3'29"46	Tessenderlo	02/07/23	
Axl JOOKEN	3'38"95	Diepenbeek	25/06/23	
Daan LEMMENS	4'00"50	Alken	07/10/23	
Matthias TESSENS	4'06"48	Diepenbeek	23/09/23	
Tobias CLAESEN	4'07"34	Alken	07/10/23	
1500 METER				
Giel DEVOS	5'04"35	Tilburg	20/08/23	
80 METER HORDEN				
Lukas STRUYS	14"50	Hechtel	03/09/23	
Giel DEVOS	15"98	Tongeren	30/08/23	
HOOGSPRINGEN				
Giel DEVOS	1m39	Tessenderlo	02/07/23	
Lukas STRUYS	1m36	Tessenderlo	02/07/23	
Daan LEMMENS	1m30	Mol	13/05/23	
VERSPRINGEN				
Lukas STRUYS	4m50	Hechtel	03/09/23	
Giel DEVOS	4m24	Koksijde	15/04/23	
Daan LEMMENS	4m17	Alken	07/10/23	
Nicolas VAN TORNOUT	3m97	Alken	06/05/23	
Tobias CLAESEN	3m95	Alken	07/10/23	
Axl JOOKEN	3m85	Diepenbeek	25/06/23	
Arven VANDERSTRAETEN	3m83	Diepenbeek	23/09/23	
Arthur VAN TORNOUT	3m55	Alken	06/05/23	
KOGELSTOTEN				
Lukas STRUYS	8m92	Tessenderlo	02/07/23	
Daan LEMMENS	8m04	Alken	07/10/23	
Giel DEVOS	7m98	Lommel	27/05/23	
Tobias CLAESEN	7m45	Alken	07/10/23	
Arthur VAN TORNOUT	7m30	Diepenbeek	23/09/23	
Nicolas VAN TORNOUT	6m80	Diepenbeek	23/09/23	
Axl JOOKEN	5m05	Alken	06/05/23	
DISCUSWERPEN				
Giel DEVOS	24m57	Alken	07/10/23	
Lukas STRUYS	23m40	Tessenderlo	02/07/23	
Daan LEMMENS	21m75	Lommel	27/05/23	
Tobias CLAESEN	15m26	Alken	07/10/23	
SPEERWERPEN				
Giel DEVOS	31m00	Mol	13/05/23	
Daan LEMMENS	26m41	Lanaken	21/05/23	
Lukas STRUYS	25m71	Hechtel	03/09/23	
Nicolas VAN TORNOUT	18m54	Alken	06/05/23	
Axl JOOKEN	15m18	Diepenbeek	23/09/23	
Arthur VAN TORNOUT	14m42	Alken	06/05/23	

VIJFKAMP

Lukas STRUYS	2.800 p	Tessenderlo	02/07/23
Giel DEVOS	2.607 p	Tessenderlo	02/07/23
Daan LEMMENS	2.119 p	Alken	07/10/23
Tobias CLAESEN	1.739 p	Alken	07/10/23

4 X 80 METER

Lukas Struys – Axl Jooken – Daan Lemmens – Arven Vanderstraeten	46"11	Alken	06/05/23
Arven Vanderstraeten – Giel Devos – Daan Lemmens – Lukas Struys	47"30	Alken	26/08/23
Matthias Tessens – Axl Jooken – Daan Lemmens – Arven Vanderstraeten	48"30	Mol	13/05/23
Axl Jooken – Matthias Tessens – Arthur Van Tornout – Nicolas Van Tornout	49"63	Alken	26/08/23

3 X 600 METER

Giel Devos – Arthur Van Tornout – Nicolas Van Tornout	5'35"25	Alken	26/08/23
Axl Jooken – Lukas Struys – Arven Vanderstraeten	5'59"78	Alken	26/08/23

CADETTEN

100 METER

Rex EMOBO	11.67 (-0,6)	Lommel	01/10/23
Joren VANCLEE	12.08 (+1,4)	Hechtel	26/04/23
Jonay BODEUX	12.41 (-0,8)	Alken	20/05/23
Jappe DE RIDDER	13.88 (-0,8)	Alken	20/05/23

200 METER

Joren VANCLEE	24"73 (+1,3)	Bornem	14/05/23
Jonay BODEUX	25"87 (0)	Lommel	01/10/23
Jappe DE RIDDER	28"52 (-0,5)	Tessenderlo	02/07/23
Alexander MACOURS	29"02 (-0,5)	Tessenderlo	02/07/23

300 METER

Jonay BODEUX	40"84	Heusden	03/06/23
--------------	-------	---------	----------

400 METER

Jonay BODEUX	58"19	Bornem	14/05/23
Arthur SWINNEN	59"44	Alken	20/05/23
Roberto SCHUITMAN	62"04	Alken	20/05/23
Elias SERGEANT	62"51	Alken	20/05/23
Alexander MACOURS	66"58	Alken	20/05/23

800 METER

Jappe DE RIDDER	2'18"22	Heusden	15/07/23
Daan VANMECHELEN	2'20"44	Alken	08/07/23
Roberto SCHUITMAN	2'29"06	Bornem	14/05/23
Alexander MACOURS	2'35"84	Hechtel	26/04/23

1500 METER

Tijs VERVALLE	4'40"45	Alken	20/05/23
Jappe DE RIDDER	4'50"31	Bornem	14/05/23
Elias SERGEANT	4'52"48	Hechtel	26/04/23
Alexander MACOURS	5'27"71	Tessenderlo	02/07/23

300 METER HORDEN				
Jappe DE RIDDER	49"99	Bornem	14/05/23	
HOOGSPRINGEN				
Alexander MACOURS	1m40	Sint-Truiden	23/04/23	
VERSPRINGEN				
Jonay BODEUX	5m08 (+1,2)	Bornem	14/05/23	
Alexander MACOURS	4m82 (-1,7)	Tessenderlo	02/07/23	
Jappe DE RIDDER	4m27 (+1,4)	Alken	20/05/23	
Roberto SCHUITMAN	4m26 (-0,3)	Alken	20/05/23	
KOGELSTOTEN				
Kenneth BAERTS	8m20	Alken	20/05/23	
DISCUSWERPEN				
Kenneth BAERTS	26m98	Alken	20/05/23	
Alexander MACOURS	24m51	Tessenderlo	02/07/23	
Jappe DE RIDDER	18m35	Tessenderlo	02/07/23	
SPEERWERPEN				
Alexander MACOURS	32m14	Tessenderlo	02/07/23	
Jappe DE RIDDER	15m08	Tessenderlo	02/07/23	
HAMERSLINGEREN				
Kenneth BAERTS	21m56	Alken	20/05/23	
VIJFKAMP				
Alexander MACOURS	1.756 p	Tessenderlo	02/07/23	
Jappe DE RIDDER	1.512 p	Tessenderlo	02/07/23	
4 X 100 METER				
Joren Vanclee – Ben Roelens – Jonay Bodeux – Rex Emobo	48"08	Bornem	14/05/23	
Joren Vanclee – Elias Sergeant – Alexander Macours – Rex Emobo	50"44	Heusden	26/04/23	
OLYMPISCHE AFLOSSING				
Tijs Vervalle – Arthur Swinnen – Jappe De Ridder – Elias Sergeant	4'19"98	Alken	20/05/23	

SCHOLIEREN

100 METER				
Yoran KNUYSEN	11.55 (+0,4)	Alken	20/05/23	
200 METER				
Kobe DANCKAERT	26"56 (-0,9)	Tessenderlo	02/07/23	
1500 METER				
Finn BALLET	4'02"26	Lokeren	20/05/23	
Kobe DANCKAERT	5'39"78	Tessenderlo	02/07/23	
3.000 METER				
Finn BALLET	8'57"69	Herentals	01/05/23	
VERSPRINGEN				
Yoran KNUYSEN	6m77 (-1,2)	Gentbrugge	03/09/23	
Kobe DANCKAERT	4m75 (+0,3)	Tessenderlo	02/07/23	

KOGELSTOTEN				
Kobe DANCKAERT	10m97	Tessenderlo	13/09/23	
DISCUSWERPEN				
Kobe DANCKAERT	38m64	Sint-Niklaas	21/10/23	
SPEERWERPEN				
Kobe DANCKAERT	50m23	Sint-Truiden	22/04/23	
HAMERSLINGEREN				
Kobe DANCKAERT	42m50	Merksem	01/10/23	
GEWICHTWERPEN 9,08kg				
Kobe DANCKAERT	13m62	Barendrecht (NL)	28/10/23	
VIJFKAMP				
Kobe DANCKAERT	2.210 p	Tessenderlo	02/07/23	
WERPMEERKAMP				
Kobe DANCKAERT	2.673 p	Barendrecht (NL)	28/10/23	

JUNIORS

60 METER				
Cedric MESOTTEN	7"19 (+0,4)	Eindhoven (NL)	02/06/23	
100 METER				
Cedric MESOTTEN	11"18 (+1,7)	Heusden	20/08/23	
Elias RONCADA	11"46 (-0,4)	Alken	08/07/23	
Yarne KNUYSEN	11"70 (+1,5)	Alken	20/05/23	
Robbe LENAERTS	13"21 (-4,8)	Heusden	03/06/23	
Jan CONVENTS	13"86 (+1,5)	Alken	20/05/23	
150 METER				
Yarne KNUYSEN	17"67 (+0,3)	Pelt	09/09/23	
200 METER				
Cedric MESOTTEN	22"40 (+0,4)	Lommel	16/09/23	
Elias RONCADA	22"95 (+0,2)	Mechelen	07/05/23	
Yarne KNUYSEN	23"74 (+0,1)	Tessenderlo	13/09/23	
300 METER				
Cedric MESOTTEN	35"69	Heusden	23/07/23	
Yarne KNUYSEN	37"49	Heusden	03/06/23	
400 METER				
Cedric MESOTTEN	49"59	Mechelen	07/05/23	
Yarne KNUYSEN	53"44	Diepenbeek	25/06/23	
1500 METER				
Elias RONCADA	5'19"83	Tessenderlo	02/07/23	
VERSPRINGEN				
Elias RONCADA	6m43 (+0,7)	Jambes	10/09/23	
KOGELSTOTEN				
Elias RONCADA	10m43	Alken	08/07/23	
DISCUSWERPEN				
Elias RONCADA	29m20	Tessenderlo	02/07/23	

SPEERWERPEN				
Elias RONCADA	39m40	Tessenderlo	02/07/23	
VIJFKAMP				
Elias RONCADA	2.685 p	Tessenderlo	02/07/23	
SPRINTMEERKAMP (60 – 100 – 200)				
Cedric MESOTTEN	2.453 p	Eindhoven (NL)	02/06/23	

SENIORS

100 METER				
Benjamien MATHIJS	11"40 (+1,5)	Alken	20/05/23	
Ruben VANHELMONT	12"38 (-0,4)	Alken	08/07/23	
400 METER				
Benjamien MATHIJS	51"40	Alken	20/05/23	
5.000 METER				
Wouter RUYMEN	17'02"47	Alken	08/07/23	
Sander SCREURS	23'15"10	Mechelen	07/05/23	
MARATHON				
Wouter RUYMEN	2u58'21"	Puurs	07/05/23	
400 METER HORDEN				
Benjamien MATHIJS	1'00"86	Mechelen	07/05/23	
HOOGSPRINGEN				
Ruben VANHELMONT	1m60	Mechelen	07/05/23	
VERSPRINGEN				
Ruben VANHELMONT	5m65 (+0,3)	Alken	08/07/23	
KOGELSTOTEN				
Denzell MGBOKWERE	6m54	Sint-Niklaas	01/07/23	
DISCUSWERPEN				
Olivier MAES	28m92	Mechelen	07/05/23	
Colin JACOBS	22m72	Alken	20/05/23	
Denzell MGBOKWERE	21m35	Lanaken	07/10/23	
SPEERWERPEN				
Colin JACOBS	38m78	Heusden	03/06/23	
Denzell MGBOKWERE	23m54	Lanaken	07/10/23	
HAMERSLINGEREN				
Denzell MGBOKWERE	29m44	Alken	20/05/23	
GEWICHTWERPEN				
Denzell MGBOKWERE	9m06	Mechelen	19/03/23	
WERPMEERKAMP				
Denzell MGBOKWERE	1.410 p	Lanaken	07/10/23	

MASTERS

100 METER

Dimitri DRIESEN (M50)	14"68 (-2,8)	Oostende	04/06/23
Edouard PELGRIMS (M65)	15"50 (+1,3)	Tessenderlo	24/06/23

200 METER

Edouard PELGRIMS (M65)	31"99 (-2,1)	Herve	19/08/23
Kris GOVAERTS (M70)	44"48 (-1,8)	Sint-Niklaas	11/06/23

300 METER

Kris GOVAERTS (M70)	1'06"9	Nieuwpoort	29/05/23
---------------------	--------	------------	----------

400 METER

Christophe SENDEN (M40)	1'09"66	Oostende	04/06/23
Gert LENAERS (M50)	1'10"02	Alken	20/05/23
Dimitri DRIESEN (M50)	1'10"51	Alken	20/05/23
Edouard PELGRIMS (M65)	1'12"51	Sint-Niklaas	10/06/23

600 METER

Kris GOVAERTS (M70)	2'25"14	Tessenderlo	13/09/23
---------------------	---------	-------------	----------

800 METER

Edouard PELGRIMS (M65)	2'57"67	Tessenderlo	24/06/23
Kris GOVAERTS (M70)	3'23"51	Sint-Niklaas	11/06/23

1500 METER

Tom REDANT (M35)	5'11"68	Oostende	04/06/23
Edouard PELGRIMS (M65)	5'49"10	Herentals	27/05/23

1 MIJL

Dimitri DRIESEN (M50)	6'06"87	Tessenderlo	23/08/23
-----------------------	---------	-------------	----------

3.000 METER

Dimitri DRIESEN (M50)	11'57"16	Oostende	04/06/23
-----------------------	----------	----------	----------

2 MIJL

Kris GOVAERTS (M70)	15'00"05	Tessenderlo	13/09/23
---------------------	----------	-------------	----------

5.000 METER

Sam AERTS (M45)	17'56"77	Alken	08/07/23
David STIJNEN (M45)	20'39"58	Alken	08/07/23
Marc HIEMELEERS (M65)	20'46"17	Alken	08/07/23
Edouard PELGRIMS (M65)	22'25"91	Alken	08/07/23
Kris GOVAERTS (M70)	24'05"96	Alken	08/07/23

10.000 METER

Marc HIEMELEERS (M65)	41'13"32	Huizingen	29/04/23
-----------------------	----------	-----------	----------

UURLOOP

Marc HIEMELEERS (M65)	14.250m	Lanaken	07/10/23
-----------------------	---------	---------	----------

MARATHON

Ludo SIJBENS (M65)	3u36'26"	Visé	07/05/23
Martijn DROOGMANS (M40)	3u51'54"	Lissabon (Port)	08/10/23
Geert MATHYS (M55)	5u50'54"	Berlijn (Duit)	24/09/23

HOOGSPRINGEN

Humberto JACOBS (M65)	1m35	Sint-Niklaas	11/06/23
-----------------------	------	--------------	----------

VERSPRINGEN

Humberto JACOBS (M65)	4m05 (+0,3)	Sint-Niklaas	10/06/23
Edouard PELGRIMS (M65)	4m05 (-0,6)	Tessenderlo	02/07/23

HINKSTAPSPRINGEN Humberto JACOBS (M65)	8m78 (+0,2)	Sint-Niklaas	10/06/23
KOGELSTOTEN 4 kg Hugo BIETS (M70)	8m08	Merksem	20/08/23
KOGELSTOTEN 5 kg Humberto JACOBS (M65)	9m93	Tessenderlo	24/06/23
KOGELSTOTEN 7 kg Patrick MESOTTEN (M50) Humberto JACOBS (M65) Sven NICOLAIJ (M45)	10m03 7m67 6m97	Mechelen Alken Oostende	07/05/23 08/07/23 04/06/23
DISCUSWERPEN 1 kg Humberto JACOBS (M65) Hugo BIETS (M70) Edouard PELGRIMS (M65)	32m75 25m06 22m34	Sint-Niklaas Lanaken Herve	01/07/23 07/10/23 19/08/23
DISCUSWERPEN 2 kg Patrick MESOTTEN (M50) Humberto JACOBS (M65)	32m60 21m49	Oostende Alken	04/06/23 08/07/23
SPEERWERPEN 500 g Hugo BIETS (M70)	17m03	Lanaken	07/10/23
SPEERWERPEN 600 g Humberto JACOBS (M65) Edouard PELGRIMS (M65)	31m75 26m83	Sint-Niklaas Herve	01/07/23 19/08/23
SPEERWERPEN 800 g Patrick MESOTTEN (M50) Humberto JACOBS (M65) Edouard PELGRIMS (M65)	32m62 30m99 23m15	Alken Diepenbeek Alken	08/07/23 10/04/23 08/07/23
HAMERSLINGEREN 4 kg Hugo BIETS (M70)	25m19	Turnhout	23/09/23
HAMERSLINGEREN 5 kg Humberto JACOBS (M65)	26m60	Alken	20/05/23
HAMERSLINGEREN 6 kg Patrick MESOTTEN (M50)	33m18	Eeklo	14/10/23
HAMERSLINGEREN 7 kg Patrick MESOTTEN (M50)	29m85	Lanaken	07/10/23
GEWICHTWERPEN 7,26 kg Hugo BIETS (M70)	7m03	Sint-Niklaas	01/07/23
GEWICHTWERPEN 9,08 kg Humberto JACOBS (M65)	11m61	Sint-Niklaas	11/03/23
GEWICHTWERPEN 11,34 kg Patrick MESOTTEN (M50)	13m03	Sint-Niklaas	15/08/23
GEWICHTWERPEN 15,88 kg Patrick MESOTTEN (M50)	9m78	Lanaken	07/10/23
VIJFKAMP M65 – M69 Edouard PELGRIMS (M65)	2.628 p	Herve	19/08/23

WERPVIJFKAMP IAAF					
Patrick MESOTTEN (M50)	2.023 p	Lanaken			07/10/23
WERPVIJFKAMP M60 – M65					
Humberto JACOBS (M65)	2.768 p	Sint-Niklaas			01/07/23
WERPVIJFKAMP M70 – M75					
Hugo BIETS (M70)	1.888 p	Sint-Niklaas			01/07/23
4 X 200 METER					
Dimitri Driesen (M50) – Tom Redant (M35) – Sam Aerts (M45) – David Stijnen (M45)	1'59"25	Alken			26/08/23
Ludo Werckx (M60) – Jos Schraepen (M65) – Stefaan Huybrechts (M50) – Jos Vandebroek (M70)	2'22"97	Alken			26/08/23
4 X 400 METER					
Dimitri Driesen (M50) – Christophe Senden (M40) – Tom Redant (M35) – Sven Nicolaij (M45)	5'02"58	Oostende			04/06/23
4 X 800 METER					
Sam Aerts (M45) – Dimitri Driesen (M50) – Gert Lenaers (M50) – David Stijnen (M45)	10'30"32	Alken			26/08/23
Jos Polders (M65) – Kris Govaerts (M70) – Michel Ruymen (M65) – Marc Hiemeleers (M65)	13'29"17	Alken			26/08/23

Gemengde categorieën

4 X 100 METER					
Yarne Knuysen (Jun) – Elias Roncada (Jun) – Yoran Knuysen (Sch) – Cedric Mesotten (Jun)	43"56	Mechelen			07/05/23
OLYMPISCHE AFLOSSING					
Sam Aerts (M45) – Sander Screurs (Sen) – Gert Lenaers (M50) – Dimitri Driesen (M50)	4'33"43	Alken			20/05/23

Mixed relays

4 X 400 METER MIXED					
Benjamien Mathijs (Sen) – Cil Appeltans (Cad) – Ruben Vanhelmont (Sen) – Loes Vanhove (Cad)	4'03"72	Mechelen			07/05/23
Yarne Knuysen (Jun) – Matthea Aerts (Cad) – Robbe Lenaerts (Jun) – Lise Verheggen (Jun)	4'24"52	Alken			26/08/23
Tom Redant (M35) – Merel Huygen (W35) – Gert Lenaers (M50) – Anne-Sophie Vliegen (W35)	4'55"09	Alken			26/08/23
Stefaan Huybrechts (M50) – Charlotte Bevernage (W40) – Marc Hiemeleers (M65) – Bea Strouwen (W55)	5'51"82	Alken			26/08/23
Jos Vandebroek (M70) – Magda Desard (W65) – Kris Govaerts (M70) – Maja Van Zand (W65)	6'14"00	Alken			26/08/23