

## Atletiekunie

### 5 km

**SEN** \* Vacant. Limiet: 13:10

### 10 km

<b>SEN</b>	28.08 min	Abdi Nageeye	Cifla Nijmegen	Brunssum	07-04-2013
<b>M35</b>	28.36 min	Marti ten Kate	Fortis Enschede	Brunssum	10-04-1994
<b>M40</b>	29.44 min	Aart Stigter	Loopgroep AS Alkemade	Oldenzaal	22-08-1999
<b>M45</b>	31.03 min	Aart Stigter	Loopgroep AS Amerongen	Apeldoorn	06-04-2003
<b>M50</b>	31.49 min	John van der Wansem	LADB Hilvarenbeek	Rijsbergen	16-06-2001
<b>M55</b>	33.01 min	Aart Stigter	Loopgroep Aart Stigter	Utrecht	30-09-2012
<b>M60</b>	34.53 min	John van der Wansem	LADB Hilvarenbeek	Vught	03-10-2010
<b>M65</b>	37.02 min	Cees Stolwijk	Altis Amersfoort	Schoorl	08-02-2015
<b>M70</b>	39.14 min	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rotterdam	09-10-2004
<b>M75</b>	45.54 sec	Wil van der Lee	DAK Drunen	Kaatsheuvel	20-05-2006
<b>M80</b>	50.57 min	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rijsbergen	20-06-2015
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 15 km

<b>SEN</b>	43.25 min	Abdi Nageeye	Cifla Nijmegen	Tilburg	03-09-2017
<b>M35</b>	44.06 min	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Nijmegen	19-11-2006
<b>M40</b>	46.23 min	John van der Wansem	Phoenix Utrecht Loopgroep AS	Dordrecht	20-05-1991
<b>M45</b>	47.10 min	Aart Stigter	Alkemade	's Heerenberg	09-12-2001
<b>M50</b>	47.32 min	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Alphen aan den Rijn	12-03-1983
<b>M55</b>	49.36 min	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Nijmegen	17-11-1985
<b>M60</b>	52.14 min	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Noordwijkerhout	07-10-1989
<b>M65</b>	55.20 min	Siem Herlaar	DEM Beverwijk	Rhoon	17-12-1994
<b>M70</b>	1.02.55 uur	Siem Herlaar	DEM Beverwijk	Velsen	24-10-1999
<b>M75</b>	1.12.08 uur	Walter van Gelderen	avVN Hilversum	Nijmegen	15-11-2015
<b>M80</b>	1.15.41 uur	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Nijmegen	16-11-2014
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 20 km

<b>SEN</b>	58.04 min	Greg van Hest	Tilburg Road Runners	Alphen aan den Rijn	13-03-1999
<b>M35</b>	59.41 min	Marti ten Kate	TION Enschede	Alphen aan den Rijn	11-03-1995
<b>M40</b>	1.03.26 uur	John van der Wansem	Phoenix Utrecht	Dordrecht	23-03-1991
<b>M45</b>	1.04.31 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Leiden	05-04-1980
<b>M50</b>	1.04.53 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Hilversum	25-04-1982
<b>M55</b>	1.06.28 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Leiden	05-04-1986
<b>M60</b>	1.11.50 uur	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Rijpwetering	30-03-1991
<b>M65</b>	1.13.18 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Beverwijk	22-10-1995
<b>M70</b>	1.31.29 uur	Rob Boddeke	avVN Hilversum	Alphen aan den Rijn	01-03-2015
<b>M75</b>	1.39.18 uur	Walter van Gelderen	avVN Hilversum	Den Haag	06-03-2016
<b>M80</b>	1.51.14 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	15-10-2017
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### ½ marathon

<b>SEN</b>	1.01.10 uur	Greg van Hest	Tilburg Road Runners	Den Haag	27-03-1999
<b>M35</b>	1.02.03 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Schoorl	11-02-2007
<b>M40</b>	1.04.46 uur	Aart Stigter	Running De Meern Loopgroep AS	Linschoten	20-12-1997
<b>M45</b>	1.06.51 uur	Aart Stigter	Alkemade	Best	26-01-2003
<b>M50</b>	1.07.10 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Den Haag	19-03-1983
<b>M55</b>	1.12.33 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Leersum	30-08-1986
<b>M60</b>	1.16.20 uur	Willem Ravensbergen	De Bataven-Leiden	Den Haag	28-03-1992
<b>M65</b>	1.16.25 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Rosmalen	06-04-1997
<b>M70</b>	1.27.42 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Drunen	27-02-2000

## Atletiekunie

<b>M75</b>	1.39.35 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Drunen	04-03-2007
<b>M80</b>	1.57.11 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	15-10-2017
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 25 km

<b>SEN</b>	1.14.15 uur	Gerard Nijboer	Daventria Deventer	Eersel	03-07-1982
<b>M35</b>	1.16.33 uur	John van der Wansem	Sparta Den Haag	Winschoten	25-07-1987
<b>M40</b>	1.19.17 uur	Marius de Snaayer	Fortuna Vlaardingen	Grootebroek	23-01-1983
<b>M45</b>	1.21.32 uur	Rom Jansen	THOR Roosendaal	Grootebroek	31-01-1982
<b>M50</b>	1.20.58 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Brugge (BEL)	27-06-1982
<b>M55</b>	1.26.37 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Brugge (BEL)	28-06-1987
<b>M60</b>	1.32.30 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Zevenbergen	02-09-1990
<b>M65</b>	1.39.36 uur	Jo Schoonbroodt	Maasrunners Eijsden	Eindhoven	09-10-2016
<b>M70</b>	1.54.05 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Brielle	06-03-2011
<b>M75</b>	2.05.29 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014
<b>M80</b>	2.19.25 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	15-10-2017
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 30 km

<b>SEN</b>	1.30.20 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	School	16-02-2003
<b>M35</b>	1.40.38 uur	Gert van Bergen	Phanos Amsterdam	School	16-02-2003
<b>M40</b>	1.39.42 uur	Erik Negerman	GAC Hilversum	School	08-02-2015
<b>M45</b>	1.37.07 uur	Aart Stigter	Loopgroep AS Alkemade	School	16-02-2003
<b>M50</b>	1.41.43 uur	Victor Maliy	Haag Atletiek	School	18-02-2001
<b>M55</b>	1.45.30 uur	Aart Stigter	Loopgroep Aart Stigter	School	12-02-2012
<b>M60</b>	1.55.04 uur	Cees Stolwijk	Altis Amersfoort	Amsterdam	08-09-2013
<b>M65</b>	2.01.00 uur	Jo Schoonbroodt	Maasrunners Eijsden	Eindhoven	09-10-2016
<b>M70</b>	2.22.23 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	School	08-02-2009
<b>M75</b>	2.31.44 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014
<b>M80</b>	2.48.36 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	15-10-2017
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### marathon

<b>SEN</b>	2.08.16 uur	Abdi Nageeye	Cifla Nijmegen	Amsterdam	15-10-2017
<b>M35</b>	2.08.21 uur	Kamiel Maase	Leiden Atletiek	Amsterdam	21-10-2007
<b>M40</b>	2.16.31 uur	Aart Stigter	Loopgroep AS Alkemade	Rotterdam	20-04-1997
<b>M45</b>	2.22.57 uur	Aart Stigter	Loopgroep AS Alkemade	Almere	04-05-2003
<b>M50</b>	2.22.14 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Rotterdam	09-04-1983
<b>M55</b>	2.27.54 uur	Piet van Alphen	AAC Amsterdam	Chicago (USA)	20-10-1985
<b>M60</b>	2.38.32 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Amsterdam	15-09-1991
<b>M65</b>	2.44.25 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Rotterdam	23-04-1995
<b>M70</b>	3.02.49 uur	Joop Rüter	PAC Rotterdam	Rotterdam	04-04-2004
<b>M75</b>	3.37.32 uur	Karel Leeuwangh	Fortuna Vlaardingen	Rotterdam	13-04-2014
<b>M80</b>	4.04.27 uur	Willem Landman	Spirit Lelystad	Amsterdam	15-10-2017
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 100 km

<b>SEN</b>	6.38.12 uur	Bruno Joppen	GVAV Groningen	Rodenbach (BRD)	23-04-1988
<b>M35</b>	6.38.12 uur	Bruno Joppen	GVAV Groningen	Rodenbach (BRD)	23-04-1988
<b>M40</b>	6.43.38 uur	Henk Bronswijk	Olympus'70 Naaldwijk	Torhout (BEL)	23-06-1984
<b>M45</b>	6.55.10 uur	Pascal van Norden	a.v. Gouda	Winschoten	09-09-2017
<b>M50</b>	6.56.58 uur	Jan Albert Lantink	MPM Hengelo	Rodenbach (GER)	06-10-2012
<b>M55</b>	7.07.26 uur	Jan Albert Lantink	MPM Hengelo	Belfast (GBR)	25-06-2016
<b>M60</b>	8.20.05 uur	Jo Vos	Olympia Eindhoven	Winschoten	12-09-1992
<b>M65</b>	8.07.22 uur	Wil van der Lee	DAK Drunen	Winschoten	16-09-1995



## Atletiekunie

<b>M70</b>	*	vacant zonder limiet
<b>M75</b>	*	vacant zonder limiet
<b>M80</b>	*	vacant zonder limiet
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet

## Atletiekunie

### 10 km snelwandelen

<b>SEN</b>	42.57 min	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Rotterdam	03-02-1991
<b>JUN</b>	46.53 min	Frank van Ravensberg	a.v. Haarlem	Cadenazzo (SUI)	10-06-1979
<b>M35</b>	44.27 min	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Rotterdam	02-02-1997
<b>M40</b>	43.50 min	Rick Liesting	OLAT Sint-Oedenrode	Rotterdam	03-12-2017
<b>M45</b>	45.10 min	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Rotterdam	04-01-2009
<b>M50</b>	46.30 min	Jan Cornelis	a.v. Holten	Rotterdam	04-03-2007
<b>M55</b>	51.37 min	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Rotterdam	17-11-1991
<b>M60</b>	53.46 min	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Rotterdam	01-12-1996
<b>M65</b>	59.14 min	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Rotterdam	06-01-2002
<b>M70</b>	1.02.12 uur	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Rotterdam	04-02-2007
<b>M75</b>	1.08.26 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Rotterdam	07-11-2010
<b>M80</b>	1.11.16 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Rotterdam	03-01-2016
<b>M85</b>	1.21.45 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Rotterdam	01-12-2013
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 20 km snelwandelen

<b>SEN</b>	1.24.52 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Vigneulles (FRA)	01-05-1992
<b>M35</b>	1.29.50 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Naumburg (GER)	25-05-1997
<b>M40</b>	1:29:18 uur	<i>Rick Liesting</i>	<i>Daventria, Deventer</i>	<i>Tilburg</i>	<i>23-06-2018</i>
<b>M45</b>	1.35.02 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Lugano (SUI)	08-03-2009
<b>M50</b>	1.41.02 uur	Remco de Bruin	De LAT Amsterdam	Amsterdam	29-01-2017
<b>M55</b>	1.46.22 uur	Tjabel Ras	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	15-03-1992
<b>M60</b>	1.51.33 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	09-03-1997
<b>M65</b>	1.59.19 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Sint-Oedenrode	12-03-2000
<b>M70</b>	2.12.33 uur	Jaap Visser	RWV Rotterdam	Olland (St-Oedenrode)	09-03-2008
<b>M75</b>	2.19.49 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Tilburg	04-10-2009
<b>M80</b>	2.28.51 min	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Tilburg	27-08-2017
<b>M85</b>	2.57.40 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Schiedam	07-06-2014
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 30 km snelwandelen

<b>SEN</b>	2.17.57 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Arhus (DEN)	17-06-1995
<b>M35</b>	2.24.19 uur	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Sint-Oedenrode	09-03-1997
<b>M40</b>	2.20.14 uur	<i>Rick Liesting</i>	<i>AV Daventria Deventer</i>	<i>Amsterdam</i>	<i>18-02-2018</i>
<b>M45</b>	2.35.15 uur	Nico Schroten	Holland Leiden	Barendrecht	03-05-1980
<b>M50</b>	2.43.29 uur	<i>Remco de Bruin</i>	<i>De Lat Amsterdam</i>	<i>Amsterdam</i>	<i>18-02-2018</i>
<b>M55</b>	2.51.10 uur	Theo Koenis	De LAT Amsterdam	Tilburg	19-10-2008
<b>M60</b>	2.53.40 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Barendrecht	06-10-1996
<b>M65</b>	3.15.08 uur	Rob Frielink	RWV Rotterdam	Tilburg	27-03-2011
<b>M70</b>	3.18.03 uur	Jac Heidendaal	RWV Rotterdam	Rotterdam	10-04-1983
<b>M75</b>	3.37.35 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Thionville (FRA)	15-05-2011
<b>M80</b>	3.52.33 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Schiedam	14-05-2016
<b>M85</b>	4.36.32 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Schiedam	07-06-2014
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

### 50 km snelwandelen

<b>SEN</b>	3.58.21 uur	Harold van Beek	RWV Rotterdam	Békéscsaba (HUN)	05-04-1992
<b>M35</b>	4.11.37 uur	Henk Plasman	OLAT Sint-Oedenrode	Podebrady (CZE)	19-04-1997
<b>M40</b>	4.18.11 uur	Henk Plasman	Generaal Michaëlis Best	Dudince (SVK)	25-04-1998
<b>M45</b>	4.53.42 uur	Victor Mennen	Unitas Sittard	Tilburg	19-10-2008
<b>M50</b>	4.58.== uur	Anton Toscani	AAC Amsterdam	Amsterdam	28-10-1951
<b>M55</b>	4.59.49 uur	Theo Koenis	De LAT Amsterdam	Tilburg	19-10-2008
<b>M60</b>	5.04.20 uur	Nico Schroten	RWV Rotterdam	Barendrecht	06-10-1996
<b>M65</b>	5.34.53 uur	Rob Frielink	RWV Rotterdam	Tilburg	27-03-2011
<b>M70</b>	5.52.30 uur	Jaap Visser	RWV Rotterdam	Olland (St-Oedenrode)	09-03-2008
<b>M75</b>	6.16.44 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Tilburg	27-03-2011
<b>M80</b>	6.41.31 uur	Bauke te Nijenhuis	RWV Rotterdam	Schiedam	14-05-2016
<b>M85</b>	8.12.30 uur	Koos van Rijn	RWV Rotterdam	Schiedam	07-06-2014
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			

## Atletiekunie

<b><u>Ekiden</u></b>	{5-10-5-10-5-7,195 km}				
<b>SEN</b>	2.03.12 uur	nationaal team	Nederland	Chiba (JPN)	23-11-1994
		Greg van Hest * Simon Vroemen * Gerard Kappert * Henk Gommer * René Godlieb * Greg van Hest			
<b>SEN</b>	2.06.30 uur	club team	a.v. Schuurmans	Vught Vught	20-03-1994
		Simon Vroemen * Armand van der Smissen * Jan van Rijthoven * Tonnie Dirks * Henk Gommer * Greg van Hest			
<b>M35</b>	2.25.01 uur	club team	BB-Lopers	Zwolle	25-03-2018
		Mark Hakbijl * Falco Oliver * Dick van Os * Joep Emmen * Retse van der Berg * Maarten Nieuwenhuis			
<b>M40</b>	2.22.24 uur	clubteam	Rotterdam Atletiek	Naaldwijk	01-10-2005
		Jan Cammeraat * Gerard Droog * Amriet Oemraw * Rob van der Want * Evert de Graaf * Don Jassies			
<b>M45</b>	2.31.28 uur	club team	a.v. Veluwe	Apeldoorn Zwolle	03-04-2016
		Nils van Elzelingen * Tonnie Stouten * Eric Baten * Ronald Derksen * Ton Smit * Dick Elzenga			
<b>M50</b>	2.37.44 uur	club team	Altis Amersfoort	Rotterdam	06-07-2013
		Willem de Ruiter * Hans van Dijk * Izaak de Bruyne * Rubert Rietkerk * Frank Schneijderberg * Cees Stolk			
<b>M55</b>	2.45.39 uur	club team	PAC Rotterdam	Rotterdam	06-07-2012
		Nico Alberts * Paul Streep * Jan Olsthoorn * Nico Vlaar * Piet Stroek * Rob Prins			
<b>M60</b>	3.01.44 uur	club team	PAC Rotterdam	Rotterdam	10-10-2015
		Jos van den Berg * Leo van Hoorn * Rob Verhorst * Paul Streep * Nico Alberts * Ben Ellenbroek			
<b>M65</b>	3.05.47 uur	club team	PAC Rotterdam	Rotterdam	01-07-2017
		Bram Harder * Paul Streep * Rob van Kempen * Leo van Hoorn * Jos van den Berg * Ben Ellenbroek			
<b>M70</b>	4.13.12 uur	clubteam	PAC Rotterdam	Rotterdam	01-07-2017
		Ron de Kruijff * Hans Schrammeijer * Han Ruigrok * Ger Bosman * Ton Selders * Anton Wustrow			
<b>M75</b>	*	vacant zonder limiet			
		* voor een club team			
<b>M80</b>	*	vacant zonder limiet			
		* voor een club team			
<b>M85</b>	*	vacant zonder limiet			
		* voor een club team			
<b>M90</b>	*	vacant zonder limiet			
		* voor een club team			
<b>M95</b>	*	vacant zonder limiet			
		* voor een club team			