

RANGLIJSTEN PERSOONLIJKE RECORDS

Evenals vorige seizoenen publiceren we ook aan het einde van het seizoen 2017/2018 de ranglijsten van de persoonlijke records. Hierin zijn opgenomen de records van alle leden die ooit hebben deelgenomen aan een officiële wedstrijd, zoals bijvoorbeeld onze clubkampioenschappen. Aangezien het niet helemaal eerlijk is om de dames in hetzelfde klassement op te nemen als de heren, is steeds in de tweede kolom vermeld hoe de klassering van de dames ten opzichte van elkaar is. Wellicht vormen deze ranglijsten een motivatie om te trainen voor een positieverbetering in het nieuwe seizoen.

100 M

1	Dai Dai Ntab	9.58	26-12-2014	Heerenv.
2	Thomas van Dijk	10.15	8-1-2017	Breda
3	Menno Haans	10.60	22-11-2009	Eindh.
4	Martijn Weber	11.44	5-11-2017	Tilburg
5	Jochem van Hulten	11.53	18-12-2016	Tilburg
6	1 Sanne van Duijnhoven	12.08	5-11-2017	Tilburg
7	Frank van Elderen	12.16	15-10-2005	Eindh.
8	Wouter Weber	12.22	18-12-2016	Tilburg
9	John Schepens	12.25	11-2-2001	Eindh.
10	Ad van de Ven	12.37	12-10-2002	Eindh.
11	Harry Sonnenschein	12.58	8-2-2015	Tilburg
12	Marco van Duijnhoven	12.67	13-1-2013	Tilburg
13	Bas Beex	12.73	19-2-2011	Tilburg
14	2 Imke van der Steen	12.74	28-11-2009	Eindh.
15	Thomas van Berkel	12.81	25-3-2018	Tilburg
	3 Merel Bertens	12.81	27-11-2016	Tilburg
17	Jan op 't Hoog	12.90	5-11-2011	Tilburg
18	4 Brenda van de Wiel	12.98	11-2-2001	Eindh.
19	Teun Wagemakers	13.02	11-11-2017	Tilburg
20	5 Karlijn Schellekens	13.17	25-3-2018	Tilburg
21	6 Lois op 't Hoog	13.21	26-10-2014	Tilburg
22	Teun van der Linden	13.38	25-3-2018	Tilburg
23	7 Madolyn Appeldoorn	13.48	8-12-2007	Breda
	Joep van de Ven	13.48	19-2-2011	Tilburg
25	8 Veerle van Hulten	13.50	30-10-2016	Tilburg
26	Bram Faes	13.52	11-11-2017	Tilburg
	Henrie van der Linden	13.52	15-1-2017	Tilburg
28	Tom van Dijk	13.65	25-3-2018	Tilburg
29	9 Hilde van Hulten	13.71	30-10-2016	Tilburg
30	Bram van Tulder	13.72	18-2-2017	Tilburg
31	10 Aniek Wigman	13.81	31-10-2015	Tilburg
32	11 Elke van Elderen	13.89	25-3-2018	Tilburg
33	Fer van Elderen	14.02	25-3-2018	Tilburg
34	Loek van der Bruggen	14.11	25-3-2018	Tilburg
35	12 Fenne Loijens	14.22	25-3-2018	Tilburg
36	Job van der Bruggen	14.32	25-3-2018	Tilburg
37	Thom Botermans	14.36	17-1-2015	Tilburg
38	Ad de Jong	14.66	19-2-2011	Tilburg
39	Maik Teurlings	14.86	10-3-2012	Tilburg
40	Theo Liebrechts	14.91	19-2-2011	Tilburg
41	Gijs van der Linden	14.95	4-3-2018	Tilburg
42	Ruben van Dijk	14.99	27-1-2018	Tilburg
43	Cas Wagemakers	15.35	12-11-2016	Tilburg
44	Sjef op 't Hoog	15.44	10-3-2012	Tilburg
45	Joost Wigman	15.76	10-3-2012	Tilburg
46	13 Wieke Smits	15.87	25-3-2018	Tilburg
47	14 Vivianne Molenaar	16.32	10-3-2012	Tilburg
48	Loek Schellekens	16.57	25-3-2018	Tilburg
49	15 Tember van Herck	16.59	18-2-2017	Tilburg
50	16 Emma van Dijk	16.86	27-1-2018	Tilburg
51	17 Laura Picokrie	16.93	13-3-2016	Tilburg
52	Gijs van Zon	17.06	13-3-2016	Tilburg
53	Ramon van de Laar	17.08	10-3-2012	Tilburg
54	18 Maartje van Dijk	17.15	25-3-2018	Tilburg
55	19 Meeke Kamps	17.31	25-3-2018	Tilburg
56	20 Marlijn van Herck	17.46	25-3-2018	Tilburg
57	Floris van Dijk	17.51	27-1-2018	Tilburg
58	Mees Wagemakers	18.04	12-11-2016	Tilburg
59	21 Bloem van Oort	18.22	25-3-2018	Tilburg
60	22 Babette Vingerhoets	18.30	25-3-2018	Tilburg
61	23 Marieke Thal	18.35	11-11-2017	Tilburg
62	Daan van Zon	18.38	13-3-2016	Tilburg
63	Jasper vd Langenberg	18.41	25-3-2018	Tilburg

24	Julot van der Bruggen	18.69	25-3-2018	Tilburg
25	Juul van de Loo	18.72	25-3-2018	Tilburg
26	Gijs van Gorkom	19.06	25-3-2018	Tilburg
27	Marloes van Zon	19.52	13-3-2016	Tilburg
28	Marc van Hulten	21.22	10-3-2012	Tilburg
29	Nele van de Loo	23.19	27-1-2018	Tilburg
30	Joska Vugts	24.84	25-3-2018	Tilburg
	Jesse Vlassak	25.81	25-3-2018	Tilburg
	Daphne Vingerhoets	27.23	25-3-2018	Tilburg
	Zoé van de Laar	28.68	27-1-2018	Tilburg

300 M

1	Dai Dai Ntab	22.57	25-2-2017	Breda
2	Thomas van Dijk	23.73	8-1-2017	Breda
3	Menno Haans	25.62	28-11-2009	Eindh.
4	Martijn Weber	27.25	5-11-2017	Tilburg
5	Jochem van Hulten	27.70	18-12-2016	Tilburg
6	Wouter Weber	28.25	12-3-2017	Tilburg
7	1 Sanne van Duijnhoven	28.54	5-11-2017	Tilburg
8	Harry Sonnenschein	29.47	17-11-2013	Breda
9	Frank van Elderen	29.53	13-11-2005	Eindh.
10	2 Merel Bertens	29.67	27-11-2016	Tilburg
11	John Schepens	29.70	11-2-2001	Eindh.
12	Ad van de Ven	30.35	12-10-2002	Eindh.
13	Thom Botermans	30.36	21-1-2018	Tilburg
14	Jan op 't Hoog	30.88	16-2-2014	Tilburg
15	Thomas van Berkel	30.97	25-3-2018	Tilburg
16	Marco van Duijnhoven	31.34	12-11-2017	Tilburg
17	3 Karlijn Schellekens	31.84	25-3-2018	Tilburg
18	4 Brenda van de Wiel	31.91	11-2-2001	Eindh.
19	Teun Wagemakers	32.00	11-11-2017	Tilburg
20	5 Hilde van Hulten	32.02	12-3-2017	Tilburg
21	6 Imke van der Steen	32.49	20-1-2007	Eindh.
22	7 Veerle van Hulten	32.58	30-10-2016	Tilburg
23	Teun van der Linden	32.70	25-3-2018	Tilburg
24	Henrie van der Linden	32.99	12-3-2017	Tilburg
25	8 Madolyn Appeldoorn	33.41	27-2-2011	Tilburg
26	9 Lois op 't Hoog	33.75	26-10-2014	Tilburg
27	Bram Faes	35.40	11-11-2017	Tilburg
28	Bram van Tulder	35.82	27-1-2018	Tilburg
29	10 Elke van Elderen	36.35	25-3-2018	Tilburg
30	11 Aniek Wigman	36.51	8-3-2014	Tilburg
31	Job van der Bruggen	37.03	25-3-2018	Tilburg
32	Tom van Dijk	37.69	25-3-2018	Tilburg
33	12 Fenne Loijens	38.75	25-3-2018	Tilburg
34	Fer van Elderen	39.68	27-1-2018	Tilburg
35	Loek van der Bruggen	40.37	25-3-2018	Tilburg
36	Gijs van der Linden	40.39	25-3-2018	Tilburg
37	Cas Wagemakers	40.42	12-11-2016	Tilburg
38	13 Wieke Smits	41.94	25-3-2018	Tilburg
39	Gijs van Zon	45.25	13-3-2016	Tilburg
40	14 Emma van Dijk	46.09	25-3-2018	Tilburg
41	15 Meeke Kamps	46.90	25-3-2018	Tilburg
42	Loek Schellekens	47.03	25-3-2018	Tilburg
43	16 Tember van Herck	47.08	11-11-2017	Tilburg
44	Daan van Zon	47.74	13-3-2016	Tilburg
45	Ruben van Dijk	47.83	11-11-2017	Tilburg
46	17 Maartje van Dijk	49.23	25-3-2018	Tilburg
47	Floris van Dijk	49.84	27-1-2018	Tilburg
48	Bloem van Oort	50.70	25-3-2018	Tilburg
49	19 Laura Picokrie	50.99	13-3-2016	Tilburg
50	20 Marlijn van Herck	51.01	25-3-2018	Tilburg

Vervolg 300 M

51		Mees Wagemakers	52.87	13-3-2016	Tilburg	63		Berry Appeldoorn	62.40	16-2-2002	Eindh.
52	21	Juul van de Loo	52.94	25-3-2018	Tilburg	64		Ward Welsing	62.52	9-3-2013	Tilburg
53	22	Nele van de Loo	54.56	25-3-2018	Tilburg	65	14	Vivianne Molenaar	63.00	28-2-2015	Tilburg
54	23	Julot van der Bruggen	54.66	25-3-2018	Tilburg	66	15	Fenne Loijens	64.18	14-1-2018	Tilburg
55	24	Marloes van Zon	55.02	13-3-2016	Tilburg	67		Pieter Wolfs	64.57	9-3-2013	Tilburg
56	25	Babette Vingerhoets	56.23	25-3-2018	Tilburg	68		Jan Zoontjens	65.19	2-3-1996	Eindh.
57		Gijs van Gorkom	56.72	25-3-2018	Tilburg	69		Bram Faes	68.04	28-2-2015	Tilburg
58		Jasper vd Langenberg	60.35	25-3-2018	Tilburg	70		Cas Wagemakers	68.13	13-3-2016	Tilburg
59	26	Marieke Thal	62.20	25-3-2018	Tilburg	71		Gijs van der Linden	69.08	18-3-2018	Tilburg
60		Jesse Vlassak	69.63	25-3-2018	Tilburg	72		Ludo Fassaert	70.24	9-3-2013	Tilburg
61	27	Joska Vugts	80.41	25-3-2018	Tilburg	73		Marc van Hulten	70.64	10-3-2012	Tilburg
62	28	Daphne Vingerhoets	89.23	25-3-2018	Tilburg	74		Frans van Riel	71.12	17-3-1991	Eindh.
63	29	Zoé van de Laar	97.61	27-1-2018	Tilburg	75	16	Wilma Berg	74.92	26-2-2000	Eindh.
						76	17	Angelique Schepens	85.37	26-2-2000	Eindh.

500 M

1		Dai Dai Ntab	34.15	9-12-2017	Salt Lake C
2		Thomas van Dijk	36.97	13-11-2016	Heerenv.
3		Menno Haans	40.49	7-2-2010	Eindh.
4		Martijn Weber	41.71	25-3-2018	Tilburg
5		Jochem van Hulten	42.05	5-3-2017	Breda
6	1	Sanne van Duijnhoven	43.72	22-11-2017	Heerenv.
7		Wouter Weber	44.54	16-10-2016	Tilburg
8	2	Merel Bertens	44.67	4-2-2017	Heerenv.
9		Bas Beex	44.69	8-3-2014	Tilburg
10		Harry Sonnenschein	45.78	8-3-2014	Tilburg
11		Frank van Elderen	46.03	14-2-2004	Breda
12		John Schepens	46.48	19-1-2003	Eindh.
13		Marco van Duijnhoven	46.99	28-2-2016	Eindh.
14		Jan op 't Hoog	47.00	27-10-2013	Tilburg
15		Thom Botermans	47.21	25-3-2018	Tilburg
16		Kees Verspaandonk	47.34	28-1-2017	Tilburg
17		Ad van de Ven	47.71	9-3-2002	Eindh.
18		Thomas van Berkel	47.98	27-1-2018	Groningen
19	3	Veerle van Hulten	48.23	5-3-2016	Tilburg
20		Teun Wagemakers	48.93	25-3-2018	Tilburg
21	4	Brenda van de Wiel	49.41	27-1-2001	Eindh.
22	5	Lois op 't Hoog	49.67	5-3-2016	Tilburg
23	6	Hilde van Hulten	49.90	25-3-2018	Tilburg
24		Jaap de Groot	50.03	8-3-1992	Eindh.
25		Wijnand Staasen	50.05	28-10-2012	Tilburg
26		Henrie van der Linden	50.19	18-3-2018	Tilburg
27	7	Karlijn Schellekens	50.66	13-2-2018	Heerenv.
28	8	Imke van der Steen	50.69	16-1-2011	Tilburg
29	9	Aniek Wigman	50.70	25-3-2018	Tilburg
30	10	Madolyn Appeldoorn	51.02	8-3-2014	Tilburg
31		Teun van der Linden	51.37	4-3-2018	Tilburg
32		Jan Ketelaars	53.02	13-1-2007	Eindh.
33		Jan van Hulten	53.06	5-3-2016	Tilburg
34		Mathieu Bruurs	53.17	17-3-1991	Eindh.
35		Joep van de Ven	53.23	9-3-2013	Tilburg
36		Ramon van de Laar	53.97	5-3-2016	Tilburg

37		Jan v.d. Wiel	54.97	13-3-1999	Eindh.
38		Leo Vaes	55.00	8-3-1992	Eindh.
39		Maik Teurlings	56.17	9-3-2013	Tilburg
40		Mark Mangnus	56.32	5-3-2016	Tilburg
41		Theo Vonk	56.33	28-1-2017	Tilburg
42		Bram van Tulder	56.36	25-3-2018	Tilburg
43		Theo Liebrechts	56.56	9-3-2013	Tilburg
44		Sjef v.d. Meijdenberg	56.67	17-3-1991	Eindh.
45		Ad de Jong	56.72	8-3-2014	Tilburg
46		Sjef op 't Hoog	57.00	8-3-2014	Tilburg
47		Louis Hooghiemstra	57.17	13-3-2004	Eindh.
48		Cor van Beers	57.35	5-3-2016	Tilburg
49	11	Petra Smit	57.52	5-3-2016	Tilburg
50		Joost Wigman	57.60	5-3-2016	Tilburg
51		Maurice Schellekens	57.69	5-3-2016	Tilburg
52	12	Mariëtte van Hazendonk	57.79	16-2-2002	Eindh.
53		Rob Weber	58.00	5-3-2016	Tilburg
54		Frank Simonis	58.04	5-3-2016	Tilburg
55		Arjan Wiercx	58.39	28-1-2017	Tilburg
56		Arno van Eijk	58.64	28-1-2017	Tilburg
57		Chris Donkers	59.20	24-1-1998	Eindh.
58	13	Geisje van den Berg	59.24	5-3-2016	Tilburg
59		Gerrit-Jan Vermeer	59.91	1-3-2008	Eindh.
60		Steve Nieuwenhuis	60.24	8-3-1992	Eindh.
61		Christ Krijnen	60.49	25-3-2018	Tilburg
62		Herman Coenen	61.10	11-3-2001	Eindh.

700 M

1		Thomas van Dijk	0:51.47	12-3-2017	Breda
2		Jochem van Hulten	0:58.42	12-3-2017	Tilburg
3		Wouter Weber	1:01.64	12-3-2017	Tilburg
4	1	Merel Bertens	1:02.88	12-3-2017	Tilburg
5		Martijn Weber	1:03.51	12-3-2017	Tilburg
6	2	Sanne van Duijnhoven	1:03.86	19-2-2017	Tilburg
7		Harry Sonnenschein	1:05.16	20-1-2013	Eindh.
8		Jan op 't Hoog	1:06.68	8-2-2015	Tilburg
9		Marco van Duijnhoven	1:08.14	8-2-2015	Tilburg
10		Thom Botermans	1:09.77	10-12-2017	Tilburg
11		John Schepens	1:09.78	25-11-2012	Tilburg
12		Teun Wagemakers	1:10.89	4-3-2018	Tilburg
13	3	Karlijn Schellekens	1:11.13	11-3-2018	Breda
14		Henrie van der Linden	1:11.64	12-3-2017	Tilburg
15		Thomas van Berkel	1:12.20	10-12-2017	Tilburg
16	4	Hilde van Hulten	1:12.44	4-3-2018	Tilburg
17		Teun van der Linden	1:13.40	10-12-2017	Tilburg
18	5	Lois op 't Hoog	1:13.70	8-2-2015	Tilburg
19	6	Imke van der Steen	1:14.39	25-11-2012	Tilburg
20	7	Veerle van Hulten	1:15.03	8-2-2015	Tilburg
21		Gijs van der Linden	1:48.06	10-12-2017	Tilburg

800 M

1		Menno Haans	1:09.90	14-10-2012	Tilburg
2		Jan op 't Hoog	1:15.95	14-10-2012	Tilburg
3		John Schepens	1:18.47	14-10-2012	Tilburg
4		Wijnand Staasen	1:19.11	14-10-2012	Tilburg
5		Marco van Duijnhoven	1:19.46	14-10-2012	Tilburg
6		Jochem van Hulten	1:47.07	14-10-2012	Tilburg
7	1	Sanne van Duijnhoven	1:49.85	14-10-2012	Tilburg
8	2	Veerle van Hulten	1:59.67	14-10-2012	Tilburg

1000 M

1		Dai Dai Ntab	1:08.41	10-12-2017	Salt Lake C
2		Thomas van Dijk	1:13.67	26-10-2016	Inzell
3		Menno Haans	1:22.26	5-12-2009	Breda
4		Jochem van Hulten	1:24.24	28-1-2017	Tilburg
5		Martijn Weber	1:26.62	25-3-2018	Tilburg
6	1	Merel Bertens	1:27.91	4-2-2017	Heerenv.
7		Wouter Weber	1:28.17	5-2-2017	Tilburg
8	2	Sanne van Duijnhoven	1:28.61	15-10-2017	Heerenv.
9		Bas Beex	1:29.92	8-3-2014	Tilburg
10		Harry Sonnenschein	1:30.99	8-3-2014	Tilburg
11		Jan op 't Hoog	1:34.42	26-2-2012	Tilburg
12		Frank van Elderen	1:34.64	6-3-2004	Eindh.
13		John Schepens	1:34.78	6-1-2001	Geleen
14		Thom Botermans	1:34.84	25-3-2018	Tilburg
15		Marco van Duijnhoven	1:35.00	28-1-2017	Tilburg
16		Thomas van Berkel	1:36.38	24-2-2018	Heerenv.
17		Ad van de Ven	1:38.45	3-11-2002	Eindh.
18		Kees Verspaandonk	1:38.90	28-1-2017	Tilburg
19	3	Veerle van Hulten	1:39.77	13-12-2015	Tilburg
20	4	Brenda van de Wiel	1:40.14	4-3-2001	Eindh.
21	5	Imke van der Steen	1:41.54	19-2-2011	Tilburg
22		Henrie van der Linden	1:41.56	25-3-2018	Tilburg
23		Teun van der Linden	1:42.21	18-3-2018	Tilburg
24	6	Madolyn Appeldoorn	1:42.80	22-1-2012	Tilburg
25	7	Karlijn Schellekens	1:43.46	24-2-2018	Heerenv.
26	8	Hilde van Hulten	1:43.98	25-3-2018	Tilburg

Vervolg 1000 M

27		Teun Wagemakers	1:44.17	25-3-2018	Tilburg
28	9	Loïs op 't Hoog	1:46.46	5-3-2016	Tilburg
29		Jan van Hulten	1:46.57	5-3-2016	Tilburg
30	10	Aniek Wigman	1:48.34	25-3-2018	Tilburg
31		Theo Vonk	1:49.20	28-1-2017	Tilburg
32		Ramon van de Laar	1:49.98	5-3-2016	Tilburg
33		Joep van de Ven	1:50.90	9-3-2013	Tilburg
34		Arjan Wiercx	1:54.04	28-1-2017	Tilburg
35		Mathieu Bruurs	1:54.08	13-3-1999	Eindh.
36		Jan v.d. Wiel	1:54.59	13-3-1999	Eindh.
37		Theo Liebregts	1:55.09	9-3-2013	Tilburg
38		Mark Mangnus	1:56.85	28-1-2017	Tilburg
39	11	Petra Smit	1:57.40	28-1-2017	Tilburg
40		Ad de Jong	1:57.42	10-3-2012	Tilburg
41		Arno van Eijk	1:58.60	28-1-2017	Tilburg
42		Maik Teurlings	1:58.93	9-3-2013	Tilburg
43		Rob Weber	1:59.05	28-1-2017	Tilburg
44		Chris Donkers	1:59.22	13-3-1999	Eindh.
45		Joost Wigman	1:59.72	5-3-2016	Tilburg
46		Bram van Tulder	2:07.23	25-3-2018	Tilburg

1500 M

1		Dai Dai Ntab	1:50.56	22-3-2015	Calgary
2		Thomas van Dijk	1:54.50	22-10-2016	Inzell
3		Jochem van Hulten	2:07.64	4-2-2017	Heerenv.
4		Menno Haans	2:09.72	21-11-2009	Eindh.
5		Martijn Weber	2:12.42	4-3-2018	Tilburg
6		Wouter Weber	2:14.70	16-10-2016	Tilburg
7	1	Sanne van Duijnhoven	2:14.78	4-2-2017	Heerenv.
8	2	Merel Bertens	2:16.93	18-12-2016	Tilburg
9		Bas Beex	2:20.21	23-2-2014	Tilburg
10		Harry Sonnenschein	2:20.86	24-2-2013	Tilburg
11		Wijnand Staasen	2:22.26	28-10-2012	Tilburg
12		Marco van Duijnhoven	2:23.22	4-3-2018	Tilburg
13		Jan op 't Hoog	2:23.83	31-10-2010	Tilburg
14		Frank van Elderen	2:25.99	15-2-2004	Breda
15		Thom Botermans	2:27.43	4-3-2018	Tilburg
16		John Schepens	2:27.70	27-1-2001	Eindh.
17		Ad van de Ven	2:29.50	23-2-2003	Eindh.
18		Thomas van Berkel	2:31.63	4-3-2018	Tilburg
19		Henrie van der Linden	2:34.44	19-2-2017	Tilburg
20	3	Imke van der Steen	2:35.26	31-10-2010	Tilburg
21		Teun van der Linden	2:36.03	4-3-2018	Tilburg
22	4	Brenda van de Wiel	2:36.43	3-3-2001	Eindh.
23	5	Veerle van Hulten	2:37.26	3-1-2016	Tilburg
24	6	Madolyn Appeldoorn	2:38.48	15-1-2012	Breda
25		Jan v.d. Wiel	2:38.97	17-3-1991	Eindh.
26		Jaap de Groot	2:41.54	13-3-1993	Eindh.
27		Mathieu Bruurs	2:48.79	15-3-1997	Eindh.
28		Teun Wagemakers	2:49.05	21-1-2018	Tilburg
29		Jan van Hulten	2:49.16	29-11-2015	Tilburg
30	7	Aniek Wigman	2:50.00	21-1-2018	Tilburg
31	8	Loïs op 't Hoog	2:52.27	28-2-2015	Tilburg
32		Louis Hooghiemstra	2:54.33	13-3-2004	Eindh.
33	9	Hilde van Hulten	2:55.05	15-1-2017	Tilburg
34		Jan Ketelaars	2:55.58	1-3-2008	Eindh.
35		Steve Nieuwenhuis	2:58.19	8-3-1992	Eindh.
36		Leo Vaes	3:00.17	5-3-1994	Eindh.
37		Sjef v.d. Meijdenberg	3:04.40	8-3-1992	Eindh.
38		Herman Coenen	3:24.43	11-3-2001	Eindh.

3000 M

1		Thomas van Dijk	4:11.51	23-3-2013	Heerenv.
2		Dai Dai Ntab	4:24.35	15-12-2011	Heerenv.
3		Jochem van Hulten	4:39.76	11-12-2016	Tilburg
4	1	Merel Bertens	4:43.10	8-2-2016	Heerenv.
5		Menno Haans	4:45.03	27-2-2010	Breda
6		Wouter Weber	4:48.87	31-1-2016	Tilburg
7		Wijnand Staasen	4:55.89	11-11-2012	Tilburg
8	2	Sanne van Duijnhoven	4:58.50	11-3-2018	Breda
9		Harry Sonnenschein	4:58.60	2-3-2013	Breda
10		Bas Beex	4:58.69	19-1-2014	Tilburg
11		Jan op 't Hoog	5:00.55	2-3-2013	Breda
12		Marco van Duijnhoven	5:06.49	10-12-2017	Tilburg
13		Martijn Weber	5:08.98	21-1-2018	Tilburg
14		John Schepens	5:11.25	3-3-2001	Eindh.
15		Frank van Elderen	5:22.56	14-2-2004	Breda
16	3	Brenda van de Wiel	5:27.46	4-3-2001	Eindh.
17	4	Imke van der Steen	5:29.76	15-3-2009	Breda
18		Thom Botermans	5:31.93	21-1-2018	Tilburg
19		Ad van de Ven	5:35.35	22-2-2003	Eindh.
20		Henrie van der Linden	5:51.42	22-11-2015	Tilburg

5000 M

1		Thomas van Dijk	07:22.29	24-3-2013	Heerenv.
2		Jan op 't Hoog	08:23.12	22-2-2014	Tilburg
3		Bas Beex	08:29.40	16-2-2014	Tilburg
4		Menno Haans	08:32.56	28-2-2010	Breda
5		Harry Sonnenschein	08:44.63	22-2-2014	Tilburg
6		John Schepens	09:06.69	4-3-2001	Eindh.
7		Marco van Duijnhoven	09:07.02	18-3-2018	Tilburg
8		Frank van Elderen	09:19.98	5-2-2006	Eindh.
9	1	Imke van der Steen	09:25.75	16-1-2011	Tilburg
10	2	Brenda van de Wiel	09:30.11	25-2-2001	Eindh.

10000 M

1		Jan op 't Hoog	17:22.94	18-2-2012	Eindh.
2		Harry Sonnenschein	19:54.37	14-3-2015	Tilburg