

# Ranglijsten Seizoen 2009

## Loopnummers

<b>100m</b>	<b>1. Sven Ootjers</b>	<b>M35</b>	<b>11.54</b>	<b>+ 1.3</b>	<b>Heiloo</b>	<b>17-07-09</b>
	2. Peter Kuin	JA	11.62	+ 1.0	Santpoort-Noord	14-06-09
	3. Frank Hilberts	Sen	11.78	+ 1.2	Ede	22-09-09
	4. David Bastiaansen	Sen	11.85	+ 0.4	Heiloo	14-08-09
	5. Lars Groot	Sen	11.90	+ 1.8	Heiloo	21-05-09
	6. Dennis Barnhoorn	JA	12.15	+ 0.4	Leiden	27-05-09
	7. Thom Slot	JC	12.21	+ 1.5	Castricum	03-06-09
	8. Michiel Singer	Sen	12.28	+ 1.3	Heiloo	17-07-09
	9. Sijmen Liefding	Sen	12.34	+ 1.3	Heiloo	17-07-09
	10. Job Beintema	JC	12.38	+ 1.5	Heiloo	31-07-09
	11. Edward Appelman	JA	12.80	- 0.1	Heiloo	21-05-09
	12. Kevin van Velzen	JA	13.15	+ 1.0	Santpoort-Noord	14-06-09

### *Betere handtijden / ongeldige wind*

Dennis Barnhoorn	JA	11.88	+ 2.6	Castricum	03-06-09
Styn Burkels	JB	11.9		Heiloo	03-10-09
Marc Barnhoorn	Sen	12.1		Heiloo	03-10-09
Quinten Zwaga	Sen	12.2		Purmerend	28-08-09
Jasper van Baar	Sen	12.9		Heiloo	03-10-09
Loek Zoon	Sen	12.9		Heiloo	03-10-09
Chiel Klaver	JB	13.5		Heiloo	03-10-09
Sjoerd Visser	Ja	13.5		Heiloo	03-10-09
Elias Oukair	JA	13.5		Heiloo	03-10-09
Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	13.9		Heiloo	03-10-09
Hans Schouten	M60	13.9		Heiloo	03-10-09

<b>200m</b>	<b>1. Peter Kuin</b>	<b>JA</b>	<b>23.25</b>	<b>+ 1.9</b>	<b>Amsterdam</b>	<b>19-04-09</b>
	2. David Bastiaansen	Sen	23.64	+ 0.3	Heiloo	14-08-09
	Marc Barnhoorn	Sen	23.64	+ 1.6	Castricum	03-06-09
	4. Frank Hilberts	Sen	23.82	+ 1.9	Amsterdam	19-04-09
	5. Sijmen Liefding	Sen	24.92	+ 0.0	Heiloo	21-05-09
	6. Lars Groot	Sen	25.31	+ 0.6	Alkmaar	17-05-09
	7. Rob Moggré	M40	25.89	+ 1.9	Castricum	03-06-09
	8. Elias Oukair	JA	25.98	+ 0.6	Heiloo	21-05-09
	9. Loek Zoon	Sen	26.57	+ 0.3	Heiloo	31-07-09

### *Betere handtijden / ongeldige wind*

Edward Appelman	JA	24.95	+ 2.2	Heiloo	21-05-09
Michiel Singer	Sen	25.47	+ 2.2	Amersfoort	21-06-09

<b>300m</b>	<b>1. Chiel Klaver</b>	<b>JB</b>	<b>41.49</b>		<b>Utrecht</b>	<b>10-07-09</b>
-------------	------------------------	-----------	--------------	--	----------------	-----------------

<b>400m</b>	<b>1. Edward Appelman</b>	<b>JA</b>	<b>52.36</b>		<b>Emmeloord</b>	<b>14-06-09</b>
	2. Peter Kuin	JA	52.37		Nijmegen	21-05-09
	3. David Bastiaansen	Sen	52.72		Hoorn	12-06-09
	4. Quinten Zwaga	Sen	53.56		Amersfoort	21-06-09
	5. Arnold Vreeker	Sen	54.85		Alkmaar	17-05-09
	6. Elias Oukair	Sen	55.78		Amstelveen	10-05-09
	7. Chiel Klaver	JB	58.04		Santpoort-Noord	14-06-09
	Marc Barnhoorn	Sen	57.9		Heiloo	03-10-09
	9. Sven Ootjers	M35	58.1		Heiloo	03-10-09
	10. Lars Groot	Sen	58.2		Heiloo	03-10-09
	11. Jorrit Welling	JB	58.09		Heerhugowaard	17-04-09
	12. Loek Zoon	Sen	59.5		Heiloo	03-10-09
	13. Michiel Singer	Sen	62.6		Heiloo	03-10-09
	14. Jasper van Baar	Sen	63.4		Heiloo	03-10-09
	15. Sjoerd Visser	JA	66.7		Heiloo	03-10-09
	16. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	80.7		Heiloo	03-10-09

## Ranglijsten Seizoen 2009

### Loopnummers

<b>600m</b>	<b>1. Edward Appelman</b>	<b>JA</b>	<b>1.29.61</b>	<b>Alkmaar</b>	<b>03-07-09</b>
	2. Quinten Zwaga	Sen	1.29.83	Alkmaar	03-07-09
	3. Jorrit Welling	JB	1.33.26	Alkmaar	03-07-09
	4. Emiel Admiraal	JA	1.34.31	Alkmaar	03-07-09
<b>800m</b>	<b>1. Dennis ten Bruggecate</b>	<b>Sen</b>	<b>1.55.30</b>	<b>Hoorn</b>	<b>23-05-09</b>
	2. Pim Molenaar	Sen	1.55.87	Heiloo	21-05-09
	3. Edward Appelman	JA	1.59.16	Amstelveen	10-05-09
	4. Arnold Vreeker	Sen	1.59.65	Wageningen	03-09-09
	5. Quinten Zwaga	Sen	2.01.30	Utrecht	01-05-09
	6. Maarten Gouda	Sen	2.02.41	Heiloo	21-05-09
	7. Emiel Admiraal	JA	2.04.77	Amsterdam	19-04-09
	8. Léon Duineveld	JA	2.05.83	Heiloo	21-05-09
	9. Jorrit Welling	JB	2.07.84	Santpoort-Noord	14-06-09
	10. Jean-Paul Helderman	JB	2.09.08	Heiloo	21-05-09
	11. Chiel Kalver	JB	2.13.22	Utrecht	01-05-09
	12. Michel Pannekeet	Sen	2.15.7	Warmenhuizen	19-06-09
	13. Job Beintema	JC	2.17.47	Den Helder	16-05-09
	14. Bastiaan Bouwman	JB	2.24.97	Den Helder	16-05-09
<b>1000m</b>	<b>1. Edward Appelman</b>	<b>JA</b>	<b>2.35.00</b>	<b>Utrecht</b>	<b>10-07-09</b>
	2. Emiel Admiraal	JA	2.44.04	Utrecht	10-07-09
	3. Jean-Paul Helderman	JB	2.50.83	Utrecht	10-07-09
	4. Michel Pannekeet	Sen	2.51.23	Utrecht	10-07-09
<b>1500m</b>	<b>1. Pim Molenaar</b>	<b>Sen</b>	<b>3.53.61</b>	<b>Uden</b>	<b>27-06-09</b>
	2. Maarten Gouda	Sen	4.15.11	Utrecht	13-06-09
	3. Emiel Admiraal	JA	4.15.54	Utrecht	01-05-09
	4. Quinten Zwaga	Sen	4.17.29	Heiloo	17-07-09
	5. Arnold Vreeker	Sen	4.17.72	Nijmegen	22-05-09
	6. Michel Pannekeet	Sen	4.25.65	Heiloo	17-07-09
	7. Bastiaan Gouda	Sen	4.28.17	Utrecht	13-06-09
	8. Léon Duineveld	JA	4.32.35	Amstelveen	10-05-09
	9. Jean-Paul Helderman	JB	4.36.51	Heerhugowaard	17-04-09
	10. Chiel Klaver	JB	4.57.22	Amstelveen	10-05-09
	11. Loek Zoon	Sen	5.02.1	Heiloo	04-10-09
	12. Peter Kuin	JA	5.03.8	Heiloo	04-10-09
	13. Sijmen Liefing	Sen	5.10.1	Heiloo	04-10-09
	14. Styn Burkels	JB	5.15.3	Heiloo	04-10-09
	15. Kevin van Velzen	JA	5.45.5	Heiloo	04-10-09
	16. Sjoerd Visser	JA	5.48.2	Heiloo	04-10-09
	17. Marc Barnhoorn	Sen	5.49.7	Heiloo	04-10-09
	18. Sven Ootjers	M35	5.50.6	Heiloo	04-10-09
	19. Jasper van Baar	Sen	6.02.3	Heiloo	04-10-09
	20. Michiel Singer	Sen	6.34.8	Heiloo	04-10-09
	21. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	8.04.6	Heiloo	04-10-09
<b>EM</b>	<b>1. Pim Molenaar</b>	<b>Sen</b>	<b>4.18.15</b>	<b>Heerhugowaard</b>	<b>05-06-09</b>
	2. Maarten Gouda	Sen	4.48.57	Heerhugowaard	05-06-09
	3. Bastiaan Gouda	Sen	4.56.44	Alkmaar	03-07-09

## Ranglijsten Seizoen 2009

Loopnummers

<b>3000m</b>	<b>1. Pim Molenaar</b>	<b>Sen</b>	<b>8.24.80</b>	<b>Leiden</b>	<b>13-06-09</b>
	2. Emiel Admiraal	JA	9.15.72	Amstelveen	10-05-09
	3. Bastiaan Gouda	Sen	9.36.72	Heiloo	31-07-09
	4. Michel Pannekeet	Sen	9.42.53	Heiloo	21-05-09
	5. Jean-Paul Helderman	JB	9.44.72	Santpoort-Noord	14-06-09
	6. Melvin Blok	M35	11.10.44	Heiloo	17-07-09
	7. Willem van Beek	M45	11.17.37	Heiloo	31-07-09
	8. Olof Glorie	M40	12.39.47	Heiloo	31-07-09

<b>5000m</b>	<b>1. Pim Molenaar</b>	<b>Sen</b>	<b>14.50.24</b>	<b>Amersfoort</b>	<b>21-06-09</b>
	2. Maarten Gouda	Sen	17.25.81	Ede	22-09-09
	3. Hans Wessel	M35	19.33.75	Heiloo	14-08-09
	4. Melvin Blok	M50	19.59.01	Heiloo	14-08-09

<b>110mh</b>	<b>1. Sven Ootjers</b>	<b>M35</b>	<b>15.18</b>	<b>+ 1.3 Ede</b>	<b>20-09-09</b>
106.7 cm	2. Marc Barnhoorn	Sen	16.91	+ 1.0 Amsterdam	19-04-09
	3. Peter Kuin	JA	17.18	+ 0.6 Groningen	05-06-09
	4. Sijmen Liefing	Sen	17.81	+ 0.0 Amsterdam	19-04-09

*Betere handtijden / Geen windmeting*

Jasper van Baar	Sen	19.0	Heiloo	04-10-09
Michiel Singer	Sen	21.1	Heiloo	04-10-09
Lars Groot	Sen	21.1	Heiloo	04-10-09

<b>110mh</b>	<b>1. Peter Kuin</b>	<b>JA</b>	<b>16.17</b>	<b>+ 1.6 Santpoort-Noord</b>	<b>14-06-09</b>
99.0 cm					

*Betere handtijden / Geen windmeting*

Kevin van Velzen	JA	22.1	Heiloo	04-10-09
Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	23.2	Heiloo	04-10-09
Sjoerd Visser	JA	26.1	Heiloo	04-10-09

<b>110mh</b>	<b>1. Styn Burkels</b>	<b>JB</b>	<b>19.2</b>	<b>Heiloo</b>	<b>04-10-09</b>
91.4 cm	2. Chiel Klaver	JB	21.4	Heiloo	04-10-09
	3. Kevin van Velzen	JB	22.1	Heiloo	04-10-09

<b>400mh</b>	<b>1. Peter Kuin</b>	<b>JA</b>	<b>59.14</b>	<b>Eindhoven</b>	<b>08-05-09</b>
91.4 cm	2. Marc Barnhoorn	Sen	62.35	Eindhoven	08-05-09
	3. Sijmen Liefing	Sen	63.12	Heiloo	03-07-09

<b>3000m st</b>	<b>1. Emiel Admiraal</b>	<b>JA</b>	<b>10.11.27</b>	<b>Castricum</b>	<b>03-06-09</b>
91.4 cm	2. Michel Pannekeet	Sen	10.44.80	Castricum	03-06-09

## Ranglijsten Seizoen 2009

Technische nummers

Hoog.	1. Sven Ootjers	M35	2.07	Amersfoort	21-06-09
	2. Peter Kuin	JA	1.75	Heiloo	03-10-09
	Quinten Zwaga	Sen	1.75	Heiloo	21-05-09
	Styn Burkels	JB	1.75	Heiloo	17-07-09
	5. Huib Appelman	JB	1.70	Heiloo	21-05-09
	6. Jasper van Baar	Sen	1.65	Heiloo	03-10-09
	7. Marc Barnhoorn	Sen	1.60	Heiloo	03-10-09
	8. Michiel Singer	Sen	1.50	Heiloo	03-10-09
	Lars Groot	Sen	1.50	Heiloo	03-10-09
	10. Chiel Klaver	JB	1.45	Heiloo	03-10-09
	11. Kevin van Velzen	JB	1.40	Heiloo	03-10-09
	Elias Oukair	JA	1.40	Heiloo	03-10-09
	Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	1.40	Heiloo	03-10-09
	14. Sjoerd Visser	JA	1.35	Heiloo	03-10-09

Polsh.	1. Jasper van Baar	Sen	3.60	Ede	20-09-09
	Sven Ootjers	M35	3.60	Heiloo	04-10-09
	3. Sijmen Liefthing	Sen	2.80	Heiloo	04-10-09
	4. Richard Oly	M50	2.60	Heiloo	04-10-09
	5. Peter Kuin	JA	2.50	Heiloo	04-10-09
	6. Marc Barnhoorn	Sen	2.40	Heiloo	04-10-09
	7. Kevin van Velzen	JB	2.20	Heiloo	04-10-09
	8. Lars Groot	Sen	1.80	Heiloo	04-10-09
	9. Michiel Singer	Sen	1.80	Heiloo	04-10-09

Hss.	1. Sven Ootjers	M35	12.70	+ 0.8 Amsterdam	19-04-09
	2. Peter Kuin	JA	11.89	- 0.4 Amstelveen	10-05-09
	3. Kevin van Velzen	JB	8.98	+ 0.0 Santpoort-Noord	14-06-09

Ver.	1. Lars Groot	Sen	6.48	Heiloo	21-05-09
	2. Sven Ootjers	Sen	6.23	Heiloo	03-10-09
	3. Frank Hilberts	Sen	6.06	Alkmaar	04-04-09
	4. Peter Kuin	JA	5.87	+ 1.9 Eindhoven	08-05-09
	5. Sijmen Liefthing	Sen	5.84	Heiloo	21-05-09
	6. Styn Burkels	JB	5.55	Heiloo	04-10-09
	7. Michiel Singer	Sen	5.26	Heiloo	04-10-09
	8. Jasper van Baar	Sen	5.13	Heiloo	04-10-09
	9. Elias Oukair	JA	5.06	Heiloo	04-10-09
	10. Marc Barnhoorn	Sen	5.03	Heiloo	04-10-09
	11. Huib Appelman	JB	4.84	- 1.0 Santpoort-Noord	14-06-09
	12. Leon Duineveld	JA	4.82	+ 0.0 Amstelveen	10-05-09
	13. Chiel Klaver	JB	4.65	Heiloo	03-10-09
	14. Kevin van Velzen	JB	4.53	Amstelveen	10-05-09
	15. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	4.50	Heiloo	03-10-09
	16. Emiel Admiraal	JA	4.49	Alkmaar	24-04-09
	17. Sjoerd Visser	JA	4.47	Heiloo	03-10-09
	18. Hans Schouten	M60	4.38	Heiloo	03-10-09

Speer	1. Olmo Paardekooper	JB	35.98	Heiloo	04-10-09
700 gram	2. Styn Burkels	JB	21.82	Heiloo	04-10-09
	3. Chiel Klaver	JB	18.35	Heiloo	04-10-09
	4. Kevin van Velzen	JB	14.53	Heiloo	04-10-09

## Ranglijsten Seizoen 2009

Technische nummers

<b>Speer</b>	<b>1. Dennis Barnhoorn</b>	<b>JA</b>	<b>54.87</b>	<b>Emmeloord</b>	<b>27-06-09</b>
800 gram	2. Sven Ootjers	M35	50.12	Heiloo	04-10-09
	3. Michiel Singer	Sen	42.62	Heiloo	04-10-09
	4. Jasper van Baar	Sen	38.00	Heiloo	04-10-09
	5. Sijmen Liefting	Sen	33.34	Heiloo	04-10-09
	6. Peter Kuin	JA	33.00	Heiloo	04-10-09
	7. Elias Oukair	JA	32.81	Heiloo	04-10-09
	8. Marc Barnhoorn	Sen	32.56	Heiloo	04-10-09
	9. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	24.68	Heiloo	04-10-09
	10. Emiel Admiraal	JA	23.29	Heiloo	04-10-09
	11. Sjoerd Visser	JA	21.61	Heiloo	04-10-09
<b>Discus</b>	<b>1. Jasper van Baar</b>	<b>Sen</b>	<b>38.70</b>	<b>Ede</b>	<b>20-09-09</b>
2.0 kg	2. Sven Ootjers	M35	31.53	Heiloo	04-10-09
	3. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	28.81	Heiloo	04-10-09
	4. Arnjan Bakker	M45	24.81	Heiloo	31-07-09
	5. Michiel Singer	Sen	24.75	Heiloo	04-10-09
	6. Sijmen Liefting	Sen	24.24	Heiloo	04-10-09
	7. Peter Kuin	JA	24.19	Heiloo	04-10-09
	8. Marc Barnhoorn	Sen	21.69	Heiloo	04-10-09
	9. Lars Groot	Sen	20.11	Heiloo	04-10-09
<b>Discus</b>	<b>1. Dennis Barnhoorn</b>	<b>JA</b>	<b>39.71</b>	<b>Emmeloord</b>	<b>27-06-09</b>
1.75 kg	2. Sjoerd Visser	JA	16.62	Heiloo	04-10-09
<b>Discus</b>	<b>1. Richard Oly</b>	<b>M50</b>	<b>32.30</b>	<b>Heiloo</b>	<b>21-05-09</b>
1.5 kg	2. Styn Burkels	JB	19.16	Heiloo	04-10-09
	3. Chiel Klaver	JB	17.99	Heiloo	04-10-09
	4. Kevin van Velzen	JB	12.56	Heiloo	04-10-09
<b>Discus</b>	<b>1. Jan Pronk</b>	<b>M70</b>	<b>38.20</b>	<b>Oosterhout</b>	<b>13-06-09</b>
1.0 kg	2. Hans Schouten	M60	20.94	Heiloo	04-10-09
<b>Kogel</b>	<b>1. Sven Ootjers</b>	<b>M35</b>	<b>12.49</b>	<b>Heiloo</b>	<b>03-10-09</b>
7.26kg	2. Jasper van Baar	Sen	12.25	Heiloo	21-05-09
	3. Dennis Barnhoorn	JA	11.79	Ede	20-09-09
	4. Michiel Singer	Sen	11.42	Heiloo	03-10-09
	5. Arnjan Bakker	M45	10.31	Heiloo	31-07-09
	6. Sijmen Liefting	Sen	9.21	Heiloo	03-10-09
	7. Mischa Kazadi-Wakazadi	M45	9.17	Heiloo	03-10-09
	8. Peter Kuin	JA	8.88	Heiloo	03-10-09
	9. Marc Barnhoorn	Sen	8.50	Heiloo	03-10-09
	10. Lars Groot	Sen	8.46	Heiloo	03-10-09
<b>Kogel</b>	<b>1. Dennis Barnhoorn</b>	<b>JA</b>	<b>12.57</b>	<b>Heiloo</b>	<b>21-05-09</b>
6.0 kg	2. Elias Oukair	JA	9.75	Santpoort-Noord	14-06-09
	3. Sjoerd Visser	JA	7.55	Heiloo	03-10-09
<b>Kogel</b>	<b>1. Olmo Paardekooper</b>	<b>JB</b>	<b>10.33</b>	<b>Heiloo</b>	<b>03-10-09</b>
5.0 kg	2. Styn Burkels	JB	9.34	Heiloo	03-10-09
	3. Chiel Klaver	JB	8.38	Heiloo	03-10-09
	4. Kevin van Velzen	JB	6.50	Heiloo	03-10-09
<b>Kogelsl</b>	<b>1. Jasper van Baar</b>	<b>Sen</b>	<b>31.15</b>	<b>Amsterdam</b>	<b>19-04-09</b>