

## Clubrecords SAC Outdoor

### Kangoeroes Heren

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum	
30m	6"7	Maurits Devos	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
hoog	0,60m	Maurits Devos	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
Vortex	8,30m	Maurits Devos	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
Meerkamp	13,5 pnt	Maurits Devos	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw

### Benjamins Jongens

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum	
40m Hindernissen	7"8	Sten Zagers	s'Gravenwezel	24/04/2021	nieuw
40m	7"3	Sten Zagers	Beveren	5/09/2021	nieuw
60m	9"00	Bert Wouters	Lier	2/10/2005	
600m	1'58"63	Arne Verschueren	Kapellen	4/09/2010	
1000m	3'22"75	Bert Wouters	Brasschaat	20/06/2004	
Ver	4,27m	Bert Wouters	Edegem	13/08/2005	
Hoog	1,21m	Bert Wouters	Brasschaat	1/10/2005	
Kogel 1 kg	9,90m	Bert Wouters	Essen	7/05/2005	
Vortex Werpen	11m00	Sten Zagers	Beveren	5/09/2021	nieuw
Stoten	5,80m	Sten Zagers	s'Gravenwezel	24/07/2021	nieuw
Hockey	35,42m	Bert Wouters	Boechout	27/08/2005	
Meerkamp	2107 ptn	Bert Wouters	Herentals	24/04/2005	
4x60m	38"25				
3x600m	6'07"18	Henri Laureyssens Joran De Clerck	Aartselaar	22/08/2010	

	Arne Verschueren	
--	------------------	--

### Pupillen Jongens

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
60m	8"58	Bert Wouters	Heusden	16/09/2007
60 H.	9"94	Bert Wouters	Heusden	17/09/2007
800m	2'56"69	Junes Tindemans	Schiffflange	6/10/2018
1000m	3'08"60	Bert Wouters	Heusden	28/07/2007
Ver	4,48m	Bert Wouters	Turnhout	2/07/2006
Hoog	1,40m	Ben De Bie	Lier	7/10/2001
Kogel 2 kg	11,01m	Pieter Wensel	Nijvel	28/08/1999
Hockey	46,10m	Philip Pairon	Schilde	15/08/1997
Discus 0,6kg	27,29m	Yenthe Mariën	Lier	9/06/2012
Meerkamp	2408 ptn	Bert Wouters	Turnhout	2/07/2006
4x60m	34"36	Robin Beyens Ben De Bie David De Bie Tom Bungeneers	Brasschaat	7/07/2001
3x600m	5'53"57	Arne Verschueren Yenthe Mariën Henri Laureyssens	Lier	9/06/2012

<b>Miniemen Jongens</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80m	10"68	Robin Beyens	Lier	5/10/2003
80 H.	14"33	Ben De Bie	Beveren	20/09/2003
150m	20"2	Bram Verschoren	Edegem	2/08/1996
150 H.	23"29	Ben Willem	Lier	6/10/2007
300m	43"83	Ben De Bie	Beveren	20/09/2003
1000m	3'09"02	Robin Beyens	Kapellen	28/09/2003
Ver	4,98m	Robin Beyens	Lier	19/07/2003
Hoog	1,52m	Jan Lodewijks	Mol	15/09/1996
Polsstok	2,20m	Reno Albertini	Lier	22/09/2012
Kogel 3kg	10,82m	Robin Beyens	Lier	19/07/2003
Speer 0,400kg	38,73m	Pieter Wensel	Boechout	2/09/2001
Discus 0,750kg	30,44m	Yenthe Mariën	Kapellen	6/09/2014
Discus 1kg	27,54m	Bram Verschoren	Ekeren	5/10/1996
5 Kamp	3198 ptn	Robin Beyens	Lier	19/07/2003
4x80m	40"80			
3x600m	5'48"84	Robert Heylen ( Lier ) Arne verschueren Jonas Verschueren	Lier	18/08/2013

<b>Cadetten Heren</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100m	11"76	Jeroen Vanherck	Lier	15/09/2001
100 H.	15"79	Jan Lodewijks	Hechtel	17/10/1998
200m	24"09	Jeroen Vanherck	Beveren	8/09/2001
200 H.	33"03	Ben Willem	Merksem	12/10/2008
300m	37"9	Jeroen Vanherck	Lier	15/09/2001
300 H.	40"32	Ben De Bie	Nijvel	4/09/2005
400m	56"16	Robin Beyens	Merksem	1/05/2005
800m	2'09"25	Robin Beyens	Nieuwpoort	10/09/2005
1000m	2'53"40	Maarten Van Bockstaele	Brasschaat	2/07/2014
1500m	4'32"32	Ben De Bie	Mechelen	18/09/2005
1500 Steeple	5'05"88	Maarten Van Bockstaele	Booischoot	23/05/2014
1 Mijl	5'21"35	Maarten Van Bockstaele	Essen	29/09/2013
2000m	7'13"94	Maarten Van Bockstaele	Turnhout	14/04/2013
Ver	6,04m	Jeroen Vanherck	Duffel	1/05/2001
Hinkstap	11,03m	Jan Lodewijks	Tessenderlo	23/09/1998
Hoog	1,68m	Ben De Bie	Lier	18/06/2005
Polstok	2,70m	Bram Verschoren	Merksem	27/04/1997
Kogel 4kg	13,06m	Thomas Roose	Stekene	19/09/2010
Speer 0,600kg	42,64m	Aaron Truyens	Mol	27/04/2014
Discus 1kg	37,31m	Bart Maes	Stekene	4/10/2008
Hamer	19,12m	Ben Willem	St.Niklaas	31/10/2009
5 Kamp	2799 ptn	Ben De Bie	Mechelen	18/09/2005
8 Kamp	2831 ptn	David Vermeulen	Willebroek	5/10/1997
4x100m	52"90	Aaron Truyens Lani Rottiers (Lier) Jonas Verreth (Lier) Robert Heylen (Lier)	Lier	4/05/2014

<b>Scholieren Heren</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100m	11"25	Jeroen Venherck	Oordegem	7/09/2002
110 H.	16"70	Jan Lodewijks	Leuven	25/07/1999
200m	23"07	Jeroen Venherck	Oordegem	7/09/2002
200 H.	30"89	Stefan Simons	Merksem	12/10/2008
300m	38"53	Jan Lodewijks	Duffel	1/05/2000
300 H.	47"65	David Vermeulen	Turnhout	16/05/1998
400m	50"46	Ben de Bie	Kessel-Lo	3/09/2006
400 H.	56"46	David De Bie	Burcht	7/05/2006
600m	1'33"33	Alex Havermans	Mol	3/07/2016
800m	2'09"45	Robin Beyens	Turnhout	20/04/2004
1000m	2'59"59	Stefan Simons	Brasschaat	31/07/2007
1500m	4'37"21	Joris Aerts	Turnhout	16/05/1998
1 Mijl	5'03"6	Christophe Schoenmaekers	Essen	1/07/2016
3000m	10'06"85	Maarten V.Bockstaele	Turnhout	26/04/2015
Ver	6,16m	Ben Willem	Essen	9/07/2011
Hinkstap	12,75m	Jan Lodewijks	Jan Lodewijks	15/08/2000
Hoog	1,75m	Jan Lodewijks	Duffel	1/05/2000
Polstok	3,00m	Ben Willem	Dilbeek	8/08/2011
Kogel 5kg	13,11m	Bart Maes	Zwijndrecht	25/04/2010
Speer 0,700kg	46,86m	Bart Maes	Herentals	19/06/2010
Discus 1,5kg	39,39m	Alex Havermans	Brugge	8/10/2016
Hamer	23,04m	Christophe Schoenmaekers	Turnhout	11/09/2016
5 Kamp	2788 ptn	Ben Willem	Burcht	2/10/2011
9 Kamp	4986 ptn	Ben Willem	Heusden-Zolder	28/08/2011
4x100m	47"04	Stijn Maes (Lier) Jesse Denaux (Lier) Vincent Willemse Jan De Kinder (Lier)	Lier	4/05/2014

## Juniors Heren

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100m	11"30	Jan Lodewijks	St.Niklaas	9/05/2002
200m	22"80	Jan Lodewijks	St.Niklaas	9/05/2002
300m	36"95	Jan Lodewijks	Beveren	25/07/2001
400m	51"03	Jan Lodewijks	Turnhout	25/04/2001
110 H.	15"63	Ben Willem	Herentals	3/06/2013
800m	2'15"43	Romi Geboes	Heusden	1/05/2014
1500m	4'37"82	Natnael Habtemichael	Lier	24/06/2018
1 Mijl	5'12"00	Romi Geboes	Essen	29/09/2013
2000m	6'33"75	Romi Geboes	Brasschaat	2/07/2014
3000m	10'12"15	Romi Geboes	Brasschaat	10/08/2013
3000m Steeple	11'25"48	Romi Geboes	Booischt	23/05/2014
5000m	17'57"20	Romi Geboes	Oordegem	6/08/2013
10000m	38'00"15	Romi Geboes	Tessenderlo	11/09/2013
Ver	6,28m	Ben Willem	Herentals	3/06/2013
Hinkstap	13,21m	Jan Lodewijks	Merksem	20/05/2001
Hoog	1,80m	Jan Lodewijks	Lier	12/08/2012
Polsstok	4,00m	Ben Willem	Dilbeek	4/08/2013
Kogel 5kg	12,82m	Ben Willem	Herentals	4/08/2013
Speer 0,800kg	44,33m	Ben Willem	Burcht	2/06/2013
Discus 1,5kg	34,30m	Ben Willem	Herentals	3/06/2013
Hamer	20,44m	Jornt Onzia	Lier	20/05/2001
5 Kamp	2848 ptn	Ben Willem	Burcht	23/09/2012
10 Kamp	6150 ptn	Ben Willem	Dilbeek	4/08/2013
4x100m				

## Seniors Heren

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100m	11"30	Ben Willem	Mol	11/05/2014
200m	22"95	Ben Willem	Mol	11/05/2014
400m	52"85	Kristof De Bekker	Burcht	13/04/2002
800m	2'02"51	Kristof De Bekker	Zwevegem	12/05/2002
1500m	4'50"07	Tim Quirijnen	Lier	19/08/2001
Ver	6,50m	Ben Willem	Mol	27/04/2014
Kogel 7,260kg	11,57m	Ben Willem	Kapellen	9/08/2014
Speer 0,800kg	42,91m	Ben Willem	Turnhout	10/08/2014
Discus 2kg	25,49m	Timmy Verhoeven	Boechout	26/09/2009
Hamer	18,46m	Yves Verhoeven	St.Niklaas	27/10/2007

## Masters Heren

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100m	13"28	Guido Lodewijks	Tessengerlo	20/09/2000
200m	27"86	Guido Lodewijks	Tessengerlo	27/09/2000
400m	1'07"45	Paul Joosens	Oostende	4/07/2000
800m	2'35"80	Ronald Luyten	Wespelaar	23/07/2000
1000m	3'06"42	Franck Van Herck	Edegem	18/05/2007
1500m	5'53"02	Koen Mariën	Bornem	25/07/2014
1 Mijl	6'06"81	Koen Mariën	Essen	29/09/2013
3000m	10'35"85	Franck Van Herck	Lier	29/06/2008
Uurloop	15.489 Km	Franck Van Herck	Herentals	19/09/2008
10 Mijl	59'20	Gert Mertens	Wommelgem	17/03/2013
Halve Marathon	1u17'52"	Gert Mertens	Minderhout	15/05/2011
Marathon	2u47'23"	Gert Mertens	Zurich	7/04/2013
50 Km	3u22'55"	Gert Mertens	Winschoten	14/09/2013
6 uren	83.636 Km	Gert Mertens	Haarlemmermeer	2/06/2012
100 Km	7u35'17"	Gert Mertens	Los Alcazares ( Spanje )	27/11/2016
Ver	6,05m	Frans Bungeneers	Burcht	10/06/2011
Hinkstap	9,74m	Guido Lodewijks	Diepenbeek	5/07/2000
Hoog	1,70m	Frans Bungeneers	Lier	26/06/2002
Kogel 7,260kg	9,58m	Guido Lodewijks	Tessengerlo	20/09/2000
Speer 0,800kg	40,04m	Frans Bungeneers	Brasschat	9/06/2002
Discus 2kg	22,73m	Koen Mariën	Bornem	25/07/2014
Hamer	13,52m	Koen Mariën	Tessengerlo	3/09/2014
5 Kamp	1500 ptn	Dimitri Pelckmans	Dilbeek	4/08/2014



## Alle Categorieën Heren

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
4x800m	9'03"09	Xander Fieuws (Lier) Wouter Meeus (Lier) Maarten V.Bockstaele Vincent Willemse	Lier	18/08/2013
Zweedse Estafette	2'17"57	Ben Willem Vincent Willemse Dimitri Pelckmans Koen Mariën	Bornem	26/07/2013









## Clubrecords SAC Outdoor

### Kangoeroes Dames

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum	
40m	6"95	Ella Tindemans	Essen	7/10/2017	
30m	6"9	Oona Peeters	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
Meters maken	800m	Ella Tindemans	Essen	7/10/2017	
Meters maken	800m	Lien Denolf	Essen	7/10/2017	
Hurkhoog	0,80m	Ella Tindemans	Essen	7/10/2017	
Hurkhoog	0,80m	Lien Denolf	Essen	7/10/2017	
Slingeren	14,60m	Lien Denolf	Essen	7/10/2017	
hoog	0,45m	Oona Peeters	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
Vortex	7,00m	Oona Peeters	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw
Meerkamp	8 pnt	Oona Peeters	s'Gravenwezel	24/07/2021	Nieuw

### Benjamins Meisjes

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum	
40m	6'30	Peeters Lilly-Rose	Beveren	8/09/2021	nieuw
40m Hindernissen	6"8	Peeters Lilly-Rose	s'Gravenwezel	24/07/2021	nieuw
50m	8"54	Eline Oosters	Schiffflange	6/10/2018	
60m	9"57	Peeters Lilly-Rose	Woluwe Saint Piere	2/07/2021	
600m	2'04"23	Lucca Mariën	Burcht	23/06/2012	
1000m	3'38"25	Melanie Simons	Brasschaat	7/07/2001	
Standspriem	1,60m	Lien Denolf	Schiffflange	6/10/2018	
	1,60m	Eline Oosters	Schiffflange	6/10/2018	
Ver	3,76m	Melanie Simons	Kapellen	1/09/2001	
Hurkhoog	1,00m	Ella Tindemans	Reusel	5/10/2019	
Hoog	1,10m	Maja Mariën	Essen	24/05/2008	
Stoten	6,50m	Lily-Roose	s'Gravenwezel	24/07/2021	nieuw
Kogel 1 kg	8,36m	Mila Tindemans	Boechout	22/09/2015	

Hockey	26,57m	Anke Denolf	Nijvel	29/09/2018
Discus (frisbee)	30m	Anke Denolf	Schiffflange	6/10/2018
Vortex Werpen	16,50m	Ella Tindemans	Reusel	5/10/2019
Meerkamp	1543 ptn	Melanie Simons	Lier	7/10/2001
4x60m	39"54	Lucca Mariën Aline Pelckmans Kate Theeuws ( Lier ) Katrijn Maes ( Lier )	Burcht	21/08/2011
3x600m	6'33"75	Lucca Mariën Aline Pelckmans Katrijn Maes ( Lier )	Burcht	21/08/2011

<b>Pupillen Meisjes</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
60m	8"79	Lotte Heynderickx	Boechout	31/08/2008
60 H.	11"04	Lotte Heynderickx	Kapellen	27/09/2008
800m	3'11"79	Mila Tindemans	Schiffflange	6/10/2018
1000m	3'24"59	Lotte Heynderickx	Kapellen	27/09/2008
Ver	4,25m	Lotte Heynderickx	Boechout	31/08/2008
Hoog	1,36m	Charlotte Nouwen	Kapellen	23/09/2000
Kogel 2 kg	8,64m	Charlotte Nouwen	Herentals	18/09/2001
Hockey	32,50m	Kristel Bertels	Schilde	20/05/2002
Discus 0,6kg	20,61m	Charlotte Nouwen	Lier	26/09/2010
Meerkamp	2124 ptn	Kristel Bertels	Lommel	9/06/2002
4x60m	35"45	Melanie Simons Lotte Heynderickx Ivana Stroeckx	Turnhout	15/08/2008

3x600m	6'13"26	Annelore Nouwen Sam Theeuws ( LIER ) Charlotte Nouwen	Burcht	21/08/2011
--------	---------	---	--------	------------

<b>Miniemen Meisjes</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
60m	9"5	Mila Tindemans	Reusel	5/10/2019
75m	11"53	Marie Geeraerts	Schiffflange	6/10/2018
80m	10"57	Freya Schadick	Vilvoorde	21/09/1996
60 H.	10"14	Freya Schadick	Hechtel	5/07/1996
150m	19"62	Freya Schadick	Vilvoorde	21/09/1996
150 H.	24"91	Britt Van Herck	Lier	26/07/2008
300m	46"5	Stefanie De Bie	Kapellen	23/09/2000
800m	3'03"14	Marie Geeraerts	Schiffflange	6/10/2018
1000m	3'11"09	Freya Schadick	Duffel	25/05/1996
Ver	4,73m	Freya Schadick	Nijvel	28/09/1996
Hoog	1,45m	Scharlotte De Bie	Schilde	19/05/2002
Polstok	1,60m	Vera Vermunicht	Kessel	27/07/1997
Kogel 2kg	9,85m	Aline Pelckmans	sGravenwezel	9/05/2015



Speer 0,400kg	28,35m	Aline Pelckmans	Boechout	29/08/2015
Discus 0,600kg	25,60m	Freya Schadick	Ekeren	5/10/1996
Discus 0,750kg	24,13m	Yanis Vinck	Lier ( Lyra )	2/07/2016
5 Kamp	2390 ptn	Aline Pelckmans	Dilbeek	22/07/2015
4x80m	43"50	Katia Wilboorts	Nijvel	28/09/1996
		Freya Schadick		
		Evelien Hofmans		
		Katia Peenen		
3x600m	5'48"59	Lotte Stuer	Booischoot	18/08/2014
		Stien Bervoets (Lier)		
		Aline Pelckmans		

<b>Cadetten Dames</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
80m	12"3	Yanis Vinck	Reusel	5/10/2019
80 H.	12"07	Kristel Bertels	VAL.Kamp.	15/08/2006
100m	12"46	Kristel Bertels	VAL.Kamp.	15/08/2006
200m	25"27	Freya Schadick	Leuven Vl.K.	9/08/1998
200 H.	37"10	Britt Van Herck	Kapellen	7/06/2009
300m	41"02	Freya Schadick	Heverlee	20/06/1998
300 H.	45"58	Freya Schadick	Duffel P.K.	23/05/1998
400m	59"18	Freya Schadick	Heverlee	21/05/1997
800m	2'22"97	Kristel Bertels	Brasschaat	11/06/2005
1000m	3'05"6	Evelien Hofmans	Herentals	19/09/1997
1500m	4'57"38	Astrid Van Breedam	Essen	10/07/2021
Ver	5,29m	Kristel Bertels	Brasschaat	30/05/2005
Hinkstap	9,86m	Freya Schadick	Herentals	13/06/1997

Nieuw

Hoog	1,48m	Kyra Mariën	Deurne	15/09/2018
Polsstok	2,25m	Julie Luyten	Kapellen	24/04/2016
Kogel 3kg	9,22m	Yoni Vinck	Bornem	6/05/2017
Speer 0,500kg	31,25m	Kristel Bertels	Lier	10/06/2006
Discus 1kg	26,67m	Lotte Tibax	Boechout	25/08/2018
Hamer	20,22m	Yanis Vinck	Reusel	5/10/2019
5 Kamp	3717 ptn	Kristel Bertels	Brasschaat	11/06/2005
4x100m	52"02	Freya Schadick	Kapellen	27/08/1997
	52"02	Katia Peenen		
	52"02	Ellen Callaerts		
	52"02	Vanessa Cop		

<b>Scholieren Dames</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100m	12"52	Freya Schadick	Herentals	28/07/2000
100 H.	15"57	Freya Schadick	Burcht	28/05/1999
200m	25"63	Freya Schadick	Lier	21/08/1999
200 H.	41"89	Charlotte Vangeel	Kapellen	7/06/2009
300m	43"06	Tine Van Orshoven	Oordegem	1/06/1998
300H	55"36	Paulien verlackt	Merksem	31/05/1997
400m	59"95	Liesbeth Van De Velde	Brussel	15/07/2000
400 H.	71"06	Charlotte De Bie	Kessel-Lo	2/09/2006
800m	2'15"68	Liesbeth Van De Velde	Turnhout	30/04/2000
1000m	3'16"04	Lore De Meutter	Edegem	15/05/2006
1500m	5'13"13	Britt Luyten	Brasschaat	14/09/2001
1 Mijl	6'35"89	Kyra Mariën	Essen	6/07/2019
2000 Steeple	8'39"27	Andriopoulos Sophie	Booischoot	23/05/2014

3000m	11'16"12	Britt Luyten	Booischoot	1/09/2000
Ver	5,06m	Freya Schadick	Lier	24/06/2001
Hinkstap	10,47m	Els Bouden	Lier	20/05/2001
Hoog	1,59m	Charlotte De Bie	Willebroek	6/05/2006
Kogel 3kg	10,75m	Lotte Tibax	Lommel	22/04/2019
Kogel 4kg	9,10m	Jessie Christiaens	Turnhout	30/05/1999
Speer 0,500kg	31,49m	Kristel Bertels	Brasschaat	23/06/2007
Discus 1kg	27,29m	Lotte Tibax	Lommel	22/04/2019
Hamer	17,08m	Gitte Mampaey	Turnhout	6/07/2009
5 Kamp	2476 ptn	Charlotte De Bie	Mechelen	19/09/2005
9 Kamp				
4x100m				

### Juniors Dames

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100m	12"49	Freya Schadick	Beveren	28/04/2002
200m	25"10	Freya Schadick	St.Niklaas	9/05/2002
300m	43"10	Liesbeth Van De Velde	Leuven	23/08/2002
400m	59"27	Liesbeth Van De Velde	Brasschaat	6/05/2001
800m	2'11"37	Liesbeth Van De Velde	Luik	16/09/2002
1000m	2'52"18	Liesbeth Van De Velde	Brussel	30/08/2002
1500m	4'40"85	Liesbeth Van De Velde	Lebbeke	20/09/2002
1 Mijl	5'05"52	Liesbeth Van De Velde	Heusden	28/09/2002
2000m	6'46"63	Liesbeth Van De Velde	Leuven	23/08/2002
3000m	12'11"63	Annelies De Ridder	Lier	20/05/2001
Ver	4,28m	Kyra Mariën	Aartselaar	6/07/2019
Kogel 4kg	8,72m	Jessie Christiaens	Brasschaat	21/05/2000
Speer 0,600kg				

nieuw

Discus 1kg	22,55m	Jessie Christiaens	Brasschaat	21/05/2000
Hamer				
5 Kamp				
10 Kamp				
4x100m				

<b>Seniors Dames</b>				
<b>Disipline</b>	<b>Prestatie</b>	<b>Naam</b>	<b>Plaats</b>	<b>Datum</b>
100m	12"50	Freya Schadick	Herentals	31/05/2003
200m	25"37	Freya Schadick	Heusden	29/06/2003
300m	42"55	Liesbeth Van De Velde	Heverlee	22/08/2003
400m	58"34	Freya Schadick	Zwevegem	4/05/2003
800m	2'41"5	Kaat Vandeberg	Herentals	9/05/1997
1000m	2'50"04	Liesbeth Van De Velde	Brussel	5/09/2003
1500m	4'21"73	Liesbeth Van De Velde	Brasschaat	13/08/2003
2000m	6'20"27	Liesbeth Van De Velde	Heverlee	22/09/2003
3000m	9'34"4	Liesbeth Van De Velde	Wespelaar	17/09/2003
Ver	2,70m	Sarah Aerts	Essen	7/10/2017
Kogel 4kg	8,12m	Isabelle Vangeel	Essen	1/05/2011
Speer 0,600kg	17,25m	Tine Peeters	Boechout	29/06/2009
Discus 1kg	21,72m	Tine Peeters	Kapellen	7/06/2009

5 Kamp		Sarah Aerts	Essen	7/10/2017
--------	--	-------------	-------	-----------

### Masters Dames

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
100m	12"91	Karin Verguts	Ninove	15/09/2002
200m	26"59	Karin Verguts	Ninove	15/09/2002
400m				
800m	3'04"61	Veerle Maréchal	Maldegem	6/06/2010
1500m		Veerle Maréchal		
1 Mijl				
3000m	12'48"01	Veerle Maréchal	Ertvelde	9/06/2013
2 uurloop	23,920 Km	Veerle Maréchal	Herentals	28/07/2017
6 urenloop	60,738 Km	Veerle Maréchal	Osschotse	14/04/2019
10 Mijl	1u13'44"	Veerle Maréchal	Brussel	8/04/2018
Halve Marathon	1u35'51"	Veerle Maréchal	Kuurne	5/10/2018
Marathon	3u26'14"	Veerle Maréchal	Eindhoven	25/03/2012
10 Km	45'24	Veerle Maréchal	Brussel	9/04/2017

B.K.Trail: 38KM	4u49'52	Veerle Maréchal	Xhoffraix	27/09/2014
100 Km	10u03'45"	Veerle Maréchal	Beernem	19/05/2018
Ver	2,90m	Ellen Vleugels	Reusel	5/10/2019
Kogel 4kg	11,55m	Karin Verguts	Beveren	28/04/2002
Speer 05kg	17,76m	Diana Wuyts	Lier	4/07/2012
Speer 0,6kg	15,04m	Diana Wuyts	Lier	7/08/2010
Discus 1kg	18,81m	Diana Wuyts	Lier	4/06/2011
5 Kamp	1094 ptn	Diana Wuyts	Schiffflange	6/10/2018

### Alle Categorieën Dames

Disipline	Prestatie	Naam	Plaats	Datum
Zweedse Estafette	3'29"22	Sara Cambier Charlotte Vangeel Diana Wuyts Edwig V.D.Nieuwenhuysen	Essen	29/09/2013









