




































NATIONALE RECORDS & RANKINGS

ONDERDEEL:	DAMES:			
BRAEMAR STONE	13,52	m	Monique Jansen	 2008
OPEN STEEN	14,66	m	Monique Jansen	 2009
LICHTE WFD	22,09	m	Monique Jansen	 2009
ZWARE WFD	13,58	m	Monique Jansen	 2009
LICHTE HAMER 3 kg	30,81	m	Heleen van Dommelen	 2007
LICHTE HAMER 5,2 kg *	26,93	m	Monique Jansen	 2009
ZWARE HAMER 6 kg	22,14	m	Monique Jansen	 2008
ZWARE HAMER 7,25 kg *	22,87	m	Monique Jansen	 2010
HOOGGOOIEN 10 kg	5,50	m	Monique Jansen	 2011
HOOGGOOIEN 12,5 kg	4,75	m	Monique Jansen	 2010

MASTERS (40+)			
10,29	m	Els Stolk	 2009
10,74	m	Els Stolk	 2009
15,05	m	Els Stolk	 2009
8,08	m	Margreet Bergsma	 2009
28,09	m	Margreet Bergsma	 2007
20,88	m	Margreet Bergsma	 2010
16,94	m	Margreet Bergsma	 2008
16,32	m	Margreet Bergsma	 2010
4,40	m	Els Stolk	 2009
3,70	m	Margreet Bergsma / Els Stolk	  07/08

RANKING 2006 - 2008		STEENSTOTEN				WEIGHT FOR DISTANCE				HAMERSLINGEREN				HOOGGOOIEN				CABER		
Atleet	TOTAAL	Open		Braemar		Lichte		Zware		Lichte		Zware		12,5 kg		10 kg		Points		
1	Monique Jansen		8850	14,66	1000	13,52	1000	22,09	1000	13,58	1000	26,93	1000	22,87	1000	4,75	1000	5,50	1000	850,00
2	Heleen van Dommelen		7555	11,34	774	9,53	705	16,80	761	10,66	785	25,17	935	18,64	815	4,40	926	4,80	873	983,33
3	Anneke Bouma		6734	9,93	677	9,73	720	14,22	644	8,26	608	22,89	850	17,76	777	4,10	862	4,40	800	796,49
4	Margreet Bergsma		6533	10,19	695	9,19	680	14,16	641	8,08	595	20,88	775	16,32	714	3,70	778	4,20	764	890,90
5	Els Stolk		5382	10,74	733	10,29	761	15,05	681		0	19,95	741		0	3,70	778	4,40	800	887,50
6	Mika Stam		4980	7,01	478	7,03	520	10,48	474	5,65	416	17,65	655	12,33	539	2,90	610	3,30	600	686,81
7	Martine van Leeuwen		4877	7,02	479	7,00	518	10,88	493	5,45	401	17,60	654	11,94	522	2,80	589	3,60	655	567,61
8	Esmiralda Veensma		4608	7,04	480	6,87	508	11,76	532	6,87	506	17,02	632		0	3,60	757	3,90	709	483,33
9	Nicky Langeberg		4220	6,64	453	5,60	414	10,16	460	5,02	370	15,96	593	12,90	564	2,90	610	3,50	636	120,00
10	Ernie Verbeek		3878	7,33	500		0	11,35	514	6,89	507	15,64	581		0	3,00	631	3,00	545	600,00
11	Marijke van der Hoop		3802	8,25	563	7,32	541	12,45	564		0	15,22	565		0		0	3,60	655	914,29
12	Alida Bergsma		3761	5,77	394	5,42	401	9,46	428	5,50	405	14,44	536	9,94	435	2,50	526	3,50	636	0,00
13	Veronique Naevaert		3391	7,43	507	6,82	504	10,74	486		0	15,00	557		0		0	3,50	636	700,00
14	Chantal van der Veen		2575		0	8,35	618	7,15	324		0	14,25	529		0	4,30	905		0	200,00
15	Nynke de Witte		2514		0	6,96	515	11,45	518		0	16,76	622		0	3,25	684		0	175,00
16	Queenie de Ruijter		2388	5,00	341	5,78	428	7,40	335		0	13,35	496		0	2,80	589		0	200,00
17	Femke Gerbrandy		2290		0	7,75	573	8,85	401		0	14,35	533		0	3,25	684		0	100,00
18	Ans Bergsma		2247		0	7,58	561	6,80	308		0	14,68	545		0	3,25	684		0	150,00
19	Cindy Wattel		2187	8,21	560		0	9,53	431		0		0		0		0	4,10	745	450,00
20	Ingrid Andringa		2215		0	7,95	588	9,10	412		0	11,80	438		0	3,10	652		0	125,00
21	Thea Beets		2214		0	7,30	540	6,95	315		0	14,34	532		0	3,10	652		0	175,00
22	Loes Kulk		1972	6,09	415		0	9,80	444		0	15,23	566		0	2,60	547		0	0,00
23	Anita Gerbrandy		1903		0	7,00	518	6,95	315		0	11,30	420		0	2,50	526		0	125,00
24	Anja van Laarhoven		1370	7,16	488		0	9,31	421		0	12,39	460		0		0		0	0,00
25	Aline Suys		1187	6,69	456		0	6,23	282		0	12,08	449		0		0		0	0,00