

AVMO CLUBRECORDS MAS/HEREN – M55

NUMMER	PREST.	NAAM	PLAATS	DATUM	PR	BR
100	13.61	DELEERSNIJDER Patrick	Oudenaarde	30/07/2019		12.12
200	28.04	DELEERSNIJDER Patrick	Oudenaarde	12/07/2019		25.39
300	44.38	DELEERSNIJDER Patrick	Nieuwpoort	30/06/2019		39.24
400	62.12	DELEERSNIJDER Patrick	Ninove	20/09/2020		56.01
800	2.25.51	DELEERSNIJDER Patrick	Tielt	30/08/2020		2.11.5
1.000	3.09.82	DELEERSNIJDER Patrick	Tielt	13/09/2020		2.51.49
1.500	4.58.12	LANNOO Dirk	Merksem	22/09/2018		4.22.94
1 MIJL	5.21.75	LANNOO Dirk	Aalter	04/08/2019		4.52.13
2.000	6.50.41	LANNOO Dirk	Tielt	13/09/2020		6.10.73
3.000	10.37.00	LANNOO Dirk	Tielt	30/08/2020		9.20.3
2 MIJL						10.18.10
5.000	18.10.90	LANNOO Dirk	Deinze	21/09/2019		16.15.8
10.000	37.21.29	VAN BRUWAENE Rudi	Tielt	29/09/2007		33.17.26
20.000						1.10.53
1 UUR						17.261
25.000						
30.000						2.19.36
½ MARATHON	1u22.58	VAN BRUWAENE Rudi	Lotenhulle	05/06/2009		
MARATHON	2.54.36	VAN BRUWAENE Rudi	Nieuwp - Ieper	09/09/2007		2.38.29
24-uurloop	159,230km	MAES Luc	Antwerpen	29/09/2007		
110H						
400H	2.10.64	DE CRAENE Patrick	Ninove	17/06/2018		64.07
2.000 st						7:08.79
3.000 ST.	12.44.48	LANNOO Dirk	Ninove	17/06/2018		11:06.59
HOOG	1m25	DELEERSNIJDER Patrick	Tielt	13/09/2020		1m65
POLSSTOK	1m95	DE CRAENE Patrick	Malaga(Esp)	07/09/2018		4m10
VER	3m45	DELEERSNIJDER Patrick	Tielt	30/08/2020		5m54
HINKSTAP	7m63	DE CRAENE Patrick	Ninove	16/06/2018	10.66	11m91
KOGEL 6 kg	8.34	DE CRAENE Patrick	Malaga(Esp)	06/09/2018		13m53
KOGEL 7 kg	7.50	DE CRAENE Patrick	Deinze	26/08/2017		
DISCUS 1,5 kg	24.09	DE CRAENE Patrick	Malaga(Esp)	07/09/2018		42.73
HAMER 6 kg	17.82	DE CRAENE Patrick	Izegem	07/10/2018		45.30
SPEER 700 gr	30m03	DE CRAENE Patrick	Eeklo	14/04/2018	42.82	51.48
SPEER 800 gr	29m14	DE CRAENE Patrick	Aalter	05/08/2018		47.69
Gewicht(11kg)	7m08	DE CRAENE Patrick	Izegem	26/05/2019		
5-KAMP	1048	DE CRAENE Patrick	Nieuwpoort	01/07/2018		
10-KAMP	3154	DE CRAENE Patrick	Malaga(Esp)	06-07/09/18		
4x100						57.67
4x200						2.06.94
4x400						4.24.37
4x800						10.11.89
4x1500						20.19.16
10km weg	37.55	LANNOO Dirk	Lokeren	11/10/2020		
600	1.45.45	LANNOO Dirk	Oudenaarde	21/08/2019		