

AVMO CLUBRECORDS MAS/DAMES – W45

NUMMER	PREST.	NAAM	PLAATS	DATUM	PR	BR
100	14.76	HASPESLAGH Charlotte	Nieuwpoort	18/05/2008		13.07
200	29.57	HASPESLAGH Charlotte	St-Niklaas	02/06/2007		26.13
300	46.61	HASPESLAGH Charlotte	Tielt	12/05/2008		42.28
400	65.28	HASPESLAGH Charlotte	St-Niklaas	03/06/2007		59.06
800	2.29.42	HASPESLAGH Charlotte	St-Niklaas	02/06/2007		2.16.99
1.000	3.16.00	HASPESLAGH Charlotte	Aalter	26/07/2009		2.53.39
1.500	5.07.63	VERBAUWHEDE Marianne	Zwevegem	17/05/2003		4.27.47
1 MIJL	5:38.62	VERBAUWHEDE Marianne	Ninove	27/06/2006		5.18.72
2.000	8.04.33	HOORELBEKE Marleen	Tielt	28/05/2012		6.35.2
3.000	10.44.19	VERBAUWHEDE Marianne	Izegem	29/05/2004		9.49.18
2 MIJL	11:52.13	VERBAUWHEDE Marianne	Vilvoorde	06/08/2005	11.52.13	10.58.45
5.000	18.18.76	VERBAUWHEDE Marianne	Brasschaat	14/06/2003	18.18.76	16.53.00
10.000	38:32.30	VERBAUWHEDE Marianne	Vilvoorde	06/07/2005	38.32.30	36.48.56
20.000						1u30.06
1 UUR	14.938	VERBAUWHEDE Marianne	Woluwe	16/10/2005	14.938	15.956
25.000						
30.000						
½ MARATHON	1.54.23	LUYSSEN Astrid	Ieper	05/06/2016		
MARATHON	3.12.35	VERBAUWHEDE Marianne	Beernem	28/09/03		2u41.04
80H	17.77	OTS Erna	Dilbeek	25/07/98		12.96
100H	22.82	OTS Erna	Calais	20/06/98		17.3
400H	83.23	OTS Erna	Calais	20/06/98		73.84
3.000 ST.						
HOOG	1.19	OTS Erna	Dilbeek	25/07/98		1.56
POLSSTOK						3.01
VER	4.24	OTS Erna	Duffel	01/06/98		5.18
HINKSTAP						10.66
KOGEL 4 kg	7.66	DEBUSSCHERE Rita	Veurne	30/05/04		11.84
DISCUS 1kg	19.75	DEBUSSCHERE Rita	Tielt	11/07/03		46.57
HAMER						40.62
SPEER 600gr	14.32	DEBUSSCHERE Rita	Veurne	30/05/04		30.12
5-KAMP	1.687	OTS Erna	Dilbeek	25/07/98		3938