

Clubrecords Heren Veteranen M45 2012				
onderdeel	prestatie	naam	plaats	datum
100 meter h.t.	14.0	Dick Laning	Winterswijk	11.09.94
100 meter e.t.	14.77	Ronald de Rooy	Someren	23.06.01
200 meter h.t.	vacant			
400 meter h.t.	vacant			
400 meter e.t.	68.64	Ronald de Rooy	Someren	23.06.01
800 meter	2.22.38	Wim Helmink	Winterswijk	25.06.06
1500 meter	6.04.01	Jan Vreemann	Winterswijk	11.09.94
2000 meter veld	7.33.31	Jan Ruesink	Winterswijk	26.06.03
3000 meter	vacant			
1 eng.mijl (1609 meter)	vacant			
2 eng. mijl (3218 meter)	12.50.4	Jos Bongers	Winterswijk	25.06.06
10 eng. mijl (16090 meter)	1.04.31	Ronald de Rooy	Winterswijk	03.03.01
5000 meter	18.56.5	Ronald de Rooy	Doetinchem	17.06.01
10000 meter weg	0.36.53	Wim Helmink	Meddo	26.12.05
15000 meter	0.56.21	Wim Helmink	Nijmegen	18.11.07
20000 meter	vacant			
21098 meter (½ marathon)	1.19.45	Wim Helmink	Enschede	23.04.06
25000 meter	vacant			
30000 meter	vacant			
42195 meter (marathon)	3.07.01	Ronald de Rooy	Rotterdam	22.04.01
kogelstoten (7 1/4kg)	9.32	Bert Bijker	Winterswijk	12.09.93
discuswerpen (2kg)	21.05	Ronald de Rooy	Enschede	26.08.98
speerwerpen (800gr)	33.96	Bert Bijker	Gendringen	15.05.94
verspringen	4.22	Bert Bijker	Winterswijk	12.09.93
hoogspringen	1.35	Bert Bijker	Winterswijk	12.09.93