

Dames Overall				
100m	00:11,40	Ingrid van Ginkel	20-feb-05	Utrecht
300m	00:27,92	Ingrid van Ginkel	01-mrt-05	Utrecht
500m	00:43,98	Ingrid van Ginkel	29-feb-04	Alkmaar
700m	01:02,44	Jolien van den Berg	21-mrt-11	Heerenveen
1000m	01:26,69	Lauren Teunissen	27-nov-22	Heerenveen
1500m	02:12,73	Alessandra Primavera	12-mrt-18	Heerenveen
3000m	04:40,95	Alessandra Primavera	13-mrt-18	Heerenveen
5000m	08:28,11	Jolien van den Berg	22-mrt-11	Heerenveen
10000m	17:43,16	Jolien van den Berg	23-mrt-11	Heerenveen
Dames Pupillen				
100m	00:12,41	Els Timmer	02-mrt-13	Utrecht
300m	00:30,51	Els Timmer	12-mrt-13	Utrecht
500m	00:47,10	Els Timmer	16-mrt-13	Utrecht
700m	01:09,75	Lauren Teunissen	19-mrt-17	Utrecht
1000m	01:35,52	Lauren Teunissen	15-mrt-17	Heerenveen
1500m	02:27,83	Lauren Teunissen	22-mrt-17	Heerenveen
Dames Junioren C				
100m	00:11,77	Linda van de Wetering	02-mrt-04	Utrecht
300m	00:28,55	Ingrid van Ginkel	05-mrt-02	Utrecht
500m	00:44,13	Lauren Teunissen	18-mrt-19	Heerenveen
700m	01:03,93	Lauren Teunissen	10-feb-19	Deventer
1000m	01:28,39	Lauren Teunissen	19-mrt-19	Heerenveen
1500m	02:18,03	Lauren Teunissen	18-mrt-19	Heerenveen
3000m	05:02,39	Lauren Teunissen	19-mrt-19	Heerenveen
Dames Junioren B				
100m	00:11,60	Ingrid van Ginkel	02-mrt-04	Utrecht
300m	00:28,47	Ingrid van Ginkel	02-mrt-04	Utrecht
500m	00:43,98	Ingrid van Ginkel	29-feb-04	Alkmaar
700m	01:03,77	Alessandra Primavera	24-feb-18	Dronten
1000m	01:27,68	Alessandra Primavera	13-mrt-18	Heerenveen
1500m	02:12,73	Alessandra Primavera	12-mrt-18	Heerenveen
3000m	04:40,95	Alessandra Primavera	13-mrt-18	Heerenveen
5000m	08:42,19	Alessandra Primavera	27-feb-18	Utrecht
10000m				
Dames Junioren A				
100m	00:11,40	Ingrid van Ginkel	20-feb-05	Utrecht
300m	00:27,92	Ingrid van Ginkel	01-mrt-05	Utrecht
500m	00:43,66	Ingrid van Ginkel	20-feb-05	Utrecht
700m	01:02,44	Jolien van den Berg	21-mrt-11	Heerenveen
1000m	01:26,69	Lauren Teunissen	27-nov-22	Heerenveen
1500m	02:14,53	Lauren Teunissen	13-nov-22	Heerenveen
3000m	04:45,76	Kim Wiggeman	01-mrt-99	Heerenveen
5000m	08:28,11	Jolien van den Berg	22-mrt-11	Heerenveen
10000m	17:43,16	Jolien van den Berg	23-mrt-11	Heerenveen

Dames Neo - Senioren				
100m	00:12,00	Ingrid van Ginkel	26-jan-10	Utrecht
300m	00:29,60	Nelleke van de Weterin	13-nov-05	Utrecht
500m	00:44,75	Jolien van den Berg	17-dec-11	Heerenveen
700m	01:04,51	Alessandra Primavera	29-okt-22	Den Haag
1000m	01:29,29	Kim Wiggeman	04-mrt-01	Utrecht
1500m	02:15,19	Jolien van den Berg	17-dec-11	Heerenveen
3000m	04:54,10	Jolien van den Berg	07-jan-12	Heerenveen
5000m				
10000m				
Dames Senioren		23 - 30 jaar		
100m	00:12,66	Nelleke van de Weterin	01-nov-09	Utrecht
300m	00:30,02	Kim Wiggeman	14-okt-03	Utrecht
500m	00:45,15	Jolien van den Berg	22-mrt-17	Heerenveen
700m	01:06,40	Jolien van den Berg	23-jan-16	Utrecht
1000m	01:29,33	Jolien van den Berg	12-nov-17	Enschede
1500m	02:15,72	Jolien van den Berg	20-mrt-19	Heerenveen
3000m	04:49,08	Ellen Berg	27-feb-10	Enschede
5000m				
10000m				
Dames Senioren B		31 - 38 jaar		
100m	00:12,58	Nelleke vd Wetering	07-mrt-23	Utrecht
300m	00:30,55	Nelleke vd Wetering	07-mrt-23	Utrecht
500m	00:46,00	Nelleke vd Wetering	13-mrt-23	Heerenveen
700m	01:09,76	Nelleke vd Wetering	16-okt-22	Utrecht
1000m	01:35,86	Nelleke van de weterin	22-jan-23	Heerenveen
1500m	02:24,05	Nelleke vd Wetering	13-mrt-23	Heerenveen
3000m	05:26,37	Linda Eggenkamp	11-mrt-09	Heerenveen
5000m				
10000m				
Dames Masters		39 - 100 jaar		
100m	00:12,72	Manon Scholte	07-mrt-23	Utrecht
300m	00:31,02	Manon Scholte	23-jan-22	Utrecht
500m	00:46,75	Manon Scholte	02-mrt-20	Heerenveen
700m	01:07,86	Manon Scholte	17-mrt-19	Utrecht
1000m	01:34,45	Manon Scholte	16-feb-20	Utrecht
1500m	02:19,58	Manon Scholte	02-mrt-20	Heerenveen
3000m	05:06,20	Manon Scholte	16-feb-20	Utrecht
5000m	09:23,12	Linda Eggenkamp	05-dec-09	Hoorn
10000m				