

<b>Heren Overall</b>				
100m	00:10,09	Arne de Groot	15-nov-03	Utrecht
300m	00:24,01	Arne de Groot	04-mrt-03	Utrecht
500m	00:36,83	Arne de Groot	31-okt-03	Heerenveen
700m	00:54,33	Arjan van Asselt	19-mrt-17	Utrecht
1000m	01:13,23	Otto van de Pol	01-nov-03	Heerenveen
1500m	01:50,24	Otto van de Pol	19-dec-04	Heerenveen
3000m	03:55,68	Nino van Dijk	22-feb-20	Heerenveen
5000m	06:43,08	Peter van de Pol	19-mrt-13	Heerenveen
10000m	13:56,26	Peter van de Pol	20-mrt-16	Heerenveen
<b>Heren Pupillen</b>				
100m	00:11,87	Brent Visser	06-mrt-12	Utrecht
300m	00:28,62	Brent Visser	06-mrt-12	Utrecht
500m	00:46,01	Martin van de Pol	24-feb-04	Heerenveen
700m	01:05,17	Brent Visser	31-mrt-12	Heerenveen
1000m	01:35,41	Nino van Dijk	07-mrt-11	Heerenveen
1500m	02:40,59	Milan Kocken	03-jan-99	Utrecht
<b>Heren Junioren C</b>				
100m	00:11,31	Tom de Groot	02-mrt-04	Utrecht
300m	00:26,67	Nino van Dijk	23-mrt-13	Heerenveen
500m	00:41,02	Carlo Cesar	14-mrt-08	Heerenveen
700m	00:58,38	Nino van Dijk	23-mrt-13	Heerenveen
1000m	01:22,61	Nino van Dijk	20-mrt-13	Heerenveen
1500m	02:04,24	Nino van Dijk	19-mrt-13	Heerenveen
3000m	04:17,83	Nino van Dijk	20-mrt-13	Heerenveen
<b>Heren Junioren B</b>				
100m	00:10,84	Arjan van Asselt	03-mrt-09	Utrecht
300m	00:25,65	Daan Theunissen	18-mrt-18	Utrecht
500m	00:38,91	Daan Theunissen	12-mrt-18	Heerenveen
700m	00:56,45	Luca van Dijk	15-mrt-11	Heerenveen
1000m	01:16,70	Daan Theunissen	13-mrt-18	Heerenveen
1500m	01:58,10	Daan Theunissen	12-mrt-18	Heerenveen
3000m	04:11,66	Daan Theunissen	13-mrt-18	Heerenveen
5000m	07:21,03	Nino van Dijk	24-mrt-14	Heerenveen
10000m	15:29,05	Nino van Dijk	25-mrt-14	Heerenveen
<b>Heren Junioren A</b>				
100m	00:10,39	Arjan van Asselt	19-feb-11	Enschede
300m	00:24,81	Arne de Groot	09-dec-00	Alkmaar
500m	00:37,98	Arne de Groot	19-mrt-01	Heerenveen
700m	00:54,43	Nino van Dijk	19-mrt-17	Utrecht
1000m	01:15,48	Nino van Dijk	04-feb-17	Heerenveen
1500m	01:54,88	Willem van der Goes	23-nov-19	Heerenveen
3000m	03:58,93	Willem van der Goes	04-jan-20	Heerenveen
5000m	06:55,96	Willem van der Goes	15-dec-19	alkmaar
10000m	14:38,56	Nino van Dijk	24-mrt-16	Heerenveen

<b>Heren Neo-Senioren</b>				
100m	00:10,20	Arne de Groot	26-dec-01	Heerenveen
300m	00:24,01	Arne de Groot	04-mrt-03	Utrecht
500m	00:37,48	Arne de Groot	14-mrt-03	Heerenveen
700m	00:54,39	Nino van Dijk	07-mrt-20	Utrecht
1000m	01:14,29	Nino van Dijk	24-feb-20	Heerenveen
1500m	01:51,37	Nino van Dijk	09-mrt-20	Heerenveen
3000m	03:55,68	Nino van Dijk	22-feb-20	Heerenveen
5000m	06:42,12	Nino van Dijk	03-okt-20	Heerenveen
10000m	14:24,07	Nino van Dijk	19-mrt-19	Heerenveen
<b>Heren Senioren</b>		<b>23 - 30 jaar</b>		
100m	00:10,09	Arne de Groot	15-nov-03	Utrecht
300m	00:24,16	Arne de Groot	12-okt-03	Utrecht
500m	00:36,83	Arne de Groot	31-okt-03	Heerenveen
700m	00:54,33	Arjan van Asselt	19-mrt-17	Utrecht
1000m	01:13,23	Otto van de Pol	01-nov-03	Heerenveen
1500m	01:50,24	Otto van de Pol	19-dec-04	Heerenveen
3000m	03:58,65	Nino van Dijk	09-okt-21	Heerenveen
5000m	06:43,08	Peter van de Pol	19-mrt-13	Heerenveen
10000m	13:56,26	Peter van de Pol	20-mrt-16	Heerenveen
<b>Heren Senioren B</b>		<b>31 - 38 jaar</b>		
<b>100m</b>	<b>00:12,57</b>	<b>Wouter vd Hammen</b>	<b>09-okt-22</b>	<b>Utrecht</b>
<b>300m</b>	<b>00:30,91</b>	<b>Wouter vd Hammen</b>	<b>07-mrt-23</b>	<b>Utrecht</b>
500m	00:40,22	Peter van de Pol	11-okt-14	Utrecht
<b>700m</b>	<b>01:05,87</b>	<b>Joost vd Hammen</b>	<b>16-okt-22</b>	<b>Utrecht</b>
<b>1000m</b>	<b>01:25,76</b>	<b>Arjan van Asselt</b>	<b>18-feb-23</b>	<b>Utrecht</b>
1500m	01:56,43	Peter van de Pol	26-sep-15	Nijmegen
3000m	04:08,88	Peter van de Pol	27-okt-13	Utrecht
5000m	06:46,68	Peter van de Pol	04-nov-17	Heerenveen
10000m				
<b>Heren Masters</b>		<b>39 - 100 jaar</b>		
100m	00:12,98	Dick Bouwheer	02-mrt-13	Utrecht
300m	00:29,28	Wim Verbeek	17-mrt-19	Utrecht
500m	00:44,12	Wim Verbeek	20-mrt-19	Heerenveen
700m	01:03,48	Wim Verbeek	17-mrt-19	Utrecht
1000m	01:33,36	Rien de Greef	20-mrt-06	Utrecht
1500m	02:11,93	Wim Verbeek	20-mrt-19	Heerenveen
3000m	04:47,29	Michel Korver	25-nov-01	Utrecht
5000m	07:51,39	Michel Korver	03-mrt-02	Utrecht
10000m				