

## Bestenlijst Mannen M45 outdoor

100m			200m			400m			800m			1.000m							
1	Wil Verhees	12,2	1985	1	Wil Verhees	25,3	1985	1	Wil Verhees	54,1	1985	1	Wil Verhees	2.08,2	1985	1	Jan Ummels	2.52,1	1983
2	Jan Nijssen	12,5	1982	2	Rob Haver	27,9	2006	2	Rob Haver	1.00,43	2007	2	Jan Ummels	2.15,9	1983	2	Carel Jonkers	3.02,0	1983
3	Koos Ummels	13,1	1992	3	Martien vd Velden	28,1	1984	3	Cor Bosma	1.01,67	1997		Carel Jonkers	2.15,9	1976	3	Camiel vd Broek	3.03,0	1983
4	Rob Haver	13,54	2007	4	Cor Bosma	29,29	1997	4	Jan Ummels	1.02,8	1984	4	Cor Bosma	2.17,6	1997	4	Piet Nooijen	3.25,0	1982
5	Piet van Boven	13,5	1992	5	Henk v Os	29,33	2011	5	Piet van Boven	1.04,5	1992	5	Jan Boetzkes	2.22,2	1980	5	Sjeng Timmermans	3.46,0	1973
	Jan Ummels	13,5	1982	6	Camiel vd Broek	29,9	1984	6	Camiel vd Broek	1.05,6	1984	6	Lau Joosten	2.25,2	1995				
7	Martien vd Velden	13,9	1986	7	Carel Jonkers	30,4	1986	7	Lau Joosten	1.06,3	1993	7	Jimmy Venema	2.25,29	2008				
8	Cor Bosma	14,26	1997		Piet Nooijen	30,4	1986		Piet Nooijen	1.06,3	1985	8	Martien vd Velden	2.25,9	1986				
9	Henk v Os	14,47	2011	9	Sjeng Timmermans	32,8	1976	9	Henk v Os	1.09,00	2010	9	Tiny Coolen	2.26,4	1995				
10	Camiel vd Broek	14,4	1983					10	Carel Jonkers	1.09,1	1986	10	Rob Haver	2.32,0	2008				

1.500m			3.000m			5.000m			10.000m			3.000m steeple							
1	Lau Joosten	4.38,2	1993	1	Lau Joosten	9.39,4	1992	1	Christ Beekmans	16.35,9	1997	1	Hein Gilsing	34,03	2001				
2	Jan Ummels	4.39,5	1982	2	Christ Beekmans	9.50,56	1998	2	Lau Joosten	16.42,5	1992	2	Jan Sanders	36.41,5	1993				
3	Jan Sanders	4.46,5	1992	3	Jan Ummels	9.53,4	1982	3	Jan Sanders	17.14,8	1992	3	Jan Ummels	37.04,7	1983				
4	Cor Bosma	4.47,23	1997	4	Camiel vd Broek	9.56,1	1982	4	Jan Ummels	17.22,1	1982	4	Ben Boumans	37,13	2001				
5	Camiel vd Broek	4.49,1	1984	5	Jan Sanders	10.14,3	1992	5	Camiel vd Broek	17.37,1	1985	5	Camiel vd Broek	37.17,0	1984				
6	Carel Jonkers	4.56,9	1985	6	Cor Bosma	10.27,7	1998	6	Tiny Coolen	17.43,3	1995	6	Crist Beekmans	37,35	2001				
7	Martien vd Velden	5.01,9	1986	7	Carel Jonkers	10.35,0	1982	7	Jan Boetzkes	18.08,4	1980	7	Carel Jonkers	38.35,0	1986				
8	Henk ter Hart	5.15,0	1995	8	Wim Verstappen	10.48,34	1998	8	Mart Stokmans	18.14,46	2011	8	Twan Peters	39,06	2003				
9	Antoon van Lieshout	5.19,2	1995	9	Coen Sloterdijk	11.23,9	1986	9	Ben Snijders	18.26,1	1996	9	Coen Sloterdijk	39.50,0	1986				
10	Piet van Bokhoven	5.21,5	1995	10	Sjeng Timmermans	11.34,0	1971	10	Twan Peters	18.34,71	2003	10	Lau Joosten	40.28,8	1992				

110m horden			200m horden			400m horden			1 Engelse mijl			2 Engelse mijlen			
												1	Lau Joosten	10.12,6	1992
												2	Jan Ummels	10.47,8	1982
												3	Cor Bosma	10.57,4	1997
												4	Jan Sanders	10.59,0	1992
												5	Carel Jonkers	11.01,3	1984
												6	Camiel vd Broek	11.16,7	1982
												7	Twan Peters	11.17,36	2003
												8	Jimmy Venema	11.37,91	2008
												9	Wim Verstappen	11.47,4	1997
												10	Christ Beekmans	12.25,3	2005

**BAC Bestenlijst Mannen M45 outdoor****verspringen**

1	Jos Verbakel	4,96	2017
2	Rob Haver	4,89	2006
3	Wil Verhees	4,38	1985
4	Ger Jan Onrust	3,98	2010
5	Hans Remmerswaal	3,94	1992
6	Camiel vd Broek	3,92	1983
7	Piet van Boven	3,87	1992
8	Peter Manders	3,68	2009
9	Coen Sloterdijk	3,56	1985
10	Piet Nooijen	3,41	1985

**hink-stap-springen**

1	Piet van Boven	8,83	1992
2	Hans Remmerswaal	8,20	1994
3	Lau Joosten	8,03	1993
4	Piet Nooijen	5,00	1992

**hoogspringen**

1	Jan Nijssen	1,57	1982
2	Lau Joosten	1,35	1993
3	Jos Verbakel	1,30	2016
	Rob Haver	1,30	2008
5	Hans Remmerswaal	1,15	1994
6	Dick Eleveld	1,10	2016
7	Camiel vd Broek	1,05	1994

**polsstok-hoogspringen**

1	Niek de Groot	3,20	2009
2	Jos Verbakel	3,00	2017
3	Jan Nijssen	2,40	1982

**speerwerpen**

1	Peter Manders	35,41	2009
2	Laurens Schouten	35,10	1996
3	Michael Bron	32,75	2017
4	Piet van Boven	28,24	1992
5	Ger Jan Onrust	27,31	2009
6	Jan Ummels	26,96	1983
7	Rob Haver	24,78	2008
8	Tiny Coolen	20,96	1995
9	Piet Nooijen	18,64	1983
10	Lau Joosten	18,14	1993

**discuswerpen**

1	Theo Goossens	39,29	2008
2	Maarten v Berlo	29,95	2013
3	Laurens Schouten	25,30	1994
4	Lau Joosten	23,86	1992
5	Rob Haver	22,44	2008
6	Camiel vd Broek	19,08	1982
7	Piet Nooijen	18,22	1979
8	Hans Remmerswaal	13,64	1992

**kogelstoten**

1	Theo Goossens	11,87	2008
2	Maarten v Berlo	10,34	2012
3	Laurens Schouten	8,99	1994
4	Rob Haver	7,71	2008
5	Jan Ummels	7,41	1983
6	Ger Jan Onrust	7,34	2009
7	Lau Joosten	7,32	1992
8	Coen Sloterdijk	7,16	1985
9	Camiel vd Broek	7,03	1982
10	Tiny Coolen	6,92	1995

**kogelslingeren**

1	Theo Goossens	37,56	2008
---	---------------	-------	------

**tienkamp****speerwerpen t/m 1986****gewichtwerpen**

 **Bestenlijst Mannen M45 outdoor**

15.000m

20.000m

25.000m

10 Engelse mijlen

uurloop

marathon

halve marathon

20km snelwandelen

50km snelwandelen

Zweedse estafette

4 x 100m

4 x 200m

4 x 400m

4 x 800m

4 x 1.500m