

 **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 Boetzkjes	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	Jos Verbakel	13,75	2017	7	Carel Jonkers	30,4	1986	7	Lau Joosten	1.06,3	1993	7	Jimmy Venema	2.25,29	2008				
8	Martien vd Velden	13,9	1986		Piet Nooijen	30,4	1986		Piet Nooijen	1.06,3	1985	8	Martien vd Velden	2.25,9	1986				
9	Cor Bosma	14,26	1997	9	Sjeng Timmermans	32,8	1976	9	Henk v Os	1.09,00	2010	9	Tiny Coolen	2.26,4	1995				
10	Henk v Os	14,47	2011					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 Boetzkjes	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	Jos Verbakel	33,86	2017					1	Jan Ummels	4.58,4	1982	1	Lau Joosten	10.12,6	1992
												2	Jan Sanders	5.12,4	1992	2	Jan Ummels	10.47,8	1982
												3	Camiel vd Broek	5.16,4	1983	3	Cor Bosma	10.57,4	1997
												4	Carel Jonkers	5.17,9	1983	4	Jan Sanders	10.59,0	1992
												5	Wim Verstappen	5.31,8	1997	5	Carel Jonkers	11.01,3	1984
												6	Piet Nooijen	5.38,0	1987	6	Camiel vd Broek	11.16,7	1982
												7	Ger Jan Onrust	5.53,68	2009	7	Twan Peters	11.17,36	2003
												8	Henk v Os	5.57,49	2011	8	Jimmy Venema	11.37,91	2008
												9	Sjeng Timmermans	6.04,2	1974	9	Wim Verstappen	11.47,4	1997
												10	Wim Verstappen	6.25,88	2009	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	Jos Verbakel	10,41	2018
2	Piet van Boven	8,83	1992
3	Hans Remmerswaal	8,20	1994
4	Lau Joosten	8,03	1993
5	Piet Nooijen	5,00	1992

hoogspringen

1	Jan Nijssen	1,57	1982
2	Jos Verbakel	1,40	2017
3	Rob Haver	1,30	2008
	Lau Joosten	1,35	1993
5	Hans Remmerswaal	1,15	1994
6	Dick Eleveld	1,10	2016
7	Camiel vd Broek	1,05	1994

polstok-hoogspringen

1	Niek de Groot	3,20	2009
2	Jos Verbakel	3,00	2017
3	Michael Bron	2,50	2017
4	Jan Nijssen	2,40	1982

speerwerpen

1	Peter Manders	35,41	2009
2	Laurens Schouten	35,10	1996
3	Michael Bron	32,89	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	Michael Bron	8,54	2017
5	Rob Haver	7,71	2008
6	Jan Ummels	7,41	1983
7	Ger Jan Onrust	7,34	2009
8	Lau Joosten	7,32	1992
9	Coen Sloterdijk	7,16	1985
10	Camiel vd Broek	7,03	1982

kogelslingeren

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

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