

Masters

afstand	Dames				Heren			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100					11.26	Klaas Poepjes	07-01-13	Heerenveen
300					26.41	Klaas Poepjes	26-12-12	Heerenveen
500	48,90	Neeke Smit	04-12-00	Heerenveen	41.11	Klaas Poepjes	11-02-13	Heerenveen
1000	1.36.37	Neeke Smit	10-01-05	Heerenveen	1.21.55	Klaas Poepjes	03-02-13	Heerenveen
1500	2.22.61	Neeke Smit	10-03-03	Heerenveen	2.03.00	Ron Postma	23-02-07	Calgary
3000	4.51.62	Neeke Smit	18-02-02	Heerenveen	4.18.61	Ron Postma	23-02-07	Calgary
5000					7.26.43	Jacob Heslinga	23-02-07	Calgary
10000					15.15.72	Klaas Poepjes	21-03-13	Heerenveen

Senioren

afstand	Dames				Heren			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	12.74	Welmoed Schakel	26-12-05	Heerenveen	10.54	Guido Berends	26-12-12	Heerenveen
300	31.17	Welmoed Schakel	26-12-05	Heerenveen	24.69	Guido Berends	26-12-12	Heerenveen
500	38,65	Sanne van der Schaar	27-01-19	Heerenveen	38.34	Guido Berends	02-12-12	Heerenveen
1000	1.15,97	Sanne van der Schaar	27-01-19	Heerenveen	1.16.27	Guido Berends	24-11-12	Heerenveen
1500	1,57,66	Sanne van der Schaar	09-12-17	Salt Lake City	1.56.86	Guido Berends	07-01-13	Heerenveen
3000	4.16,91	Sanne van der Schaar	13-11-16	Heerenveen	4.04.88	Sierd Steigenga	28-12-98	Heerenveen
5000	7.22,50	Aggie Walsma	07-01-19	Heerenveen	7.06.53	Sierd Steigenga	02-03-98	Heerenveen

Neo-senioren

afstand	Dames				Heren			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	11.11	Frederika Buwalda	19-11-07	Heerenveen	9.94	Sietse Heslinga	16-12-06	Haarlem
300	26,30	Frederika Buwalda	19-11-07	Heerenveen	23,34	Sietse Heslinga	9-11-09	Heerenveen
500	40,00	Sanne v/d Schaar	11-10-15	Inzell	35,88	Sietse Heslinga	12-03-08	Calgary
1000	1.19,21	Sanne v/d Schaar	16-01-16	Heerenveen	1.10,71	Sietse Heslinga	15-03-08	Calgary
1500	2.01,76	Sanne v/d Schaar	28-12-14	Heerenveen	1.49,04	Sietse Heslinga	13-03-08	Calgary
3000	4.15,80	Sanne v/d Schaar	23-01-16	Heerenveen	3.52,96	Sietse Heslinga	12-03-08	Calgary
5000	7.38,31	Sanne v/d Schaar	10-01-16	Groningen				

Junioren A

afstand	Dames				Heren			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	11,40	Frederika Buwalda	26-12-03	Heerenveen	9,94	Sietse Heslinga	04-03-06	Assen
300	27,24	Frederika Buwalda	26-12-03	Heerenveen	23,89	Sietse Heslinga	17-12-05	Heerenveen
500	41,95	Frederika Buwalda	21-10-02	Heerenveen	37,34	Sietse Heslinga	12-03-06	Heerenveen
1000	1.24,21	Frederika Buwalda	7-12-03	Heerenveen	1.15,88	Sietse Heslinga	12-03-06	Heerenveen
1500	2.10,58	Frederika Buwalda	17-11-03	Heerenveen	1.57,09	Gerben Gerbrandij	06-01-19	Heerenveen
3000	4.37,58	Sanne Halma	16-01-05	Heerenveen	4.04,34	Gerben Gerbrandij	07-01-19	Heerenveen
5000					7.00,78	Gerben Gerbrandij	04-02-19	Heerenveen
10000					16.17,45	Peter Nauta	28-03-04	Heerenveen

Junioren B

afstand	meisjes				jongens			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	11,50	Frederika Buwalda	10-02-02	Heerenveen	10,30	Sietse Heslinga	21-03-04	Heerenveen
300	27,01	Frederika Buwalda	09-12-00	Alkmaar	24,70	Sietse Heslinga	21-03-04	Heerenveen
500	42,41	Frederika Buwalda	31-03-02	Heerenveen	38,40	Sietse Heslinga	22-03-04	Heerenveen
1000	1.25,70	Frederika Buwalda	05-02-02	Heerenveen	1.16,67	Sietse Heslinga	13-03-04	Heerenveen
1500	2.11,87	Frederika Buwalda	31-03-02	Heerenveen	1.58,53	Sietse Heslinga	13-03-04	Heerenveen
3000	4.44,92	Frederika Buwalda	24-03-02	Heerenveen	4.07,82	Sietse Heslinga	12-03-04	Heerenveen
5000					7.14,84	Sietse Heslinga	28-03-04	Heerenveen

Junioren C

afstand	meisjes				jongens			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	11,46	Frederika Buwalda	12-03-00	Heerenveen	10,62	Tjalling de Jong	20-03-05	Heerenveen
300	27,18	Frederika Buwalda	12-03-00	Heerenveen	25,38	Tjalling de Jong	20-03-05	Heerenveen
500	43,03	Frederika Buwalda	13-02-00	Heerenveen	39,76	Tjalling de Jong	06-03-05	Heerenveen
1000	1.27,58	Frederika Buwalda	29-01-00	Heerenveen	1.21,32	Tjalling de Jong	02-01-05	Heerenveen
1500	2.15,81	Evelien Kooistra	13-03-04	Heerenveen	2.05,19	Tjalling de Jong	05-03-05	Heerenveen
3000	5.02,00	Maaïke Osinga	28-03-05	Heerenveen	4.33,02	Tjalling de Jong	14-02-05	Heerenveen

Oudste pupillen

afstand	meisjes				jongens			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	12,40	Evelien Kooistra	16-02-02	Heerenveen	11,49	Tjalling de Jong	22-03-03	Heerenveen
300	30,42	Evelien Kooistra	18-03-02	Heerenveen	28,47	Tjalling de Jong	29-03-03	Heerenveen
500	47,07	Karin Bootsma	18-03-13	Heerenveen	45,25	Tjalling de Jong	29-03-03	Heerenveen
700	1.10,53	Nynke Tinga	20-01-19	Heerenveen	1.11,19	Jobbe Krijnsen	30-10-12	Heerenveen
1000	1.37,79	Karin Bootsma	16-03-13	Heerenveen	1.33,23	Ian Steen	11-03-02	Heerenveen

Jongste pupillen

afstand	meisjes				jongens			
	tijd	naam	datum	locatie	tijd	naam	datum	locatie
100	13,46	Karin Bootsma	11-12-10	Heerenveen	13,22	Stefan Bij de Weg	17-03-13	Heerenveen
300	34,61	Ilse Bijlsma	18-03-02	Heerenveen	32,78	Jan Gerbrandij	11-02-13	Heerenveen
500	56,69	Ilse Bijlsma	09-03-02	Heerenveen	52,44	Jan Gerbrandij	03-02-13	Heerenveen