

## Clubrecords THOR jongens

Clubrecords zijn vanaf 2007 bijgehouden via [swimrankings.com](http://swimrankings.com) . Tijden van voor 2007 komen uit oude clubbladen, vanaf 1990. Zie je een fout, geef het dan door aan [mail@zwemverenigingthor.nl](mailto:mail@zwemverenigingthor.nl)

Voor het laatst bijgewerkt op 09-10-2021

	<b>25m bad</b>			
<b>25m rugcrawl</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
Leeftijd				
6				
7	Joey Ngalimoertomo	29.10	..-12-1990	Stadskanaal
8	Arnold Lemain	23.90	..-12-1990	Stadskanaal
9	Robert Joosten	22.91	23-03-2013	Delfzijl
10	Marcel Slagter	22.00	23-03-1991	Stadskanaal
	Danny Keizer	22.00	03-09-1995	Beilen
11	Richard Wessels	20.72	20-06-2015	Delfzijl
12	Sem Hiddingh	19.65	22-06-2019	Winschoten
13	Bram Joosten	19.88	20-06-2015	Delfzijl
14	Robert Joosten	17.45	30-06-2018	Winschoten
15	Robert Joosten	15.78	30-11-2019	Haren
16	Richard Wessels	16.89	06-06-2009	Stadskanaal
17	Daniël Bos	16.26	07-03-2009	Stadskanaal
18 t/m 24	Daniël Bos	15.95	24-03-2012	Stadskanaal
25 t/m 29	Gertjan Oldenburger	15.93	03-12-2006	Almere
30 t/m 34	Bennie Schultz	16.80	17-11-1995	Zuidbroek
35 t/m 39	Rinus Joosten	15.95	06-03-2010	Stadskanaal
40 t/m 44	Teko Scheppers	19.30	31-01-2004	Raalte
45 t/m 49	Henk Meijer	19.46	11-11-2007	Almere
50 t/m 54	Han Landsbergen	19.66	31-01-2004	Raalte
<b>50 rugcrawl</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
6				
7				
8	Danny Lambeck	54.13	01-11-2003	Veendam
9	Dominic Francis	47.45	02-10-2021	Coevorden
10	Alwin Kogelman	43.83	23-10-1999	Veendam
11	Denny Keizer	44.10	02-11-1996	Zuidbroek
12	Joey Ngalimoertomo	38.60	1995	?
13	Joey Ngalimoertomo	34.00	30-11-1996	Zuidbroek
14	Maurice Boekelo	32.49	03-05-2003	Stadskanaal
15	Joey Ngalimoertomo	31.30	11-04-1998	Winschoten
16	Daniël Bast	31.93	16-12-2006	Stadskanaal
17	Daniël Bast	32.04	29-12-2007	Zuidbroek
18 t/m 24	Rinus Joosten	31.50	11-02-1996	Zuidbroek
	Daniël Bast	31.50	23-02-2008	Winschoten
	Bart Hoffman	31.50	11-10-1997	Veendam
25 t/m 29	Rinus Joosten	32.46	08-12-2001	Zuidbroek
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	33.10	06-01-2007	Zuidbroek
35 t/m 39	Rinus Joosten	33.28	10-01-2009	Winschoten
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	34.61	17-03-2018	Haren
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	35.13	21-08-2021	Annen
50 t/m 54	Han Landsbergen	42.75	16-11-2003	Zuidbroek
<b>100 rugcrawl</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
6				

7				
8				
9				
10	Joey Ngalimoertomo	1.38.10	20-02-1993	Appingedam
11	Richard Wessels	1.34.48	05-06-2004	Zuidbroek
12	Joey Ngalimoertomo	1.23.80	27-05-1995	Stadskanaal
13	Daniel Boef	1.12.76	29-11-2003	Groningen
14	Maurice Boekelo	1.11.38	17-05-2003	Groningen
15	Joey Ngalimoertomo	1.10.50	21-02-1998	Beilen
16	Tjebbe Joosten	1.10.00	23-05-1992	Winschoten
17	Rinus Joosten	1.07.70	... -05-1991	Winschoten
18 t/m 24	Bart Hoffman	1.08.50	09-03-1996	Veendam
25 t/m 29	Rinus Joosten	1.09.75	09-03-2002	Veendam
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	1.11.53	25-08-2008	Grootebroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	1.13.73	22-05-2011	Grootebroek
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	1.14.49	20-02-2016	Groningen
45 t/m 50	Rinus Joosten	1.24.54	23-03-2019	Haren
<b>200 rugcrawl</b>	<b>Naam</b>	<b>Tijd</b>	<b>Datum</b>	<b>Plaats</b>
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12	Daniel Boef	3.01.83	15-12-2002	Stadskanaal
13	Daniel Boef	2.47.27	17-05-2003	Groningen
14	Daniel Boef	2.35.43	16-05-2004	Delfzijl
15	Maurice Boekelo	2.33.00	16-05-2004	Delfzijl
16	Tjebbe Joosten	2.33.50	17-05-1992	Winschoten
17	Rinus Joosten	2.36.80	03-02-1991	Delfzijl
18 t/m 24	Rinus Joosten	2.30.10	1995	?
25 t/m 29	Rinus Joosten	2.37.36	04-03-2001	Delfzijl
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	2.40.18	16-03-2008	Amersfoort
35 t/m 39				
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	2.48.26	11-03-2017	Roden

	25m bad			
<b>25m schoolslag</b>	<b>Naam</b>	<b>Tijd</b>	<b>Datum</b>	<b>Plaats</b>
Leeftijd				
6				
7	Sven Brongers	28.91	27-09-2014	Stadskanaal
8	Arnold Lemain	22.00	..-12-1990	Stadskanaal
9	Arnold Lemain	22.00	31-08-1991	Beilen
10	Remco Lemain	21.40	..-12-1990	Stadskanaal
11	Rinus Joosten	21.20	20-04-1985	Veendam
12	Rinus Joosten	20.63	26-04-1986	Veendam
13	Bram Joosten	19.86	21-11-2015	Delfzijl
14	Robert Joosten	18.99	15-09-2018	Winschoten
15	Robert Joosten	17.09	21-09-2019	Winschoten
16	Richard Wessels	17.86	06-06-2009	Stadskanaal
17	Bram Joosten	17.93	22-06-2019	Winschoten
18 t/m 24	Daniël Bos	18.40	17-09-2011	Winschoten
25 t/m 29				
30 t/m 34	Roel Schreuder	17.60	20-01-1996	Stadskanaal
35 t/m 39	Marcel Ngalimoertomo	16.40	20-01-1996	Stadskanaal

40 t/m 44	Anno Brakels	21.60	20-01-1996	Stadskanaal
45 t/m 49	Henk Meijer	20.17	11-11-2007	Almere
<b>50 schoolslag</b>				
6				
7	Sven Brongers	1.04.36	29-11-2014	Winschoten
8	Danny Lambeck	57.78	01-11-2003	Veendam
9	Joey Ngalimoertomo	51.10	02-05-1992	Stadskanaal
10	Joey Ngalimoertomo	48.80	12-06-1993	Haren
11	Joey Ngalimoertomo	45.20	10-12-1994	Hoogezand
12	Bart Hoffman	44.80	01-09-1990	Beilen
13	Marcel Slagter	36.60	10-12-1994	Hoogezand
14	Marcel Slagter	36.10	19-02-1995	Smilde
15	Maurice Boekelo	36.22	24-04-2004	Stadskanaal
16	Robert Joosten	37.45	29-02-2020	Winschoten
17	Rinus Joosten	35.60	05-01-1991	?
18 t/m 24	Tjebbe Joosten	34.00	1995	?
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	33.42	20-04-2002	Hoogezand
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	34.27	06-01-2007	Zuidbroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	34.62	26-02-2011	Winschoten
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	35.43	25-02-2017	Winschoten
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	36.73	21-08-2021	Annen
50 t/m 54	Henk Meijer	46.67	12-01-2008	Zwolle
<b>100 schoolslag</b>				
6				
7				
8				
9	Sven Brongers	2.08.86	07-05-2016	Haren
10	Joey Ngalimoertomo	1.48.90	06-02-1993	Veendam
11	Richard Wessels	1.43.79	05-06-2004	Zuidbroek
12	Joey Ngalimoertomo	1.36.50	20-05-1995	Stadskanaal
13	Marcel Slagter	1.22.80	28-12-1994	Stadskanaal
14	Marcel Slagter	1.20.50	20-05-1995	Stadskanaal
15	Marcel Slagter	1.19.10	17-02-1996	Beilen
16	Tjebbe Joosten	1.17.80	17-05-1992	Winschoten
17	Rinus Joosten	1.18.30	06-04-1991	Winschoten
18 t/m 24	Rinus Joosten	1.16.20	1995	?
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	1.15.74	19-03-2005	Stadskanaal
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	1.16.59	12-04-2008	Groningen
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	1.19.52	13-12-2014	Winschoten
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	1.19.60	11-02-2017	Haren
45 t/m 49	Henk Meijer	1.44.42	16-11-2003	Zuidbroek
<b>200 schoolslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11	Richard Wessels	3.49.43	24-04-2004	zuidbroek
12	Ramon Wolters	3.31.50	27-10-1990	Hoogezand
13	Ramon Wolters	3.22.10	06-03-1991	hoogezand
14	Marcel Slagter	2.55.50	1995	?
15	Maurice Boekelo	3.03.81	05-05-2004	Delfzijl

16	Martijn Kruizinga	2.53.73	25-05-2002	Zuidbroek
17	Bart Hoffman	2.57.30	1995	?
18 t/m 24	Rinus Joosten	2.50.90	1995	?
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	2.55.76	12-01-2002	Veendam
30 t/m 34				
35 t/m 39				
40 t/m 44				

	25m bad			
<b>25m vlinderslag</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
Leeftijd				
6				
7				
8	Joey Ngalimoertomo	26.10	31-08-1991	Beilen
9	Sven Brongers	23.90	22-10-2016	Beilen
10	Sven Brongers	20.59	01-07-2017	Hoogezand
11	Edwin Op't Holt	18.50	30-11-1996	Zuidbroek
12	Sem Hiddingh	19.92	22-06-2019	Winschoten
13	Maurice Boekelo	16.40	13-04-2002	Veendam
14	Bram Joosten	17.81	18-06-2016	Winschoten
15	Robert Joosten	14.20	09-03-2019	Winschoten
16	Daniël Bast	14.51	04-11-2006	Stadskanaal
17	Daniël Bos	14.52	06-06-2009	Stadskanaal
18 t/m 24	Daniël Bos	14.01	14-04-2012	Winschoten
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39	Alex Heikens	14.04	28-09-2019	Kampen
40 t/m 44	Teko Scheppers	16.92	31-01-2004	Raalte
45 t/m 49				
50 t/m 54	Henk Meijer	19.23	12-01-2008	Zwolle
<b>50 vlinderslag</b>				
6				
7				
8				
9	Dominic Francis	48.78	21-08-2021	Annen
10	Sven Brongers	44.60	22-10-2017	Veendam
11	Joey Ngalimoertomo	39.50	05-11-1994	Winschoten
12	Joey Ngalimoertomo	37.10	17-06-1995	Veendam
13	Joey Ngalimoertomo	35.70	28-09-1996	Zuidbroek
14	Joey Ngalimoertomo	32.70	11-10-1997	Veendam
15	Robert Joosten	30.34	09-11-2019	Delfzijl
16	Tjebbe Joosten	30.50	27-06-1992	Ter Apel
	Gertjan Oldenburger	30.50	17-06-1995	Veendam
17	Tjebbe Joosten	30.30	12-06-1993	Haren
18 t/m 24	Tjebbe Joosten	29.10	17-06-1995	Veendam
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	29.09	03-05-2003	Stadskanaal
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	29.32	07-01-2007	Zuidbroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	30.81	22-12-2012	Zuidbroek
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	32.04	04-01-2020	Zwolle
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	32.48	21-08-2021	Annen
50 t/m 54	Han Landsbergen	39.89	15-11-2003	Zuidbroek
<b>100 vlinderslag</b>				
6				
7				

8				
9				
10				
11	Jochem Douma	1.56.60	08-12-2018	Assen
12	Joey Ngalimoertomo	1.32.50	18-02-1995	Groningen
13	Daniel Boef	1.22.50	08-11-2003	Zuidbroek
14	Joey Ngalimoertomo	1.13.90	23-05-1997	Winschoten
15	Maurice Boekelo	1.12.08	21-02-2004	Veendam
16	Tjebbe Joosten	1.10.70	20-06-1992	Veendam
17	Rinus Joosten	1.11.50	06-03-1991	Hoogezand
18 t/m 24	Tjebbe Joosten	1.09.00	1995	?
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	1.09.27	09-03-2002	Veendam
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	1.12.29	21-02-2009	Heerenveen
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	1.12.62	19-02-2011	Heerenveen
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	1.16.31	17-03-2018	Haren
<b>200 vlinderslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14	Michael van Dijken	2.51.30	29-03-1998	Winschoten
15	Bart Hoffman	3.24.10	06-02-1993	Hoogezand
16	Gertjan Oldenburger	2.54.70	1995	?
17	Gertjan Oldenburger	2.47.70	24-02-1996	Winschoten
18 t/m 24	Gertjan Oldenburger	2.54.00	22-03-1997	Hoogezand
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	2.58.78	09-05-2015	Winschoten
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	3.02.58	04-01-2020	Zwolle

	25m bad			
<b>25m vrijeslag</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
Leeftijd				
6				
7	Sven Brongers	25.68	01-11-2014	Delfzijl
8	Dominic Francis	19.24	29-02-2020	Winschoten
9	Jochem Douma	19.47	17-12-2016	Delfzijl
10	Richard Wessels	17.34	06-12-2003	Winschoten
11	Rinus Joosten	16.30	20-04-1985	Veendam
12	Sem Hiddingh	15.82	02-02-2019	Veendam
13	Bram Joosten	15.68	21-11-2015	Delfzijl
14	Robert Joosten	14.39	30-06-2018	Winschoten
15	Robert Joosten	13.09	22-06-2019	Winschoten
16				
17	Daniël Bos	13.90	28-11-2009	Hoogezand
18 t/m 24	Daniël Bos	13.29	27-11-2010	Winschoten
25 t/m 29				
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	12.47	13-01-2007	Zwolle
35 t/m 39	Rinus Joosten	13.16	25-09-2010	Stadskanaal
40 t/m 44	Teko Scheppers	14.29	06-03-2004	Hatterm
45 t/m 49				

50 t/m 54	Henk Meijer	15.32	12-01-2008	Zwolle
55 t/m 59				
<b>50 vrijeslag</b>				
6				
7	Dominic Francis	53.07	30-11-2019	Haren
8	Sven Brongers	46.20	31-10-2015	Winschoten
9	Joey Ngalimoertomo	39.50	02-05-1992	Stadskanaal
10	Sven Brongers	38.95	21-10-2017	Veendam
11	Joey Ngalimoertomo	35.50	01-10-1994	Winschoten
12	Bart Hoffman	31.50	08-12-1990	Leek
13	Daniel Boef	30.65	06-12-2003	Winschoten
14	Maurice Boekelo	27.63	03-05-2003	Stadskanaal
15	Maurice Boekelo	27.43	24-04-2004	Stadskanaal
16	Gertjan Oldenburger	26.90	17-06-1995	Veendam
17	Bart Hoffman	26.10	03-09-1995	Beilen
18 t/m 24	Bart Hoffman	25.37	1996	?
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	26.32	13-04-2002	Leek
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	26.64	07-01-2007	Zuidbroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	26.93	26-02-2011	Winschoten
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	27.66	17-02-2019	Heerenveen
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	28.69	21-08-2021	Annen
50 t/m 54	Han Landsbergen	30.52	15-11-2003	Zuidbroek
<b>100 vrijeslag</b>				
6				
7				
8	Dominic Francis	1.46.82	28-11-2020	Veendam
9	Dominic Francis	1.35.93	06-08-2021	Annen
10	Richard Wessels	1.29.99	01-11-2003	Veendam
11	Daniel Bast	1.20.26	10-11-2001	Winschoten
12	Bart Hoffman	1.10.20	15-12-1990	Groningen
13	Joey Ngalimoertomo	1.07.90	21-12-1996	Winschoten
14	Maurice Boekelo	1.01.38	25-10-2003	Delfzijl
15	Maurice Boekelo	1.00.25	18-04-2004	Tilburg
16	Bart Hoffman	0.58.80	05-11-1994	Winschoten
17	Rinus Joosten	0.58.80	.. -10-1991	Veendam
18 t/m 24	Bart Hoffman	0.58.00	17-02-1996	Beilen
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	0.59.63	16-03-2002	Stadskanaal
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	1.00.00	12-04-2008	Groningen
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	1.01.08	08-01-2011	Zwolle
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	1.02.77	11-02-2017	Haren
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	1.03.49	18-09-2021	Zwolle
50 t/m 54	Han Landsbergen	1.16.95	15-11-2003	Zuidbroek
<b>200 vrijeslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11	Xander Lukkien	3.31.89	13-12-2014	Winschoten
12	Bart Hoffman	2.38.10	08-12-1990	Leek
13	Daniel Boef	2.34.42	04-10-2003	Veendam
14	Maurice Boekelo	2.17.82	18-10-2003	Winschoten
15	Maurice Boekelp	2.16.41	13-03-2004	Zuidbroek

16	Rinus Joosten	2.16.80	17-06-1990	Winschoten
17	Bart Hoffman	2.16.70	25-11-1995	Haren
18 t/m 24	Bart Hoffman	2.13.90	1995	?
25 t/m 29	Rinus Joosten	2.19.16	27-04-2002	Stadskanaal
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	2.16.69	16-03-2008	Amersfoort
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	2.23.98	08-11-2014	Delfzijl
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	2.21.38	17-02-2018	Heerenveen
45 t/m 49	Tjebbe Joosten	2.22.23	18-09-2021	Zwolle
<b>400 vrijeslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12	Joey Ngalimoertomo	6.04.40	24-05-1995	Stadskanaal
13	Bart Hoffman	5.49.80	03-02-1990	Delfzijl
14	Maurice Boekelo	5.09.60	18-10-2003	Winschoten
15	Maurice Boekelo	4.58.84	07-05-2004	Delfzijl
16	Bart Hoffman	5.06.30	28-12-1994	Stadskanaal
17	Gertjan Oldenburger	4.49.60	02-11-1996	Zuidbroek
18 t/m 24	Tjebbe Joosten Gertjan Oldenburger	4.58.60 4.58.60	04-02-1995 01-02-1997	Hoogezand Hoogezand
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	5.07.55	01-12-2001	Veendam
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	5.20.12	25-05-2008	Grootebroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	5.23.67	22-05-2011	Grootebroek
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	5.29.73	26-10-2019	Emmeloord
<b>800 vrijeslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12	Bart Hoffman	12.04.30	10-11-1990	Winschoten
13				
14	Marcel Slagter	12.50.40	1995	?
15				
16				
17				
18 t/m 24				
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	11.20.00 t.t.	12-02-2011	Wilhelmshaven (GER)
40 t/m 44				
<b>1500 vrijeslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

13	Joey ngalimoertomo	23.40.70	23-03-1996	Groningen
14	Tjebbe Joosten	21.11.90	10-11-1990	Winschoten
15	Martin Meijer	22.30.90	19-02-2000	Zuidbroek
16	Rinus Joosten	20.09.30	10-11-1990	Winschoten
17	Gertjan Oldenburger	20.31.70	23-03-1996	Groningen
18 t/m 24	Bart Hoffman	20.33.60	23-03-1996	Groningen
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	21.43.43	12-02-2011	Wilhelmshaven (GER)
40 t/m 44				
<b>2000 vrijeslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18 t/m 24				
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39				
40 t/m 44				
	25m bad			
<b>100 wisselslag</b>	Naam	Tijd	Datum	Plaats
Leeftijd				
6				
7				
8				
9	Sven Brongers	1.49.07	12-11-2016	Haren
10	Richard Wessels	1.40.24	22-11-2003	Stadskanaal
11	Joey Ngalimoertomo	1.27.10	05-11-1994	Haren
12	Joey Ngalimoertomo	1.23.10	23-09-1995	Hoogezand
13	Joey Ngalimoertomo	1.18.00	30-11-1996	Zuidbroek
14	Joey Ngalimoertomo	1.12.50	14-06-1997	Delfzijl
15	Joey Ngalimoertomo	1.09.60	11-04-1998	Winschoten
16	Rinus Joosten	1.09.80	01-12-1990	?
17	Rinus Joosten	1.08.80	... -10-1991	Veendam
18 t/m 24	Tjebbe Joosten	1.07.50	17-06-1995	Veendam
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	1.06.41	23-02-2002	Veendam
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	1.07.82	06-01-2007	Zuidbroek
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	1.08.66	19-02-2011	Heerenveen
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	1.11.29	17-12-2017	Beilen
45 t/m 49				
50 t/m 54	Henk Meijer	1.31.66	02-02-2008	Heerenveen
<b>200 wisselslag</b>				
6				
7				
8				



9				
10				
11	Richard Wessels	3.36.42	07-02-2004	Zuidhorn
12	Joey Ngalimoertomo	2.51.20	1995	?
13	Daniel Boef	2.50.49	29-11-2003	Groningen
14	Daniel Boef	2.41.69	13-03-2004	Zuidbroek
15	Tjebbe Joosten	2.35.80	... -05-1991	Winschoten
16	Tjebbe Joosten	2.31.70	24-05-1992	Winschoten
17	Rinus Joosten	2.35.80	03-02-1991	Delfzijl
18 t/m 24	Bart Hoffman	2.31.40	09-03-1996	Veendam
25 t/m 29	Tjebbe Joosten	2.31.34	13-04-2002	Leek
30 t/m 34	Tjebbe Joosten	2.35.63	03-12-2006	Almere
35 t/m 39				
40 t/m 44	Tjebbe Joosten	2.39.35	20-02-2016	Groningen
<b>400 wisselslag</b>				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14	Michael van Dijken	6.35.90	22-03-1998	Veendam
15	Maurice Boekelo	5.40.22	15-05-2004	Delfzijl
16	Mark Doedens	5.32.40	16-03-1991	Winschoten
17	Rinus Joosten	5.27.30	16-03-1991	Winschoten
18 t/m 24	Michael Buurmeijer	5.43.20	22-03-1998	Veendam
25 t/m 29				
30 t/m 34				
35 t/m 39	Tjebbe Joosten	5.56.16	19-02-2011	Heerenveen
40 t/m 44	Alex Heikens	6.38.96		