

	20 tot 24 (P)	25 tot 29 (A)	30 tot 34 (B)	35 tot 39 (C)	40 tot 44 (D)	50 tot 54 (F)	55 tot 59 (G)
50 VI	00.37.31 Elke Beerlings 08/05/2004 Nijlen		00.42.57 Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	00.38.52 Kristien van de Moortel 13/12/2008 Eindhoven	00.37.78 Kristien van de Moortel 13/12/2009 Vlijmen		
100 VI	01.27.98 Elke Beerlings 05/05/2007 Nijlen		01.43.24 Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	01.35.43 Kristien van de Moortel 13/12/2008 Eindhoven	01.33.41 Kristien van de Moortel 20/03/2010 Mortsel		
200 VI			03.34.85 Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	03.30.29 Kristien van de Moortel 05/10/2008 Verviers	03.34.33 Kristien van de Moortel 04/10/2009 Verviers		
50 Rug	00.37.43 Pia Dequint 12/03/2011 Wachtebeke		00.45.35 Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	00.46.32 Natacha Van Hoof 22/11/2008 Lokeren	00.46.33 Kristien van de Moortel 21/11/2009 Lokeren		
100 Rug	01.19.05 Pia Dequint 18/06/2011 Geel			01.40.00 Kristien van de Moortel 07/12/2008 Papendrecht	01.38.72 Kristien van de Moortel 06/02/2011 Papendrecht		
200 Rug		03.11.52 Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen		03.58.51 Natacha Van Hoof 21/03/2009 Nijlen	03.33.55 Kristien van de Moortel 26/03/2011 Nijlen		
50 SS	00.36.83 Ilse Beerlings	00.38.14 Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen	00.44.29 Els Denis 05/04/2008 Wachtebeke	00.46.73 Natacha Van Hoof 09/10/2011 Verviers	00.46.02 Dédée Vanhamel 22/04/2006 Mortsel	00.47.76 Krist'I Speelmans 22/11/2008 Lokeren	00.49.10 Krist'I Speelmans 09/10/2011 Verviers
100 SS	01.16.80 Ilse Beerlings	01.24.77 Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen	01.49.88 Natacha Van Hoof 24/03/2007 Mortsel	01.44.25 Natacha Van Hoof 26/02/2011 Beveren	01.40.11 Dédée Vanhamel 27/05/2006 Aartselaar	01.44.81 Krist'I Speelmans 14/02/2009 Beveren	01.50.53 Krist'I Speelmans 02/10/2011 Wachtebeke
200 SS	02.42.79 Ilse Beerlings	02.59.42 Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen		03.47.39 Chris Verryckt	03.48.45 Dédée Vanhamel 27/03/2010 Nijlen	03.42.25 Krist'I Speelmans 04/10/2009 Verviers	03.46.50 Krist'I Speelmans 09/10/2011 Verviers
50 Vrij	00.30.70 Ilse Beerlings	00.37.06 Els Denis 06/05/2006 Nijlen	00.34.41 Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	00.33.03 Kristien van de Moortel 21/09/2008 Terneuzen	00.33.76 Kristien van de Moortel 14/02/2009 Beveren	00.39.22 Krist'I Speelmans 21/02/2009 Mortsel	00.40.24 Krist'I Speelmans 02/10/2011 Wachtebeke
100 Vrij	01.11.02 Elke Beerlings 05/05/2007 Nijlen	01.19.80 Els Denis 27/05/2006 Aartselaar	01.14.15 Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	01.12.58 Natacha Van Hoof 05/10/2008 Verviers	01.15.88 Kristien van de Moortel 14/02/2009 Beveren	01.27.94 Krist'I Speelmans 22/11/2008 Lokeren	01.34.66 Krist'I Speelmans 09/10/2011 Verviers
200 Vrij			02.44.16 Natacha Van Hoof 14/10/2007 Lokeren	02.39.71 Natacha Van Hoof 02/10/2011 Wachtebeke	02.47.42 Kristien van de Moortel 24/01/2009 Vlissingen	03.25.29 Krist'I Speelmans 21/03/2009 Nijlen	03.32.28 Krist'I Speelmans 02/10/2011 Wachtebeke
400 Vrij			05.57.41 Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	05.48.79 Natacha Van Hoof 18/10/2008 Luxembourg	05.55.73 Kristien van de Moortel 18/04/2010 Deurne (NED)	07.07.32 Krist'I Speelmans 21/03/2009 Nijlen	
800 Vrij			12.40.44 Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	11.50.47 Natacha Van Hoof 26/03/2011 Nijlen	12.14.80 Kristien van de Moortel 24/01/2010 Vlaardingen	14.16.35 Krist'I Speelmans 21/03/2009 Nijlen	
1500 Vrij			24.04.91 Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	23.03.38 Natacha Van Hoof 10/05/2008 Nijlen	23.19.76 Kristien van de Moortel 21/03/2009 Nijlen	26.53.23 Krist'I Speelmans 21/03/2009 Nijlen	
100 WS	01.23.76 Elke Beerlings 07/05/2005 Nijlen		01.32.78 Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	01.31.42 Kristien van de Moortel 22/11/2008 Lokeren	01.33.99 Kristien van de Moortel 17/05/2009 Grootebroek		
200 WS			03.21.44 Natacha Van Hoof 14/10/2007 Lokeren	03.21.07 Kristien van de Moortel 23/11/2008 Almere	03.22.60 Kristien van de Moortel 27/09/2009 Best		
400 WS			07.43.43 Natacha Van Hoof 02/12/2006 Charleroi	07.03.96 Natacha Van Hoof 26/03/2011 Nijlen	07.20.50 Kristien van de Moortel 06/02/2011 Papendrecht		

	60 tot 64 (H)	65 tot 69 (I)	70 tot 74 (J)	75 tot 79 (K)	80 tot 84 (L)	85 tot 89 (M)
50 VI			00.49.74 Eliane Pelis 2003			
100 VI						
200 VI						
50 Rug	00.50.92 Nicole Davidson 09/10/2005 Beveren	00.53.67 Nicole Davidson 31/01/2009 Kapellen	00.48.00 Virginia Keteleer 1996	00.52.44 Virginia Keteleer 2000	00.58.23 Virginia Keteleer 22/04/2006 Mortsel	01.06.89 Virginia Keteleer 27/02/2010 Beveren
100 Rug	01.52.54 Nicole Davidson 03/10/2004 Lokeren	01.59.86 Nicole Davidson 09/05/2009 Eindhoven	01.47.60 Virginia Keteleer 1996	01.58.06 Virginia Keteleer 2000	02.05.76 Virginia Keteleer 06/05/2006 Nijlen	02.23.59 Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
200 Rug	04.06.60 Nicole Davidson 25/09/2004 Merksem	04.19.06 Nicole Davidson 23/01/2009 Vlissingen	03.46.50 Virginia Keteleer 1996	04.16.52 Virginia Keteleer 2001	04.22.79 Virginia Keteleer 09/10/2005 Beveren	05.05.20 Virginia Keteleer 26/03/2011 Nijlen
50 SS	00.51.72 Nicole Davidson 12/11/2005 Antwerpen	00.55.30 Nicole Davidson 31/01/2009 Kapellen	00.44.00 Eliane Pelis 08/02/2003 Beveren	01.03.61 Virginia Keteleer 2000	01.09.75 Virginia Keteleer 12/11/2005 Antwerpen	01.18.07 Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
100 SS	01.57.60 Nicole Davidson 08/10/2006 Verviers		01.36.86 Eliane Pelis 08/02/2003 Beveren	02.24.26 Virginia Keteleer 2001	02.30.28 Virginia Keteleer 21/05/2005 Mortsel	03.04.77 Virginia Keteleer 30/01/2010 Kapellen
200 SS	04.18.47 Nicole Davidson 02/10/2005 Lokeren		03.34.88 Eliane Pelis 22/02/2003 Herentals	04.57.61 Virginia Keteleer 2000		
50 Vrij	00.43.96 Nicole Davidson 12/11/2005 Antwerpen	00.44.64 Nicole Davidson 09/05/2009 Eindhoven	00.37.65 Eliane Pelis 15/03/2003 Wachtebeke	00.43.44 Virginia Keteleer 2000	00.48.86 Virginia Keteleer 08/10/2006 Verviers	00.53.58 Virginia Keteleer 27/02/2010 Beveren
100 Vrij			01.25.43 Eliane Pelis 05/10/2003 Lokeren	01.41.16 Virginia Keteleer 2000	01.47.06 Virginia Keteleer 05/02/2005 Beveren	01.57.70 Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
200 Vrij			03.11.51 Eliane Pelis 31/05/2003 Aartselaar	03.37.54 Virginia Keteleer 2001	03.49.13 Virginia Keteleer 09/10/2005 Beveren	04.14.66 Virginia Keteleer 02/10/2011 Wachtebeke
400 Vrij			06.47.06 Eliane Pelis 24/01/2004 Kapellen	07.36.79 Virginia Keteleer 2000	07.56.46 Virginia Keteleer 29/01/2005 Kapellen	09.03.99 Virginia Keteleer 07/05/2011 Eindhoven
800 Vrij			15.03.25 Eliane Pelis 07/12/2003 Seraing	15.44.22 Virginia Keteleer 2001	16.04.77 Virginia Keteleer 29/04/2006 Eindhoven	
1500 Vrij				30.20.96 Virginia Keteleer 2002	30.32.06 Virginia Keteleer 18/06/2005 Eindhoven	
100 WS	01.51.14 Nicole Davidson 06/05/2006 Nijlen	01.54.67 Nicole Davidson 23/01/2009 Vlissingen	01.38.51 Eliane Pelis 31/05/2003 Aartselaar			
200 WS			03.49.48 Eliane Pelis 20/04/2003 Charleroi			
400 WS						

	20 tot 24 (P)	25 tot 29 (A)	30 tot 34 (B)	35 tot 39 (C)	40 tot 44 (D)	45 tot 49 (E)
50 VI	00.27.37 Glenn Van Dooren	00.27.59 Dominique Coudenys	00.27.02 Philip Smans	00.27.63 Philip Smans 02/10/2005 Lokeren	00.31.04 Dominique Coudenys 05/05/2007 Nijlen	00.38.15 Jos Blockhuys
100 VI	01.11.83 Stijn Auwers 24/03/2007 Mortsel	01.01.43 Dominique Coudenys	00.59.70 Philip Smans 2000	01.01.84 Dominique Coudenys	01.45.01 Filip Timmermans 28/02/2004 Embourg	01.36.11 Willy Hendrickx 10/05/2008 Nijlen
200 VI		02.19.48 Philip Smans	02.14.30 Philip Smans	02.18.97 Philip Smans 02/10/2005 Lokeren		04.07.55 Willy Hendrickx 17/04/2004 Charleroi
50 Rug	00.31.52 Matias Timmermans 26/03/2011 Nijlen	00.27.39 Glenn Van Dooren 08/05/2004 Nijlen	00.28.33 Philip Smans 2000	00.29.77 Philip Smans 09/10/2005 Beveren	00.30.10 Philip Smans 18/06/2011 Geel	00.43.36 Filip Timmermans 06/05/2006 Nijlen
100 Rug		01.02.98 Philip Smans	01.01.41 Philip Smans 2000	01.03.39 Philip Smans 01/10/2006 Lokeren	01.04.66 Philip Smans 18/06/2011 Geel	01.37.82 Filip Timmermans 19/02/2006 Vlissingen
200 Rug		02.16.24 Philip Smans	02.14.43 Philip Smans 2000	02.17.06 Philip Smans 08/10/2006 Verviers	02.21.18 Philip Smans 18/06/2011 Geel	03.33.46 Filip Timmermans 05/05/2007 Nijlen
50 SS	00.34.94 Stijn Auwers 08/05/2004 Nijlen	00.31.16 Ivan Wouters	00.30.05 Dominique Coudenys 2000	00.32.95 Dominique Coudenys	00.35.39 Dominique Coudenys 05/05/2007 Nijlen	00.39.77 Luc Stappaerts 27/03/2010 Nijlen
100 SS	01.28.90 Bart Liekens	01.09.38 Dominique Coudenys	01.09.22 Dominique Coudenys 1997	01.10.29 Dominique Coudenys	01.23.78 Luc Stappaerts 08/10/2006 Verviers	01.25.60 Luc Stappaerts 27/03/2010 Nijlen
200 SS		02.30.64 Dominique Coudenys	02.28.85 Dominique Coudenys 1997	02.40.91 Dominique Coudenys 26/02/2005 Embourg	03.08.20 Luc Stappaerts 06/06/2007 Berchem	03.32.90 Marc Geysmans 06/06/2007 Berchem
50 Vrij	00.24.79 Glenn Van Dooren	00.24.81 Glenn Van Dooren 24/01/2004 Kapellen	00.25.56 Dominique Coudenys	00.25.81 Dominique Coudenys	00.28.04 Jan Neiryck 2002 Nijlen	00.31.45 Jos Blockhuys
100 Vrij	01.00.12 Simon Van Laer 05/05/2007 Nijlen	00.55.59 Glenn Van Dooren 06/05/2006 Nijlen	00.54.68 Philip Smans 2000	00.58.04 Dominique Coudenys	01.05.98 H. Wassenaars	01.09.57 Luc Stappaerts 27/03/2010 Nijlen
200 Vrij		02.03.66 Dominique Coudenys	02.03.92 Philip Smans	02.13.30 Dominique Coudenys 13/11/2005 Antwerpen	02.36.72 Luc Stappaerts 10/05/2008 Nijlen	02.37.32 Jos Blockhuys
400 Vrij		04.24.05 Dominique Coudenys	04.21.16 Philip Smans 2000	04.48.78 Dominique Coudenys 05/12/2004 Seraing	05.46.87 Luc Stappaerts 19/04/2008 Aartselaar	05.48.67 Jos Blockhuys
800 Vrij		09.29.60 Joeri Tielemans	09.22.72 Dominique Coudenys	13.52.73 Filip Timmermans 12/12/1999 Marchienne	13.53.56 Filip Timmermans 23/03/2003 Best	12.22.62 Jos Blockhuys
1500 Vrij		17.59.22 Joeri Tielemans 07/12/2003 Seraing	17.36.54 Dominique Coudenys 1998	27.09.74 Joost De Bot 10/05/2008 Nijlen	27.13.39 Joost De Bot 21/03/2009 Nijlen	23.39.00 Jos Blockhuys
100 WS	01.19.43 Simon Van Laer 05/05/2007 Nijlen	01.04.37 Dominique Coudenys	01.02.42 Philip Smans 2000	01.05.85 Dominique Coudenys 03/10/2004 Lokeren	01.18.41 H. Wassenaars	01.26.76 Jos Blockhuys
200 WS		02.21.27 Dominique Coudenys	02.15.48 Philip Smans 2000	02.19.96 Philip Smans 08/10/2006 Verviers	02.23.61 Philip Smans 02/10/2011 Wachtebeke	03.35.01 Willy Hendrickx 25/11/2006 Lokeren
400 WS		04.59.07 Dominique Coudenys	04.59.23 Dominique Coudenys 1999	05.37.09 Dominique Coudenys 05/12/2004 Seraing	08.37.35 Filip Timmermans 07/12/2003 Seraing	08.02.81 Willy Hendrickx 02/12/2006 Charleroi

	50 tot 54 (F)	55 tot 59 (G)	60 tot 64 (H)	65 tot 69 (I)	70 tot 74 (J)	75 tot 79 (K)	80 tot 84 (L)
50 VI	00.36.73 Jos Blockhuys						
100 VI	01.40.58 Willy Hendrickx 25/04/2009 Aartselaar						
200 VI							
50 Rug	00.43.89 Filip Timmermans 30/01/2010 Kapellen					00.53.59 Hugo Speelmans 09/10/2005 Beveren	00.56.92 Hugo Speelmans 04/07/2008 Frankrijk
100 Rug	01.40.39 Filip Timmermans 27/02/2010 Beveren					02.04.59 Hugo Speelmans 02/10/2005 Lokeren	02.09.06 Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers
200 Rug	03.41.85 Filip Timmermans 07/05/2010 Eindhoven						04.47.81 Hugo Speelmans 08/05/2009 Eindhoven
50 SS	00.46.06 Jos Blockhuys		00.50.27 Louis Vekemans	00.49.97 Jos Lopes	00.52.89 Jos Lopes	00.57.91 Hugo Speelmans 02/10/2005 Lokeren	00.59.80 Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers
100 SS	01.59.67 Filip Timmermans 27/02/2010 Beveren	02.00.65 Louis Vekemans					02.41.26 Hugo Speelmans 12/10/2008 Wachtebeke
200 SS							
50 Vrij	00.32.11 Jos Blockhuys		00.35.07 Jos Lopes	00.35.18 Jos Lopes	00.36.58 Jos Lopes	00.40.26 Jos Lopes 25/09/2004 Merksem	00.43.08 Hugo Speelmans 12/10/2008 Wachtebeke
100 Vrij	01.09.69 Jos Blockhuys			01.21.62 Jos Lopes	01.26.46 Jos Lopes	01.31.97 Jos Lopes 02/10/2005 Lokeren	01.47.76 Hugo Speelmans 10/05/2009 Eindhoven
200 Vrij	02.36.97 Jos Blockhuys			03.26.84 Jos Lopes	03.33.65 Jos Lopes	03.42.45 Jos Lopes 25/09/2004 Merksem	04.48.92 Hugo Speelmans 20/06/2009 Berchem
400 Vrij	05.52.70 Jos Blockhuys						
800 Vrij	12.29.87 Jos Blockhuys						
1500 Vrij	23.44.55 Jos Blockhuys						
100 WS	01.28.59 Jos Blockhuys					02.31.14 Hugo Speelmans 01/10/2006 Lokeren	02.26.78 Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers
200 WS	03.33.45 Willy Hendrickx 21/03/2009 Nijlen						
400 WS	08.06.24 Willy Hendrickx 29/11/2009 Oostende						