

Onderdeel	Prestatie	Naam	Vereniging	Plaats	Datum
100m	12,01	Ilse Hogeveen	AV Haarlemmermeer	Hengelo	17-6-2023
200m	24,18	Lianne van Krieken	Prins Hendrik	Utrecht	1-8-2021
400m	54,08	Eveline Saalberg	GVAC	Utrecht	31-7-2021
800m	2:10,90	Carina van Dorp		Delft	22-5-1998
		Annemarie Slangewal	AV Phoenix	Utrecht	1-8-2021
1000m	2:58,52	Miranda Boonstra	AAV`36	Maastricht	17-9-1995
1500m	4:30,66	Helen Hofstede	AV Atverni	Groningen	15-5-2005
Mijl	5:07,96	Marissa Damink	ESAV Asterix	Wageningen	9-9-2017
2000m	7:45,74	Marjolein de Grunt	NSAV 't Haasje	Hengelo	16-9-2000
3000m	9:44,96	Bianca Paus	LAAC Twente	Utrecht	21-5-1993
5000m	17:03,99	Lisan Duijvenstijn	WAV Tartletos	Eindhoven	9-6-2024
Uurloop	11954	Emma van Oijen	GSAV Vitalis	Eindhoven	24-10-2021
3000m steeplechase	10:20,96	Andrea Deelstra	Athlon Loopgroep	Utrecht	26-5-2006
100m horde	13,85	Gretha Tromp	AV Hera	Eindhoven	15-5-1990
400m horde	56,64	Gretha Tromp	AV Hera	Groningen	8-6-1991
Hoogspringen	1,77	Marloes Lammerts	AV Atilla	Nijmegen	24-5-2001
		Joyce Huisman	ASAV Aquilla	Amstelveen	4-9-2010
Verspringen	5,97	Bente van der Stoel	AV`34 Apeldoorn	Hengelo	17-6-2023
Hinkstapspringen	13,00	Brenda Baar	AV '23	Nijmegen	21-5-2009
Polstokhoogspringen	3,92	Leonie Schilder	AV Edam	Nijmegen	14-5-2010
Kogelstoten	15,30	Linda Tukkers		Utrecht	21-5-1993
Discuswerpen	52,06	Monique Jansen	Hellas	Amsterdam	27-5-2007
Kogelslingeren	61,58	Sina-mai Holthuisen	AV Unitas	Eindhoven	14-7-2018
Speerwerpen	49,65	Dewi Lafontaine	Haag Atletiek	Utrecht	1-8-2021
Zevenkamp	5119	Marjolein Bolten	DAV Kronos	Wageningen	28-5-2023
4x100m	48,43		Haagse Hogeschool	Hengelo	22-5-1998
4x200m	1:46,06	Lynn van Zijl		Delft	17-9-2022
		Marjolein Bolten			
		Merel Wevers			
		Michelle van Dorth			
4x400m	4:06,09		Prins Hendrik	Delft	26-5-1995
4x800m	10:07,92	Kim van Rossum	ESAV Asterix	Eindhoven	09-06-2024
		Hannah Clercx			
		Nastia Kimel			
		Marijne van der Horst			
Afstand Medley Relay	13:24,73	Anyk Warmerdam		Delft	17-9-2022
		Lindsay Ripple			
		Noor Oude Egberink			
		Marit van den Berg			