

**Best bekende prestatie**

Maarten Groen Hanzesport 8,18 2002

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****60 meter**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
1	Nick	Plokker	AV Edam	9,50
2	Jan	Ruesink	de Keien	10,3
3	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	10,4
4	Bjorn	Schouten	Spark	10,44
5	Yoran	Oort v.	AV Edam	10,6
6	Jeroen	Swaghoven	Venraij	10,7
7	Joep	Hendriks	Bekkershof	10,8
8	Sven	Hout v.d.	Atilla	10,87
9	Juni	Kip	Atilla	11,03
10	Frank	Zanten v.	AV Edam	11,1
11	David	Joore	Atilla	11,16
12	Benny	Goedgeluk	Hellas	11,33
13	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	11,3
14	Frank	Servaas	Lycurgus	11,4
15	Tobias	Camerijk v.	Hellas	11,45
16	Christiaan	Bras	Zaanland	11,5
17	Stefan	Grin	Zaanland	11,6
18	Tim	Szelech	Sprint	11,77
19	Jan	Hermens	de Keien	12,0
20	Nickey	Albreu	Atos	12,2
21	Stefan	Jongeling	Zaanland	12,2
22	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	12,2
23	Yorrick	Vermeulen	Zaanland	12,3
24	Jurjen	Konijn	Lycurgus	12,8
25	Tim	Steur	AV Edam	13,5
26	Nigel	Parzyszek	Hellas	13,59
27	Tobias	Grandiek	Zaanland	13,6
28	Rens	Stroo	Hellas	13,73
29	Rob	Heuvel v.d.	Atilla	13,88
30	Arie	Groen	Bekkershof	13,9
31	Richard	Megens	AV Venraij	13,9
32	Jlham	Lamine	Atilla	13,93
33	Damien	Hoog d.	Sprint	14,09
34	Erik	Speller	de Sperwers	15,13
35	Martijn	Vermeer	Atilla	15,25
36	Jurien	Eikelenboom	Atilla	15,34
37	Frank	Welk v.d.	Atilla	15,38
38	Sebastian	Jak	Lycurgus	16,3
39	Bertus	Veenstra	de Sperwers	16,61
40	Hendri	Garming	de Sperwers	16,73
41	Hans	Bloemberg	de Sperwers	17,05
42	Elroy	Groot de	Zaanland	17,3
43	Julien	Jak	Lycurgus	17,8
44	Ralph	Bruins	de Sperwers	18,19
45	Bart	Gort	AV Edam	18,2
46	Remon	Grin	Zaanland	18,3
47	Ivo	Nieuwendijk v.d.	Zaanland	19,1
48	Allanie	Kip	Atilla	20,45
49	Richard	Heijnen	de Sperwers	20,46
50	Jos	Goor v.d.	Bekkershof	20,8
51	Bas		Zaanland	22,2
52	Mark	Lem v.d.	Zaanland	22,3

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
53	Jeroen	Jaspers	Spark	24,57
54	Stacey		Zaanland	34,6
55	Frans	Kralingen v.	Spark	53,57

**60 meter  
vervolg****Best bekende prestatie**

	Maurice Klevringa		Spark	10,5
--	-------------------	--	-------	------

2002

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Voornaam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
1	Maarten	Groen	Hanzesport	10,7
2	Leandro	Jansen	AAA	10,9
3	Rex	Terry	Sprint	10,96
4	Alex	Geway	Hellas	11,6
5	Jan	Ruesink	A.V. de Keien	13,2
6	Bart	Mulders	Sprint	13,36
7	Paul	Ruesink	A.V. de Keien	13,4
8	Danny	Driesprong	Sprint	13,46
9	Bjorn	Schouten	Spark	13,8
10	Christian	Schram	AAA	13,9
11	Ronald	Nes v.	Avantri	14,00
12	Yuri	Groot de	Avantri	14,60
13	Mart Jan	Wolterink	AAA	14,7
14	Tim	Zonneveld	Avantri	14,80
15	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	14,9
16	Ronnie	Tiggelman	Sprint	14,96
17	Tim	Szelech	Sprint	15,07
18	Wesley	Aken van	Hellas	15,3
19	Remi	Schenk	AAV '36	18,6
20	Damien	Hoog de	Sprint	20,60
21	Hans	Dijk v.	Avantri	22,20
22	Mark	Verschoor	Avantri	30,00

**80 meter****Best bekende prestatie**

	Regilio Benjamin		Atos	12,09
--	------------------	--	------	-------

2001

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Voornaam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Plaats op wereld</b>	
1	Maurice	Klevringa	Spark	12,29	25	NR jun
2	Maarten	Groen	Hanzesport	12,4	39	
3	Regilio	Benjamin	Atos	12,42	40	
4	Terry	Rex	de Sprint	13,37		
5	Leandro	Jansen	AAA	13,46		
6	Angelo	Job	H.A.C.	13,59		
7	Roald	Vermeulen	Spark	13,6		
8	Marvin	Vermeulen	Spark	13,6		
9	Jasper	Schaik van	Spado	13,7		
10	Marcel	Krikke	ASV Eibergen	13,77		
11	Rens	Haan de	AV Edam	13,79		
12	Kevin	Jansen	Spark	13,9		
13	Pieter-Jan	Kinderen der	Gen.Michaelis	13,9		
14	Mikel	Mourik	Atl.Maastricht	13,94		
15	Martn	Nieuwenhof v.d.	H.A.C.	14,05		
16	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	14,1		
17	Roy	Zand in 't	Scopias	14,32		
18	John	Wilhelm	Spado	14,36		
19	Gordon	Heiningen van	Hellas	14,4		
20	Erdin	Visser	AAA	14,4		

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****100 meter  
vervolg**

	<b>Voornaam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
21	Michel	Seijen	Atl.Maastricht	14,42
22	Alex	Geway	Hellas	14,5
23	David	Surig	Lycurgus	14,5
24	Marc	Peereboom	Lycurgus	14,6
25	Wim	Bakels	AV Edam	14,8
26	Dick	Tol	AV Edam	14,8
27	Redouan	Elsaghoumi	Atos	14,81
28	Jeffrey	Tomasowa	AAV'36	14,9
29	Danny	Hoelbeekx	Atl.Maastricht	14,95
30	Ger	Jongenelen	Spado	15,0
31	Gerard	Dingemans	D.A.K.	15,1
32	Bennie	Jansen	Lycurgus	15,1
33	Simon	Beentjes	AV Edam	15,2
34	Ralf	Rijswijk	AV Edam	15,2
35	Gert Jan	Nuijten	Spado	15,4
36	Twan	Reniers	Gen.Michaelis	15,42
37	Erik	Speller	de Keien	15,42
38	Erik	Bakker	Spado	15,5
39	Sudath	Tuytelaars	Spado	15,6
40	Eric Jan	Velde van de	Spado	15,6
41	Issam	El Achkar	A.V. Gouda	15,68
42	Sebastiaan	Nuy	AV Edam	15,7
43	Joris	Voogd	Spirit	15,72
44	Ronald	Bruijnesteijn	Lycurgus	15,8
45	Stefan	Vervoort	H.A.C.	15,88
46	Sjaak	Boer de	Atos	15,9
47	Lars	Boekhorst	D.A.K.	15,92
48	Martijn	Meijer	Spirit	15,98
49	Ilje	Hensen	Atos	16,0
50	Ruud	Meekel	AV Edam	16,0
51	Eric	Backer	Spado	16,05
52	Nick	Plokker	AV Edam	16,24
53	Chevensly	Brandao	AAA	16,4
54	Marcel	Baat de	AAA	16,5
55	Bert	Hubert	Lycurgus	16,5
56	Willem	Stappen van	Spark	16,5
57	Ben	Stolk	Spark	16,5
58	Bjorn	Gaasbeek	Spark	16,6
59		Gromthoud	Atos	16,7
60	Bjorn	Schouten	Spark	16,7
61	Vincent	Liebert	H.A.C.	16,71
62	Dennis	Pruys	Spirit	16,8
63	Steve	Dekker	H.A.C.	16,94
64	Huub	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	16,98
65	Erwon	Marechal	Atos	17,0
66	Ronald	Nes van	Avantri	17,0
67	Ron	Waijop	AV Edam	17,0
68	Arno	Donkers	H.A.C.	17,05
69	Jan	Ruesink	de Keien	17,1
70	Ramon	Lammerse	Spado	17,13
71	Robert	Peeters	AAA	17,18
72	Jan	Ruesink	de Keien	17,24
73	Marcel	Jong de	AV Edam	17,3
74	Renee	Koot	Lycurgus	17,4

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****100 meter  
vervolg**

	<b>Voornaam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
75	Sjoerd	Fransen	Atl.Maastricht	17,6
76	Richard	Holten v.	H.A.C.	17,6
77	Marco	Heijden v.d.	H.A.C.	17,69
78	Marco	Nes v.	Avantri	17,8
79	Ralph	Bruins	de Keien	17,86
80	Wesley	Aken van	Hellas	18,1
81	Ronnie	Tiggelman	Sprint	18,18
82	Wim	Worp v.d.	S.V. Holten	18,19
83	Benny	Goedgeluk	Hellas	18,2
84	MartJan	Wolterink	AAA	18,2
85	Frank	Zanten v.	AV Edam	18,25
86	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	18,5
87	Mark	Meijer	Lycurgus	18,6
88	Paul	Wiel van de	AAV'36	18,6
89	Tim	Zonneveld	Avantri	18,67
90	Bart	Goorman	S.V. Holten	18,73
91	Niels	Schuchner	Spark	18,74
92	Jack	Gastel van	Spado	19,01
93	Michiel	Hartmann	H.A.C.	19,34
94	Christiaan	Neuman	H.A.C.	19,64
95	Christian	Biermans	Atl.Maastricht	19,67
96	Tobias	Camerijk	Hellas	19,82
97	Rick	Vroemen	Atl.Maastricht	20,03
98	Frank	Servaas	Lycurgus	20,18
99	Jan Fred	Rogaar	Avantri	20,3
100	Jurjen	Konijn	Lycurgus	20,4
101	Nicky	Albrieu	Atos	20,63
102	Ruud	Poppelaars	Spado	20,7
103	Martin	Graaff de	Avantri	20,9
104	Ewoud	Heijbroek	Spado	21,12
105	Roel	Smits	de Keien	21,70
106	Rens	Stroo	Hellas	22,27
107	Nigel	Parzyszek	Hellas	22,3
108	Wim	Lekkerkerker	AAV'36	22,4
109	Marc	Tonen	Gen.Michaelis	22,9
110	Danny	Rijvers	D.A.K.	23,27
111	Thomas	Folmer	H.A.C.	23,39
112	Ton	Schouten	AAV'36	23,5
113	Christiaan	Meerkerk	AAA	23,7
114	Aart	Evers	AAA	24,3
115	Hans	Neef de	S.V. Holten	24,81
116	Reinier	Boer ten	Hellas	24,83
117	Jaap	Boer de	AV Edam	25,6
118	Jeroen	Struijss	Spado	26,27
119	Marco	Reijersen	AV Edam	26,6
120	Frank	Paskamp	S.V. Holten	27,64
121	Daan	Korzilius	Spado	27,66
122	Sebastian	Jak	Lycurgus	28,09
123	Bernard	Rijdt van de	Gen.Michaelis	28,1
124	Rob	Metselaar	AAV'36	29,0
125	Edwin	Noordermeer	Spado	29,1
126	Hans	Dijk v.	Avantri	29,45
127	Julien	Jak	Lycurgus	31,0
128	Harrie	Verhoeven	D.A.K.	32,6

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Voornaam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
129	Jeroen	Jaspers	Spark	39,2
130	Michel	Nadort	Spirit	44,45
131	Frans	Kralingen van	Spark	53,9

**Best bekende prestatie**

	Regilio Benjamin		Atos	24,43
--	------------------	--	------	-------

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
1	Maurice	Klevingra	Spark	25,20
2	Regilio	Benjamin	Atos	25,44
3	Maarten	Groen	Hanzesport	26,62
4	Leandro	Jansen	AAA	27,40
5	Jasper	Schaik v.	Spado	27,96
6	Marcel	Krikke	ASV Eibergen	28,10
7	Mikel	Mourik	Atl.Maastricht	29,10
8	Reduoan	Elsaghoumi	Atos	29,22
9	Rex	Terry	de Sprint	29,36
10	Alex	Geway	Hellas	30,04
11	Jeffrey	Tomasowa	A.A.V.'36	30,52
12	Erdin	Visser	AAA	30,84
13	David	Surig	Lycurgus	31,31
14	Kok	Pan Cheng	Gen.Michaelis	31,33
15	Simon	Beentjes	AV Edam	32,09
16	Eric Jan	Velde v.d.	Spado	32,29
17	Lars	Boekhorst	D.A.K.	33,64
18	Gerard	Dingemans	D.A.K.	33,93
19	Martijn	Meijer	Spirit	34,01
20	Joris	Voogd	Spirit	34,22
21	Ralf	Rijswijk	AV Edam	34,80
22	Rob	Heuvel v.d	Atilla	35,24
23	Nick	Plokker	AV Edam	35,58
24	Sebastiaan	Nuy	AV Edam	36,05
25	Juni	Kip	Atilla	36,33
26	Jan	Ruesink	A.V. de Keien	36,43
27	Paul	Ruesink	A.V. de Keien	36,73
28	Dennis	Pruys	Spirit	37,16
29	Marcel	Baat de	AAA	37,61
30	Steve	Dekker	H.A.C.	37,62
31	David	Joore	Atilla	38,42
32	Wesley	Aken v.	Hellas	38,43
33	Richard	Holten v.	H.A.C.	38,50
34	Ilje	Hensen	Atos	38,57
35	Marcel	Jong de	AV Edam	38,60
36	Frank	Zanten v.	AV Edam	39,22
37	Chevensly	Brandao	AAA	39,42
38	Marco	Nes v.	Avantri	39,53
39	Sven	Hout v.d.	Atilla	40,23
40	Benny	Goedgeluk	Hellas	40,80
41	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	40,8
42	Mark	Meijer	Lycurgus	40,99
43	Frank	Servaas	Lycurgus	41,88
44	Christiaan	Neuman	H.A.C.	43,96
45	Rick	Vroemen	Atl.Maastricht	44,26
46	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	45,0

**100 meter  
vervolg**

2001

**200 meter  
Plaats  
op wereld**

23 NR jun

29

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
47	Nicky	Albrieu	Atos	46,63
48	MartJan	Wolterink	AAA	47,70
49	Jlham	Lamine	Atilla	48,64
50	Jurjen	Konijn	Lycurgus	49,96
51	Jurien	Eikelenboom	Atilla	52,78
52	Allanie	Kip	Atilla	54,78
53	Martijn	Vermeer	Atilla	59,88
54	Frank	Welk v.	Atilla	64,50
55	Sebastian	Jak	Lycurgus	66,87
56	Julien	Jak	Lycurgus	77,64
57	Michel	Nadort	Spirit	86,85

**200 meter  
vervolg****Best bekende prestatie**

Christian Prijs	H.A.C.	54,36
-----------------	--------	-------

2001

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
1	Maurice	Klevingra	Spark	58,8
2	Maarten	Groen	Hanzesport	1.01,92
3	Marvin	Vermeule	Spark	1.02,7
4	Jasper	Schaik van	Spado	1.02,75
5	Roald	Vermeulen	Spark	1.03,57
6	Leandro	Jansen	AAA	1.03,8
7	Marcel	Krikke	ASV Eibergen	1.04,12
8	John	Wilhelm	Spado	1.05,4
9	Terry	Rex	Sprint	1.08,0
10	Mikel	Mourik	Atl.Maastricht	1.08,23
11	Elmar	Steenbergen	A.V. Gouda	1.09,93
12	Alex	Geway	Hellas	1.09,95
13	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	1.10,0
14	Danny	Hoelbeekx	Atl.Maastricht	1.10,0
15	Erik	Speller	de Sperwers	1.10,56
16	Roy	Zand in 't	Scopias	1.10,93
17	Erik Jan	Velde v.d.	Spado	1.11,0
18	David	Surig	Lycurgus	1.11,2
19	Angelo	Job	H.A.C.	1.11,20
20	Ger	Jongenelen	Spado	1.12,0
21	Michel	Seijen	Atl.Maastricht	1.13,0
22	Kevin	Jansen	Spark	1.13,68
23	Erik	Backer	Spado	1.14,5
24	Gert Jan	Nuyten	Spado	1.15,0
25	Frank	Paskamp	S.V. Holten	1.15,0
26	Pieter Jan	Kinderen der	Gen.Michaelis	1.15,2
27	Stefan	Vervoort	H.A.C.	1.17,69
28	Bennie	Jansen	Lycurgus	1.18,9
29	Martin	Nieuwenhof v.d.	H.A.C.	1.18.16
30	Jan	Schneiders	Gen.Michaelis	1.20,2
31	Issam	El Achkar	A.V. Gouda	1.20,51
32	Gerard	Dingemans	D.A.K.	1.21,0
33	Bertus	Veenstra	AV de Keien	1.21,75
34	Paul	Ruesink	AV de Keien	1.22,33
35	Ben	Stolk	Spark	1.22,7
36	Jan	Ruesink	AV de Keien	1.24,10
37	Bjorn	Gaasbeek	Spark	1.24,3
38	Danny	Driesprong	Sprint	1.25,05

**400 meter  
Plaats  
op wereld**

38

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****400 meter  
vervolg**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
39	Vincent	Liebert	H.A.C.	1.26,54
40	Marc	Peereboom	Lycurgus	1.26,6
41	Marco	Heijden v.d.	H.A.C.	1.27,59
42	Sjoerd	Franssen	Atl.Maastricht	1.30,0
43	Renee	Koot	Lycurgus	1.30,3
44	Christiaan	Bras	Zaanland	1.30,4
45	Marko	Nes v.	Avantri	1.30,6
46	Sjoerd	Heuvel v.d.	Gen.Michaelis	1.30,7
47	Remi	Schenk	A.A.V. '36	1.32,0
48	Stefan	Jongeling	Zaanland	1.32,2
49	Bjorn	Schouten	Spark	1.32,7
50	Ronnie	Tiggelman	Sprint	1.34,0
51	Huub	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	1.34,4
52	Bart	Mulders	Sprint	1.34,74
53	Robert	Schoof v.d.	Atl.Maastricht	1.36,0
54	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	1.36,1
55	Benny	Goedgeluk	Hellas	1.37,0
56	Ruud	Poppelaars	Spado	1.39,2
57	Yorrick	Vermeulen	Zaanland	1.39,6
58	Marcel	Baat de	AAA	1.40,0
59	Martijn	Pelzer	AV Venraij	1.40,7
60	Joep	Hendrixx	Bekkershof	1.41,3
61	Hans	Neef de	S.V. Holten	1.42,0
62	Rick	Vroemen	Atl.Maastricht	1.42,0
63	Tobias	Camerijk	Hellas	1.42,5
64	Jan	Hermens	AV de Keien	1.44,8
65	Frank	Servaas	Lycurgus	1.45,6
66	Ewout	Heijbroek	Spado	1.45,8
67	Jeroen	Swaghoven	Venraij	1.48,7
68	Wesley	Aken van	Hellas	1.49,4
69	Ton	Schouten	A.A.V. '36	1.50,0
70	Stefan	Grin	Zaanland	1.54,5
71	Tobias	Grandiek	Zaanland	1.55,9
72	Martin	Graaff v.d.	Avantri	1.59,0
73	Niels	Schuchner	Spark	1.59,3
74	Jurjen	Konijn	Lycurgus	2.00,3
75	Tim	Zonneveld	Avantri	2.01,5
76	Arie	Groen	Bekkershof	2.06,2
77	Marc	Tonen	Gen.Michaelis	2.07,0
78	MartJan	Wolterink	AAA	2.08,1
79	Nigel	Parzyszek	Hellas	2.13,7
80	Danny	Rijvers	D.A.K.	2.14,0
81	Elroy	Groot de	Zaanland	2.14,1
82	Jeroen	Struiss	Spado	2.20,2
83	Jack	Gastel v.	Spado	2.21,7
84	Rens	Stroo	Hellas	2.22,8
85	Michiel	Hartmann	H.A.C.	2.27,14
86	Damien	Hoog de	Sprint	2.27,74
87	Thomas	Folmer	H.A.C.	2.36,20
88	Ivo	Nieuwendijk v.d.	Zaanland	2.47,7
89	Harrie	Verhoeven	D.A.K.	2.48,07
90	Remon	Grin	Zaanland	2.55,3
91	Bas		Zaanland	3.01,9
92	Jeroen	Jaspers	Spark	3.09,1



**Best bekende prestatie**

Christian Prijs	H.A.C.	1.59,94	2002
-----------------	--------	---------	------

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****800 meter****Plaats****op wereld**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		
1	Christian	Prijs	H.A.C.	2.02,22	7
2	Peter	Janssen	Typhoon	2.07,18	11
3	Maarten	Groen	Hanzesport	2.29,38	40
4	Reduan	El Saqhoumi	Atos	2.36,81	
5	Elmar	Steenbergen	A.V.Gouda	2.39,01	
6	Jeffrey	Tomasowa	A.A.V.'36	2.42,36	
7	Roy	Zand in 't	Scopias	2.48,3	
8	Christian	Biermans	Atl.Maastricht	3.29,94	
9	Danny	Hoelbeekx	Atl.Maastricht	3.35,41	

**Best bekende prestatie**

Christian Prijs	H.A.C.	4.08,20	2002
-----------------	--------	---------	------

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****1.500 meter****Plaats****op wereld**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		
1	Christian	Prijs	H.A.C.	4.11,90	6
2	Peter	Janssen	Typhoon	4.17,29	7
3	Henri	Vermeer	Gen,Michaelis	4.55,67	43
4	Jasper	Schaik v.	Spado	5.10,9	
5	Eric Jan	Velde v.d.	Spado	5.38,7	
6	John	Wilhelm	Spado	5.50,0	
7	Erik	Backer	Spado	6.04,0	
8	Gert Jan	Nuijten	Spado	6.14,2	
9	Danny	Hoelbeekx	Atl.Maastricht	6.32,03	
10	Bjorn	Gaasbeek	Spark	7.29,52	

**Best bekende prestatie**

Henry Vermeer	Gen. Michaelis	16.27,40	2001
---------------	----------------	----------	------

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****5.000 meter****Plaats****op wereld**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		
1	Christian	Prijs	H.A.C.	17.20,12	10
2	Henri	Vermeer	Gen.Michaelis	18.19,71	17

**Best bekende prestatie**

Maarten Groen	Hanzesport	5,84	2003
---------------	------------	------	------

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Verspringen****Plaats****op wereld**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>			
1	Maarten	Groen	Hanzesport	5,84	balk	12
2	Maurice	Klevingra	Spark	5,27	balk	36
3	Jeroen	Sar v.d.	Atos	4,93	balk	
4	Leandro	Jansen	AAA	4,78	balk	
5	Reduan	El Saqhoumi	Atos	4,05	balk	
6	Jasper	Schaik v.	Spado	4,04	balk	
7	Jan	Schneiders	Gen.Michaelis	3,94	balk	
8	Twan	Renier	Gen.Michaelis	3,72	balk	
9	Gerard	Dingemans	D.A.K.	3,70	balk	
10	John	Wilhelm	Spado	3,76	balk	
11	Michel	Seijen	Atl.Maastricht	3,65	balk	
12	Masel	Miah	Atl.Maastricht	3,42	balk	
13	Sudath	Tuytelaars	Spado	3,31	balk	
14	Eric	Backer	Spado	3,29	balk	
15	Henri	Vermeer	Gen.Michaelis	3,22	balk	

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Verspringen**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>vervolg</b>
16	Eric Jan	Velde v.d.	Spado	2,98	balk	
17	Lars	Boekhorst	D.A.K.	2,95	balk	
18	Huub	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	2,79	balk	
19	Ramon	Lammerse	Spado	2,64	balk	
20	Jack	Gastel v.	Spado	2,39	balk	
21	Christian	Biermans	Atl.Maastricht	2,16	balk	
22	Marc	Tonen	Gen.Michaelis	1,86	balk	
23	Ruud	Poppelaars	Spado	1,83	balk	
24	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	1,75	balk	
25	Daan	Korzilius	Spado	1,71	balk	
26	Bernard	Rijdt v.d.	Gen.Michaelis	1,40	balk	
1	Regilio	Benjamin	Atos	4,72	vlak	
2	Angelo	Job	H.A.C.	4,70	vlak	
3	Rens	Haan de	AV Edam	4,64	vlak	
4	Roald	Vermeulen	Spark	4,32	vlak	
5	Reduan	Saghloumi	Atos	4,23	vlak	
6	Roy	Zand in 't	Scopias	4,22	vlak	
7	Michel	Seijen	Atl. Maastricht	4,21	vlak	
8	Erdin	Visser	AAA	4,15	vlak	
9	Terry	Rex	Sprint	4,14	vlak	
10	Jeffrey	Tomasowa	AAV '36	4,08	vlak	
11	Hans	Bloemberg	de Sperwers	4,04	vlak	
12	Alex	Geway	Hellas	4,00	vlak	
13	Marvin	Vermeule	Spark	3,97	balk	
14	Dick	Tol	AV Edam	3,93	vlak	
15	Sebastiaan	Nuij	AV Edam	3,90	vlak	
16	Gerard	Dingemans	D.A.K.	3,89	vlak	
17	Rex	Terry	Sprint	3,88	vlak	
18	David	Surig	Lycurgus	3,87	vlak	
19	Pieter Jan	Kinderen der	Gen.Michaelis	3,77	vlak	
20	Marc	Peereboom	Lycurgus	3,77	vlak	
21	Ralf	Rijswijk	AV Edam	3,77	vlak	
22	Martin	Nieuwenhof v.d.	H.A.C.	3,75	vlak	
23	Erik	Speller	de Sperwers	3,75	vlak	
24	Bjorn	Gaasbeek	Spark	3,72	vlak	
25	Danny	Hoelbeekx	Atl. Maastricht	3,67	vlak	
26	Stefan	Vervoort	H.A.C.	3,62	vlak	
27	Ronald	Bruijnesteijn	Lycurgus	3,60	vlak	
28	Martijn	Meijer	Spirit	3,53	vlak	
29	Wim	Bakels	AV Edam	3,52	vlak	
30	Bennie	Jansen	Lycurgus	3,52	vlak	
31	Rob	Heuvel v.d.	Atilla	3,51	vlak	
32	Kevin	Jansen	Spark	3,50	vlak	
33	Sven	Hout v.d.	Atilla	3,47	vlak	
34	Ruud	Meekel	AV Edam	3,46	vlak	
35	Jan	Ruesink	AV de Keien	3,46	vlak	
36	Simon	Beentjes	AV Edam	3,45	vlak	
37	Nick	Plokker	AV Edam	3,42	vlak	
38	GertJan	Nuijten	Spado	3,39	vlak	
39	Danny	Driesprong	Sprint	3,36	vlak	
40	Paul	Ruesink	AV de Keien	3,36	vlak	
41		Oort	AV Edam	3,35	vlak	
42		Gromthoud	Atos	3,30	vlak	
43	Danny	Rijvers	D.A.K.	3,25	vlak	

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Verspringen**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>vervolg</b>
44	Erwin	Marechal	Atos	3,23	vlak	
45	Ronald	Nes van	Avantri	3,23	vlak	
46	Bart	Goorman	S.V. Holten	3,20	vlak	
47		Hensen	Atos	3,20	vlak	
48	MartJan	Wolterink	AAA	3,19	vlak	
49	Ger	Jongenelen	Spado	3,17	vlak	
50	Michiel	Hartmann	H.A.C.	3,15	vlak	
51	Ben	Stolk	Spark	3,15	vlak	
52	Bjorn	Schouten	Spark	3,14	vlak	
53	Christian	Schram	AAA	3,12	vlak	
54	ErikJan	Velden van de	Spado	3,11	balk	
55	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	3,10	vlak	
56	Juni	Kip	Atilla	3,10	vlak	
57	Marcel	Jong de	AV Edam	3,09	vlak	
58	Renee	Koot	Lycurgus	3,05	vlak	
59	Bertus	Veenstra	de Sperwers	3,05	vlak	
60	Ron	Waijop	AV Edam	3,01	vlak	
61	Marcel	Baat de	AAA	2,99	vlak	
62	Tim	Szelech	Sprint	2,97	vlak	
63	Chevensly	Brandao	AAA	2,94	vlak	
64	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	2,94	balk	
65		Erwin	Atos	2,92	vlak	
66	Tobias	Camerijk van	Hellas	2,91	vlak	
67	Yuri	Groot de	Avantri	2,91	vlak	
68	David	Joore	Atilla	2,89	vlak	
69	Ralph	Bruins	de Sperwers	2,87	vlak	
70	Ralph	Bruins	AV de Keien	2,86	vlak	
71	Frank	Zanten v.	AV Edam	2,86	vlak	
72	Ronnie	Tiggelman	Sprint	2,81	vlak	
73	Bert	Hubert	Lycurgus	2,80	vlak	
74	Bart	Mulders	Sprint	2,78	vlak	
75	Robert Jan	Peeters	AAA	2,78	vlak	
76	Joep	Hendrikkx	Bekkershof	2,75	vlak	
77	Martijn	Pelzer	AV Venraij	2,74	vlak	
78	Joris	Voogd	Spirit	2,73	vlak	
79	Frans	Kralingen van	Spark	2,71	vlak	
80	Wim	Worp v.d.	S.V. Holten	2,71	vlak	
81	Dennis	Pruijs	Spirit	2,70	vlak	
82	Jeroen	Swaghoven	Venraij	2,70	vlak	
83	Benny	Goedgeluk	Hellas	2,63	vlak	
84	Stefan	Jongeling	Zaanland	2,62	vlak	
85	Jack	Gastel van	Spado	2,61	vlak	
86	Stefan	Grin	Zaanland	2,59	vlak	
87	Tim	Zonneveld	Avantri	2,59	vlak	
88	Sjaak	Boer de	Atos	2,58	vlak	
89	Christiaan	Bras	Zaanland	2,55	vlak	
90	Hendri	Garming	de Sperwers	2,53	vlak	
91	Christian	Biermans	Atl. Maastricht	2,52	vlak	
92	Christiaan	Neuman	H.A.C.	2,51	vlak	
93	Richard	Heijnen	de Sperwers	2,50	vlak	
94	Jeroen	Jaspers	Spark	2,50	vlak	
95	Christiaan	Meerkerk	AAA	2,50	vlak	
96	Rens	Stroo	Hellas	2,50	vlak	
97	Tobias	Grandiek	Zaanland	2,48	vlak	

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Verspringen**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>			<b>vervolg</b>
98	Jurien	Eikelenboom	Atilla	2,47	vlak	
99	Richard	Musters	Spado	2,46	vlak	
100	Willem	Stappen van	Spark	2,44	vlak	
101	Vincent	Buuron	Spado	2,43	vlak	
102	Jlham	Lamine	Atilla	2,43	vlak	
103	Jan Fred	Rogaar	Avantri	2,39	vlak	
104	Damien	Hoog de	Sprint	2,38	vlak	
105	Joost	Velde v.d.	Spado	2,38	vlak	
106	Marco	Heijden v.d.	H.A.C.	2,30	vlak	
107		Albreu	Atos	2,25	vlak	
108	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	2,25	vlak	
109	Thomas	Folmer	H.A.C.	2,23	vlak	
110	Robert	Schoof v.d.	Atl. Maastricht	2,22	vlak	
111	Nickey	Albrieu	Atos	2,20	vlak	
112	Niels	Schuchner	Spark	2,19	vlak	
113	Remi	Schenk	A.A.V. '36	2,17	vlak	
114	Tim	Steur	AV Edam	2,15	vlak	
115	Nigel	Parzyszek	Hellas	2,14	vlak	
116	Huub	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	2,13	vlak	
117	Christian	Musters	Spado	2,10	vlak	
118	Frank	Servaas	Lycurgus	2,10	vlak	
119	Jan	Hermens	AV de Keien	2,08	vlak	
120	Remon	Grin	Zaanland	2,05	vlak	
121	Arie	Groen	Bekkershof	2,05	vlak	
122	Jurjen	Konijn	Lycurgus	2,05	vlak	
123	Yorrick	Vermeulen	Zaanland	2,04	vlak	
124	Mark	Verschoor	Avantri	2,04	vlak	
125	Roel	Smits	AV de Keien	2,03	vlak	
126	Marko	Nes van	Avantri	2,00	vlak	
127	Allesandro	Sanna	de Sperwers	1,95	vlak	
128	Quincy	Buuron	Spado	1,92	vlak	
129	Wesley	Aken van	Hellas	1,91	balk	
130	Martin	Graaff v.d.	Avantri	1,87	vlak	
131	Ruud	Poppelaars	Spado	1,85	balk	
132	Jaap	Boer de	AV Edam	1,80	vlak	
133	Sijmen	Roeleven	Spado	1,80	vlak	
134	Achraf	El Moussacui	Spado	1,75	vlak	
135	Wim	Lekkerkerker	AAV '36	1,75	vlak	
136	Elroy	Groot de	Zaanland	1,65	vlak	
137	Bernard	Rijdt v.d.	Gen.Michaelis	1,64	vlak	
138	Bas		Zaanland	1,63	vlak	
139	Richard	Megens	AV Venraij	1,61	vlak	
140	Martijn	Vermeer	Atilla	1,55	vlak	
141	Mark	Meijer	Lycurgus	1,50	vlak	
142	Jos	Goor v.d.	Bekkershof	1,47	vlak	
143	Allanie	Kip	Atilla	1,47	vlak	
144	Sebastiaan	Jak	Lycurgus	1,46	vlak	
145	Marcel	Reijersen	AV Edam	1,46	vlak	
146	Frank	Kolk v.d.	Atilla	1,34	vlak	
147	Richard	Megens	AV Venraij	1,34	vlak	
148	Leon		Zaanland	1,33	vlak	
149	Aart	Evers	AAA	1,30	vlak	
150	Reinier	Boer ten	Hellas	1,20	vlak	
151	Bart	Gort	AV Edam	1,20	vlak	

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Verspringen</b>	<b>vervolg</b>
152	Ivo	Nieuwendijk v.d.	Zaanland	1,10	vlak	
153	Harrie	Verhoeven	D.A.K.	1,00	vlak	
154	Edwin	Noordermeer	Spado	0,90	vlak	
155	Hans	Dijk v.	Avantri	0,88	vlak	
156	Julien	Jak	Lycurgus	0,87	vlak	
157	Stacey		Zaanland	0,83	vlak	
158	Wouter		Zaanland	0,80	vlak	
159	Mark	Lem v.d.	Zaanland	0,75	vlak	
160	Jeroen	Struijss	Spado	0,61	vlak	
161	Leroy	Laske	de Sperwers	0,60	vlak	

**Best bekende prestatie**

Maarten Groen Hanzesport 1,65 2003

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Hoogspringen**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Plaats</b>	<b>op wereld</b>
1	Maarten	Groen	Hanzesport	1,65		5
2	Jeroen	Sar v.d.	Atos	1,55		14
3	Leandro	Jansen	AAA	1,50		18
4	Rens	Haan de	A.V. Edam	1,45		24
5	Alex	Geway	Hellas	1,40		30
6	Maurice	Klevingra	Spark	1,40		30
7	Kevin	Jansen	Spark	1,35		36
8	Redouan	Elsaghomi	Atos	1,30		
9	Gorden	Heiningen van	Hellas	1,30		
10	Angelo	Job	H.A.C.	1,30		
11	Marvin	Vermeulen	Spark	1,30		
12	Roy	Zand in 't	Scopias	1,30		
13	Jan	Ruesink	AV de Keien	1,25		
14	Erdin	Visser	AAA	1,25		
15	Chevensly	Brandao	AAA	1,20		
16	Marco	Heijden v.d.	H.A.C.	1,20		
17	Ronald	Nes van	Avantri	1,20		
18	Stefan	Vervoort	H.A.C.	1,20		
19	Vincent	Luitgaarden v.	Spark	1,15		
20	Twan	Renier	Gen.Michaelis	1,15		
21	Paul	Ruesink	AV de Keien	1,15		
22	Jasper	Schaik van	Spado	1,15		
23	Erick	Backer	Spado	1,10		
24	Bjorn	Gaasbeek	Spark	1,10		
25	Nick	Plokker	A.V. Edam	1,10		
26	Bjorn	Schouten	Spark	1,10		
27	Tim	Zonneveld	Avantri	1,10		
28	Thomas	Folmer	H.A.C.	1,05		
29	Ramon	Lammerse	Spado	1,05		
30	Huub	Meerendonk v.d	Gen.Michaelis	1,05		
31	Marko	Nes van	Avantri	1,05		
32	Ton	Schouten	AAV '36	1,05		
33	Erik Jan	Velde van de	Spado	1,05		
34	Lars	Boekhorst	D.A.K.	1,00		
35	Tobias	Camerijk	Hellas	1,00		
36	Yuri	Groot de	Avantri	1,00		
37	Michiel	Hartman	H.A.C.	1,00		
38	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	1,00		
39	Martin	Nieuwenhof v.d.	H.A.C.	1,00		

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	
40	Rex	Terry	de Sprint	1,00
41	Remi	Schenk	AAV '36	0,95
42	Paul	Wiel van de	AAV '36	0,95
43	Richard	Musters	Spado	0,90
44	Martin	Graaff v.d.	Avantri	0,85
45	Jan	Hermens	AV de Keien	0,85
46	Frank	Servaas	Lycurgus	0,85
47	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	0,85
48	Richard	Megens	AV Venraij	0,80
49	Ruud	Poppelaars	Spado	0,80
50	Danny	Rijvers	D.A.K.	0,80
51	Rob	Metselaar	AAV '36	0,75
52	Joost	Velde v.d.	Spado	0,75
53	Frank	Zanten v.	A.V. Edam	0,75
54	Wesley	Aken van	Hellas	0,70
55	Vincent	Buuron	Spado	0,70
56	Achraf	El Moussacui	Spado	0,70
57	Christian	Musters	Spado	0,70
58	Quincy	Buuron	Spado	0,65
59	Sijmen	Roeleven	Spado	0,65
60	Stijn	Rooi de	Spado	0,65

**Hoogspringen****vervolg****Best bekende prestatie**

Roy in 't Zandt	Scopias	11,99	2002	2 kg
Mart Jan Wolterink	AAA	4,39	2003	3 kg
Roy in 't Zandt	Scopias	8,50	2003	4 kg
Maarten Groen	Hanzesport	7,49	2003	5 kg
Pieter Jan der Kinderen	Gen.Michaelis	7,84	2003	6 kg
Ger Jongenelen	Spado	9,73	2002	7,25 kg

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Kogelstoten**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Plaats op wereld</b>
1	Ger	Jongenelen	Spado	8,66	7,25 kg 27
2	John	Wilhelm	Spado	7,02	7,25 kg 40
3	Elmar	Steenbergen	A.V. Gouda	6,80	7,25 kg 43
4	Huib	Meerendonk v.d.	Gen,Michaelis	6,76	7,25 kg 44
5	Sudath	Tuytelaars	Spado	6,75	7,25 kg 45
6	Christiaan	Biermans	Atl.Maastricht	6,47	7,25 kg 50
7	Ewoud	Heijbroek	Spado	6,37	7,25 kg
8	Erik	Beekers	Gen,Michaelis	6,26	7,25 kg
9	Bjorn	Gaasbeek	Spark	5,71	7,25 kg
10	Jasper	Schaik van	Spado	5,38	7,25 kg
11	Eric Jan	Velde van de	Spado	5,19	7,25 kg
12	Erdin	Visser	AAA	5,05	7,25 kg
13	Gordon	Heiningen van	Hellas	4,96	7,25 kg
14	Gerard	Dingemans	D.A.K.	4,78	7,25 kg
15	Eric	Backer	Spado	4,70	7,25 kg
16	Bernard	Rijdt v.	Gen,Michaelis	4,06	7,25 kg
17	Jeroen	Struijss	Spado	3,19	7,25 kg
18	Edwin	Noordermeer	Spado	2,84	7,25 kg
1	Pieter Jan	Kinderen der	Gen.Michaelis	7,84	6 kg
2	Maurice	Klevingra	Spark	7,00	6 kg
3	David	Surig	Lycurgus	6,43	6 kg
4	Masel	Miah	Atl.Maastricht	6,30	6 kg
5	Leandro	Jansen	AAA	6,25	6 kg

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Kogelstoten**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>vervolg</b>
6	Maarten	Groen	Hanzesport	6,18	6 kg
7	Gert Jan	Nuijten	Spado	6,15	6 kg
8	Kevin	Jansen	Spark	5,60	6 kg
9	Twan	Renier	Gen.Michaelis	5,36	6 kg
10	Issam	El Achkar	A.V. Gouda	5,18	6 kg
11	Sjoerd	Franssen	Atl.Maastricht	4,14	6 kg
12	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	3,87	6 kg
13	Ramon	Lammerse	Spado	3,66	6 kg
1	Jeffrey	Tomasowa	AAV'36	5.74	5 kg
2	Wim	Lekkerkerker	AAV'36	4.89	5 kg
3	Ton	Schouten	AAV'36	4.89	5 kg
4	Tobias	Camerijk van	Hellas	4.57	5 kg
5	Jack	Gastel van	Spado	4.43	5 kg
6	Paul	Wiel van de	AAV'36	4.05	5 kg
7	Rob	Metselaar	AAV'36	2.95	5 kg
8	Daan	Korzilius	Spado	8,81	5 kg
9	Roy	Zand in 't	Scopias	7,83	5 kg
10	Angelo	Job	H.A.C.	7,63	5 kg
11	Maarten	Groen	Hanzesport	7,49	5 kg
12	Vincent	Liebert	H.A.C.	6,47	5 kg
13	Jan	Schneiders	Gen.Michaelis	6,35	5 kg
14	Martin	Nieuwenhof v.d.	H.A.C.	6,16	5 kg
15	Wesley	Aken van	Hellas	3,79	5 kg
1	Roy	Zand in 't	Scopias	8,50	4 kg
2	Maurice	Klevringa	Spark	7.55	4 kg
3	Kevin	Jansen	Spark	6.48	4 kg
4	Roald	Vermeulen	Spark	5.84	4 kg
5	Christian	Schram	AAA	5.19	4 kg
6	Ben	Stolk	Spark	4.24	4 kg
7	Aart	Evers	AAA	3.89	4 kg
8	Christiaan	Meerkerk	AAA	3.47	4 kg
9	Edwin	Noordermeer	Spado	3.06	4 kg
10	Remi	Schenk	AAV'36	2.29	4 kg
11	Alex	Geway	Hellas	7,60	4 kg
12	Stefan	Vervoort	H.A.C.	7,60	4 kg
13	Michiel	Hartmann	H.A.C.	6,14	4 kg
14	Bertus	Veenstra	de Sperwers	5,99	4 kg
15	Jan	Ruesink	de Keien	5,92	4 kg
16	Marco	Heijden v.d.	H.A.C.	5,22	4 kg
17	Sjoerd	Fransen	Atl.Maastricht	4,36	4 kg
18	Harrie	Verhoeven	D.A.K.	3,66	4 kg
19	Nigel	Parzyszek	Hellas	3,26	4 kg
20	Jeroen	Jaspers	Spark	2,51	4 kg
1	Thomas	Folmer	H.A.C.	4,86	3 kg
2	Mart Jan	Wolterink	AAA	4.39	3 kg
1	Joep	Hendrixx	Bekkershof	9,52	2 kg
2	Jos	Goor v.d.	Bekkershof	7,61	2 kg
3	Jeroen	Swaghoven	Venraij	7,54	2 kg
4	Jan	Ruesink	de Keien	7,21	2 kg
5	Martijn	Pelzer	AV Venraij	6,97	2 kg
6	Paul	Ruesink	de Keien	5,82	2 kg
7	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	5,63	2 kg
8	Bjorn	Schouten	Spark	5,17	2 kg
9	Arie	Groen	Bekkershof	5,10	2 kg

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003****Kogelstoten  
vervolg**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		
10	Benny	Goedgeluk	Hellas	3,74	2 kg
11	Richard	Megens	AV Venraij	3,59	2 kg
12	Danny	Rijvers	D.A.K.	3,21	2 kg
13	Reinier	Boer ten	Hellas	2,34	2 kg
1	Rens	Haan de	AV Edam	8,61	?
2	Simon	Beentjes	AV Edam	8,07	?
4	Danny	Driesprong	Sprint	7,94	?
5	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	7,76	?
6	David	Surig	Lycurgus	7,47	?
7	Wim	Worp v.d.	S.V. Holten	7,43	?
8	Rob	Heuvel v.d.	Atilla	7,40	?
9	Tim	Zonneveld	Avantri	7,24	?
10	Ralf	Rijswijk	AV Edam	7,18	?
11	Wim	Bakels	AV Edam	7,12	?
12	Sven	Hout v.d.	Atilla	7,03	?
13	Bart	Goorman	S.V. Holten	6,89	?
14	Erwin	Marechal	Atos	6,83	?
15	Sebastiaan	Nuy	AV Edam	6,83	?
16	Gerard	Dingemans	D.A.K.	6,79	?
17	Richard	Holten v.	H.A.C.	6,69	?
18	Dick	Tol	AV Edam	6,65	?
19	Marco	Reijersen	AV Edam	6,63	?
20	David	Joore	Atilla	6,61	?
21	Juni	Kip	Atilla	6,44	?
22	Martin	Graaff de	Avantri	6,36	?
23	Marvin	Vermeule	Spark	6,23	?
24	Roald	Vermeulen	Spark	6,22	?
25	Bennie	Jansen	Lycurgus	6,21	?
26	Ronald	Bruijnensteijn	Lycurgus	6,08	?
27	Ruud	Meekel	AV Edam	6,07	?
28	Nick	Plokker	AV Edam	6,06	?
29	Ilje	Hensen	Atos	6,05	?
30	Jan	Ruesink	de Keien	6,03	?
31	Robert	Schoof v.d.	Atl.Maastricht	5,91	?
32	Ron	Waijop	AV Edam	5,90	?
33	Rex	Terry	Sprint	5,86	?
34	Redouan	Elsaghloumi	Atos	5,69	?
35	Marc	Peerenboom	Lycurgus	5,67	?
36	Sjaak	Boer de	Atos	5,60	?
37	Frank	Kolk v.d	Atilla	5,57	?
38	Jaap	Boer de	AV Edam	5,51	?
39	Ronnie	Tiggelman	Sprint	5,49	?
40	Regilio	Benjamin	Atos	5,46	?
41	Martijn	Vermeer	Atilla	5,42	?
42	Stefan	Jongeling	AV Zaanland	5,37	?
43	Tobias	Camerijk v.	Hellas	5,14	?
44	Bart	Mulders	Sprint	5,11	?
45	Marcel	Jong de	AV Edam	4,99	?
46	Wesley	Aken v.	Hellas	4,98	?
47	Ivo	Nieuwendijk v.d.	AV Zaanland	4,97	?
48	Yuri	Groot de	Avantri	4,96	?
49	Bert	Hubert	Lycurgus	4,91	?
50	Christiaan	Bras	AV Zaanland	4,83	?
51	Yorrick	Vermeulen	AV Zaanland	4,83	?

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Kogelstoten vervolg</b>
52	Stefan	Grin	AV Zaanland	4,80	?
53	Renee	Koot	Lycurgus	4,77	?
54	Mark	Meijer	Lycurgus	4,77	?
55	Yoran	Oort v.	AV Edam	4,73	?
56	Ruud	Poppelaars	Spado	4,72	?
57	Ronald	Nes v.	Avantri	4,71	?
58	Frank	Zanten v.	AV Edam	4,71	?
59	Niels	Schuchner	Spark	4,69	?
60	Rick	Vroemen	Atl.Maastricht	4,66	?
61	Jurien	Eikelenboom	Atilla	4,62	?
62	Jlham	Lamine	Atilla	4,57	?
63	Richard	Megens	AV Venraij	4,30	?
64	Ton	Schouten	A.A.V. '36	4,29	?
65	Mark	Verschoor	Avantri	4,29	?
66	Michel	Nadort	Spirit	4,14	?
67	Damien	Hoog de	Sprint	4,12	?
68	Jurjen	Konijn	Lycurgus	4,12	?
69	Sebastiaan	Jak	Lycurgus	4,02	?
70	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	3,82	?
71	Frank	Servaes	Lycurgus	3,54	?
72	Harrie	Verhoeven	D.A.K.	3,54	?
73	Danny	Rijvers	D.A.K.	3,41	?
74	Roel	Smits	de Keien	3,40	?
75	Remon	Grin	AV Zaanland	3,36	?
76	Daan	Korzilius	Spado	3,31	?
77	Hans	Dijk v.	Avantri	3,04	?
78	Jeroen	Jaspers	Spark	2,94	?
79	Julien	Jak	Lycurgus	2,90	?
80	Elroy	Groot de	AV Zaanland	2,80	?
81	Frank	Kralingen v.	Spark	2,57	?
82	Allanie	Kip	Atilla	2,48	?
83	Bas		AV Zaanland	2,46	?
84	Tobias	Grandiek	AV Zaanland	2,42	?
85	Jan	Hermens	de Keien	2,19	?
86	Mark	Lem v.d.	AV Zaanland	1,87	?
87	Stacey		AV Zaanland	1,74	?
88	Leon		AV Zaanland	1,68	?
89	Wouter		AV Zaanland	1,34	?

**Best bekende prestatie**

David Surig AV Lycurgus 48,70 2003

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Balwerpen</b>
1	David	Surig	Lycurgus	48,70	
2	Hans	Bloemberg	de Sperwers	44,94	
3	Dick	Tol	AV Edam	42,70	
4	Rens	Haan de	AV Edam	37,52	
5	Bennie	Jansen	Lycurgus	33,80	
6	Marcel	Baat de	AAA	31,46	
7	Reduan	Elsaghloumi	Atos	31,32	
8	Erwin	Marechal	Atos	31,32	
9	Steve	Dekker	H.A.C.	30,71	
10	Ronald	Bruijnensteijn	Lycurgus	30,46	
11	Tim	Zonneveld	Avantri	28,47	
12	Marc	Peereboom	Lycurgus	26,65	

<b>Beste Seizoenprestatie Heren 2003</b>				<b>Balwerpen</b>
	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>vervolg</b>
13	Hendri	Garming	de Sperwers	25,93
14	Simon	Beentjes	AV Edam	25,07
15	Bjorn	Schouten	Spark	24,96
16	Rens	Stroo	Hellas	24,58
17	Jan Fred	Rogaar	Avantri	24,28
18	Ralph	Bruins	de Sperwers	22,79
19	Jurjen	Konijn	Lycurgus	22,38
20	Nick	Plokker	AV Edam	21,17
21	Sjoerd	Franssen	Atl.Maastricht	20,99
22	Vincent	Luitgaarden v.d.	Spark	20,99
23	Yorrick	Vermeulen	Zaanland	20,78
24	Marcel	Jong de	AV Edam	20,77
25	Ruud	Meekel	AV Edam	20,53
26	Bertus	Veenstra	de Sperwers	20,33
27	Regilio	Benjamin	Atos	20,23
28	Yoran	Oort v.	AV Edam	19,23
29	Ron	Waijop	AV Edam	18,75
30	Sebastian	Nuy	AV Edam	18,69
31	Renee	Koot	Lycurgus	18,55
32	Mart Jan	Wolterink	AAA	18,35
33	Jaap	Boer de	AV Edam	17,91
34	Christiaan	Bras	Zaanland	17,57
35	Allesandro	Sanna	de Sperwers	17,21
36	Sebastian	Jak	Lycurgus	17,16
37	Bert	Hubert	Lycurgus	16,84
38	Richard	Musters	Spado	16,41
39	Wim	Bakels	AV Edam	16,22
40	Ivo	Nieuwendijk v.d.	Zaanland	15,88
41	Benny	Goedgeluk	Hellas	15,84
42	Nigel	Parzyszek	Hellas	15,56
43	Christian	Musters	Spado	15,01
44	Stefan	Grin	Zaanland	14,12
45	Marc	Meijer	Lycurgus	13,83
46	Remon	Grin	Zaanland	13,60
47	Stefan	Jongeling	Zaanland	13,50
48	Tim	Steur	AV Edam	13,26
49	Marco	Reijerse	AV Edam	12,66
50	Frank	Zanten v.	AV Edam	12,66
51	Tobias	Grandiek	Zaanland	12,38
52	Richard	Holten v.	H.A.C.'63	11,80
53	Achraf	El Moussacui	Spado	11,44
54	Damien	Hoog d.	Sprint	11,20
55	Joost	Velden v.d.	Spado	10,86
56	Leroy	Laske	de Sperwers	10,43
57	Tjerk	Vries d.	H.A.C.'63	9,96
58	Hans	Dijk v.	Avantri	9,71
59	Sijmen	Roeleven	Spado	9,47
60	Erik	Speller	de Sperwers	9,38
61	Julien	Jak	Lycurgus	9,22
62	Elroy	Groot de	Zaanland	8,25
63	Thijs	Bond de	Avantri	8,01
64	Frank	Servaes	Lycurgus	7,92
65	Bas		Zaanland	7,80
66	Vincent	Buuron	Spado	7,66

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>Balwerpen vervolg</b>
67	Hans	Neef de	S.V. Holten	7,50
68	Tim	Szelech	Sprint	7,48
69	Mark	Lem v.d.	Zaanland	6,94
70	Quincy	Buuron	Spado	6,71
71	Frank	Paskamp	S.V. Holten	6,42
72	Richard	Heijnen	de Sperwers	6,18
73	Stijn	Rooij de	Spado	5,85
74	Bart	Gort	AV Edam	5,58
75	Stacey		Zaanland	5,39
76	Wouter		Zaanland	4,41
77	Leon		Zaanland	4,30

**Best bekende prestatie**

Alex Geway	Hellas	22,91	2003	700 gr
Ger Jongenel	Spado	29,36	2003	800 gr

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>speer</b>	
1	Ger	Jongenelen	Spado	29,36	800 gr
2	John	Wilhelm	Spado	23,98	800 gr
3	Maurice	Klevingra	Spark	20,62	800 gr
4	Eric	Beekers	Gen.Michaelis	19,55	800 gr
5	Sudath	Tuytelaars	Spado	17,24	800 gr
6	Eric Jan	Velde v.d.	Spado	15,32	800 gr
7	Jasper	Schaik v.	Spado	15,23	800 gr
8	Huub	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	14,30	800 gr
9	Erik	Backer	Spado	13,74	800 gr
10	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	13,45	800 gr
11	Marc	Tonen	Gen.Michaelis	12,65	800 gr
12	Jack	Gastel v.	Spado	10,84	800 gr
13	Ewout	Heybroek	Spado	10,69	800 gr
14	Gert Jan	Nuyten	Spado	9,66	800 gr
15	Bernard	Rijdt v.d.	Gen.Michaelis	8,31	800 gr
16	Ruud	Poppelaars	Spado	7,90	800 gr
17	Bjorn	Gaasbeek	Spark	7,86	800 gr
18	Sjoerd	Heuvel v.d.	Gen.Michaelis	6,28	800 gr
19	Edwin	Noordermeer	Spado	6,12	800 gr
20	Jeroen	Struijss	Spado	5,42	800 gr
21	Frans	Kralingen v.	Spark	5,05	800 gr
1	Alex	Geway	Hellas	22,91	700 gr
2	Pieter Jan	Kinderen der	Gen.Michaelis	19,22	700 gr
3	Leandro	Jansen	AAA	18,78	700 gr
4	Kok Pan	Cheng	Gen.Michaelis	16,65	700 gr
5	Twan	Reniers	Gen.Michaelis	16,62	700 gr
6	Maarten	Groen	Hanzesport	16,24	700 gr
7	Tim	Zonneveld	Avantri	15,99	700 gr
8	Jan Fred	Rogaar	Avantri	15,43	700 gr
9	Kevin	Jansen	Spark	14,79	700 gr
10	Joep	Hendrixx	Bekkershof	13,59	700 gr
11	Jan Fred	Schneiders	Gen.Michaelis	12,87	700 gr
12	Tobias	Camerijk v.	Hellas	11,45	700 gr
13	Martijn	Pelzer	AV Venraij	11,08	700 gr
14	Chevensly	Brandao	AAA	9,83	700 gr
15	Jeroen	Swaghoven	Venraij	9,56	700 gr
16	Marko	Nes van	Avantri	9,16	700 gr
17	Martin	Graaff v.d.	Avantri	8,74	700 gr

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>	<b>speer vervolg</b>	
18	Jos	Goor v.d.	Bekkershof	8,70	700 gr
19	Jeroen	Jaspers	Spark	8,17	700 gr
20	Daan	Korzilius	Spark	7,79	700 gr
21	Wesley	Aken van	Hellas	7,43	700 gr
22	Rob	Heuvel v.d.	Achilles	7,40	700 gr
23	Sven	Hout v.d.	Achilles	7,03	700 gr
24	Bernard	Rijdt v.d.	Gen.Michaelis	6,69	700 gr
25	David	Joore	Achilles	6,61	700 gr
26	Juni	Kip	Achilles	6,44	700 gr
27	Frans	Kralingen v.	Spark	6,12	700 gr
28	Arie	Groen	Bekkershof	6,09	700 gr
29	Richard	Megens	AV Venraij	5,82	700 gr
30	Frank	Kolk v.d	Achilles	5,57	700 gr
31	Martijn	Vermeer	Achilles	5,42	700 gr
32	Jurien	Eikelenboom	Achilles	4,62	700 gr
33	Jlham	Lamine	Achilles	4,57	700 gr
34	Allanie	Kip	Achilles	2,48	700 gr

**Best bekende prestatie**

Ger Jongenelen Spado 22,09 2003

**Beste Seizoenprestatie Heren 2003**

	<b>Naam</b>	<b>Achternaam</b>	<b>Vereniging</b>		<b>Discus</b>
`1	Ger	Jongenelen	Spado	22,09	22
2	John	Wilhelm	Spado	18,03	29
3	Erik	Beekers	Gen.Michaelis	17,24	36
4	Sudath	Tuytelaars	Spado	17,02	37
5	Erik	Backer	Spado	13,11	
6	Jasper	Schaik v.	Spado	12,19	
7	Huib	Meerendonk v.d.	Gen.Michaelis	10,54	
8	Gert Jan	Nuijten	Spado	8,64	
`2	Ewout	Heijbroek	Spado	8,18	
9	Jack	Gastel v.	Spado	7,56	
10	Erik Jan	Velde v.d.	Spado	7,25	
11	Ruud	Poppelaars	Spado	6,39	
12	Edwin	Noordermeer	Spado	6,08	
13	Jeroen	Struijss	Spado	5,50	

1 Pieter Jan Kinderen der Gen. Michaelis 19,40 1,75 kg

1 Jan Schneiders Gen. Michaelis 14,99 1,5 kg

2 Daan Korzilius Spado 7,16 1,5 kg