

## WEGRECORDS MANNEN

### Opmerkingen:

- Oranje gemarkeerde prestaties zijn een verbetering van het huidige Nederlandse record en worden beoordeeld.
- Schuin gedrukte records zijn behaald in het lopende kalenderjaar

#### 1 mijl (1609 meter)

|            |             |                  |                    |                  |          |
|------------|-------------|------------------|--------------------|------------------|----------|
| <b>SEN</b> | 3:58.8h min | Jesse Fokkenrood | Scorpio Oosterhout | Düsseldorf (GER) | 1-9-2024 |
| <b>U23</b> | 3:58.8h min | Jesse Fokkenrood | Scorpio Oosterhout | Düsseldorf (GER) | 1-9-2024 |

#### 5 km

|            |           |                 |                         |              |           |
|------------|-----------|-----------------|-------------------------|--------------|-----------|
| <b>SEN</b> | 13:26 min | Niels Laros     | Scorpio Oosterhout      | Monaco (MON) | 11-2-2024 |
| <b>SEN</b> | 13:26 min | Mike Foppen     | Cifla Nijmegen          | Nijmegen     | 5-4-2025  |
| <b>U23</b> | 14:04 min | Nathan Houwaard | AV Triathlon Amersfoort | Lille (FRA)  | 16-3-2025 |

#### 10 km

|            |             |                      |                         |                  |           |
|------------|-------------|----------------------|-------------------------|------------------|-----------|
| <b>SEN</b> | 27:45 min   | Filmon Tesfu         | SV Sportlust Den Helder | Valencia (ESP)   | 12-1-2025 |
| <b>U23</b> | 28:13 min   | Juan Zijderlaan      | Scorpio Oosterhout      | Schoorl          | 9-2-2025  |
| <b>M35</b> | 28:35 min   | Khalid Choukoud      | Haag Atletiek           | Manchester (GBR) | 22-5-2022 |
| <b>M40</b> | 29:44 min   | Aart Stigter         | Loopgroep AS            | Oldenzaal        | 22-8-1999 |
| <b>M45</b> | 31:01 min   | Abraham Zewdie       | Loopgroep AS            | Rijsbergen       | 19-6-2010 |
| <b>M50</b> | 31:49 min   | John van der Wansem  | LADB Hilvarenbeek       | Rijsbergen       | 16-6-2001 |
| <b>M55</b> | 32:27 min   | Peter van der Velden | Eindhoven Atletiek      | Valencia (ESP)   | 12-1-2025 |
| <b>M60</b> | 34:53 min   | John van der Wansem  | LADB Hilvarenbeek       | Vught            | 3-10-2010 |
| <b>M65</b> | 36:13 min   | Alex Stienstra       | LAAC Twente             | Göteborg (SWE)   | 18-8-2024 |
| <b>M70</b> | 38:45 min   | Cees Stolwijk        | Altis Amersfoort        | Schoorl          | 12-2-2023 |
| <b>M75</b> | 39:58 min   | Cees Stolwijk        | Altis Amersfoort        | Utrecht          | 28-5-2025 |
| <b>M80</b> | 50:57 min   | Joop Rüter           | PAC Rotterdam           | Rijsbergen       | 20-6-2015 |
| <b>M85</b> | 1:03:54 uur | Joop Rüter           | PAC Rotterdam           | Utrecht          | 5-6-2019  |
| <b>M90</b> | *           | vacant               |                         |                  |           |

#### ½ marathon

|            |             |                      |                       |            |            |
|------------|-------------|----------------------|-----------------------|------------|------------|
| <b>SEN</b> | 1:00:21 uur | Abdi Nageeye         | Cifla Nijmegen        | Den Haag   | 10-3-2024  |
| <b>U23</b> | 1:29:34 uur | Martijn Hendriks     | NTB                   | Breda      | 6-10-2024  |
| <b>M35</b> | 1:00:21 uur | Abdi Nageeye         | Cifla Nijmegen        | Den Haag   | 10-3-2024  |
| <b>M40</b> | 1:04:46 uur | Aart Stigter         | Running De Meern      | Linschoten | 20-12-1997 |
| <b>M45</b> | 1:06:51 uur | Aart Stigter         | Loopgroep AS Alkemade | Best       | 26-1-2003  |
| <b>M50</b> | 1:07:10 uur | Piet van Alphen      | AAC Amsterdam         | Den Haag   | 19-3-1983  |
| <b>M55</b> | 1:12:30 uur | Peter van der Velden | Eindhoven Atletiek    | Eindhoven  | 13-10-2024 |
| <b>M60</b> | 1:16:20 uur | Willem Ravensbergen  | De Bataven Leiden     | Den Haag   | 28-3-1992  |
| <b>M65</b> | 1:16:25 uur | Wil van der Lee      | DAK Drunen            | Rosmalen   | 6-4-1997   |
| <b>M70</b> | 1:23:53 uur | Jo Schoonbroodt      | Maasrunners           | Maastricht | 14-11-2021 |
| <b>M75</b> | 1:27:14 uur | Cees Stolwijk        | Altis Amersfoort      | Den Haag   | 9-3-2025   |
| <b>M80</b> | 1:57:11 uur | Willem Landman       | Spirit Lelystad       | Amsterdam  | 15-10-2017 |
| <b>M85</b> | *           | vacant               |                       |            |            |
| <b>M90</b> | *           | vacant               |                       |            |            |

#### Marathon

|            |             |                 |                       |               |            |
|------------|-------------|-----------------|-----------------------|---------------|------------|
| <b>SEN</b> | 2:04:20 uur | Abdi Nageeye    | Cifla Nijmegen        | Londen (GBR)  | 27-4-2025  |
| <b>U23</b> | 2:25.03 uur | Mees de Ridder  | AV '40 Delft          | Malaga (ESP)  | 15-12-2024 |
| <b>M35</b> | 2:04:20 uur | Abdi Nageeye    | Cifla Nijmegen        | Londen (GBR)  | 27-4-2025  |
| <b>M40</b> | 2:16:31 uur | Aart Stigter    | Loopgroep AS Alkemade | Rotterdam     | 20-4-1997  |
| <b>M45</b> | 2:22:57 uur | Aart Stigter    | Loopgroep AS Alkemade | Almere        | 4-5-2003   |
| <b>M50</b> | 2:22:14 uur | Piet van Alphen | AAC Amsterdam         | Rotterdam     | 9-4-1983   |
| <b>M55</b> | 2:27:54 uur | Piet van Alphen | AAC Amsterdam         | Chicago (USA) | 20-10-1985 |
| <b>M60</b> | 2:38:32 uur | Wil van der Lee | DAK Drunen            | Amsterdam     | 15-9-1991  |
| <b>M65</b> | 2:44:25 uur | Wil van der Lee | DAK Drunen            | Rotterdam     | 23-4-1995  |
| <b>M70</b> | 2:54:19 uur | Jo Schoonbroodt | AV Maasrunners        | Visé (BEL)    | 8-5-2022   |
| <b>M75</b> | 3:07:07 uur | Cees Stolwijk   | Altis Amersfoort      | Rotterdam     | 13-4-2025  |

|            |             |                |                 |           |            |
|------------|-------------|----------------|-----------------|-----------|------------|
| <b>M80</b> | 4:04:27 uur | Willem Landman | Spirit Lelystad | Amsterdam | 15-10-2017 |
| <b>M85</b> | *           | vacant         |                 |           |            |
| <b>M90</b> | *           | vacant         |                 |           |            |

|              |             |                  |     |            |           |
|--------------|-------------|------------------|-----|------------|-----------|
| <b>50 km</b> |             |                  |     |            |           |
| <b>SEN</b>   | 4:44:49 uur | Martijn Hendriks | NTB | Winschoten | 14-9-2024 |
| <b>U23</b>   | 4:44:49 uur | Martijn Hendriks | NTB | Winschoten | 14-9-2024 |

|               |             |              |                     |               |           |
|---------------|-------------|--------------|---------------------|---------------|-----------|
| <b>100 km</b> |             |              |                     |               |           |
| <b>SEN</b>    | 6:18:47 uur | Piet Wiersma | Jahn II Stadskanaal | Berlijn (GER) | 27-8-2022 |
| <b>U23</b>    | *           | vacant       |                     |               |           |

|                           |             |                      |                         |                 |            |
|---------------------------|-------------|----------------------|-------------------------|-----------------|------------|
| <b>10 km snelwandelen</b> |             |                      |                         |                 |            |
| <b>JUN</b>                | 46:53 min   | Frank van Ravensberg | AV Haarlem              | Cadenazzo (SUI) | 10-6-1979  |
| <b>M35</b>                | 44:27 min   | Henk Plasman         | OLAT Sint-Oedenrode     | Rotterdam       | 2-2-1997   |
| <b>M40</b>                | 43:50 min   | Rick Liesting        | OLAT Sint-Oedenrode     | Rotterdam       | 3-12-2017  |
| <b>M45</b>                | 45:10 min   | Harold van Beek      | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 4-1-2009   |
| <b>M50</b>                | 46:30 min   | Jan Cornelis         | AV Holten Nijverdal     | Rotterdam       | 4-3-2007   |
| <b>M55</b>                | 51:37 min   | Tjabel Ras           | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 17-11-1991 |
| <b>M55</b>                | 51:37 min   | Remco de Bruin       | RWV Rotterdam           | Tilburg         | 1-10-2023  |
| <b>M60</b>                | 53:29 min   | Remco de Bruin       | RWV Rotterdam           | Göteborg (SWE)  | 25-8-2024  |
| <b>M65</b>                | 58:25 min   | Henk Plasman         | Generaal Michaelis Best | Tilburg         | 2-10-2022  |
| <b>M70</b>                | 1:02:12 uur | Tjabel Ras           | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 4-2-2007   |
| <b>M75</b>                | 1:08:26 uur | Bauke te Nijenhuis   | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 7-11-2010  |
| <b>M80</b>                | 1:11:16 uur | Bauke te Nijenhuis   | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 3-1-2016   |
| <b>M85</b>                | 1:21:45 uur | Koos van Rijn        | RWV Rotterdam           | Rotterdam       | 1-12-2013  |
| <b>M90</b>                | *           | vacant               |                         |                 |            |

|                           |             |                      |                    |                   |           |
|---------------------------|-------------|----------------------|--------------------|-------------------|-----------|
| <b>20 km snelwandelen</b> |             |                      |                    |                   |           |
| <b>SEN</b>                | 1:24:52 uur | Harold van Beek      | RWV Rotterdam      | Vigneulles (FRA)  | 1-5-1992  |
| <b>U23</b>                | 1:35:08 uur | Frank van Ravensberg | AV Haarlem         | Malungsfors (SWE) | 25-6-1982 |
| <b>M35</b>                | 1:29:50 uur | Harold van Beek      | RWV Rotterdam      | Naumburg (GER)    | 25-5-1997 |
| <b>M40</b>                | 1:29:18 uur | Rick Liesting        | Daventria Deventer | Tilburg           | 23-6-2018 |
| <b>M45</b>                | 1:35:02 uur | Harold van Beek      | RWV Rotterdam      | Lugano (SUI)      | 8-3-2009  |
| <b>M50</b>                | 1:40:38 uur | Remco de Bruin       | De LAT Amsterdam   | Naumburg (GER)    | 13-4-2019 |
| <b>M55</b>                | 1:43:46 uur | Remco de Bruin       | De LAT Amsterdam   | Amsterdam         | 26-1-2020 |
| <b>M60</b>                | 1:49:08 uur | Remco de Bruin       | RWV Rotterdam      | Göteborg (SWE)    | 25-8-2024 |
| <b>M65</b>                | 1:59:19 uur | Nico Schroten        | RWV Rotterdam      | Sint-Oedenrode    | 12-3-2000 |
| <b>M70</b>                | 2:12:33 uur | Jaap Visser          | RWV Rotterdam      | Olland            | 9-3-2008  |
| <b>M75</b>                | 2:19:49 uur | Nico Schroten        | RWV Rotterdam      | Tilburg           | 4-10-2009 |
| <b>M80</b>                | 2:28:51 uur | Bauke te Nijenhuis   | RWV Rotterdam      | Tilburg           | 27-8-2017 |
| <b>M85</b>                | 2:57:40 uur | Koos van Rijn        | RWV Rotterdam      | Schiedam          | 7-6-2014  |
| <b>M90</b>                | *           | vacant               |                    |                   |           |

|                           |             |                       |            |         |           |
|---------------------------|-------------|-----------------------|------------|---------|-----------|
| <b>35 km snelwandelen</b> |             |                       |            |         |           |
| <b>SEN</b>                | 3:14:52 uur | Edwin van Wijngaarden | DAK Drunen | Tilburg | 6-10-2024 |
| <b>U23</b>                | *           | vacant                |            |         |           |

|                           |             |                 |                         |                  |            |
|---------------------------|-------------|-----------------|-------------------------|------------------|------------|
| <b>50 km snelwandelen</b> |             |                 |                         |                  |            |
| <b>SEN</b>                | 3:58:21 uur | Harold van Beek | RWV Rotterdam           | Békéscsaba (HUN) | 5-4-1992   |
| <b>U23</b>                | 4:55:39 uur | Jan Cortenbach  | OLAT Sint-Oedenrode     | Sint Oedenrode   | 15-6-1980  |
| <b>M35</b>                | 4:11:37 uur | Henk Plasman    | OLAT Sint-Oedenrode     | Podebrady (CZE)  | 19-4-1997  |
| <b>M40</b>                | 4:18:11 uur | Henk Plasman    | Generaal Michaëlis Best | Dudince (SVK)    | 25-4-1998  |
| <b>M45</b>                | 4:43:35 uur | Paul Jansen     | DAK Drunen              | Tilburg          | 4-10-2020  |
| <b>M50</b>                | 4:58:== uur | Anton Toscani   | AAC Amsterdam           | Amsterdam        | 28-10-1951 |
| <b>M55</b>                | 4:58:19 uur | Remco de Bruin  | De LAT Amsterdam        | Tilburg          | 4-10-2020  |
| <b>M60</b>                | 5:04:20 uur | Nico Schroten   | RWV Rotterdam           | Barendrecht      | 6-10-1996  |
| <b>M65</b>                | 5:34:53 uur | Rob Frielink    | RWV Rotterdam           | Tilburg          | 27-3-2011  |

|            |             |                    |               |          |           |
|------------|-------------|--------------------|---------------|----------|-----------|
| <b>M70</b> | 5:52:30 uur | Jaap Visser        | RWV Rotterdam | Olland   | 9-3-2008  |
| <b>M75</b> | 6:16:44 uur | Bauke te Nijenhuis | RWV Rotterdam | Tilburg  | 27-3-2011 |
| <b>M80</b> | 6:41:31 uur | Bauke te Nijenhuis | RWV Rotterdam | Schiedam | 14-5-2016 |
| <b>M85</b> | 8:12:30 uur | Koos van Rijn      | RWV Rotterdam | Schiedam | 7-6-2014  |
| <b>M90</b> | *           | vacant             |               |          |           |

# **Ekiden** {5-10-5-10-5-7,195 km}

|            |             |                                                                                                         |                  |       |           |
|------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------|-----------|
| <b>SEN</b> | *           | nationaal team                                                                                          | Nederland        |       |           |
|            |             | vacant zonder limiet                                                                                    |                  |       |           |
| <b>SEN</b> | 2:06:30 uur | club team                                                                                               | Schuurmans Vught | Vught | 20-3-1994 |
|            |             | Simon Vroemen * Armand van der Smissen * Jan van Rijthoven * Tonnie Dirks * Henk Gommer * Greg van Hest |                  |       |           |
| <b>U23</b> | *           | vacant zonder limiet                                                                                    |                  |       |           |

