



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



JUNIORES HEREN

100M					
Claes Frederik		10.69	Mannheim (Duitsl)	3/07/2010	
Claes Frederik	W+2,8	10.76	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	BRONS
Claes Frederik		10.80	Mannheim (Duitsl)	3/07/2010	Finale
Claes Frederik		10.83	Nijvel B.K.	12/09/2010	GOUD
Claes Frederik		10.86	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen
Claes Frederik		10.87	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	Reeksen
Claes Frederik		10.91	Heusden	10/07/2010	Nacht
Claes Frederik		10.93	Oordegem	2/05/2010	
Claes Frederik		10.94	Luik	13/07/2010	International
Claes Frederik		10.98	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Claes Frederik		10.99	Nijvel B.K.	12/09/2010	Reeksen
Claes Frederik		11.02	Lokeren	30/05/2010	
Claes Frederik		11.06	Lanaken	11/06/2010	
Claes Frederik		11.07	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD
Claes Frederik		11.11	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Michiels Vincent		11.43	Hasselt	4/07/2010	
Heggen Erik		11.48	Lanaken	11/06/2010	
Michiels Vincent		11.63	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Michiels Vincent		11.67	Oordegem	2/05/2010	
Michiels Vincent		11.82	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Michiels Vincent		11.85	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	
Michiels Vincent		12.23	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	
Tollenaers Mathieu		14.97	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	

200M					
Claes Frederik		21.72	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	4de plaats
Claes Frederik	W+2,4	21.80	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen
Claes Frederik		21.87	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	Reeksen
Claes Frederik		22.03	Mannheim (Duitsl)	4/07/2010	
Claes Frederik		22.06	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Claes Frederik		22.08	Nijvel B.K.	12/09/2010	ZILVER
Claes Frederik		22.29	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Claes Frederik		22.34	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD
Heggen Erik		22.85	Lanaken	8/08/2010	
Heggen Erik		22.85	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Claes Frederik		22.85	Nijvel B.K.	12/09/2010	Reeksen
Heggen Erik		22.91	Tongeren L.K.	24/04/2010	ZILVER
Heggen Erik		22.96	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Michiels Vincent		23.26	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Michiels Vincent		23.85	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Vanderhoven Koen		25.26	Lanaken	8/08/2010	
Vanderhoven Koen		25.48	Tongeren L.K.	24/04/2010	6de plaats
Dexters Sander		25.88	Tongeren L.K.	24/04/2010	7de plaats
Dexters Sander		26.53	Lanaken	8/08/2010	

300M					
Heggen Erik		35.87	Oordegem	2/05/2010	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



JUNIORES HEREN

Vanderhoven Koen	39.63	Heusden	21/07/2010	
Dexters Sander	40.96	Heusden	21/07/2010	

400M

Michiels Vincent	49.76	Tongeren L.K.	25/04/2010	GOUD
Michiels Vincent	49.79	Nijvel B.K.	12/09/2010	4de plaats
Heggen Erik	49.87	Lanaken	11/06/2010	
Michiels Vincent	50.48	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	13de plaats
Michiels Vincent	50.65	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen
Michiels Vincent	51.31	Brussel B.K. A.C.	17/07/2010	28ste plaats
Dexters Sander	58.13	Lanaken	11/06/2010	
Chrif Khalil	61.70	Lanaken	11/06/2010	

800M

Michiels Vincent	1.57.23	Lanaken	8/08/2010	
Hauben Cedric	1.58.52	Heusden	21/07/2010	
Hauben Cedric	1.59.52	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Hauben Cedric	2.01.87	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD

1500M

Hauben Cedric	4.02.77	Tongeren L.K.	25/04/2010	GOUD
Hauben Cedric	4.05.89	Lier	23/05/2010	B.v.Vlaanderen
Hauben Cedric	4.25.54	Genk	29/05/2010	

1 MIJL

Hauben Cedric	4.30.01	Alken	31/07/2010	Nacht
---------------	---------	-------	------------	-------

5000M

Hauben Cedric	15.28.24	Nijvel B.K.	12/09/2010	6de plaats
---------------	----------	-------------	------------	------------

10000M

Hauben Cedric	33.25.24	Lanaken L.K.	28/08/2010	GOUD
---------------	----------	--------------	------------	------

110M HORDEN

1,000 M / 10H

Heggen Erik	14.57	Nijvel B.K.	12/09/2010	BRONS
Heggen Erik	14.62	Mannheim (Duitsl)	3/07/2010	
Heggen Erik	14.63	Nijvel B.K.	12/09/2010	reeksen
Heggen Erik	14.70	Tongeren L.K.	25/04/2010	GOUD
Heggen Erik	14.73	Mol	21/08/2010	Vriendschap
Heggen Erik	14.83	Oordegem	2/05/2010	

110M HORDEN

1,067 M / 10H

Heggen Erik	W+3,2	15.32	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen
-------------	-------	-------	------	------------	----------------

400M HORDEN

0,914 M / 10H

Heggen Erik	53.40	Brussel B.K. A.C.	18/07/2010	4de plaats
Heggen Erik	53.70	Mannheim (Duitsl)	4/07/2010	
Heggen Erik	53.87	Zurich (Zwits)	19/08/2010	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



JUNIORES HEREN

Heggen Erik	54.00	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Heggen Erik	54.03	Brussel B.K. A.C.	17/07/2010	Reeksen
Heggen Erik	54.49	Nijvel B.K.	12/09/2010	ZILVER
Heggen Erik	54.65	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen

KOGEL

5 KG

Tollenaers Mathieu	9m20	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	
--------------------	------	---------------------	-----------	--

VER

Vanderhoven Koen	5m46	Diepenbeek	5/04/2010	
------------------	------	------------	-----------	--

POLSSTOK

Dexters Sander	2m60	Tongeren L.K.	25/04/2010	ZILVER
Dexters Sander	2m40	Lier	16/05/2010	B.v.Vlaanderen

4X100M

Claes Frederik-Buyenes Pieter Jan(RCG)-Pieter de Rycke(VOLH)-Watrin Julien(DAMP)				
	40.30	Mannheim (Duitsl)	3/07/2010	B.R.
Claes Frederik-Buyenes Pieter Jan(RCG)-Pieter de Rycke(VOLH)-Watrin Julien(DAMP)				
	40.43	Moncton (CAN) W.K.	23/07/2010	11de plaats
Claes Frederik-Buyenes Pieter Jan(RCG)-Pieter de Rycke(VOLH)-Watrin Julien(DAMP)				
	40.73	Lokeren	30/05/2010	
Claes Frederik-Buyenes Pieter Jan(RCG)-Pieter de Rycke(VOLH)-Devrindt Sander(AVT)				
	41.83	Oordegem	2/05/2010	

4x400M

Erik Heggen-Thijs Seppe(ACME)-Lins Sebastian(BAEX)-Bouckaert Jente(LIER)				
	3.20.28	Lokeren	30/05/2010	