



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



SCHOLIEREN MEISJES

100M					
Vanhaen Shana W+6,3	12.16	Heusden	24/05/2010		
Efonye Kimberly	12.19	Oordegem B.K.	5/09/2010	ZILVER	
Efonye Kimberly	12.29	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	ZILVER	
Efonye Kimberly	12.34	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	Reeksen	
Efonye Kimberly	12.35	Brussel	27/09/2010	Memorial	
Efonye Kimberly	12.37	Brussel B.K. A.C.	17/07/2010	11de plaats	
Efonye Kimberly	12.38	Jambes	11/09/2010	Interprovinciale	
Efonye Kimberly	12.39	Oordegem B.K.	5/09/2010	Reeksen	
Efonye Kimberly	12.40	Lokeren	30/05/2010		
Efonye Kimberly	12.46	Heusden	10/07/2010	Nacht	
Vanhaen Shana	12.52	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	Reeksen	
Efonye Kimberly	12.54	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen	
Efonye Kimberly	12.54	Oordegem	2/05/2010		
Efonye Kimberly	12.54	Lanaken	28/08/2010	Euregio	
Vanhaen Shana	12.55	Oordegem B.K.	5/09/2010	5de plaats	
Efonye Kimberly	12.56	Tongeren L.K.	25/04/2010	Reeksen	
Vanhaen Shana	12.58	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	4de plaats	
Vanhaen Shana W+2,00	12.60	Heusden	21/07/2010		
Efonye Kimberly	12.61	Tongeren L.K.	25/04/2010	ZILVER	
Vanhaen Shana	12.62	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen	
Vanhaen Shana	12.67	Oordegem B.K.	5/09/2010	Reeksen	
Efonye Kimberly	12.78	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010		
Vanhaen Shana	12.85	Brussel	27/09/2010	Memorial	
Efonye Kimberly	13.05	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010		
Mievis Stefie	13.54	St.Truiden	6/08/2010		
Ventriglia Anna	13.82	Tongeren L.K.	25/04/2010	6de plaats	
Bergs Kim	13.94	Tongeren L.K.	25/04/2010	8ste plaats	
Ventriglia Anna	13.97	Tongeren L.K.	25/04/2010	Reeksen	
Bergs Kim	14.00	Tongeren L.K.	25/04/2010	Reeksen	
Bergs Kim	14.26	Diepenbeek	5/04/2010		
Simoni Kirsten	14.60	Diepenbeek	5/04/2010		



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



SCHOLIEREN MEISJES

200M				
Efonye Kimberly W+3,00	24.84	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	GOUD
Efonye Kimberly	24.95	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Efonye Kimberly	25.09	Brussel B.K. A.C.	17/07/2010	10de plaats
Efonye Kimberly	25.18	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen
Efonye Kimberly	25.37	Tongeren L.K.	25/04/2010	GOUD
Vanhaen Shana W+3,00	25.41	Heusden	24/05/2010	
Efonye Kimberly	25.42	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Efonye Kimberly	25.81	Tongeren L.K.	25/04/2010	Reeksen
Ventriglia Anna	28.54	Tongeren L.K.	25/04/2010	Reeksen
Ventriglia Anna	28.56	Tongeren L.K.	25/04/2010	8ste plaats
Ventriglia Anna	28.81	Tessengerlo	16/04/2010	
Simoni Kirsten	29.20	Lanaken	28/08/2010	Euregio
Bergs Kim	29.61	Tongeren L.K.	25/04/2010	12de plaats
Bergmans Joke	30.38	Tongeren L.K.	25/04/2010	14de plaats
Bergmans Joke	31.16	Lanaken	8/08/2010	
Bergmans Joke	31.52	Tessengerlo	16/04/2010	

300M				
Simoni Kirsten	46.08	Alken	31/07/2010	Nacht
Groenen Martine	46.23	Heusden	21/07/2010	
Bergs Kim	46.93	Alken	31/07/2010	Nacht
Bergmans Joke	48.61	Heusden	21/07/2010	
Bergmans Joke	49.12	Alken	31/07/2010	Nacht

400M				
Efonye Kimberly	55.13	Oordegem B.K.	5/09/2010	GOUD
Efonye Kimberly	55.98	Oordegem	3/07/2010	
Efonye Kimberly	56.26	Oordegem B.K.	4/09/2010	reeksen
Efonye Kimberly	56.40	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen
Vanhaen Shana	59.20	Lanaken	11/06/2010	
Vanhaen Shana	60.91	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Ventriglia Anna	63.39	Tongeren L.K.	24/04/2010	BRONS
Ventriglia Anna	63.91	Lanaken	11/06/2010	
Bergs Kim	65.08	Lanaken	11/06/2010	
Bergs Kim	65.64	Tongeren L.K.	24/04/2010	4de plaats
Groenen Martine	67.22	Lanaken	11/06/2010	
Bergs Kim	68.00	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	18de plaats

600M				
Groenen Martine	1.47.10	Heerlen (Ned)	5/09/2010	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



SCHOLIEREN MEISJES

800M				
Simoni Kirsten	2.26.06	Oordegem B.K.	4/09/2010	19de plaats
Simoni Kirsten	2.26.87	Kerkrade (Ned)	4/07/2010	
Simoni Kirsten	2.27.46	Heusden	10/07/2010	Nacht
Simoni Kirsten	2.30.10	Tongeren L.K.	25/04/2010	ZILVER
Simoni Kirsten	2.30.41	Merksem	20/06/2010	
Ventriglia Anna	2.35.06	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Vanhaen Shana	2.36.57	Lommel	25/07/2010	
Groenen Martine	2.39.11	Kerkrade (Ned)	4/07/2010	

1500M				
Simoni Kirsten	5.05.82	Lanaken	11/06/2010	
Simoni Kirsten	5.10.17	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen

1MIJL				
Groenen Martine	5.51.33	Lanaken	28/08/2010	Euregio

100M HORDEN		0,762 M / 10H		
Vanhaen Shana	14.66	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD
Vanhaen Shana	14.78	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	5de plaats
Vanhaen Shana	14.86	Jambes	11/09/2010	Interprovinciale
Vanhaen Shana	14.89	Lommel	25/07/2010	
Vanhaen Shana	16.52	Oordegem B.K.	4/09/2010	15de plaats

200M HORDEN		0,762 M / 10H		
Vanhaen Shana	29.24	Hasselt	4/07/2010	

400M HORDEN		0,762 M / 10H		
Mievis Stefie	64.37	lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Simoni Kirsten	73.68	Tongeren L.K.	24/04/2010	4de plaats

2000M STEEPLE		0,762 M		
Simoni Kirsten	7.45.26	Oordegem B.K.	5/09/2010	4de plaats
Simoni Kirsten	8.00.24	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	5de plaats
Simoni Kirsten	8.18.66	Tessengerlo L.K.	11/08/2010	GOUD
Bergmans Joke	10.09.13	Tessengerlo L.K.	11/08/2010	ZILVER

KOGEL		4 KG		
Froyen Lotte	9m39	Tongeren L.K.	25/04/2010	4de plaats
Froyen Lotte	9m27	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Froyen Lotte	8m81	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen
Vanhaen Shana	7m59	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	
Vanhaen Shana	6m97	Lommel	25/07/2010	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



SCHOLIEREN MEISJES

SPEER		600 GR		
Mievis Stefie	29m12	St.Truiden	6/08/2010	
Froyen Lotte	28m81	Genk	29/05/2010	
Froyen Lotte	28m24	Tongeren L.K.	24/04/2010	BRONS
Froyen Lotte	27m33	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen

DISCUS		1 KG		
Froyen Lotte	29m02	Genk	29/05/2010	
Mievis Stefie	26m84	Alken	31/07/2010	Nacht
Froyen Lotte	24m15	Heusden	21/07/2010	
Schepers Tine	22m02	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen

POLSSTOK				
Simoni Kirsten	2m00	Tongeren L.K.	25/04/2010	ZILVER

HOOG				
Mievis Stefie	1m55	Tongeren L.K.	25/04/2010	ZILVER
Mievis Stefie	1m45	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen
Simoni Kirsten	1m40	Diepenbeek	5/04/2010	
Vanhaen Shana	1m35	Lommel	25/07/2010	
Simoni Kirsten	1m30	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Bergmans Joke	1m25	Tongeren L.K.	25/04/2010	5de plaats
Simoni Kirsten	1m20	Heusden L.K. S.V.S.	5/05/2010	
Bergmans Joke	1m20	Bree	23/05/2010	

VER					
Mievis Stefie	5m62	Oordegem	3/07/2010		
Mievis Stefie	5m54	St.Truiden	6/08/2010		
Mievis Stefie	5m49	Mievis Stefie	4/09/2010	BRONS	
Mievis Stefie	5m43	Lanaken	8/05/2010	B.v.Vlaanderen	
Mievis Stefie	W+2,1	5m43	Kortrijk	11/07/2010	
Mievis Stefie	W+2,9	5m41	Brussel B.K. A.C.	18/07/2010	10de plaats
Mievis Stefie	W+3,0	5m40	Tongeren L.K.	24/04/2010	
Mievis Stefie	5m40	Lokeren	15/05/2010	B.v.Vlaanderen	
Mievis Stefie	5m26	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	BRONS	
Mievis Stefie	5m25	Kortrijk			
Mievis Stefie	5m18	Alken	31/07/2010	Nacht	
Mievis Stefie	5m17	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD	
Vanhaen Shana	W+2,2	5m17	Tongeren L.K.	24/04/2010	
Vanhaen Shana	5m17	Lommel	25/07/2010		
Vanhaen Shana	4m97	Tongeren L.K.	24/04/2010	BRONS	
Mievis Stefie	4m93	Brussel B.K. A.C.	18/07/2010		



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2010



SCHOLIEREN MEISJES

HINKSTAP					
Mievis Stefie	W+2,1	11m82	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	4de plaats
Mievis Stefie		11m73	St.Niklaas	13/05/2010	Flanderscup
Mievis Stefie	W+2,6	11m62	Kortrijk	11/07/2010	Flanderscup
Mievis Stefie		11m60	Oordegem B.K.	5/09/2010	GOUD
Mievis Stefie		11m57	Brussel B.K. A.C.	18/07/2010	5de plaats
Mievis Stefie		11m56	Tongeren L.K.	24/04/2010	GOUD
Mievis Stefie		11m53	Lier K.v.Vlaanderen A.C.	22/05/2010	
Mievis Stefie		11m49	Oordegem	3/07/2010	Flanderscup
Mievis Stefie		11m27	Ninove K.v.Vlaanderen	15/08/2010	ZILVER

VIJFKAMP					
Vanhaen Shana		2868p	Lommel L.K.	25/07/2010	ZILVER

4X100M					
Vanhaen Shana-Mievis Stefie-Bergs Kim-Efonye Kimberly					
	50.39	Lanaken		8/05/2010	B.v.Vlaanderen
Efonye Kimberly-Vanheusden Marisa(ADD)-Blommaert Kim(VOLH)-Misinne Sarah(KAAG)					
	47.11	Lokeren		30/05/2010	
Efonye Kimb.-De Roissart Jolien(DEINZE)-Leemans Jolien(DUFF)-Misinne Sarah(KAAG)					
	47.62	Oordegem		3/07/2010	
Efonye Kimb.-Leemans Jolien(DUFF)-Lindemans Marjolein(ROBA)-Lambrechts Jana(VS)					
	48.35	Oordegem		2/05/2010	
Efonye Kimberly-Vanhaen Shana-Paesen Marise(AVT)-Pieroni Laura(LOOI)-					
	48.81	Jambes		11/09/2010	Interprovinciale

4X400m					
Efonye Kimberly-Daelemans Sofie-Cozijns Lindsey-Desondre Justine					
	4.06.13	Heusden		10/07/2010	Nacht

4X800M					
Simoni Kirsten-Mievis Stefie-Bergmans Joke-Groenen Martine					
	10.55.60	St.Truiden L.K.		22/08/2010	ZILVER