



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

60M				
Cicilia Rune	9.98	St.Truiden	15/05/2011	
Cicilia Rune	10.08	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	10.11	Lanaken	30/04/2011	
Cicilia Rune	10.11	Heusden	18/06/2011	
Cicilia Rune	10.13	Lommel	28/05/2011	
Cicilia Rune	10.15	St.Truiden L.K.	25/06/2011	7de plaats
Cicilia Rune	10.16	Neerpelt	10/04/2011	
Bruggen Sara	10.31	St.Truiden	6/08/2011	
Peusens Fien	10.31	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Peusens Fien	10.32	St.Truiden	6/08/2011	
Cicilia Rune	10.33	Lanaken	1/06/2011	
Cardous Marion	10.35	Lanaken	1/06/2011	
Cicilia Rune	10.35	Tessenderlo	27/08/2011	
Cicilia Rune	10.37	Nijvel B.K.	24/09/2011	
Cicilia Rune	10.39	Bree	3/09/2011	
Cicilia Rune	10.40	Alken	11/06/2011	
Bruggen Sara	10.40	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	10.42	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Cicilia Rune	10.42	Diepenbeek	13/06/2011	
Peusens Fien	10.45	Heusden	15/08/2011	
Bruggen Sara	10.50	Neerpelt	10/04/2011	
Bruggen Sara	10.55	St.Truiden	15/05/2011	
Cicilia Rune	10.55	Genk	17/09/2011	
Cicilia Rune	10.59	Diepenbeek	25/04/2011	
De Waal Zoë	10.61	Diepenbeek	13/06/2011	
Cicilia Rune	10.63	Kortesseem	3/04/2011	
Peusens Fien	10.64	Genk	17/09/2011	
Bruggen Sara	10.66	Lanaken	30/04/2011	
Bruggen Sara	10.66	Alken	29/07/2011	Nacht
Bruggen Sara	10.69	Genk	17/09/2011	
Bruggen Sara	10.70	Lanaken	1/06/2011	
Peusens Fien	10.71	Lanaken	1/06/2011	
Peusens Fien	10.78	Lanaken	30/04/2011	
De Waal Zoë	10.80	Lanaken	30/04/2011	
De Waal Zoë	10.81	Diepenbeek	25/04/2011	
De Waal Zoë	10.81	Diepenbeek	21/05/2011	
Bruggen Sara	10.82	Diepenbeek	25/04/2011	
Bruggen Sara	10.84	Lommel	28/05/2011	
Peusens Fien	10.96	Diepenbeek	25/04/2011	
Laarhoven Sarah	11.18	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Laarhoven Sarah	11.21	Lanaken	30/04/2011	
Laarhoven Sarah	11.22	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Dewitte Jolie	11.23	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Laarhoven Sarah	11.29	Lanaken	1/06/2011	
Dewitte Jolie	11.34	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Dewitte Jolie	11.52	Lanaken	30/04/2011	
Dewitte Jolie	11.64	Lanaken	1/06/2011	
Raedts Eva	11.85	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops



## PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



### BENJAMINS MEISJES

60M				
Zizzari Lotte	12.00	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Raedts Eva	12.03	Lanaken	30/04/2011	
Zizzari Lotte	12.10	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Raedts Eva	12.22	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Panis Hielke	12.29	Lanaken	1/06/2011	
Panis Hielke	12.39	Lanaken	30/04/2011	
Vandersanden Lize	12.40	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Panis Hielke	12.47	St.Truiden	15/05/2011	
Panis Hielke	12.62	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Vandersanden Lize	12.74	Lanaken	30/04/2011	
Vandersanden Lize	12.86	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Panis Hielke	12.90	Kortesseem	3/04/2011	



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

600M				
Cardous Marion	2.06.33	Nijvel	24/09/2011	
Bruggen Sara	2.17.03	St.Truiden L.K.	25/06/2011	5de plaats
Cicilia Rune	2.19.65	St.Truiden	15/05/2011	
Peusens Fien	2.20.51	St.Truiden L.K.	25/06/2011	8ste plaats
Bruggen Sara	2.20.86	St.Truiden	15/05/2011	
Peusens Fien	2.20.98	Heusden	15/08/2011	
Cicilia Rune	2.21.06	Tessengerlo	27/08/2011	
Bruggen Sara	2.21.16	St.Truiden	6/08/2011	
Bruggen Sara	2.21.20	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	2.21.60	Alken	11/06/2011	
Peusens Fien	2.22.79	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Bruggen Sara	2.22.86	Genk	17/09/2011	
Peusens Fien	2.22.95	St.Truiden	6/08/2011	
Bruggen Sara	2.24.62	Alken	29/07/2011	Nacht
Bruggen Sara	2.25.06	Lanaken	30/04/2011	
Cicilia Rune	2.25.36	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Bruggen Sara	2.25.79	Lommel	28/05/2011	
Peusens Fien	2.26.50	Genk	17/09/2011	
Bruggen Sara	2.26.59	Neerpelt	10/04/2011	
Cicilia Rune	2.27.32	Neerpelt	10/04/2011	
Cicilia Rune	2.27.65	Lanaken	30/04/2011	
Cicilia Rune	2.27.99	Heusden	18/06/2011	
Cicilia Rune	2.28.62	Lommel	28/05/2011	
Peusens Fien	2.28.68	Lanaken	30/04/2011	
De Waal Zoe	2.30.17	Lanaken	30/04/2011	
Cicilia Rune	2.32.72	Kortesseem	3/04/2011	
Laarhoven Sarah	2.33.68	Lanaken	30/04/2011	
Laarhoven Sarah	2.35.03	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Dewitte Jolie	2.40.08	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Zizzari Lotte	2.41.84	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Dewitte Jolie	2.46.70	Lanaken	30/04/2011	
Panis Hielke	2.50.56	St.Truiden	15/05/2011	
Raedts Eva	2.53.53	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Raedts Eva	2.55.12	Lanaken	30/04/2011	
Panis Hielke	2.56.17	Lanaken	30/04/2011	
Vandersanden Lize	2.58.23	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Panis Hielke	2.58.54	Kortesseem	3/04/2011	
Panis Hielke	2.58.67	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Vandersanden Lize	3.02.33	Lanaken	30/04/2011	

## BENJAMINS MEISJES

	KOGEL		1 KG	
Swennen Margo	7m83	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Cardous Marion	7m72	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Cicilia Rune	5m53	Lommel	28/05/2011	
Cicilia Rune	5m38	St.Truiden	15/05/2011	
Cicilia Rune	5m23	Bree	3/09/2011	
Cicilia Rune	5m22	Diepenbeek	25/04/2011	
Laarhoven Sarah	5m21	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Cicilia Rune	5m13	Lanaken	24/08/2011	Euregio
De Waal Zoë	5m12	Diepenbeek	25/04/2011	
Bruggen Sara	5m06	St.Truiden	15/05/2011	
Bruggen Sara	4m88	Lommel	28/05/2011	
Raedts Eva	4m81	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Dewitte Jolie	4m77	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Bruggen Sara	4m75	Alken	29/07/2011	Nacht
Cicilia Rune	4m73	Kortesseem	3/04/2011	
Cicilia Rune	4m69	Diepenbeek	13/06/2011	
Zizzari Lotte	4m66	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
De Waal Zoë	4m53	Diepenbeek	21/05/2011	
De Waal Zoë	4m32	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Zizzari Lotte	4m26	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Laarhoven Sarah	4m09	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Bruggen Sara	3m91	Diepenbeek	25/04/2011	
Raedts Eva	3m88	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Vandersanden Lize	3m75	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Panis Hielke	3m51	St.Truiden	15/05/2011	
Panis Hielke	3m16	Kortesseem	3/04/2011	
Peusens Fien	3m10	Diepenbeek	25/04/2011	
Vanroy Caro	2m63	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

HOCKEYBAL				
Cardous Marion	29m50	Nijvel B.K.	24/09/2011	4de plaats
Cardous Marion	26m71	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Cardous Marion	24m46	Lanaken	1/06/2011	
Swennen Margo	17m96	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Cicilia Rune	15m02	Bree	3/09/2011	
Cicilia Rune	14m68	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Laarhoven Sarah	13m66	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
De Waal Zoe	13m61	Lanaken	30/04/2011	
Bruggen Sara	13m61	Lanaken	1/06/2011	
Cicilia Rune	13m40	Tessenderlo	27/08/2011	
Bruggen Sara	12m93	Neerpelt	10/04/2011	
De Waal Zoë	12m91	Diepenbeek	21/05/2011	
Bruggen Sara	12m91	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
De Waal Zoë	12m90	Diepenbeek	25/04/2011	
Laarhoven Sarah	12m85	Lanaken	30/04/2011	
Laarhoven Sarah	12m80	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	12m08	Alken	11/06/2011	
Cicilia Rune	12m01	Diepenbeek	13/06/2011	
Cicilia Rune	11m95	Heusden	18/06/2011	
Cicilia Rune	11m89	Lanaken	30/04/2011	
Bruggen Sara	11m82	Genk	17/09/2011	
Bruggen Sara	11m81	Lanaken	30/04/2011	
Zizzari Lotte	11m72	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	11m70	Diepenbeek	25/04/2011	
Cicilia Rune	11m58	Genk	17/09/2011	
Cicilia Rune	11m57	Neerpelt	10/04/2011	
Zizzari Lotte	11m01	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Bruggen Sara	10m72	St.Truiden	6/08/2011	
Dewitte Jolie	10m24	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Laarhoven Sarah	10m03	Lanaken	1/06/2011	
Raedts Eva	9m95	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Vandersanden Lize	9m87	Lanaken	30/04/2011	
De Waal Zoë	9m64	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium
Raedts Eva	9m63	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Peusens Fien	9m42	Heusden	15/08/2011	
Vandersanden Lize	9m00	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Peusens Fien	8m80	Lanaken	30/04/2011	
Dewitte Jolie	8m79	Lanaken	30/04/2011	
Panis Hielke	8m76	Lanaken	1/06/2011	
Bruggen Sara	8m70	Diepenbeek	25/04/2011	
Peusens Fien	8m22	Genk	17/09/2011	
Peusens Fien	8m15	Diepenbeek	25/04/2011	
Dewitte Jolie	8m11	Lanaken	1/06/2011	
Peusens Fien	7m83	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Panis Hielke	7m26	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Panis Hielke	7m18	Lanaken	30/04/2011	
Raedts Eva	7m08	Lanaken	30/04/2011	
Peusens Fien	6m19	Lanaken	1/06/2011	



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

HOCKEYBAL				
Vanroy Caro	4m43	Lanaken	15/10/2011	Jeugd criterium

VER				
Cicilia Rune	3m38	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Peusens Fien	3m33	St.Truiden L.K.	25/06/2011	5de plaats
Cicilia Rune	3m30	St.Truiden	15/05/2011	
Cicilia Rune	3m20	Lommel	28/05/2011	
Cicilia Rune	3m18	Tessenderlo	27/08/2011	
De Waal Zoë	3m17	Diepenbeek	25/04/2011	
Bruggen Sara	3m14	St.Truiden	15/05/2011	
Cicilia Rune	3m13	Diepenbeek	13/06/2011	
Cicilia Rune	3m13	Bree	3/09/2011	
Peusens Fien	3m12	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	3m11	Alken	11/06/2011	
Bruggen Sara	3m10	Lanaken	30/04/2011	
Peusens Fien	3m10	St.Truiden	6/08/2011	
Bruggen Sara	3m05	St.Truiden L.K.	25/06/2011	9de plaats
Laarhoven Sarah	3m03	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Bruggen Sara	2m99	Diepenbeek	25/04/2011	
Bruggen Sara	2m97	Lommel	28/05/2011	
Bruggen Sara	2m95	Neerpelt	10/04/2011	
Peusens Fien	2m94	Lanaken	30/04/2011	
Cicilia Rune	2m92	Lanaken	30/04/2011	
De Waal Zoë	2m92	Lanaken	30/04/2011	
Bruggen Sara	2m92	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Cicilia Rune	2m91	Kortesseem	3/04/2011	
Cicilia Rune	2m90	Neerpelt	10/04/2011	
Bruggen Sara	2m90	St.Truiden	6/08/2011	
Peusens Fien	2m90	Genk	17/09/2011	
Laarhoven Sarah	2m83	Lanaken	30/04/2011	
Peusens Fien	2m82	Diepenbeek	25/04/2011	
De Waal Zoë	2m81	Diepenbeek	13/06/2011	
Bruggen Sara	2m80	Alken	29/07/2011	Nacht
Bruggen Sara	2m78	Genk	17/09/2011	
Cicilia Rune	2m77	Diepenbeek	25/04/2011	
Dewitte Jolie	2m76	Lanaken	30/04/2011	
Dewitte Jolie	2m74	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Vandersanden Lize	2m64	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
De Waal Zoë	2m62	Diepenbeek	21/05/2011	
Raedts Eva	2m49	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Panis Hielke	2m43	Lanaken	30/04/2011	
Panis Hielke	2m38	St.Truiden	15/05/2011	
Panis Hielke	2m32	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Vandersanden Lize	2m20	Lanaken	30/04/2011	
Panis Hielke	2m14	Kortesseem	3/04/2011	
Raedts Eva	2m09	Lanaken	30/04/2011	



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

HOOG				
Cicilia Rune	1m23	Nijvel B.K.	24/09/2011	ZILVER
Cicilia Rune	1m10	St.Truiden L.K.	25/06/2011	ZILVER
Cicilia Rune	1m00	Diepenbeek	25/04/2011	
Cicilia Rune	0m95	Heusden	18/06/2011	
Peusens Fien	0m95	Heusden	15/08/2011	
Bruggen Sara	0m85	Diepenbeek	25/04/2011	
De Waal Zoë	0m85	Diepenbeek	25/04/2011	

VIERKAMP				
Cicilia Rune	1173p	St.Truiden	15/05/2011	Olimpic
Cicilia Rune	1037p	Lommel	28/05/2011	Olimpic
Bruggen Sara	992p	St.Truiden	15/05/2011	Olimpic
Cicilia Rune	885p	Tessenderlo	27/08/2011	Olimpic
Bruggen Sara	843p	Lommel	28/05/2011	Olimpic
Cicilia Rune	840p	Alken	11/06/2011	Olimpic
Cicilia Rune	829p	Bree	3/09/2011	Olimpic
Cicilia Rune	825p	Heusden	18/06/2011	Olimpic
Cicilia Rune	800p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Cicilia Rune	795p	Kortesseem	3/04/2011	Olimpic
Cicilia Rune	784p	Neerpelt	10/04/2011	Olimpic
Bruggen Sara	749p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Bruggen Sara	748p	Neerpelt	10/04/2011	Olimpic
Bruggen Sara	710p	Genk	17/09/2011	Olimpic
De Waal Zoë	663p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Peusens Fien	658p	Genk	17/09/2011	Olimpic
Peusens Fien	626p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Laarhoven Sarah	538p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Cicilia Rune	359p	Genk	17/09/2011	Olimpic
Dewitte Jolie	339p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Panis Hielke	264p	St.Truiden	15/05/2011	Olimpic
Panis Hielke	152p	Kortesseem	3/04/2011	Olimpic
Raedts Eva	133p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Panis Hielke	132p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic
Vandersanden Lize	85p	Lanaken	30/04/2011	Olimpic



# PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



## BENJAMINS MEISJES

### 4x60M

Lansink Milou-Lika Erina-Bruggen Sara-Cicilia Rune				
	41.67	Alken L.K.	21/08/2011	5de plaats
Dewitte Jolie-Peusens Fien-Bruggen Sara-Cicilia Rune				
	44.45	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops
Vandersanden Lize-Raedts Eva-Laarhoven Sarah-Zizzari Lotte				
	46.32	Alken L.K.	21/08/2011	8ste plaats
Vandersanden Lize-Raedts Eva-Laarhoven Sarah-Zizzari Lotte				
	48.81	Lanaken	11/09/2011	Memorial Cops

### 3x600M

Cardous Marion-Peusens Fien-Bruggen Sara				
	6.53.25	Lanaken	1/06/2011	
Cicilia Rune-Bruggen Sara-Lika Erina				
	7.01.60	Alken L.K.	21/08/2011	4de plaats
Lansink Milou-Zizzari Lotte-Laarhoven Sarah				
	8.01.52	Alken L.K.	21/08/2011	9de plaats
Laarhoven Sarah-Panis Hielke-Dewitte Jolie				
	8.04.18	Lanaken	1/06/2011	