



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

100M				
Nijs Bo	12.9	Tessengerlo	14/09/2011	
Nijs Bo	13.02	Lier	22/05/2011	
Nijs Bo	13.04	Hechtel L.K.	24/04/2011	ZILVER
Nijs Bo	13.19	Oordegem	1/05/2011	
Nijs Bo	13.19	Lanaken	1/06/2011	
Nijs Bo	13.23	Moeskroen B.K.	4/09/2011	18de plaats
Nijs Bo	13.23	Heusden	10/09/2011	Interprovinciale
Nijs Bo	13.28	Lier	26/06/2011	
Nijs Bo	13.28	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Nijs Bo	13.41	Oordegem	2/07/2011	
Nijs Bo	13.44	Hechtel L.K.	24/04/2011	Reeksen
Nijs Bo	13.45	Tielt	10/04/2011	
Ulrichts Laura	13.48	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Ulrichts Laura	13.69	Lanaken	1/06/2011	
Bruggen Anne	13.71	Luik	22/07/2011	
Ulrichts Laura	13.80	Hasselt	10/07/2011	
Hauben Lotte	13.81	Alken	24/06/2011	
Thijs Emilie	13.82	Luik	22/07/2011	
Hauben Lotte	13.83	Hechtel L.K.	24/04/2011	
Hauben Lotte	13.90	Lanaken	1/06/2011	
Bruggen Anne	13.94	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Hauben Lotte	13.96	Hechtel L.K.	24/04/2011	Reeksen
Thijs Emilie	13.97	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Bruggen Anne	14.01	Lanaken	1/06/2011	
Thijs Emilie	14.04	Mol	30/07/2011	
Bruggen Anne	14.06	Oordegem	1/05/2011	
Thijs Emilie	14.17	Lanaken	1/06/2011	
Hauben Lotte	14.18	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Hauben Lotte	14.20	Alken	30/07/2011	Nacht
Hauben Lotte	14.21	St.Truiden	6/08/2011	
Thijs Emilie	14.22	Genk	28/05/2011	
Thijs Emilie	14.25	Hechtel L.K.	24/04/2011	11de plaats
Thijs Emilie	14.28	Hasselt	10/07/2011	
Dubois Nina	14.42	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Dubois Nina	14.48	Alken	30/07/2011	Nacht
Dubois Nina	14.50	Tessengerlo	10/08/2011	
Dubois Nina	14.68	Tessengerlo	6/07/2011	
Dubois Nina	14.68	Tessengerlo	14/09/2011	
Dubois Nina	14.82	Alken	24/06/2011	
Dubois Nina	15.00	Hechtel L.K.	24/04/2011	19de plaats
Efonye Ashley	15.28	Lanaken	1/06/2011	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

200M				
Nijs Bo	26.46	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Nijs Bo	26.59	Izegem	14/05/2011	B.v.Vlaanderen
Nijs Bo	27.05	Oordegem	2/07/2011	
Nijs Bo	27.32	Moeskroen B.K.	3/09/2011	19de plaats
Nijs Bo	27.40	Hechtel L.K.	24/04/2011	ZILVER
Nijs Bo	27.56	Lier	22/05/2011	
Bruggen Anne	27.88	Lier	26/06/2011	
Bruggen Anne	28.20	Oordegem	1/05/2011	
Bruggen Anne	28.33	Luik	22/07/2011	
Bruggen Anne	28.58	Hechtel L.K.	24/04/2011	6de plaats
Thijs Emilie	28.70	Luik	22/07/2011	
Thijs Emilie	28.78	Genk	28/05/2011	
Thijs Emilie	28.91	Hechtel L.K.	24/04/2011	8ste plaats
Hauben Lotte	29.27	St.Truiden	6/08/2011	
Hauben Lotte	29.32	Hechtel L.K.	24/04/2011	12de plaats
Nijs Bo	30.15	Luik	22/07/2011	
Meertens Jinte	30.72	Tongeren	17/07/2011	
Dubois Nina	31.62	Hechtel L.K.	24/04/2011	21ste plaats
Dubois Nina	32.07	Tongeren	17/07/2011	

300M				
Bruggen Anne	45.49	Alken	30/07/2011	Nacht
Bruggen Anne	45.80	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Steegeen Sofie	45.86	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Bruggen Anne	46.35	Tielt	10/04/2011	
Hauben Lotte	46.40	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Thijs Emilie	46.43	Hasselt	10/07/2011	
Thijs Emilie	46.84	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Thijs Emilie	47.52	Mol	30/07/2011	

400M				
Steegeen Sofie	62.03	Hechtel L.K.	23/04/2011	GOUD
Steegeen Sofie	62.05	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Steegeen Sofie	63.56	Moeskroen B.K.	3/09/2011	15de plaats
Steegeen Sofie	65.03	Alken	24/06/2011	
Bruggen Anne	66.41	Tessenderlo	14/09/2011	
Ulrichts Laura	66.99	Hechtel L.K.	23/04/2011	6de plaats
Hauben Lotte	67.09	Alken	24/06/2011	
Thijs Emilie	69.74	Luik	5/08/2011	
Gregoor Berenike	71.24	Hechtel L.K.	23/04/2011	10de plaats
Brouwers Chantal	75.96	Luik	9/09/2011	



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

800M				
Steegen Sofie	2.22.42	Lanaken	1/06/2011	
Steegen Sofie	2.23.10	Merksem K.v.Vlaand.	15/08/2011	7de plaats
Steegen Sofie	2.24.80	Izegem	14/05/2011	B.v.Vlaanderen
Steegen Sofie	2.24.92	Hechtel L.K.	24/04/2011	ZILVER
Steegen Sofie	2.25.10	Lier	22/05/2011	
Meertens Jinte	2.25.28	Tessenderlo	10/08/2011	
Steegen Sofie	2.26.42	Heusden	16/07/2011	Nacht
Meertens Jinte	2.29.94	Lanaken	1/06/2011	
Steegen Sofie	2.30.28	Kerkrade (Ned)	3/07/2011	
Aelbers Riet	2.31.46	Lanaken	1/06/2011	
Aelbers Riet	2.32.08	Lier	22/05/2011	
Aelbers Riet	2.32.09	Tessenderlo	10/08/2011	
Meertens Jinte	2.33.59	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Cosemans Leen	2.43.48	Lier	22/05/2011	
Cosemans Leen	2.43.97	Hechtel L.K.	24/04/2011	10de plaats
Cosemans Leen	2.44.85	Lanaken	1/06/2011	
Cosemans Leen	2.45.92	Kerkrade (Ned)	3/07/2011	
Brouwers Chantal	2.47.29	Lanaken	1/06/2011	
Brouwers Chantal	2.48.81	Weert (Ned)	24/05/2011	
Brouwers Chantal	2.57.06	Kerkrade (Ned)	3/07/2011	
Brouwers Chantal	2.58.19	Tessenderlo	10/08/2011	

1000M				
Meertens Jinte	3.09.20	Tessenderlo	6/07/2011	
Brouwers Chantal	3.42.53	Tessenderlo	6/07/2011	
Brouwers Chantal	3.57.1	Weert (Ned)	4/10/2011	

1500M				
Meertens Jinte	4.58.93	Moeskroen B.K.	3/09/2011	4de plaats
Meertens Jinte	4.59.04	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Meertens Jinte	5.03.56	Genk	28/05/2011	
Meertens Jinte	5.04.24	Brussel B.K. A.C.	23/07/2011	
Meertens Jinte	5.04.41	Merksem K.v.Vlaand.	15/08/2011	7de plaats
Steegen Sofie	5.08.76	Luik	13/07/2011	Internationaal
Aelbers Riet	5.08.78	Genk	28/05/2011	
Aelbers Riet	5.11.45	Hechtel L.K.	23/04/2011	4de plaats
Aelbers Riet	5.11.5	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Aelbers Riet	5.17.25	Luik	5/08/2011	
Aelbers Riet	5.19.69	Luik	13/07/2011	Internationaal
Meertens Jinte	5.19.76	Hechtel L.K.	23/04/2011	5de plaats
Aelbers Riet	5.22.52	Lanaken	24/08/2011	Euregio
Cosemans Leen	5.53.42	Luik	5/08/2011	
Brouwers Chantal	6.08.40	Luik	5/08/2011	
Brouwers Chantal	6.12.48	Hechtel L.K.	23/04/2011	10de plaats
Brouwers Chantal	6.14.03	Lanaken	24/08/2011	Euregio



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

1MIJL				
Meertens Jinte	5.23.46	Tessengerlo	14/09/2011	
Meertens Jinte	5.42.25	Alken	30/07/2011	Nacht
Aelbers Riet	5.48.87	Tessengerlo	14/09/2011	
Aelbers Riet	5.52.44	Alken	30/07/2011	Nacht
Brouwers Chantal	6.30.91	Alken	30/07/2011	Nacht

2000M				
Meertens Jinte	7.06.48	Alken	24/06/2011	
Meertens Jinte	7.08.11	Tessengerlo	4/06/2011	
Aelbers Riet	7.15.08	Tessengerlo	4/06/2011	

3000M				
Meertens Jinte	11.11.31	Kerkrade (Ned)	3/07/2011	

80M HORDEN		0,762 M / 8H			
Bruggen Anne	13.11	Lier	26/06/2011		
Bruggen Anne	W + 2,5	13.12	Moeskroen B.K.	3/09/2011	19de plaats
Bruggen Anne	13.15	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen	
Bruggen Anne	13.47	Hechtel L.K.	23/04/2011	BRONS	
Bruggen Anne	13.61	Tielt	10/04/2011		
Bruggen Anne	14.41	Merksem K.v.Vlaander.	15/08/2011	12de plaats	
Hauben Lotte	16.09	Hechtel L.K.	23/04/2011	4de plaats	
Gregoor Berenike	16.29	Hechtel L.K.	23/04/2011	5de plaats	

300M HORDEN		0,762 M / 8H		
Bruggen Anne	49.39	Luik	5/08/2011	
Bruggen Anne	49.67	Moeskroen B.K.	3/09/2011	10de plaats
Bruggen Anne	50.16	Genk	28/05/2011	
Bruggen Anne	50.37	Merksem K.v.Vlaander.	15/08/2011	9de plaats
Bruggen Anne	50.57	Herentals	24/06/2011	
Hauben Lotte	53.5	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Hauben Lotte	54.67	Tessengerlo	13/04/2011	
Hauben Lotte	55.06	Hechtel L.K.	23/04/2011	ZILVER
Hauben Lotte	55.52	Genk	28/05/2011	

KOGEL		3 KG		
Efonye Ashley	10m45	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Efonye Ashley	10m14	Hechtel L.K.	24/04/2011	ZILVER
Efonye Ashley	8m57	Heusden	10/09/2011	Interprovinciale
Elkadaoui Oumaima	7m65	Lanaken	15/10/2011	
Elkadaoui Oumaima	7m42	Lanaken	24/08/2011	Euregio



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

SPEER		500 GR		
Oumaima Elkadaoui	33m02	Lanaken	1/06/2011	
Oumaima Elkadaoui	30m96	Heusden	10/09/2011	Interprovinciale
Oumaima Elkadaoui	30m60	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Oumaima Elkadaoui	30m02	Lanaken	15/10/2011	
Oumaima Elkadaoui	29m55	Merksem K.v.Vlaand.	15/08/2011	10de plaats
Oumaima Elkadaoui	28m32	Hechtel L.K.	23/04/2011	4de plaats
Meertens Jinte	25m36	Tessenderlo	4/06/2011	
Meertens Jinte	24m38	Lanaken	1/06/2011	

DISCUS		1 KG		
Efonye Ashley	27m16	Hechtel L.K.	24/04/2011	GOUD
Efonye Ashley	23m98	Moeskroen B.K.	3/09/2011	11de plaats
Efonye Ashley	23m57	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Efonye Ashley	22m64	Heusden	10/09/2011	Interprovinciale

POLSSTOK				
Meertens Jinte	2m50	Heusden	10/09/2011	Interprovinciale
Meertens Jinte	2m40	Merksem K.v.Vlaand.	15/08/2011	10de plaats
Meertens Jinte	2m35	Luik	22/07/2011	
Meertens Jinte	2m30	Moeskroen B.K.	4/09/2011	15de plaats
Meertens Jinte	2m21	Turnhout	7/08/2011	
Meertens Jinte	2m20	Tongeren	17/07/2011	
Meertens Jinte	2m16	Tessenderlo	6/07/2011	
Meertens Jinte	2m00	Mol	2/07/2011	

HOOG				
Simoni Jasmine	1m50	Booischoot	27/05/2011	
Simoni Jasmine	1m45	Moeskroen B.K.	3/09/2011	17de plaats
Simoni Jasmine	1m40	Hechtel L.K.	24/04/2011	ZILVER
Simoni Jasmine	1m40	Izegem	14/05/2011	B.v.Vlaanderen
Simoni Jasmine	1m40	Lier	22/05/2011	
Bruggen Anne	1m35	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Bruggen Anne	1m35	Genk	28/05/2011	

VER					
Nijs Bo	4m98	Tessenderlo	14/09/2011		
Nijs Bo	4m95	Hechtel L.K.	23/04/2011	BRONS	
Nijs Bo	4m88	Heusden	W+3,4	7/05/2011	B.v.Vlaanderen
Nijs Bo	4m80	Heusden	7/05/2011	B.v.Vlaanderen	
Nijs Bo	4m76	Tielt	10/04/2011		
Nijs Bo	4m60	Lier	26/06/2011		
Bruggen Anne	4m59	Hechtel L.K.	W+2,7	23/04/2011	5de plaats
Bruggen Anne	4m51	Hechtel L.K.	23/04/2011		
Meertens Jinte	4m45	Tessenderlo	14/09/2011		



PRESTATIES ATLA ATLETEN OUTDOOR 2011



CADETTEN MEISJES

4X100M

Bruggen Anne-Steegen Sofie-Thijs Emilie-Nijs Bo				
	53.22	Alken L.K.	21/08/2011	ZILVER

4x800M

Steegen Sofie-Aelbers Riet-Cosemans Leen-Brouwers Chantal				
	10.46.65	Alken L.K.	21/08/2011	ZILVER

ZWEEDSE ESTAFETTE 400M-300M-200M-100M

Steegen Sofie-Meertens Jinte-Aelbers Riet-Brouwers Chantal				
	2.37.23	Lanaken	24/08/2011	Euregio