

	20 tot 24 (P)	25 tot 29 (A)	30 tot 34 (B)	35 tot 39 (C)	40 tot 44 (D)	45 tot 49 (E)	50 tot 54 (F)
50 VI	<b>00.37.31</b> Elke Beerlings 08/05/2004 Nijlen		<b>00.42.57</b> Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	<b>00.38.52</b> Kristien van de Moortel 13/12/2008 Eindhoven	<b>00.37.78</b> Kristien van de Moortel 13/12/2009 Vlijmen	<b>00.43.33</b> Kristien van de Moortel 28/11/2015 Oostburg	
100 VI	<b>01.06.62</b> Margot Moerman 23/03/2013 Nijlen		<b>01.43.24</b> Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	<b>01.35.43</b> Kristien van de Moortel 13/12/2008 Eindhoven	<b>01.33.41</b> Kristien van de Moortel 20/03/2010 Mortsel	<b>01.46.60</b> Natacha Van Hoof 24/02/2018 Wachtebeke	
200 VI			<b>03.34.85</b> Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	<b>03.28.33</b> Natacha Van Hoof 27/01/2012 Terneuzen	<b>03.32.49</b> Natacha Van Hoof 03/03/2013 Embourg		
50 Rug	<b>00.37.43</b> Pia Dequint 12/03/2011 Wachtebeke		<b>00.45.35</b> Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	<b>00.46.00</b> Natacha Van Hoof 24/03/2012 Nijlen	<b>00.46.16</b> Kristien van de Moortel 11/02/2012 Beveren	<b>00.47.60</b> Kristien van de Moortel 21/02/2016 Hoogerheide	<b>00.53.03</b> Kristien van de Moortel 16/02/2019 Geel
100 Rug	<b>01.19.05</b> Pia Dequint 18/06/2011 Geel			<b>01.39.89</b> Natacha Van Hoof 10/12/2011 Eindhoven	<b>01.38.72</b> Kristien van de Moortel 06/02/2011 Papendrecht	<b>01.40.12</b> Kristien van de Moortel 05/03/2016 Embourg	<b>01.47.09</b> Kristien van de Moortel 16/02/2019 Geel
200 Rug		<b>03.11.52</b> Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen		<b>03.58.51</b> Natacha Van Hoof 21/03/2009 Nijlen	<b>03.33.55</b> Kristien van de Moortel 26/03/2011 Nijlen	<b>03.35.49</b> Kristien van de Moortel 10/07/2016 Deidesheim	<b>03.45.34</b> Kristien van de Moortel 16/03/2019 Nijlen
50 SS	<b>00.36.83</b> Ilse Beerlings	<b>00.38.14</b> Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen	<b>00.44.29</b> Els Denis 05/04/2008 Wachtebeke	<b>00.46.73</b> Natacha Van Hoof 09/10/2011 Verviers	<b>00.46.02</b> Dédée Vanhamel 22/04/2006 Mortsel	<b>00.50.31</b> Natacha Van Hoof 27/01/2018 Kapellen	<b>00.47.76</b> Krist'I Speelmans 22/11/2008 Lokeren
100 SS	<b>01.16.80</b> Ilse Beerlings	<b>01.24.77</b> Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen	<b>01.49.88</b> Natacha Van Hoof 24/03/2007 Mortsel	<b>01.43.07</b> Natacha Van Hoof 10/12/2011 Eindhoven	<b>01.40.11</b> Dédée Vanhamel 27/05/2006 Aartselaar	<b>01.45.42</b> Natacha Van Hoof 27/01/2018 Kapellen	<b>01.44.81</b> Krist'I Speelmans 14/02/2009 Beveren
200 SS	<b>02.42.79</b> Ilse Beerlings	<b>02.59.42</b> Ilse Beerlings 05/05/2007 Nijlen		<b>03.34.86</b> Natacha Van Hoof 10/12/2011 Eindhoven	<b>03.43.05</b> Natacha Van Hoof 22/03/2014 Nijlen	<b>03.52.11</b> Natacha Van Hoof 16/03/2019 Nijlen	<b>03.42.25</b> Krist'I Speelmans 04/10/2009 Verviers
50 Vrij	<b>00.30.70</b> Ilse Beerlings	<b>00.37.06</b> Els Denis 06/05/2006 Nijlen	<b>00.34.41</b> Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	<b>00.33.03</b> Kristien van de Moortel 21/09/2008 Terneuzen	<b>00.33.76</b> Kristien van de Moortel 14/02/2009 Beveren	<b>00.34.63</b> Kristien van de Moortel 13/03/2016 Andel	<b>00.35.97</b> Kristien van de Moortel 23/02/2019 Papendrecht
100 Vrij	<b>01.11.02</b> Elke Beerlings 05/05/2007 Nijlen	<b>01.19.80</b> Els Denis 27/05/2006 Aartselaar	<b>01.14.15</b> Natacha Van Hoof 07/10/2007 Verviers	<b>01.12.58</b> Natacha Van Hoof 05/10/2008 Verviers	<b>01.14.92</b> Natacha Van Hoof 28/09/2013 Lokeren	<b>01.18.30</b> Kristien van de Moortel 22/01/2016 Papendrecht	<b>01.20.63</b> Kristien van de Moortel 23/02/2019 Papendrecht
200 Vrij			<b>02.44.16</b> Natacha Van Hoof 14/10/2007 Lokeren	<b>02.39.71</b> Natacha Van Hoof 02/10/2011 Wachtebeke	<b>02.42.00</b> Natacha Van Hoof 03/03/2013 Embourg	<b>02.51.68</b> Kristien van de Moortel 23/01/2016 Papendrecht	<b>02.57.09</b> Kristien van de Moortel 16/02/2019 Geel
400 Vrij			<b>05.57.41</b> Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	<b>05.37.44</b> Natacha Van Hoof 03/03/2012 Embourg	<b>05.43.31</b> Natacha Van Hoof 01/12/2013 Gilly	<b>06.07.52</b> Natacha Van Hoof 25/01/2019 Zwolle	<b>06.22.12</b> Kristien van de Moortel 25/01/2019 Zwolle
800 Vrij			<b>12.40.44</b> Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	<b>11.31.70</b> Natacha Van Hoof 27/01/2012 Terneuzen	<b>11.53.67</b> Natacha Van Hoof 23/03/2013 Nijlen	<b>12.33.66</b> Natacha Van Hoof 16/03/2019 Nijlen	<b>13.07.71</b> Kristien van de Moortel 16/03/2019 Nijlen
1500 Vrij			<b>24.04.91</b> Natacha Van Hoof 09/12/2007 Molenbeek	<b>22.14.04</b> Natacha Van Hoof 24/03/2012 Nijlen	<b>22.53.75</b> Natacha Van Hoof 22/03/2014 Nijlen	<b>24.15.34</b> Kristien van de Moortel 19/03/2016 Nijlen	<b>26.53.23</b> Krist'I Speelmans 21/03/2009 Nijlen
100 WS	<b>01.23.76</b> Elke Beerlings 07/05/2005 Nijlen		<b>01.32.78</b> Natacha Van Hoof 24/11/2007 Lokeren	<b>01.29.36</b> Natacha Van Hoof 28/01/2012 Kapellen	<b>01.32.45</b> Natacha Van Hoof 01/02/2014 Kapellen	<b>01.37.41</b> Kristien van de Moortel 24/04/2016 Grootebroek	
200 WS			<b>03.21.44</b> Natacha Van Hoof 14/10/2007 Lokeren	<b>03.14.35</b> Natacha Van Hoof 28/01/2012 Terneuzen	<b>03.20.51</b> Natacha Van Hoof 02/03/2013 Embourg	<b>03.36.09</b> Natacha Van Hoof 16/03/2019 Nijlen	
400 WS	<b>04.55.19</b> Margot Moerman 23/03/2013 Nijlen		<b>07.43.43</b> Natacha Van Hoof 02/12/2006 Charleroi	<b>06.47.96</b> Natacha Van Hoof 04/03/2012 Embourg	<b>06.59.00</b> Natacha Van Hoof 03/03/2013 Embourg	<b>07.42.95</b> Kristien van de Moortel 12/04/2015 Nijmegen	

	55 tot 59 (G)	60 tot 64 (H)	65 tot 69 (I)	70 tot 74 (J)	75 tot 79 (K)	80 tot 84 (L)	85 tot 89 (M)
50 VI				<b>00.49.74</b> Eliane Pelis 2003			
100 VI							
200 VI							
50 Rug		<b>00.50.92</b> Nicole Davidson 09/10/2005 Beveren	<b>00.53.67</b> Nicole Davidson 31/01/2009 Kapellen	<b>00.48.00</b> Virginia Keteleer 1996	<b>00.52.44</b> Virginia Keteleer 2000	<b>00.58.23</b> Virginia Keteleer 22/04/2006 Mortsel	<b>01.06.89</b> Virginia Keteleer 27/02/2010 Beveren
100 Rug		<b>01.52.54</b> Nicole Davidson 03/10/2004 Lokeren	<b>01.59.86</b> Nicole Davidson 09/05/2009 Eindhoven	<b>01.47.60</b> Virginia Keteleer 1996	<b>01.58.06</b> Virginia Keteleer 2000	<b>02.05.76</b> Virginia Keteleer 06/05/2006 Nijlen	<b>02.23.59</b> Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
200 Rug		<b>04.06.60</b> Nicole Davidson 25/09/2004 Merksem	<b>04.19.06</b> Nicole Davidson 23/01/2009 Vlissingen	<b>03.46.50</b> Virginia Keteleer 1996	<b>04.16.52</b> Virginia Keteleer 2001	<b>04.22.79</b> Virginia Keteleer 09/10/2005 Beveren	<b>05.05.20</b> Virginia Keteleer 26/03/2011 Nijlen
50 SS	<b>00.49.10</b> Krist'l Speelmans 09/10/2011 Verviers	<b>00.51.72</b> Nicole Davidson 12/11/2005 Antwerpen	<b>00.55.00</b> Lia Verhoeven 16/03/2019 Nijlen	<b>00.44.00</b> Eliane Pelis 08/02/2003 Beveren	<b>01.03.61</b> Virginia Keteleer 2000	<b>01.09.75</b> Virginia Keteleer 12/11/2005 Antwerpen	<b>01.18.07</b> Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
100 SS	<b>01.50.53</b> Krist'l Speelmans 02/10/2011 Wachtebeke	<b>01.57.60</b> Nicole Davidson 08/10/2006 Verviers		<b>01.36.86</b> Eliane Pelis 08/02/2003 Beveren	<b>02.24.26</b> Virginia Keteleer 2001	<b>02.30.28</b> Virginia Keteleer 21/05/2005 Mortsel	<b>03.04.77</b> Virginia Keteleer 30/01/2010 Kapellen
200 SS	<b>03.46.50</b> Krist'l Speelmans 09/10/2011 Verviers	<b>04.18.47</b> Nicole Davidson 02/10/2005 Lokeren		<b>03.34.88</b> Eliane Pelis 22/02/2003 Herentals	<b>04.57.61</b> Virginia Keteleer 2000		
50 Vrij	<b>00.40.24</b> Krist'l Speelmans 09/10/2011 Wachtebeke	<b>00.43.96</b> Nicole Davidson 12/11/2005 Antwerpen	<b>00.44.64</b> Nicole Davidson 09/05/2009 Eindhoven	<b>00.37.65</b> Eliane Pelis 15/03/2003 Wachtebeke	<b>00.43.44</b> Virginia Keteleer 2000	<b>00.48.86</b> Virginia Keteleer 08/10/2006 Verviers	<b>00.53.58</b> Virginia Keteleer 27/02/2010 Beveren
100 Vrij	<b>01.34.66</b> Krist'l Speelmans 09/10/2011 Verviers			<b>01.25.43</b> Eliane Pelis 05/10/2003 Lokeren	<b>01.41.16</b> Virginia Keteleer 2000	<b>01.47.06</b> Virginia Keteleer 05/02/2005 Beveren	<b>01.57.70</b> Virginia Keteleer 10/10/2010 Beveren
200 Vrij	<b>03.32.28</b> Krist'l Speelmans 02/10/2011 Wachtebeke			<b>03.11.51</b> Eliane Pelis 31/05/2003 Aartselaar	<b>03.37.54</b> Virginia Keteleer 2001	<b>03.49.13</b> Virginia Keteleer 09/10/2005 Beveren	<b>04.14.66</b> Virginia Keteleer 02/10/2011 Wachtebeke
400 Vrij	<b>07.25.03</b> Krist'l Speelmans 24/03/2012 Nijlen			<b>06.47.06</b> Eliane Pelis 24/01/2004 Kapellen	<b>07.36.79</b> Virginia Keteleer 2000	<b>07.56.46</b> Virginia Keteleer 29/01/2005 Kapellen	<b>08.58.13</b> Virginia Keteleer 28/01/2012 Kapellen
800 Vrij	<b>14.57.31</b> Krist'l Speelmans 24/03/2012 Nijlen			<b>15.03.25</b> Eliane Pelis 07/12/2003 Seraing	<b>15.44.22</b> Virginia Keteleer 2001	<b>16.04.77</b> Virginia Keteleer 29/04/2006 Eindhoven	
1500 Vrij	<b>28.08.92</b> Krist'l Speelmans 24/03/2012 Nijlen				<b>30.20.96</b> Virginia Keteleer 2002	<b>30.32.06</b> Virginia Keteleer 18/06/2005 Eindhoven	
100 WS		<b>01.51.14</b> Nicole Davidson 06/05/2006 Nijlen	<b>01.54.67</b> Nicole Davidson 23/01/2009 Vlissingen	<b>01.38.51</b> Eliane Pelis 31/05/2003 Aartselaar			
200 WS				<b>03.49.48</b> Eliane Pelis 20/04/2003 Charleroi			
400 WS							

	20 tot 24 (P)	25 tot 29 (A)	30 tot 34 (B)	35 tot 39 (C)	40 tot 44 (D)	45 tot 49 (E)	50 tot 54 (F)
50 VI	<b>00.27.37</b> Glenn Van Dooren	<b>00.27.59</b> Dominique Coudenys	<b>00.27.02</b> Philip Smans	<b>00.27.63</b> Philip Smans 02/10/2005 Lokeren	<b>00.30.16</b> Philip Smans 30/09/2012 Wachtebeke	<b>00.33.06</b> Davy Aerts 21/04/2012 Aartselaar	<b>00.36.73</b> Jos Blockhuys
100 VI	<b>01.06.67</b> Mattias Willems 21/03/2015 Nijlen	<b>01.01.43</b> Dominique Coudenys	<b>00.59.70</b> Philip Smans 2000	<b>01.01.84</b> Dominique Coudenys	<b>01.06.13</b> Philip Smans 27/01/2012 Terneuzen	<b>01.36.11</b> Willy Hendrickx 10/05/2008 Nijlen	<b>01.40.58</b> Willy Hendrickx 25/04/2009 Aartselaar
200 VI	<b>02.28.32</b> Mattias Willems 21/03/2015 Nijlen	<b>02.19.48</b> Philip Smans	<b>02.14.30</b> Philip Smans	<b>02.18.97</b> Philip Smans 02/10/2005 Lokeren	<b>02.23.46</b> Philip Smans 27/01/2012 Terneuzen	<b>04.07.55</b> Willy Hendrickx 17/04/2004 Charleroi	<b>04.13.36</b> Willy Hendrickx 23/03/2013 Nijlen
50 Rug	<b>00.31.52</b> Matias Timmermans 26/03/2011 Nijlen	<b>00.27.39</b> Glenn Van Dooren 08/05/2004 Nijlen	<b>00.28.33</b> Philip Smans 2000	<b>00.29.77</b> Philip Smans 09/10/2005 Beveren	<b>00.30.10</b> Philip Smans 18/06/2011 Geel	<b>00.37.62</b> Davy Aerts 23/02/2013 Beveren	<b>00.43.89</b> Filip Timmermans 30/01/2010 Kapellen
100 Rug	<b>01.14.14</b> Wouter Van Bogaert 21/03/2015 Nijlen	<b>01.02.98</b> Philip Smans	<b>01.01.41</b> Philip Smans 2000	<b>01.03.39</b> Philip Smans 01/10/2006 Lokeren	<b>01.04.66</b> Philip Smans 18/06/2011 Geel	<b>01.24.13</b> Davy Aerts 26/01/2013 Kapellen	<b>01.40.39</b> Filip Timmermans 27/02/2010 Beveren
200 Rug	<b>02.44.17</b> Matias Timmermans 24/03/2012 Nijlen	<b>02.16.24</b> Philip Smans	<b>02.14.43</b> Philip Smans 2000	<b>02.17.06</b> Philip Smans 08/10/2006 Verviers	<b>02.18.84</b> Philip Smans 27/01/2012 Terneuzen	<b>03.33.46</b> Filip Timmermans 05/05/2007 Nijlen	<b>03.41.85</b> Filip Timmermans 07/05/2010 Eindhoven
50 SS	<b>00.33.62</b> Samuel Lembrechts 19/03/2016 Nijlen	<b>00.31.16</b> Ivan Wouters	<b>00.30.05</b> Dominique Coudenys 2000	<b>00.32.95</b> Dominique Coudenys	<b>00.35.39</b> Dominique Coudenys 05/05/2007 Nijlen	<b>00.35.67</b> Carl Van Tongerlo 23/03/2013 Nijlen	<b>00.39.93</b> Luc Stappaerts 21/03/2015 Nijlen
100 SS	<b>01.14.10</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>01.09.38</b> Dominique Coudenys	<b>01.09.22</b> Dominique Coudenys 1997	<b>01.10.29</b> Dominique Coudenys	<b>01.23.55</b> Bart Liekens 26/01/2019 Kapellen	<b>01.21.19</b> Carl Van Tongerlo 30/09/2012 Wachtebeke	<b>01.27.09</b> Luc Stappaerts 21/03/2015 Nijlen
200 SS	<b>02.38.41</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>02.30.64</b> Dominique Coudenys	<b>02.28.85</b> Dominique Coudenys 1997	<b>02.40.91</b> Dominique Coudenys 26/02/2005 Embouurg	<b>03.02.76</b> Bart Liekens 23/03/2019 Mol	<b>03.08.98</b> Carl Van Tongerlo 02/06/2012 Geel	
50 Vrij	<b>00.24.79</b> Glenn Van Dooren	<b>00.24.81</b> Glenn Van Dooren 24/01/2004 Kapellen	<b>00.25.56</b> Dominique Coudenys	<b>00.25.81</b> Dominique Coudenys	<b>00.28.04</b> Jan Neiryneck 2002 Nijlen	<b>00.28.90</b> Davy Aerts 21/04/2012 Aartselaar	<b>00.29.82</b> Davy Aerts 05/10/2014 Wachtebeke
100 Vrij	<b>00.56.83</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>00.55.59</b> Glenn Van Dooren 06/05/2006 Nijlen	<b>00.54.68</b> Philip Smans 2000	<b>00.58.04</b> Dominique Coudenys	<b>01.02.76</b> Seth Dolhain 21/03/2015 Nijlen	<b>01.05.32</b> Davy Aerts 23/02/2013 Beveren	<b>01.04.68</b> Davy Aerts 09/05/2015 Eindhoven
200 Vrij	<b>02.00.60</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>02.03.66</b> Dominique Coudenys	<b>02.03.92</b> Philip Smans	<b>02.13.30</b> Dominique Coudenys 13/11/2005 Antwerpen	<b>02.21.87</b> Bart Liekens 16/03/2019 Nijlen	<b>02.22.11</b> Davy Aerts 30/09/2012 Wachtebeke	<b>02.26.97</b> Davy Aerts 05/10/2014 Wachtebeke
400 Vrij	<b>04.22.04</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>04.24.05</b> Dominique Coudenys	<b>04.21.16</b> Philip Smans 2000	<b>04.48.78</b> Dominique Coudenys 05/12/2004 Seraing	<b>05.11.84</b> Bart Liekens 16/02/2019 Geel	<b>05.14.16</b> Davy Aerts-Luc Stappaerts 26/01/2013-08/02/2014 Kapellen	<b>05.02.97</b> Davy Aerts 01/02/2014 Kapellen
800 Vrij	<b>08.50.83</b> Samuel Lembrechts 21/03/2015 Nijlen	<b>09.29.60</b> Joeri Tielemans	<b>09.22.72</b> Dominique Coudenys	<b>10.36.72</b> Bart Liekens 21/03/2015 Nijlen	<b>10.55.94</b> Bart Liekens 16/03/2019 Nijlen	<b>10.43.91</b> Davy Aerts 01/09/2013 Eindhoven	<b>10.23.39</b> Davy Aerts 30/11/2014 Gosselies
1500 Vrij	<b>16.53.20</b> Samuel Lembrechts 22/03/2014 Nijlen	<b>17.59.22</b> Joeri Tielemans 07/12/2003 Seraing	<b>17.36.54</b> Dominique Coudenys 1998	<b>21.12.54</b> Bart Liekens 22/03/2014 Nijlen	<b>24.57.11</b> Jan Van Genechten 24/03/2012 Nijlen	<b>21.06.66</b> Luc Stappaerts 30/11/2014 Gosselies	<b>20.10.54</b> Davy Aerts 22/03/2014 Nijlen
100 WS	<b>01.02.01</b> Mattias Willems 21/03/2015 Nijlen	<b>01.04.37</b> Dominique Coudenys	<b>01.02.42</b> Philip Smans 2000	<b>01.05.85</b> Dominique Coudenys 03/10/2004 Lokeren	<b>01.15.98</b> Bart Liekens 16/03/2019 Nijlen	<b>01.21.52</b> Carl Van Tongerlo 13/10/2013 Verviers	<b>01.28.59</b> Jos Blockhuys
200 WS	<b>02.16.02</b> Mattias Willems 21/03/2015 Nijlen	<b>02.19.93</b> Mattias Willems 19/03/2016 Nijlen	<b>02.15.48</b> Philip Smans 2000	<b>02.19.96</b> Philip Smans 08/10/2006 Verviers	<b>02.23.17</b> Philip Smans 30/09/2012 Wachtebeke	<b>03.35.01</b> Willy Hendrickx 25/11/2006 Lokeren	<b>03.33.45</b> Willy Hendrickx 21/03/2009 Nijlen
400 WS	<b>05.01.54</b> Samuel Lembrechts 19/03/2016 Nijlen	<b>04.59.07</b> Dominique Coudenys	<b>04.59.23</b> Dominique Coudenys 1999	<b>05.37.09</b> Dominique Coudenys 05/12/2004 Seraing	<b>08.37.35</b> Filip Timmermans 07/12/2003 Seraing	<b>08.02.81</b> Willy Hendrickx 02/12/2006 Charleroi	<b>08.06.24</b> Willy Hendrickx 29/11/2009 Oostende

	55 tot 59 (G)	60 tot 64 (H)	65 tot 69 (I)	70 tot 74 (J)	75 tot 79 (K)	80 tot 84 (L)	85 tot 89 (M)
50 VI	<b>00.42.92</b> Willy Hendrickx 28/01/2017 Kapellen	<b>00.46.44</b> Willy Hendrickx 26/01/2019 Kapellen					
100 VI	<b>01.54.10</b> Willy Hendrickx 17/03/2018 Nijlen	<b>01.59.33</b> Willy Hendrickx 16/03/2019 Nijlen					
200 VI							
50 Rug	<b>00.47.52</b> Filip Timmermans 27/01/2019 Kapellen				<b>00.53.59</b> Hugo Speelmans 09/10/2005 Beveren	<b>00.56.92</b> Hugo Speelmans 04/07/2008 Frankrijk	
100 Rug	<b>01.45.19</b> Filip Timmermans 26/01/2019 Kapellen				<b>02.04.59</b> Hugo Speelmans 02/10/2005 Lokeren	<b>02.09.06</b> Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers	
200 Rug	<b>03.43.57</b> Filip Timmermans 16/03/2019 Nijlen					<b>04.47.81</b> Hugo Speelmans 08/05/2009 Eindhoven	
50 SS		<b>00.50.27</b> Louis Vekemans	<b>00.49.97</b> Jos Lopes	<b>00.52.89</b> Jos Lopes	<b>00.57.91</b> Hugo Speelmans 02/10/2005 Lokeren	<b>00.59.80</b> Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers	
100 SS	<b>02.00.65</b> Louis Vekemans					<b>02.41.26</b> Hugo Speelmans 12/10/2008 Wachtebeke	
200 SS							
50 Vrij	<b>00.31.59</b> Marc Adriaensen 16/02/2019 Geel	<b>00.35.07</b> Jos Lopes	<b>00.35.18</b> Jos Lopes	<b>00.36.58</b> Jos Lopes	<b>00.40.26</b> Jos Lopes 25/09/2004 Merksem	<b>00.43.08</b> Hugo Speelmans 12/10/2008 Wachtebeke	
100 Vrij	<b>01.18.00</b> Willy Hendrickx 17/05/2014 Aartselaar	<b>01.24.98</b> Willy Hendrickx 23/03/2019 Mol	<b>01.21.62</b> Jos Lopes	<b>01.26.46</b> Jos Lopes	<b>01.31.97</b> Jos Lopes 02/10/2005 Lokeren	<b>01.47.76</b> Hugo Speelmans 10/05/2009 Eindhoven	
200 Vrij	<b>02.59.97</b> Willy Hendrickx 17/05/2014 Aartselaar	<b>03.02.39</b> Willy Hendrickx 23/03/2019 Mol	<b>03.26.84</b> Jos Lopes	<b>03.33.65</b> Jos Lopes	<b>03.42.45</b> Jos Lopes 25/09/2004 Merksem	<b>04.48.92</b> Hugo Speelmans 20/06/2009 Berchem	
400 Vrij	<b>06.24.43</b> Filip Timmermans 21/01/2016 Papendrecht	<b>06.44.94</b> Willy Hendrickx 23/03/2019 Mol					
800 Vrij	<b>13.15.21</b> Marc Adriaensen 16/03/2019 Nijlen						
1500 Vrij	<b>25.46.98</b> Filip Timmermans 21/01/2016 Papendrecht						
100 WS	<b>01.39.58</b> Willy Hendrickx 28/01/2017 Kapellen	<b>01.44.55</b> Willy Hendrickx 26/01/2019 Kapellen			<b>02.31.14</b> Hugo Speelmans 01/10/2006 Lokeren	<b>02.26.78</b> Hugo Speelmans 05/10/2008 Verviers	
200 WS	<b>03.49.75</b> Willy Hendrickx 17/03/2018 Nijlen	<b>03.55.71</b> Willy Hendrickx 16/03/2019 Nijlen					
400 WS	<b>08.19.61</b> Willy Hendrickx 17/03/2018 Nijlen	<b>08.19.55</b> Willy Hendrickx 16/03/2019 Nijlen					