

Ward		Indoor					Outdoor												
		400m	800m	1000m	1500m	mijl	300m	400m	800m	1000m	1500m	mijl	2000m	3000m	2 mijl	5000m	10.000	steeple	marathon
15/aug																		6'31"70	
3/aug																		6'38"87	
20/jul									2'40"07										
11/jul										4'12"63									
3/jul										4'07"93									
5/jun								2'02"24											
29/mei										4'10"48									
16/mei										4'19"0									
9/mei								2'04"22											
25/apr														9'14"03					
2009-2010	sch																		
12/sep										4'21"02									
6/sep																	4'34"28		
15/aug																	4'40"27		
8/aug										4'18"78									
26/jul										4'12"62									
7/jul																	4'38"52		
1/jun																	4'40"06		
21/mei										4'16"00									
10/mei										4'18"23									
26/apr										4'17"46									
2008-2009	cad																		
5/okt													6'21"54						
14/sep																	4'47"45		
7/sep																	4'46"38		
30/aug										4'25"28									
15/aug																	4'49"66		
29/jul																	4'45"72		
21/jul									2'52"79										
8/jul								2'14"20											
1/jun											4'51"38								
24/mei										4'32"00									
16/mei										4'30"94									
4/mei										4'27"79									
27/apr										4'34"00									
20/apr	584							2'14"48											
2007-2008	cad																		

Ward		Indoor					Outdoor												
		400m	800m	1000m	1500m	mijl	300m	400m	800m	1000m	1500m	mijl	2000m	3000m	2 mijl	5000m	10.000	steeple	marathon
2008-2009	cad									4'12"62							4'34"28		
2007-2008	cad							2'14"20	2'52"79	4'25"28	4'51"38	6'21"54					4'45"72		
2006-2007	min								2'59"84										
2005-2006	min						47"37			3'04"68									
2004-2005	pup									3'10"32									
2003-2004	pup									3'14"81									

Veldlopen									
			plaats:		aantal deelnemers:				
10/jan		Maldegem	plaats:	5	aantal deelnemers:		4290		15'08
3/jan		CC Hulshout	plaats:	opgave	aantal deelnemers:				
20/dec		CC Brussel	plaats:	11	aantal deelnemers:		4000		15'29
		Tilburg	plaats:	18	aantal deelnemers:				15'18
8/nov		CC Roeselare	plaats:	9	aantal deelnemers:		4100		14'01
2009-2010	sch								
1/mrt		BK Oostende	plaats:	2	aantal deelnemers:	86	2800m		9'03
15/feb		CC Dour	plaats:	3	aantal deelnemers:	51	3000m		10'44
8/feb		PK Lennik	plaats:	1	aantal deelnemers:	26	3150m		11'20
25/jan		CC Hanuut	plaats:	1	aantal deelnemers:	39	3000m		9'31
11/jan		CC Hulshout	plaats:	3	aantal deelnemers:	49	2990m		9'41
8/dec		Wespelaar	plaats:	1	aantal deelnemers:	28	3000m		10'08
30/nov		CC Roeselare	plaats:	6	aantal deelnemers:	52	2810m		10'38
9/nov		CC Mol	plaats:	1	aantal deelnemers:	57	2600m		8'58
2008-2009	cad								

Palmares	
2009 - 2010 - 1ste jaar scholier	
2008 - 2009 - 2de jaar cadet	Goud - Provinciaal kampioenschap veldlopen Zilver - Belgisch kampioenschap veldlopen Goud - Provinciaal kampioenschap steeple Goud - Vlaams kampioenschap steeple Goud - Belgisch kampioenschap steeple
2007 - 2008 - 1ste jaar cadet	