

Prestatieverloop																			
Ward		Indoor						Outdoor											
		400m	800m	1000m	1500m	mijl	300m	400m	800m	1000m	1500m	mijl	2000m	3000m	2 mijl	5000m	10.000	steeple	marathon
2009-2010	sch								2'02"24	2'40"07	4'07"93			9'14"03				6'28"33	
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										

Ward		Indoor						Outdoor											
		400m	800m	1000m	1500m	mijl	300m	400m	800m	1000m	1500m	mijl	2000m	3000m	2 mijl	5000m	10.000	steeple	marathon
2010-2011	sch																		
18/sep																		6'28"33	
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																		

Palmares

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