

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

Onderstaande lijst is helaas niet compleet, vooral prestaties van voor 1975 ontbreken, en dan voornamelijk de zilveren en bronzen medailles.

## Legenda

Goud
Zilver
Brons

## Overzichten Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

### Senioren + Junioren A/B

#### per categorie

Mannen	6	10	4	20
Vrouwen	14	15	15	44
Jongens A	29	21	23	73
Meisjes A	21	10	13	44
Jongens B	11	16	13	40
Meisjes B	12	12	7	31
<b>Totaal</b>	<b>93</b>	<b>84</b>	<b>75</b>	<b>252</b>

update: t/m 1 maart 2012, voor zover bekend



#### per discipline

Baan	51	55	50	156
Indoor	14	17	15	46
Cross	23	7	9	39
Weg	5	5	1	11
<b>Totaal</b>	<b>93</b>	<b>84</b>	<b>75</b>	<b>252</b>

#### per onderdeel (baan + indoor)

60m	2	3	0	5
100m	2	2	1	5
200m	5	4	1	10
400m	4	4	1	9
800m	5	1	6	12
1500m	6	4	5	15
3000m	3	9	3	15
5000m	2	0	2	4
10000m	1	0	0	1
korte horden	1	0	2	3
lange horden	2	5	2	9
steeple	0	2	2	4
4x100m	1	1	0	2
4x400m	0	3	5	8
4x800m	4	2	5	11
hoog	4	4	4	12
polshoog	0	3	2	5
ver	1	2	4	7
hinkstap	0	0	2	2
kogel	2	3	3	8
discus	2	6	2	10
speer	11	4	5	20
kogelslingeren	3	7	3	13
meerkamp	2	1	1	4
clubcompetitie	2	2	4	8
<b>Totaal</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	<b>65</b>	<b>202</b>

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond per persoon (alleen individuele onderdelen)

1	Annie vd Kerkhof	13	7	3	23
2	Rinske Daniëls	8	3	1	12
3	Johan v Lieshout	8	1	3	12
4	Tonnie v Uden	4	0	0	4
5	Lotte Jacobs	3	6	2	11
6	Eefje v Mourik	3	6	1	10
7	Kees Verspaget	3	3	3	9
8	Jacky Winkelman	3	0	3	6
9	Annet Bezemer	2	4	4	10
10	Leon Merx	2	3	1	6
11	Sandra vd Sommen	2	2	0	4
12	Bob Dielis	2	1	2	5
13	Theo Goossens	2	1	0	3
14	Natascha vd Linden	2	0	2	4
15	Erik v Lieshout	2	0	0	2
	Jan Benders	2	0	0	2
17	Harjan v Berlo	1	7	4	12
18	Rob v Bokhoven	1	5	1	7
19	Pauline vd Roest	1	2	3	6
20	Cor Vriend	1	2	0	3
	Anneke Sijbers	1	2	0	3
22	Peter v Dijk	1	1	2	4
23	Glenn v Uden	1	1	0	2
24	Fridie Meulendijks	1	0	1	2
	Rens Eygermans	1	0	1	2
26	Janus vd Wildenberg	1	0	0	1
	Riet Slegers	1	0	0	1
	Astrid Smits	1	0	0	1
	Hans v Kuijen	1	0	0	1
	Ben v Stiphout	1	0	0	1
31	Willie Leenders	0	3	0	3
32	Martijn Peters	0	2	1	3
	Yuri Benders	0	2	1	3
34	Gijs Jacobs	0	2	0	2
35	Niek de Groot	0	1	2	3
36	Rob Haver	0	1	1	2
	Rino Raymakers	0	1	1	2
	Sandra Royackers	0	1	1	2
39	Henk v Hoek	0	1	0	1
	Marco vd Zwan	0	1	0	1
	Bart vd Zanden	0	1	0	1
	Esther Arts	0	1	0	1
43	Suzanne Wiertsema	0	0	3	3
44	Maarten v Berlo	0	0	2	2
	Olof Buelens	0	0	2	2
	Marieke Muskens	0	0	2	2
47	Wilfried de Haas	0	0	1	1
	Henk de Louw	0	0	1	1
	Carla v Herpen	0	0	1	1
	Roel Raaymakers	0	0	1	1
	Ineke Sijbers	0	0	1	1
	Johan v Dooren	0	0	1	1
	Erwin Kempkens	0	0	1	1
	Anja Bunthof	0	0	1	1

Naam	Onderdeel	Categorie	Prestatie	Plaats	Jaar	Kampioenschap
1 Janus vd Wildenberg	cross	JA		1e	1950	NK cross
2 Gerard Sonnemans	5000m	Mannen B	15.49.6	1e	1953	NK baan B atleten
3 Martien van Wetten	cross ploeg	JA		1e	1954	NK cross
Albert vd Heyden						
Jan Ummels						
4 Frans Jacobs	cross ploeg	JA		1e	1957	NK cross
Leo Aarts						
Rien v Schijndel						
5 Theo Roelofs	cross	Mannen B		1e	1957	NK cross
6 Koos Ummels	400m	Mannen B	51.0	1e	1959	NK baan B atleten

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

7	Jan Moors	hinkstap	Mannen B	12.84	1e	1959 NK baan B atleten	
8	Koos Ummels	400h	Mannen B	58.8	1e	1960 NK baan B atleten	
9	Pieter Vriends	hoog	Mannen B	1.73	1e	1960 NK baan B atleten	
10	Theo Roelofs Koos Legierse Wiel Naus	cross ploeg	Mannen		1e	1961 NK cross	Dordrecht
11	Willie Verhees	400m	Mannen B	51.4	1e	1961 NK baan B atleten	
12	Pieter Vriends	110h	Mannen B	16.1	1e	1961 NK baan B atleten	
13	Riet Slegers	cross	Vrouwen		1e	1963 NK cross	Heerlen
14	Jan Ummels	400h	Mannen B	57.8	1e	1963 NK baan B atleten	
15	Tonnie v Uden	cross	JB		1e	1966 NK cross	Apeldoorn
16	Tonnie v Uden	1500m	JB	4.05.8	1e	1966 NK baan junioren	
17	Astrid Smits	60h	MB	9.9	1e	1966 NK baan junioren	
18	Tonnie v Uden	1500m	JA	4.04.2	1e	1967 NK baan junioren	
19	Erik v Lieshout	cross	JB		1e	1967 NK cross	
20	Astrid Smits Maureen Smits Gerrie vd Linden Anita vd Linden Mieke Strijbosch Carla Joosten Louise Henraat Annie vd Kerkhof	comp. 2e klasse	MA		1e	1967 NK baancompetitie	
21	Tonnie v Uden Jan Melis Bennie vd Elsen	cross ploeg	JA		1e	1968 NK cross	Helmond
22	Annie vd Kerkhof	cross	MB		1e	1968 NK cross	Helmond
23	Tonnie v Uden	1500m	JA	4.01.2	1e	1968 NK baan junioren	
24	Annie vd Kerkhof	600m	MB	1.41.1	1e	1968 NK baan junioren	
25	HAC	4x800m	JA	8.05.3	1e	1968 NK estafette	
26	Cor vd Burgt Bennie v Stiphout Willie Swinkels	cross ploeg	JA		1e	1969 NK cross	Tegelen
27	Annie vd Kerkhof	cross	MA		1e	1969 NK cross	Tegelen
28	Hans v Kuijen	400h	JA	58.9	1e	1969 NK baan junioren	Leeuwarden
29	Jan Benders	speer	JB	53.12	1e	1969 NK baan junioren	Leeuwarden
30	Annie vd Kerkhof	800m	MA	2.15.3	1e	1969 NK baan junioren	Leeuwarden
31	Erik v Lieshout	800m	JA		1e	1969 NK indoor	
32	Bennie v Stiphout Hans vd Hurk Willie Swinkels	cross ploeg	JA		1e	1970 NK cross	Harderwijk
33	Annie vd Kerkhof	cross	MA		1e	1970 NK cross	Harderwijk
34	Bennie v Stiphout	cross	JA		1e	1970 NK cross	Harderwijk
35	Jan Benders	speer	JA	61.46	1e	1970 NK baan junioren	
36	Annie vd Kerkhof	800m	MA	2.13.3	1e	1970 NK baan junioren	
37	Hans Mens Hendrik Relou Gerrit Rijkers	cross ploeg	JA		1e	1972 NK cross	Dwingeloo
38	Kees Verspagnet	hoog	JB	1.95	1e	1975 NK indoor	
39	Kees Verspagnet	hoog	JB	2.03	1e	1975 NK baan junioren	
40	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		2e	1975 NK cross	Reusel
41	Annie vd Kerkhof	3000m	Vrouwen	9.32.0	2e	1975 NK baan	
42	Carla v Herpen Tanja v Wouden Tonny Raaymakers Bea Smits	4x100m	MA	51.6	2e	1975 NK estafette	
43	Wilma v Esdonk Carla v Herpen Ellen vd Hoven	3x800m	MA	7.43.7	3e	1975 NK estafette	
44	Rob v Bokhoven	speer	JB	47.76	3e	1975 NK baan junioren	
45	Wilfried de Haas	400h	JA	1.00.1	3e	1975 NK baan junioren	
46	Henk de Louw	speer	JA	54.40	3e	1975 NK baan junioren	
47	Carla v Herpen	cross	MB		3e	1975 NK cross	Reusel
48	Kees Verspagnet	hoog	JA	2.05	1e	1976 NK indoor	
49	Annie vd Kerkhof	1500m	Vrouwen	4.31.3	1e	1976 NK baan	
50	Fridie Meulendijks	400m	Vrouwen	55.00	1e	1976 NK baan	
51	Annie vd Kerkhof	4x800m	Vrouwen	9.09.2	1e	1976 NK estafette	

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

Drina Hendriks Fridie Meulendijks Carla v Herpen						
52	HAC	2e klasse	JA	6884	1e	1976 junioren competitie
53	Rob v Bokhoven	speer	JB	56.52	2e	1976 NK baan junioren Amsterdam
54	Rob v Bokhoven	kogelslingeren	JB	32.08	2e	1976 NK baan junioren Amsterdam
55	Kees Verspaget	hoog	JA	1.95	2e	1976 NK baan junioren Amsterdam
56	Theo Goossens	discus	JA	44.44	2e	1976 NK baan junioren Amsterdam
57	Carla v Herpen Fridie Meulendijks Annie vd Kerkhof Bea Smits	4x400m	Vrouwen	3.55.2	3e	1976 NK estafette
58	HAC	2e klasse	MA	5652	3e	1976 junioren competitie
59	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		1e	1977 NK cross Westerhoven eurostr.
60	Theo Goossens	discus	JA	49.74	1e	1977 NK baan junioren Vught
61	Theo Goossens	kogelslingeren	JA	47.66	1e	1977 NK baan junioren Vught
62	Annie vd Kerkhof Carla v Herpen Fridie Meulendijks Petra vd Kerkhof	4x800m	Vrouwen	9.29.2	1e	1977 NK estafette
63	Rob v Bokhoven	speer	JA	59.36	2e	1977 NK baan junioren Vught
64	Rob Haver	400m	JA	50.1	2e	1977 NK baan junioren Vught
65	Annie vd Kerkhof	3000m	Vrouwen	9.18.4	2e	1977 NK baan Sittard
66	Annie vd Kerkhof	1500m	Vrouwen	4.23.2	2e	1977 NK baan Sittard
67	Rob v Bokhoven	speer	Mannen	64.58	2e	1977 NK baan Sittard
68	Frank Hanssen Henri vd Velden Ad Jacobs Rob Haver	4x400m	JA	3.35.2	2e	1977 NK estafette
69	Kees Verspaget	hoog	JA	1.95	3e	1977 NK indoor
70	Rob Haver	hinkstap	JA	12.59	3e	1977 NK indoor
71	Roel Raaymakers	cross	JA		3e	1977 NK cross Westerhoven eurostr.
72	Kees Verspaget	hoog	JA	1.90	3e	1977 NK baan junioren Vught
73	Fridie Meulendijks	400m	Vrouwen	55.35	3e	1977 NK baan Sittard
74	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		1e	1978 NK cross Helmond
75	Rob v Bokhoven	speer	JA	66.94	1e	1978 NK baan junioren Haarlem
76	Willie Leenders	kogelslingeren	JA	44.82	2e	1978 NK baan junioren Haarlem
77	Cor Vriend	marathon	Mannen	2.14.32	2e	1978 NK marathon Sneek
78	Henri vd Velden Ad Jacobs Peter v Berlo Rob Haver	4x400m	JA	3.31.0	2e	1978 NK estafette
79	HAC	hoofdklasse	Mannen	27750	2e	1978 NK clubcompetitie Den Haag
80	Kees Verspaget	hoog	Mannen	2.05	2e	1978 NK baan Groningen
81	Niek de Groot	polshoog	JB	3.70	3e	1978 NK baan junioren Haarlem
82	Annie vd Kerkhof	3000m	Vrouwen	9.34.7	3e	1978 NK baan Groningen
83	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		1e	1979 NK cross Zevenaar
84	Niek de Groot	polshoog	JB	3.80	2e	1979 NK indoor Zwolle
85	Cor Vriend	marathon	Mannen	2.18.43	2e	1979 NK marathon Enschede
86	Rob v Bokhoven	speer	Mannen	64.04	2e	1979 NK baan
87	Kees Verspaget	hoog	Mannen	2.05	3e	1979 NK indoor Zwolle
88	Niek de Groot	polshoog	JB	4.00	3e	1979 NK baan junioren Groningen
89	Cor Vriend	25 km	Mannen	1.18.01	1e	1980 NK weg Rotterdam
90	Rens Eygermans	hoog	JB	1.90	1e	1980 NK baan junioren Groningen
91	Kees Verspaget	hoog	Mannen	2.00	2e	1980 NK indoor Zwolle
92	Harjan v Berlo	polshoog	JB	3.70	2e	1980 NK indoor Zwolle
93	Harjan v Berlo	polshoog	JB	4.00	2e	1980 NK baan junioren Groningen
94	Harjan v Berlo	kogel	JB	15.56	2e	1980 NK baan junioren Groningen
95	Harjan v Berlo	discus	JB	47.98	2e	1980 NK baan junioren Groningen
96	Willie Leenders	kogelslingeren	Mannen	52.08	2e	1980 NK baan Sittard
97	Harjan v Berlo	kogel	JB	14.28	3e	1980 NK indoor Zwolle
98	Harjan v Berlo	9 kamp	JB	5661	3e	1980 NK meerkamp Zwolle
99	Harjan v Berlo	kogel	JA	14.90	1e	1981 NK indoor Zwolle
100	Jacky Winkelman	cross	MA		1e	1981 NK cross Wassenaar
101	Jacky Winkelman Nicole Engels Janneke Hermans	cross ploeg	MA		1e	1981 NK cross Wassenaar

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

Mirjam v Bakel							
102	Leon Merkx	kogel	JB	15.30	1e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
103	Leon Merkx	discus	JB	51.70	1e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
104	Jacky Winkelman	800m	MA	2.08.0	1e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
105	Jacky Winkelman	1500m	MA	4.26.7	1e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
106	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		2e	1981 NK cross	Wassenaar
107	Leon Merkx	kogelslingeren	JB	41.10	2e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
108	Harjan v Berlo	discus	JA	50.26	2e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
109	Margret Sandbrink Annie vd Kerkhof Conny vd Broek Jacky Winkelman	4x800m	Vrouwen	9.11.72	2e	1981 NK estafette	Vught
110	Annie vd Kerkhof	15 km	Vrouwen	56.16	2e	1981 NK weg	Schoonhoven
111	Leon Merkx	kogel	JB	14.01	3e	1981 NK indoor	Zwolle
112	Harjan v Berlo	kogel	JA	15.08	3e	1981 NK baan junioren	Nijmegen
113	HAC	1e klasse	JA	14351	3e	1981 Clubcompetitie	Sittard
114	Jacky Winkelman Margret Sandbrink Dorien Hendrikx	cross ploeg	Vrouwen		1e	1982 NK cross	Norg
115	Annie vd Kerkhof	marathon	Vrouwen	2.37.28	1e	1982 NK marathon	Amsterdam
116	Harjan v Berlo	kogel	JA	15.56	2e	1982 NK indoor	Zuid Laren
117	Henk v Hoek	marathon	Mannen	2.20.26	2e	1982 NK marathon	Amsterdam
118	Harjan v Berlo	kogel	JA	15.89	2e	1982 NK baan junioren	Vught
119	Leon Merkx	discus	JA	49.66	2e	1982 NK baan junioren	Vught
120	Willie Leenders	kogelslingeren	Mannen	53.54	2e	1982 NK baan	Amsterdam
121	Annie vd Kerkhof	15 km	Vrouwen	52.19.7	2e	1982 NK weg	Utrecht
122	HAC	1e klasse	JA	14507	2e	1982 Clubcompetitie	Amsterdam
123	Rens Eygermans	hinkstap	JA	13.28	3e	1982 NK indoor	Zuid Laren
124	Maarten v Berlo	60h	JB	8.54	3e	1982 NK indoor	Zuid Laren
125	Jacky Winkelman	cross	Vrouwen		3e	1982 NK cross	Norg
126	Gonnie Migchels Margret Sandbrink Annie vd Kerkhof Jacky Winkelman	4x800m	Vrouwen	9.11.0	3e	1982 NK estafette	Zwolle
127	Harjan v Berlo	discus	JA	49.56	3e	1982 NK baan junioren	Vught
128	Maarten v Berlo	110h	JB	14.7	3e	1982 NK baan junioren	Vught
129	Bob Dielis	3000m	JB	9.00.1	3e	1982 NK baan junioren	Vught
130	Annie vd Kerkhof	10 km	Vrouwen		1e	1983 NK weg	
131	Leon Merkx	discus	JA	48.30	2e	1983 NK junioren	Leiden
132	Jacky Winkelman	cross	Vrouwen		3e	1983 NK cross	Eibergen
133	Bob Dielis	5000m	JA	15.28.	3e	1983 NK junioren	Leiden
134	Bob Dielis Ton Helsper Guus v Wouden	cross ploeg	JA		1e	1984 NK cross	Bergen op Zoom
135	Bob Dielis	5000m	JA	14.43.06	1e	1984 NK baan junioren	Amsterdam
136	Bob Dielis	15 km	JA	48.08	1e	1984 NK weg	Roermond
137	Anneke Sijbers	400m	MB	1.00.14	1e	1984 NK indoor	Zuid Laren
138	Sandra vd Sommen	speer	MB	43.76	1e	1984 NK baan junioren	Amsterdam
139	Sandra vd Sommen	7 kamp	MB	5229	1e	1984 NK meerkamp	Haarlem
140	Sandra vd Sommen	5 kamp	MB	3483	2e	1984 NK indoor meerkamp	Zwolle
141	Bob Dielis	cross	JA		2e	1984 NK cross	Bergen op Zoom
142	Sandra vd Sommen	300h	MB	44.55	2e	1984 NK baan junioren	Amsterdam
143	Anneke Sijbers	400m	MB	58.5	2e	1984 NK baan junioren	Amsterdam
144	Sandra vd Sommen Anneke Sijbers Annet Bezemer Angelique vd Kerkhof	4x400m	MB	4.04.62	2e	1984 NK estafette	Roosendaal
145	Annie vd Kerkhof	cross	Vrouwen		3e	1984 NK cross	Bergen op Zoom
146	Jacky Winkelman	800m	Vrouwen	2.06.40	3e	1984 NK baan	Sittard
147	Guus v Wouden Rob Kusters Johan Verhagen Bob Dielis	4x800m	JA	7.53.7	3e	1984 NK estafette	Roosendaal
148	Annie vd Kerkhof	10000m	Vrouwen	34.45.4	1e	1985 NK baan	
149	Johan v Lieshout	speer	JB	58.48	1e	1985 NK baan junioren	
150	Annet Bezemer	1500m	MB	4.42.56	2e	1985 NK indoor	Maastricht
151	Anneke Sijbers	200m	MA	26.57	2e	1985 NK indoor	Maastricht

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

152	Annet Bezemer	cross	MB		3e	1985 NK cross	Schaesberg
153	Annie vd Kerkhof	5000m	Vrouwen	17.01.8	3e	1985 NK baan 5000m	
154	Johan v Lieshout	werpdriekamp	JB	2410p	1e	1986 NK werpmeerkamp	Utrecht
155	Annet Bezemer	1500m	MA	4.48.0	2e	1986 NK indoor	Zuid Laren
156	Ineke Sijbers	200m	MB		3e	1986 NK indoor	Zuid Laren
157	Johan v Dooren	800m	JB	2.04.5	3e	1986 NK junioren	Lisse
158	Rino Raymakers	1500steeple	JB	4.31	3e	1986 NK junioren	Lisse
159	Pauline vd Roest	ver	MB	5.41	3e	1986 NK junioren	Lisse
160	Danny Hoedemakers Johan Verhagen Johan v Dooren Peter v Dijk	4x800m	JA	8.00.27	3e	1986 NK estafette	Groningen
161	Annet Bezemer Leonie Donkers Anneke Sijbers Ineke Sijbers	4x400m	MA	4.00.82	3e	1986 NK estafette	Groningen
162	Annet Bezemer	cross	MA		3e	1986 NK cross	
163	Johan v Lieshout	speer	JA	66.48	1e	1987 NK baan junioren	Vught
164	Peter v Dijk	800m	JB	1.57.67	2e	1987 NK baan junioren B	Hoorn
165	Rino Raymakers	2000steeple	JA	5.58.51	2e	1987 NK baan junioren	Vught
166	Johan v Lieshout	discus	JA	49.62	2e	1987 NK baan junioren	Vught
167	Annet Bezemer	3000m	MA	10.10.85	2e	1987 NK baan junioren	Vught
168	Pauline vd Roest	ver	MA	5.75	2e	1987 NK baan junioren	Vught
169	Johan v Dooren Danny Hoedemakers Peter v Dijk Rino Raymakers	4x800m	JA	7.56.25	2e	1987 NK estafette	Rotterdam
170	Olof Buelens	1500steeple	JB	4.37.06	3e	1987 NK baan junioren B	Hoorn
171	Johan v Lieshout	speer	Mannen	67.88	3e	1987 NK baan	Leiden
172	Peter v Dijk	800m	JB	2.01.51	3e	1987 NK indoor	Den Haag
173	Peter v Dijk Johan v Dooren Olof Buelens Franklin v Uden	4x800m	JA	7.49.76	1e	1988 NK estafette	Lisse
174	Leonie Donkers Ineke Sijbers José v Griensven Pauline vd Roest	4x100m	MA	48.38	1e	1988 NK estafette	Lisse
175	Annet Bezemer	3000m	MA	10.03.19	1e	1988 NK baan junioren	Krommenie
176	Annet Bezemer	10000m	MA	37.08.4	1e	1988 NK weg	Amersfoort
177	Johan v Lieshout	speer	JA	64.34	1e	1988 NK baan junioren	Krommenie
178	Rino Raymakers Peter v Dijk Olof Buelens	cross ploeg	JA		1e	1988 NK cross	Landgraaf
179	Pauline vd Roest	ver	MA	5.78	1e	1988 NK indoor	Den Haag
180	Annet Bezemer	cross	MA		2e	1988 NK cross	Landgraaf
181	Rino Raymakers	3000steeple	JA	9.36.99	2e	1988 NK baan junioren	Krommenie
182	Rino Raymakers	3000m	JA	8.48.2	2e	1988 NK indoor	Den Haag
183	Pauline vd Roest	ver	MA	5.66	3e	1988 NK baan junioren	Krommenie
184	Erwin Kempkens	kogelslingeren	JA	50.78	3e	1988 NK baan junioren	Krommenie
185	Johan v Lieshout	speer	Mannen	66.96	3e	1988 NK baan	Groningen
186	Peter v Dijk Olof Buelens Franklin v Uden Johan v Dooren	4x400m	JA	3.22.84	3e	1988 NK estafette	Lisse
187	Peter v Dijk	1500m	JA	4.04.85	3e	1988 NK indoor	Den Haag
188	Annet Bezemer	1500m	MA	4.33.86	3e	1988 NK indoor	Den Haag
189	HAC	1e klasse	JA	14.14.5	3e	1988 NK junioren competitie	Den Haag
190	Peter v Dijk	1500m	JA	4.00.60	1e	1989 NK indoor	Den Haag
191	Marco vd Zwan	200m	JB	23.67	2e	1989 NK indoor	Den Haag
192	Pauline vd Roest	ver	MA	5.92	2e	1989 NK indoor	Den Haag
193	Olof Buelens	1500m	JA	4.04.02	3e	1989 NK indoor	Den Haag
194	Annet Bezemer	1500m	Vrouwen	4.35.48	3e	1989 NK indoor	Den Haag
195	Pauline vd Roest	ver	MA	5.74	3e	1989 NK baan junioren	Bergen op Zoom
196	Suzanne Wiertsema	800m	MA	2.17.41	3e	1989 NK baan junioren	Bergen op Zoom
197	Suzanne Wiertsema	800m	MA	2.14.91	3e	1990 NK baan junioren	Leiden
198	Johan v Lieshout	speer	Mannen	69.48	3e	1990 NK baan	

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

199	Suzanne Wiertsema	800m?	MA		3e	1990 NK indoor	Den Haag
200	Glenn v Uden	400m	JA	50.87	1e	1991 NK indoor	Den Haag
201	Glenn v Uden	400m	JA	49.18	2e	1991 NK baan junioren	Alphen a/d Rijn
202	Eefje v Mourik	400m	MB	57.54	2e	1991 NK baan junioren	Alphen a/d Rijn
203	Eefje v Mourik	300h	MB	45.07	2e	1991 NK baan junioren	Alphen a/d Rijn
204	Johan v Lieshout	speer	Mannen	74.30	1e	1992 NK baan	Helmond
205	Eefje v Mourik	400m	MB	56.99	1e	1992 NK baan junioren	Breda
206	Eefje v Mourik	ver	MB	5.56	3e	1992 NK baan junioren	Breda
207	Eefje v Mourik	400h	MA	63.66	1e	1993 NK baan junioren	Groningen
208	Johan v Lieshout	speer	Mannen	74.40	1e	1993 NK baan	Amsterdam
209	Johan v Lieshout	speer	Mannen	73.70	1e	1994 NK baan	Assen
210	Johan v Lieshout	speer	Mannen	77.60	1e	1995 NK baan	Bergen op Zoom
211	Marieke Muskens	cross	MB		3e	1995 NK cross	
212	Marieke Muskens	3000m	MA	11.00.33	3e	1996 NK baan junioren	Hoorn
213	Rinske Daniëls	60m	MB	7.91	2e	1997 NK indoor junioren	Den Haag
214	Rinske Daniëls	100m	MB	12.43	2e	1997 NK baan junioren	Amsterdam
215	Rinske Daniëls	60m	MB	7.74	1e	1998 NK indoor	Den Haag
216	Rinske Daniëls	200m	MB	24.78	1e	1998 NK indoor	Den Haag
217	Bart vd Zanden	hoog	JB	1.90	2e	1998 NK indoor	Den Haag
218	Eefje v Mourik	200m	Vrouwen	24.74	2e	1998 NK baan	Groningen
219	Rinske Daniëls	100m	MB	12.39	2e	1998 NK baan junioren	Vught
220	Rinske Daniëls	100m	MB	12.49	1e	1999 NK baan junioren	Zevenaar
221	Rinske Daniëls	200m	MB	24.92	1e	1999 NK baan junioren	Zevenaar
222	HAC	2e klasse	JA	6354	3e	1999 NK junioren competitie	Helmond
223	Rinske Daniëls	60m	MA	7.86	1e	2000 NK indoor	Gent (B)
224	Rinske Daniëls	200m	MA	24.95	1e	2000 NK indoor	Gent (B)
225	Rinske Daniëls	100m	MA	12.11	1e	2000 NK baan junioren	Hengelo
226	Rinske Daniëls	200m	MA	24.77	1e	2000 NK baan junioren	Hengelo
227	Sandra Royackers	60m	Vrouwen	7.73	2e	2000 NK indoor	Gent (B)
228	Eefje v Mourik	400h	Vrouwen	60.00	2e	2000 NK baan	Amsterdam
229	Eefje v Mourik	200m	Vrouwen	24.57	2e	2000 NK baan	Amsterdam
230	Sandra Royackers	hoog	Vrouwen	1.65	3e	2000 NK indoor	Gent (B)
231	Rinske Daniëls	100m	Vrouwen	12.01	3e	2000 NK baan	Amsterdam
232	Anja Bunthof	korte cross	Vrouwen		3e	2000 NK cross	Heythuysen
233	Eefje v Mourik	200m	Vrouwen	24.66	1e	2001 NK indoor	Gent (B)
234	Eefje v Mourik	60m	Vrouwen	7.61	2e	2001 NK indoor	Gent (B)
235	Martijn Peters	400h	JB	57.16	2e	2003 NK baan junioren	Lisse
236	Natascha vd Linden	kogelslingeren	MB	40.97	3e	2003 NK baan junioren	Lisse
237	Natascha vd Linden	kogelslingeren	MB	46.42	1e	2004 NK baan junioren	Sittard
238	Gijs Jacobs	1500m	JB	4.16.93	2e	2004 NK baan junioren	Sittard
239	Gijs Jacobs	3000m	JB	8.56.22	2e	2004 NK baan junioren	Sittard
240	Martijn Peters	400h	JA	54.97	2e	2004 NK baan junioren	Sittard
241	Lotte Jacobs	cross	MB		2e	2005 NK cross	Heythuysen
242	Lotte Jacobs	3000m	MB	10.35.18	2e	2005 NK baan junioren	Helmond
243	Yuri Benders	kogelslingeren	JB	46.43	2e	2005 NK baan junioren	Helmond
244	Martijn Peters	400h	JA	55.05	3e	2005 NK baan junioren	Helmond
245	Natascha vd Linden	discus	MA	37.38	3e	2005 NK baan junioren	Helmond
246	Lotte Jacobs	3000m	MA	9.57.22	1e	2006 NK baan junioren	Bergen op Zoom
247	Natascha vd Linden	kogelslingeren	MA	41.45	1e	2006 NK baan junioren	Bergen op Zoom
248	Lotte Jacobs	5000m	MA	17.39.69	1e	2006 NK baan 5/10km	Vught
249	Lotte Jacobs	cross	MA		2e	2006 NK baan junioren	Bergen op Zoom
250	Yuri Benders	kogelslingeren	JB	48.29	2e	2006 NK baan junioren	Bergen op Zoom
251	Lotte Jacobs	1500m	MA	4.40.85	3e	2006 NK baan junioren	Bergen op Zoom
252	Tim v Griensven	4x800m	JA	8.19.29	3e	2006 NK estafette	Amstelveen
	Roel vd Wouw						
	Niels Jacobs						
	Gijs Jacobs						
253	Lotte Jacobs	cross	MA		2e	2007 NK cross	Wageningen
254	Esther Arts	3000m	MA	10.52.96	2e	2007 NK baan junioren	Utrecht
255	Yuri Benders	kogelslingeren	JA	44.49	3e	2007 NK baan junioren	Utrecht
256	Lotte Jacobs	3000m	Vrouwen	9.35.43	2e	2010 NK indoor	Apeldoorn
257	Lotte Jacobs	3000m	Vrouwen	9.24.33	1e	2011 NK indoor	Apeldoorn
258	Lotte Jacobs	cross	Vrouwen		3e	2011 NK cross	Hellendoorn
259	Stefan Benders	4x400m	JA	3.46.20	3e	2011 NK estafette	Amstelveen
	Christian vd Koppel						
	Tommy Schoeber						
	Ted vd Weerden						

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

260	Yvette Bakker Linda Feenstra Lotte Jacobs Eefje Swinkels	4x400m	Vrouwen	4.11.22	3e	2011 NK estafette	Amstelveen
261	Lotte Jacobs	3000m	Vrouwen	9.31.20	2e	2012 NK indoor	Apeldoorn
262							

## NK erelijst Veteranen

### per categorie

Mannen veteranen	13	12	7	32
Vrouwen veteranen	9	7	3	19
<b>Totaal</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>10</b>	<b>51</b>

### per discipline

baan	14	11	5	30
indoor	5	2	0	7
cross	3	4	4	11
weg	0	2	1	3
<b>Totaal</b>	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>10</b>	<b>51</b>

### per onderdeel (baan + indoor)

60m	1	0	0	1
100m	1	0	0	1
200m	2	0	0	2
400m	1	1	1	3
800m	4	2	2	8
1500m	0	5	0	5
5000m	0	1	0	1
10000m	0	0	2	2
400h	1	0	0	1
ver	2	1	0	3
kogel	2	0	0	2
discus	2	0	0	2
kogelslingeren	1	2	0	3
gewichtwerpen	0	1	0	1
werpvijfkamp	2	0	0	2
<b>Totaal</b>	<b>19</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>37</b>

### per persoon (individuele onderdelen)

1	Theo Goossens	7	3	0	10
2	Eefje Swinkels	7	1	0	8
3	Henk v Eck	4	3	1	8
4	Elly Schouten	1	1	1	3
5	Chantal Baartse	1	1	0	2
6	Margret Sandbrink	0	2	2	4
7	Nicole Loeve	0	2	1	3
8	Carel Jonkers	0	1	2	3
9	Henk Tiebosch	0	1	0	1
10	Camiel vd Broek	0	1	0	1
11	Hein Gilsing	0	1	0	1
12	Ronald Maatman	0	0	1	1
13	Hans Wouters	0	0	1	1

Naam	Onderdeel	Categorie	Prestatie	Plaats	Jaar	Kampioenschap	
1 Henk Tiebosch	cross ploeg	Veteranen Mannen		1e	1990	NK cross	Gouda
2 Lau Joosten							
3 Tiny Coolen							
4 Henk Tiebosch	cross	Veteranen Mannen		2e	1990	NK cross	Gouda
5 Carel Jonkers	cross	M50		3e	1991	NK cross	Deurne
6 Elly Schouten	ver	V40	4.73	1e	1992	NK veteranen	Tilburg

# Erelijst Nederlandse Kampioenschappen HAC Helmond

7	Elly Schouten	ver	V40	4.86	2e	1994 NK veteranen	Amsterdam
8	Elly Schouten	800m	V40	2.29.12	3e	1994 NK veteranen	Amsterdam
9	Carel Jonkers	cross	M60		2e	1995 NK cross	Maastricht
10	Henk v Eck	800m	M40	1.59.30	1e	1997 NK veteranen	Emmen
11	Margret Sandbrink	800m	V35	2.25.32	2e	1997 NK veteranen	Emmen
12	Margret Sandbrink	1500m	V35	4.50.56	2e	1997 NK veteranen	Emmen
13	Camiel vd Broek	marathon	M60	3.16.45	2e	1997 NK marathon	Etten Leur
14	Margret Sandbrink	cross	V35		3e	1997 NK cross veteranen	Lisse
15	Henk v Eck	800m	M40	2.01.50	1e	1998 NK veteranen	Zevenaar
16	Henk v Eck	cross	M40		1e	1998 NK cross veteranen	Valkenswaard
17	Henk v Eck	cross ploeg	M40		1e	1998 NK cross veteranen	Valkenswaard
	André v Berlo						
	Hein Gilsing						
	Roel Raaijmakers						
	Fons Gerrits						
	Twan Peters						
	Ben Boumans						
18	Henk v Eck	1500m	M40	4.08.46	2e	1998 NK veteranen	Zevenaar
19	Hein Gilsing	15 km	M40	52.09	2e	1998 NK weg veteranen	Leiden
20	Margret Sandbrink	cross	V35		3e	1998 NK cross veteranen	Valkenswaard
21	HAC	cross ploeg	Veteranen Mannen		2e	1999 NK cross	Zeist
22	Henk v Eck	1500m	M40	4.11.47	2e	1999 NK veteranen	Lelystad
23	Theo Goossens	kogelslingeren	M40	41.10	2e	1999 NK veteranen	Lelystad
24	HAC	ekiden	Veteranen Mannen	2.26.34	3e	1999 NK ekiden	Vught
25	Henk v Eck	800m	M40	2.01.55	3e	1999 NK veteranen	Lelystad
26	Henk v Eck	800m	M40	2.04.58	1e	2000 NK indoor	Zuidbroek
27	Henk v Eck	cross ploeg	Veteranen Mannen		2e	2000 NK cross	Nijmegen/Heythuysen?
	André v Berlo						
	Twan Peters						
28	Henk v Eck	1500m	M40	4.09.15	2e	2000 NK veteranen	Tilburg
29	Ronald Maatman	400m	M40	54.47	3e	2003 NK veteranen	Vught
30	Carel Jonkers	cross	M70		3e	2008 NK cross	Gilze Rijen
31	Chantal Baartse	800m	V35	2.19.04	1e	2009 NK indoor veteranen	Apeldoorn
32	Theo Goossens	kogelslingeren	M50	42.43	1e	2009 NK kogelslingeren vet.	Eindhoven
33	Theo Goossens	werpvijfkamp	M50	3028p	1e	2009 NK werpvijfkamp	Eindhoven
34	Theo Goossens	kogel	M50	12.54	1e	2009 NK veteranen	Oosterhout
35	Theo Goossens	discus	M50	43.27	1e	2009 NK veteranen	Oosterhout
36	Nicole Loeve	10000m	Vvet	43.26.58	3e	2009 NK 10.000m	Utrecht
37	Theo Goossens	werpvijfkamp	M50	3356p	1e	2010 NK werpvijfkamp	Eindhoven
38	Theo Goossens	kogel	M50	13.15	1e	2010 NK masters	Oosterhout
39	Theo Goossens	discus	M50	44.97	1e	2010 NK masters	Oosterhout
40	Chantal Baartse	800m	V35	2.19.81	2e	2010 NK indoor veteranen	Apeldoorn
41	Theo Goossens	kogelslingeren	M50	41.52	2e	2010 NK kogelslingeren vet.	Eindhoven
42	Theo Goossens	gewichtwerpen	M50	15.85	2e	2010 NK gewichtwerpen vet.	Eindhoven
43	Hans Wouters	10000m	M65	46.22.58	3e	2010 NK 10.000m	Helmond
44	Eefje Swinkels	60m	V35	8.06	1e	2011 NK indoor veteranen	Apeldoorn
45	Eefje Swinkels	200m	V35	26.58	1e	2011 NK indoor veteranen	Apeldoorn
46	Eefje Swinkels	ver	V35	4.91	1e	2011 NK indoor veteranen	Apeldoorn
47	Eefje Swinkels	100m	V35	13.34 (-2.4)	1e	2011 NK veteranen	Den Haag
48	Eefje Swinkels	200m	V35	27.00 (-3.1)	1e	2011 NK veteranen	Den Haag
49	Eefje Swinkels	400m	V35	1.00.69	1e	2011 NK veteranen	Den Haag
50	Eefje Swinkels	400h	V35	1.07.03	1e	2011 NK veteranen	Den Haag
51	Eefje Swinkels	400m	V35	1.02.20	2e	2011 NK indoor veteranen	Apeldoorn
52	Nicole Loeve	1500m	V45	5.26.78	2e	2011 NK veteranen	Den Haag
53	Nicole Loeve	5000m	V45	19.59.44	2e	2011 NK veteranen	Den Haag