

## Beste tijden aller tijden, top 100 mannen

1	Geoffrey Mutai	Kenia	2013	27.37
2	Wilson Kipsang	Kenia	2009	27.45
3	Peter Kamais	Kenia	2010	27.49
4	Eric Ndiema	Kenia	2010	27.56
5	Philip Langat	Kenia	2012	27.57
6	John Langat	Kenia	2015	27.58
7	Philip Langat	Kenia	2015	27.58
8	John Langat	Kenia	2016	27.59
9	Wilson Kipsang	Kenia	2016	27.59
10	Boniface Kirui	Kenia	2011	28.02
11	David Kogei	Kenia	2013	28.02
12	Wilson Kipsang	Kenia	2013	28.03
13	Abdellah Falil	Marokko	2007	28.05
14	Daniel Wanjiru	Kenia	2016	28.05
15	Emanuel Oiaulo	Kenia	2013	28.06
16	John Langat	Kenia	2017	28.06
17	Philip Langat	Kenia	2014	28.10
18	Ayele Abshero	Ethiopië	2014	28.13
19	Merhawi Kesete	Eritrea	2015	28.13
20	Wilfred Murgor	Kenia	2010	28.14
21	Eliud Macharia Mwangi	Kenia	2014	28.15
22	Jacob Kendagor	Kenia	2016	28.15
23	Hillary Kipkemoi Langa	Kenia	2014	28.16
24	Geoffrey Yegon	Kenia	2017	28.16
25	John Nzau Mwangangi	Kenia	2014	28.17
26	Noah Kigen	Kenia	2017	28.19
27	Vedic Kipkoech	Kenia	2018	28.19
28	Bernard Kipkemoi	Kenia	2014	28.22
29	Richard Kiprop Mengich	Kenia	2015	28.22
30	Shadrack Koech	Kenia	2019	28.22
31	Geofry Toroitich Kipchumba	Kenia	2023	28.22
32	Bethwel Yegon	Kenia	2019	28.23
33	Charles Cheruiyot	Kenia	2015	28.24
34	Wilson Kipsang	Kenia	2011	28.26
35	Jason Mbote	Kenia	2006	28.29
36	Sondre Norstad Moen	Noorwegen	2016	28.29
37	Luka Keitany	Kenia	1998	28.30
38	Tesfaya Tola	Ethiopië	1998	28.31
39	Alemu Dagne	Ethiopië	1998	28.32
40	Charles Koech	Kenia	2007	28.32
41	Elijah Sang	Kenia	2007	28.32
42	Jason Mbote	Kenia	2009	28.32
43	Philip Langat	Kenia	2011	28.32
44	Jamal Baligha	Marokko	2006	28.33
45	Tsegay Kebede	Ethiopië	2007	28.33
46	Nicholas Kipkemboi	Kenia	2012	28.33
47	Abera Kuma	Ethiopië	2017	28.33
48	James Rotich	Kenia	2004	28.34
49	Geoffrey Koech	Kenia	2019	28.34
50	John Kipchumba	Kenia	2004	28.36
51	Philip Langat	Kenia	2013	28.36
52	Wilson Kipsang	Kenia	2008	28.39
53	Andrew Limo	Kenia	2004	28.40
54	Sammy Rongo	Kenia	2007	28.41
55	Alex Kapcheromit	Uganda	2016	28.43
56	Alfred Cherop	Kenia	2014	28.44
57	Abraham Rotich	Kenia	2008	28.45

58	Workineh Tadesse	Ethiopië	2022	28.45
59	Huseyidin Mohamed Esa	Ethiopië	2022	28.45
60	Saji Bouazza	Marokko	2004	28.47
61	Marda Musasebeker	Frankrijk	2008	28.47
62	Vital Gahungu	Burundi	2004	28.48
63	Thomas Chemitei	Kenia	2005	28.48
64	Alfred Cherop	Kenia	2012	28.48
65	Eiliud Kurgat	Kenia	1998	28.49
66	Tadesse Abshiro	Ethiopië	2008	28.49
67	Inyasi Sulley	Tanzania	2022	28.49
68	Victor Kigen	Kenia	2004	28.50
69	Getu Feleke	Ethiopië	2010	28.50
70	Joseph Kimeli Kimutai	Kenia	2023	28.50
71	Abdellah Mandet	Oeganda	2017	28.52
72	David Barmasai	Kenia	2011	28.53
73	Nathaniel Kipkosgei	Kenia	2011	28.53
74	Salim Kipsang	Kenia	2006	28.55
75	Said el Wardi	Libië	2006	28.59
76	Abdel el Hachimi	Marokko	2011	28.59
77	Daniel Yator	Kenia	2015	28.59
78	Sammy Kipruto	Kenia	2003	29.00
79	Mohamed Elhachimi	Marokko	2008	29.00
80	Stanely Kagora	Kenia	2003	29.01
81	Eiliud Kurgat	Kenia	1999	29.02
82	Dereje Tesfaye	Ethiopië	2007	29.02
83	Paul Biwott	Kenia	2001	29.03
84	Simon Kiprop	Kenia	2003	29.03
85	Vital Gahungu	Burundi	2003	29.03
86	Wilson Too	Kenia	2011	29.03
87	Ambessa Tolossa	Ethiopië	2000	29.06
88	Stehpan Tapala	Kenia	2003	29.06
89	David Kogei	Kenia	2014	29.06
90	Bira Seboka	Ethiopië	2017	29.06
91	Kamel Kohil	Algerije	2003	29.08
92	Francis Kibiwott	Kenia	2005	29.08
93	Stanley Muiruri	Kenia	2008	29.10
94	John Kales	Kenia	2008	29.11
95	Dereje Tesfaye	Ethiopië	2008	29.12
96	Abraham Limo	Kenia	2000	29.13
97	Ben Kimwole	Kenia	2007	29.13
98	Wilfred Kigen	Kenia	2008	29.13
99	Ronald Kirui	Kenia	2018	29.13
100	Samuel Karani	Kenia	2018	29.13

#### Beste Nederlandse tijden aller tijden, top 10 mannen

1	Richard Douma	Nederland	2023	29.22
2	Koen Raymaekers	Nederland	2008	29.30
3	Khalid Choukoud	Nederland	2015	29.32
4	Gert Jan Wassink	Nederland	2015	29.35
<b>5</b>	<b>Frank Futselaar</b>	<b>Nederland</b>	<b>2024</b>	<b>29.38</b>
<b>6</b>	<b>Tom Hendrikse</b>	<b>Nederland</b>	<b>2024</b>	<b>29.40</b>
7	Thomas Poesiat	Nederland	2011	29.45
<b>8</b>	<b>Filmon Tesfu</b>	<b>Nederland</b>	<b>2024</b>	<b>29.49</b>
9	Koen Raymaekers	Nederland	2011	29.50
10	Patrick Stitzinger	Nederland	2010	29.52

## Beste tijden aller tijden, top 56 vrouwen

1	Fancy Chemutai	Kenia	2017	30.23
2	Joyce Chepkirui	Kenia	2011	30.43
3	Yvonne Jelagat	Kenia	2017	31.38
4	Zohr el Kamch	Marokko	2002	31.40
<b>5</b>	<b>Eilish McColgan</b>	<b>Groot-Brittannië</b>	<b>2024</b>	<b>31.52</b>
6	Lornah Kiplagat	Nederland	2010	31.53
7	Lydia Cheromei	Kenia	2004	31.59
8	Hilda Kibet	Nederland	2009	31.59
9	Caroline Kilel	Kenia	2014	32.03
10	Leonidah Mosop	Kenia	2014	32.08
11	Caroline Kwambai	Kenia	2002	32.09
12	Lornah Kiplagat	Kenia	2000	32.10
13	Dibabe Kuma	Ethiopië	2015	32.11
14	Elizeba Cherono	Kenia	2015	32.12
15	Jane Kiptoo	Kenia	2002	32.13
16	Flomena Chepchirchir	Kenia	2011	32.13
17	Edith Chelimo	Kenia	2018	32.13
18	Caroline Cheptonui Kilel	Kenia	2010	32.15
19	Caroline Kilel	Kenia	2015	32.24
20	Elizeba Cherono	Kenia	2013	32.27
21	Dibabe Kuma	Ethiopië	2016	32.30
22	Peninah Kandie	Kenia	2017	32.34
23	Jane Moraa	Kenia	2013	32.36
24	Julia Mumbi	Kenia	2014	32.36
25	Jane Kiptoo	Kenia	2003	32.38
26	Yebergual Melese	Ethiopië	2012	32.38
27	Christine Chepkonga	Kenia	2004	32.45
28	Rediet Daniel Molla	Ethiopië	2022	32.53
29	Irma Heeren	Nederland	1999	32.55
30	Caroline Cheptonui Kilel	Kenia	2012	32.57
31	Abebe Tola	Kenia	2000	32.58
32	Caroline Cheptonui Kilel	Kenia	2009	33.03
33	Joyline Koima	Kenia	2018	33.04
34	Maysillina Issa Mbua	Tanzania	2022	33.06
35	Valentine Kipketer	Kenia	2011	33.07
36	Adisalem Shumi	Ethiopië	2010	33.11
37	Jip Vastenburger	Nederland	2018	33.18
38	Sheila Jerotich	Kenia	2016	33.20
39	Andrea Deelstra	Nederland	2023	33.20
40	Naomi Maiyo	Kenia	2010	33.24
41	Susan Chepkemei	Kenia	1998	33.25
42	Genet Getaneh	Ethiopië	2007	33.26
43	Kim Dillen	Nederland	2016	33.26
44	Christine Chepkonga	Kenia	2002	33.31
45	Genet Getaneh	Ethiopië	2005	33.31
46	Linah Cheruiyot	Kenia	2001	33.32
47	Marcella Herzog	Nederland	2016	33.35
48	Flomena Chepchirchir	Kenia	2006	33.36
49	Nadja Wijenberg	Nederland	1997	33.38
50	Sharon Tavengwa	Zimbabwe	2009	33.43
51	Jacelyn Gruppen	Nederland	2023	33.50
52	Lucy Macharia	Kenia	2015	33.55
53	Soumiya el Abani	Marokko	2007	33.56
54	Anne Luijten	Nederland	2023	33.57
55	Chemtai Rionotukei	Kenia	2008	33.58
56	Loise Kangogo	Kenia	2008	34.00

### Beste Nederlandse tijden aller tijden, top 10 vrouwen

1	Lornah Kiplagat	Nederland	2010	31.53
2	Hilda Kibet	Nederland	2009	31.59
3	Irma Heeren	Nederland	1999	32.55
4	Jip Vastenburg	Nederland	2018	33.18
5	Andrea Deelstra	Nederland	2023	33.20
6	Kim Dillen	Nederland	2016	33.26
7	Marcella Herzog	Nederland	2016	33.35
8	Nadja Wijenberg	Nederland	1997	33.38
9	Jacelyn Gruppen	Nederland	2023	33.50
10	Anne Luijten	Nederland	2023	33.57